

magazyn REJSY *razem z dodatkami*

Czy sensacja w świecie sztuki okaże się darem losu dla gdańskich muzealników?

● A może będzie wierzchołkiem góry lodowej w sprawie dzieł zrabowanych w czasie wojny przez Niemców?

PLUS TELEMAGAZYN z programem TV oraz zapowiedziami najciekawszych programów



Dziennik Bałtycki

80
LAT

Piątek
28.03.2025

www.dziennikbaltycki.pl

Nr 73 (24 434) // Rok 80
Cena 6,00 zł (w tym 8% VAT)

Everest to nie spacer, przekonuje Michał Leksiński
str. 8-9



Dwudziestolecie Teatru Razem.
Czas podsumowań i świętowania
str. 1-11

Leje po pociskach były ich grobem.
Co wydarzyło się 80 lat temu w Malborku?
str. 12-13



ROZMOWA O FOTOREPORTERZE, KTÓRY WPISAŁ SIĘ W HISTORIĘ

Zwykły niezwykły, zapamiętany



Uśmiechnięty, z rozwichrzoną czupryną i zawsze z aparatem, był wszędzie. Zdjęcia Macieja Kosycarza z ważnych wydarzeń drukowano na łamach trójmiejskich gazet, między innymi w „Dzienniku Bałtyckim”. Fotografował też zwykłe miejsca - podwórka, ulice, pierwszy śnieg. Dokumentował codzienne życie miasta **str. 4-5**

Magazyn Puls

Książka „Bez bólu” to druga już pozycja autorstwa Joanny Piórek-Wojciechowskiej
str. 24-25

FELIETON NA FALI

Niedojarzli dorośli

Brytyjski miniserial „Dojrzewanie” z Netflixu zachwycił widzów na całym świecie. Krytycy filmowi rozpywają się nad nietypową formą kręcenia odcinków serialu na jednym, długim ujęciu, niesamowitą grą Stephena Grahama jako ojca Eddie Millera oraz młodziutkiego Owena Cooper jako Jamie Millera, dla którego był to aktorski debiut.

Czytaj str. 2

Dziś dodatek



Świętowanie Dnia Jedności Kaszubów w Bolszewie.
- Musimy wiedzieć, z czego wyrosliśmy
str. I-XVI

Nr ISSN 2353-6160

Nr indeksu 350-028



MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

0011291951

ORLEN W STRATEGII 2035 REDEFINIUJE SPRZEDAŻ DETALICZNĄ.

Dąży do integracji świadczonych usług w ramach jednej platformy – od energii, przez zakupy, po nowoczesne płatności. Ta w połączeniu z programem lojalnościowym i dopasowaną ofertą gastronomiczną ma odpowiadać bezpośrednio na rosnące potrzeby użytkowników.

Więcej w ŚRODKU wydania

TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

SOBOTA ● Będzie się działo, czyli premiery i zapowiedzi	PONIEDZIAŁEK ● Najważniejsze informacje sportowe z weekendu	WTOREK ● Strefa biznesu – informacje i analizy gospodarcze	ŚRODA ● Porady zdrowotne – medycyna, psychologia	CZWARTEK ● Coś dla miłośników historii kryminalnych...	PIĄTEK ● Cotygodniowe wydanie magazynu Puls
---	---	--	--	--	---

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 58 728 08 17 lub prenumerata@prasa.gda.pl, prenumerata@dziennikbaltycki.pl

Brytyjski miniserial „Dojrzewanie” z Netflixa zachwycił widzów na całym świecie. Krytycy filmowi rozpluwają się nad nietypową formą kręcenia odcinków serialu na jednym, długim ujęciu, niesamowitą grą Stephena Grahama jako ojca Eddie Millera oraz młodziutkiego Owena Cooper w roli Jamie Millera, dla którego był to aktorski debiut.

O serialu napisano już tony recenzji, więc nie będę zbyt oryginalny jeśli napiszę, że wbrew tytułowi i głównej fabule, dla mnie ten serial wcale nie jest o nastolatkach, ale o dorosłych.

Wiele osób, recenzując ten serial wskazywało, że to opowieść o negatywnym wpływie mediów społecznościowych na młode osoby. Ten wątek rzeczywiście pojawia się w filmie, gdy zdezeretowany, prowadzący śledztwo policjant dowiadyuje się od swojego syna, że motywem zbrodni 13-letniego Jamiego mogły być jakieś emotki wysłane mu przez rówieśniczkę, którą zamordował. Łatwo też podchwytujemy tezę, że motywem zbrodni mogły być różne głupie i niebezpieczne treści, jak na przykład antyfeministyczne, mizoginiczne hasła Andrew Tate’a. Ten kickbokser i influencer jest dziś guru tzw. inceli, czyli młodych mężczyzn, którzy oskarżają kobiety o swój mimowolny celibat i niezdolność do zawierania romantycznych relacji z nimi.

To wszystko oczywiście istnieje i każdy rodzic nastolatka, w tym ja, martwi się,

FELIETON NA FALI

Maciej Sandecki,
redaktor naczelny
„Dziennika Bałtyckiego”



NIEDOJRZALI DOROŚLI

kiedy widzi swoje dziecko spędzające godziny dziennie na Tik Toku czy Instagramie. Media społecznościowe dały młodym ludziom możliwość stworzenia tam swojego własnego świata, języka, niedostępnego dla dorosłych i rzeczywiście mamy powody niepokoić się, wiedząc jak w tych mediach rozprzestrzeniają się różne głupoty, fake newsy, spiskowe teorie, antyszczepionkowe czy putinowska propaganda.

Tyle, że to wszystko produkujemy my, dorośli, i to my tworzymy obraz świata naszym dzieciom. I dla mnie to jest właśnie serial o tym. „Dojrzewanie” robi na widzach tak przejmujące wrażenie, ponieważ zbrodni dopuszcza się 13-latek z zupełnie zwyczajnej rodziny. Żadna patologia, najbardziej zwyczajna z rodzin, w której na pozór wszystko dobrze się

układa. Jest ojciec, matka, dwójka dzieci, rodzice mają pracę, dom na przedmieściu, kochają się. Ale czegoś w tym wszystkim brakuje.

Najbardziej przejmująca jest końcowa scena, gdy zrozpaczeni rodzice zapewniają siebie, że byli dobrymi rodzi-

Wiele osób, recenzując ten serial wskazywało, że to opowieść o negatywnym wpływie mediów społecznościowych na młode osoby

cam, a Stephen Graham jako Eddie Millera stwierdza, że przecież był dobrym ojcem, bo nigdy syna nie uderzył, a przecież jego ojciec łał bez przerwy. Zapracowany Eddie Miller, rzeczywiście nie bije żony ani dzieci, ale jak przynajmniej nigdy nie miał dla nich

czasu, a jego komunikacja z rodziną to ciągle pretensje i pokrzykiwania. I to właściwie o tym jest serial. O tym jaki świat budujemy naszym dzieciom i dlaczego chcą uciekać z tego świata w przestrzeń mediów społecznościowych i komunikatorów. To nie one same w sobie są złe i winne tej zbrodni, ale twórcy serialu pokazują, że odpowiedzialność rozkłada się na równie na rodzinę, szkołę i całe społeczeństwo, które nie potrafi sobie poradzić z problemami współczesnych nastolatków.

Oczywiście można powiedzieć, że młodzież zawsze taka była, że zawsze uciekała we własne subkultury i nie chciała słuchać dorosłych, ale chyba nigdy te światy nie były od siebie tak oddalone. Dzisiaj nawet siedząc w jednym pokoju, nie rozmawiamy ze sobą, bo każdy siedzi w swoim telefonie. Zamiast emocji, które naturalnie pojawiają się, gdy ludzie ze sobą przebywają, mamy emotki w smartfonie.

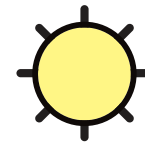
Ten serial to tak naprawdę wołanie o potrzebie prawdziwych relacji, czułości, empatii, zrozumienia, w świecie, w którym coraz bardziej zamykamy się w coraz mniejszych i oddzielnych bańkach.

Życzyłbym sobie, aby we współczesnej szkole, oprócz edukacji seksualnej, tak bardzo potrzebnej młodym ludziom, był także przedmiot, który uczyłby ich posługiwania się internetem, mówił o zagrożeniach jakie tam czyhają. Nam wszystkim taka nauka by się przydała, bo mam wrażenie, że wszyscy w tym temacie jesteśmy nie-dojrzały.

POGODA NA WEEKEND

Piątek

16°C
2°C



Wiatr pld.
13 km/h

Uwaga
Słonecznie

Sobota

15°C
5°C



Wiatr wsch.
11 km/h

Uwaga
Przeważnie słonecznie

Niedziela

11°C
4°C



Wiatr pñ.
15 km/h

Uwaga
Przelotne opady

WAŻNE TELEFONY

800 190 590

– numer infolinii NFZ
dotyczącej postępowania w sytuacji
podejrzenia zakażenia koronawirusem

605 602 195

– telefon alarmowy WSSE: służy do powiadamiania
o nagłych sytuacjach zagrożenia
sanitarno-epidemiologicznego

58 77 63 444

– infolinia w sprawie koronawirusa,
czynna w dni powszednie
od godz. 7.00 do godz. 15.00



FOT. PRZEMEK SWIDERSKI

FOTOZAGADKA

Kto zgadnie, jaki teren widać na fotografii?

Co piątek publikujemy jedno zdjęcie i pytamy Czytelników, jakie miejsce lub jaki obiekt jest na nim uwieczniony.

Tym razem z powietrza uchwyczone zostało miejsce położone z dala od centrum regionu, ale nie trudno odpowiedzieć na postawione na wstępie pytanie. Rozwiązanie zagadki opublikujemy w weekend na naszej stronie internetowej dziennik-baltycki.pl oraz na redakcyjnym Facebooku. (AT)

KURSY WALUT

27.03.2025

Kupno/sprzedaż walut Kantor Green, tel. 58 346 02 48, Wrzeszcz przy Manhattanie, Dmowskiego, Grunwaldzka, Morena Carrefour, Rumia Auchan

EUR	417/423 (+)	GBP	499/506 (+)
USD	387/393 (-)	CHF	430/443 (-)
GBP	499/506 (+)		
CHF	430/443 (-)		

Kantor Max, Gdańsk, ul. Jagiellońska

EUR	417/423 (+)
USD	387/393 (-)
GBP	499/506 (+)
CHF	430/443 (-)

(+) wzrost ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (-) spadek ceny w stosunku do notowania poprzedniego, (o) bez zmian

DYŻURNY

„DZIENNIKA BAŁTYCKIEGO”

Pracuję w dziale wydarzeń „Dziennika Bałtyckiego” i czekam na Państwa listy pod adresem: andrzej.kowalski@polskapress.pl

Andrzej
Kowalski



POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Ograniczenia azylowe

Czasowe ograniczenie prawa do azylu weszło w życie. Rząd przyjął rozporządzenie, które w czwartek ukazało się w Dzienniku Ustaw i obowiązuje od dnia ogłoszenia. Ograniczenie prawa do złożenia wniosku o udzielenie ochrony międzynarodowej wprowadzono na okres 60 dni od dnia wejścia w życie regulacji. Obowiązuje na granicy polsko-białoruskiej. W komunikacie Kancelaria Prezesa Rady Ministrów poinformowała, że rząd przyjął rozporządzenie w trybie obiegowym. Premier Donald Tusk informo-

wał na platformie X, że rząd przyjmie rozporządzenie zawierające prawo do składania wniosków o azyl tak jak zapowiadał – „bez chwili zwłoki”. Wcześniej prezydent Andrzej Duda poinformował o podpisaniu ustawy w sprawie ograniczenia prawa do azylu. „Panie premierze, zapraszam do wprowadzenia tego rozporządzenia w życie i zapraszam do podejmowania aktywnych działań w przedmiocie obrony polskiej granicy” – zwrócił się prezydent do szefa rządu.

Lidia Lemaniak, PAP

WARSZAWA

Jest umowa na Borsuki!



FOT. PAP/PAWEŁ SUPERNIAK

W czwartek została podpisana umowa wykonawcza na BWP Borsuk. Finalnie przedmiotem umowy ma być pozyskanie 116 Borsuków w „podstawowej” wersji – to jest Bojowego Wozu Piechoty – co pozwoli po ich dostawie na wyposażenie w nowy BWP dwóch pierwszych batalionów zmechanizowanych.

WARSZAWA

Jak zagłosowaliby Polacy

Opublikowano nowy sondaż poparcia dla partii politycznych. Według badania United Surveys dla Wirtualnej Polski na największe głosy mogłaby liczyć Koalicja Obywatelska. W porównaniu do poprzedniego sondażu odnotowano głównie niewielkie zmiany w poparciu dla poszczególnych ugrupowań. Gdyby wybory parlamentarne odbyły się

w najbliższą niedzielę, to zwyciężyłaby w nich Koalicja Obywatelska na ugrupowanie premiera Donalda Tuska swój głos chce oddać 31 procent uczestników sondażu. PiS uzyskało wynik 26,5 procent, a Konfederacja 16,4 procent. Dalej uplasowały się: Trzecia Droga (6,7 procent głosów) i Lewica (4,7 procent głosów). Adam Kieliar

STANY ZJEDNOCZONE

Kiedy Donalda Trumpa, prezydenta USA, zapytano, czy został poinformowany o żołnierzach, którzy zaginęli podczas ćwiczeń na Litwie, odpowiedział: „Nie, nie zostałem”. Wywołało to zdumienie w mediach społecznościowych. „Więc Trump nie wiedział o żołnierzach... A oni nie powiedzieli mu o czacie Signal... Kto naprawdę rządzi Białym Domem?” – napisał The Lincoln Project na X.

”

To bardzo ważne, aby Ameryka nie pomagała Putinowi wyjść z tej globalnej izolacji teraz

Wołodimir Zelenski, prezydent Ukrainy

Mateusz Morawiecki stawiał się na przesłuchanie w NIK

Lidia Lemaniak
Warszawa

Mateusz Morawiecki, były premier, wiceprezes PiS, stawiał się w NIK na przesłuchanie w charakterze świadka. Chodzi m.in. o aferę w Rządowej Agencji Rezerw Strategicznych (RARS).

Mateusz Morawiecki, który stawiał się w NIK, przed przesłuchaniem mówił dziennikarzom, że jest w stanie wykazać, że wszystko było zgodne z prawem.

– W mediach pojawiły się informacje, że przesłuchanie ma dotyczyć GetBacku. Według mojej wiedzy nie ma dotyczyć GetBacku, ale mam radę dla dziennikarzy. Idźcie tropem pieniędzy, zobaczcie, ilu ludzi straciło tam pieniądze i kto na tym zarobił – mówił. Dodał, że jego zdaniem przesłuchanie będzie dotyczyć m.in. funduszu covidowego i wsparcia Ukrainy.

Dziennikarze powiedzieli Mateuszowi Morawieckiemu, że przesłuchanie miało być związane z GetBackiem, Polskim Funduszem Rozwoju i RARS.

– Pójdźcie państwo tropem pieniędzy, jeśli chodzi o GetBack, to może uda wam się odkryć, kto jest beneficjentem tej afery – odpowiedział były premier.

Szef NIK Marian Banaś poinformował z kolei w czwartek rano w RMF FM, że Morawiecki został wezwany zgodnie z przepisami ustawy o Najwyższej Izbie Kontroli. Jest „kilka obsza-



FOT. ADAM JANKOWSKI

Były premier Mateusz Morawiecki przed siedzibą NIK rozmawiał i odpowiadał na pytania dziennikarzy

rów”, gdzie Izba prowadziła kontrolę. Banaś wskazał tu na Rządową Agencję Rezerw Strategicznych, GetBack i PFR.

– To są obszary, gdzie wątek dotyczący pana premiera się przejawia i chcemy to skonfrontować i wyjaśnić dokładnie, czy tutaj z jego strony jest jakaś odpowiedzialność, za którą powinien odpowiadać – stwierdził Banaś. Dodał, że przygotowywane są zawiadomienia do prokuratury dotyczące ustaleń z kontroli przeprowadzonej właśnie w Rządowej Agencji Rezerw Strategicznych (RARS), Polskim Funduszu Rozwoju

(PFR) czy w sprawie afery GetBack.

Dopytywany potwierdził, że w RARS mogło dochodzić do korupcji. Jako przykład mających świadczyć o tym działań prezes NIK podał dokonania zakupów w ramach pomocy żywnościowej dla Ukrainy, przy czym skorzystano z pośrednika. Ten miał z kolei zawyżyć koszty do tego stopnia, że Agencja zapłaciła „prawie 200 procent więcej niż koszty, jakie on ponosił z tym zakupem”.

Kolejnym przykładem ma być kwestia zakupu i przechowywania płynów dezynfekcyj-

nych. – Mamy ewidentną niegospodarność. Po drugie, zlecano zakup tych wszystkich środków dla RARS jednemu człowiekowi, który zarabiał na tym dużo więcej niż powinien – podkreślił Banaś. Zapowiedział, że więcej ustaleń w sprawie RARS opinia publiczna pozna około 8 kwietnia.

Z kolei kwestia GetBacku dotyczy „olbrzymich zaniedbań, i to ze strony praktycznie najważniejszych organów państwowych: Komisji Nadzoru Finansowego, prokuratury i służb”.

– Dziewięć i pół tysiąca obywateli zostało oszukanych na dwa i pół miliarda złotych. Te pieniądze do dnia dzisiejszego nie są przez nich odzyskane. Wszystko na to wskazuje, że organy państwowe przez te lata nie zrobiły nic – ocenił szef NIK.

Nieprawidłowości, których Izba się dopatrzyła w sprawie Polskiego Funduszu Rozwoju, mają „podtekst możliwych działań niegospodarnych” o podobnym wątku, jak w sprawie RARS. Banaś zapowiedział, że raport w tej sprawie zostanie przygotowany w połowie lub pod koniec kwietnia.

Mateusz Morawiecki przekonywał, że nie stresują go obecne przesłuchania, bo był kiedyś wzywany przez SB. – Niedługo wrócą wolność i demokracja. To jest koniec, panie Tusk. Zbliża się pana koniec. Wszystkiego dobrego – podsumował. PAP

Zwolnienia grupowe przybierają na sile. Tysiące ludzi bez pracy. Są jednak optymistyczne sygnały

Lidia Lemaniak
Warszawa

Wciąż przybywa zwolnień grupowych, które objęły już tysiące pracowników. Odnotowano ich prawie trzykrotnie więcej niż w pierwszych miesiącach 2024 roku. Wiele osób straciło pracę.

Dziennik „Rzeczpospolita” ocenił, że widoczne w ubiegłym roku nasilenie zgłoszeń dużych cięć zatrudnienia w przedsię-

biorstwach nadal daje o sobie znać, w dodatku sporo z nich dochodzi do skutku.

Z obliczeń gazety na podstawie danych Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Socjalnej wynika, że w ciągu dwóch pierwszych miesięcy 2025 roku zgłoszono zwolnienia grupowe obejmujące łącznie 14,8 tys. pracowników. To prawie trzykrotnie więcej niż rok wcześniej. Z kolei prawie 7,7 tys. osób straciło pracę. W samym lutym zapowiedzianych zwolnień grupo-

wych było nieco mniej niż rok wcześniej, ale liczba zrealizowanych zwolnień – 5,7 tys. osób – była 2,5-krotnie większa.

„Rzeczpospolita” przypomina ostrzeżenia chociażby Polskiej Unii Ceramicznej, która to alarmuje, że branży płytek ceramicznych grozi fala bankructw i wzrost bezrobocia, jeśli nie nastąpi obniżenie cen energii elektrycznej i gazu oraz ochrona rynku wewnętrznego przed nieuczciwą konkurencją, głównie z Indii.

Zdaniem jednego z cytowanych przez gazetę ekspertów, na rynku obserwujemy dziś odroczone restrukturyzacje, które w czasie pandemii i wywołanego przez wojnę w Ukrainie kryzysu opóźniały zastrzyk pieniędzy z rządowych tarcz finansowych. Są jednak pewne optymistyczne sygnały, w tym mocne poluzowanie polityki fiskalnej przewidziane w pakiecie finansowym Niemiec, który powinien ożywić niemiecką gospodarkę. PAP

TEATR

20 lat razem, czyli teatr, który łączy światy. 21 marca w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim świętował swoje 20-lecie Teatr Razem. Jego aktorami są osoby z niepełnosprawnością intelektualną, w większości z zespołem Downa. Teatr został założony z inicjatywy Jarosława Rebelińskiego. Dziś jest to instytucja prawdziwie profesjonalna.
STR. 10-11



FOT. TEATR RAZEM

HISTORIA

Kochać należy się całe życie. Rozmowa nie tylko o zegarze biologicznym...

Zmiana czasu, czyli to przejście na czas letni lub zimowy, ma wpływ na samopoczucie fizyczne i psychiczne człowieka **STR. 14-15**

HISTORIA O DOBRYM CZŁOWIEKU

Macieja Kosycarza znali prawie wszyscy. Uśmiechnięty, z rozwichrzoną czupryną i zawsze z aparatem, był na każdym wydarzeniu, premierze, strajku czy proteście. Jego zdjęcia drukowano na łamach trójmiejskich gazet, także w „Dzienniku Bałtyckim”. Fotografował również zwykłe miejsca - podwórka, ulice, dokumentował codzienne życie miasta. Kilka dni temu, w Europejskim Centrum Solidarności odbyła się premiera książki „Maciek Kosycarz. Zwykły niezwykły reporter”. Rozmawiam z jej autorką Katarzyną Gawęcką

Aleksandra Trzaska

Czy przyjaźniła się pani z Maćkiem i Hanią Kosycarzami?

Znałam Maćka, ale byliśmy raczej znajomymi, spotykaliśmy się na imprezach, na których Maciek oczywiście był zawsze z aparatem. Z Hanią zaprzyjaźniłyśmy się w trakcie pracy nad książką i jest to dla mnie bardzo cenne. Właściwie bez jej wsparcia ta książka by nie powstała.

Trudno jest napisać książkę o kimś, kogo się znało?

Szczerze mówiąc, na początku myślałam, że ta książka będzie bardziej obiektywna, że potraktuję postać Maćka, jak jeden z tematów, którym się zajmę. Okazało się, że to jest po prostu niemożliwe, bo łączą nas ci sami znajomi, bywaliśmy na tych samych imprezach, w tych samych miejscach, skończyliśmy oboje gdańską jedynekę. Bardzo szybko zdałam sobie sprawę, że piszę nie tylko o Maćku, ale o pewnym doświadczeniu naszego pokolenia. Historia Kosycarzy, ojca i syna, obu fotoreporterów, jest jednocześnie historią przemian i tego co się działo w Trójmieście przez ostatnie 60 lat. Powstała książka nie tylko o naszym pokoleniu, ale też o Gdańsku z tego okresu.

Duet Maciej i Zbigniew Kosycarz to w zasadzie instytucja. Bardzo byli ze sobą związani. Dzięki ojcu Maciek został fotoreporterem, a z kolei Maciek zadbał o spuściznę po ojcu i dzięki temu wciąż oglądamy zdjęcia Zbigniewa.

Obydwaj pracowali dla tych samych gazet.

Nie można pisać o Maćku jako fotoreporterze bez wspomnienia historii ojca. Dlatego moja książka rozpoczyna się rozdziałem poświęconym Zbigniewowi i Maćkowi. Zaskoczyła jednak panią, to nie było moje pierwotne założenie, a raczej wynik kwerendy i rozmów. W mojej świadomości Pan Zbigniew nie istniał tak mocno, jak w świadomości przyjaciół Maćka, którzy znali

ich obu i bywali w domu rodzinnym Maćka. Zastanawiałam się, czy jakiegokolwiek miasto ma takie szczęście być w obiektywie ojca i syna.

Konrad studiuje...

Reżyserię dokumentalną w praskim FAMU, czyli na Wydziale Filmowym i Telewizyjnym Akademii Sztuk Sceniczych w Pradze. Tę samą szkołę ukończyła Agnieszka Holland. Kinga również ma świetne oko reporterskie, jej

zdjęcia pojawiły się w jednym z albumów wydanych przez Hanię Kosycarz. Więc może będzie ciąg dalszy. Maćkowi bardzo na tym zależało, żeby Konrad był fotoreporterem, a on trochę uciekał przed tą presją.

Czy Zbigniew naciskał na syna, aby poszedł jego śladem?

Myślę, że to Maciek miał taką potrzebę. Próbował robić w życiu różne rzeczy, ale

po śmierci ojca zdecydował się na poważnie zająć pracą fotoreportera.

Maćka znało mnóstwo osób. Zastanawiałam się, jak pani dokonywała selekcji, trudno byłoby przepisać wszystkich, którzy go znali.

Poprosiłam Hanię, o stworzenie listy najbliższych przyjaciół, znajomych, członków rodziny. Wydawało mi się, że to będzie dobry początek. Później, w naturalny sposób ta li-

sta pączkowała. Osoby polecały kolejne osoby. Bardzo często znajomi Maćka odzywali się do mnie sami. Ludzie mieli potrzebę podzielenia się z mną swoimi wspomnieniami o Maćku. Większość znała jedynie wycinek jego aktywności, więc złożenie pełnego obrazu wymagało sporo pracy.

Czy był taki moment, kiedy powiedziała pani stop?

To było konieczne. W książce przepraszam wszystkich, którym musiałam odmówić. Gdybym nie postawiła granicy, to prawdopodobnie robiłabym wywiady do dzisiaj, ponieważ znało go mnóstwo ludzi i wszyscy chcieli o nim opowiadać. Uświadomiło mi to skalę jego rozpoznawalności. Okazało się, że był nie tylko osobowością, ale także VIP-em Trójmiasta. Przeprowadziłam około stu rozmów, to naprawdę ogrom pracy, szalenie czasochłonnej, podczas której musiałam dokonać wyboru wypowiedzi, które chciałam umieścić w książce.

Maciek wydaje się człowiekiem absolutnie idealnym. Czy miał jakieś wady? Próbowaliśmy namówić przyjaciół, aby trochę na niego ponarzekali?

Proszę mi wierzyć, że zadałam sobie sporo trudu, żeby poszukać tej drugiej strony, tej trochę ciemnej, nie takiej spójnej. Nie udało się. Fantastycznie powiedział wtedy o nim Jerzy Rados: „Wiesz, są ludzie, którzy są po prostu dobrzy i Maciek Kosycarz był jed-



FOT. PRZEMEK SWIDERSKI

Maciek Kosycarz był nierozdzielnie związany z Gdańskiem, z Trójmiastem. Znali go tu niemal wszyscy



Codzienne życie miasta. Młodzi ludzie na plaży w obiektywie Macieja Kosycarza



Autorka książki, Katarzyna Gawęcka, prezentuje swoją publikację



Dalajlama odwiedził Gdańsk w 2008 r. Spotkał się wówczas z Lechem Wałęsą



Maciej Kosycarz: Wizyta księżnej Kate i księcia Williama w Gdańsku 18 lipca 2017 r.

nym z nich”. Raz ktoś mi tylko powiedział, że on nie do końca miał dystans do siebie, sam z siebie się śmiał, ale nie lubił żartów na swój temat.

Po wydaniu pierwszego albumu z serii „Niezwykle zwykłe zdjęcia Gdańska” pojawiły się zarzuty, że Maciek zawłaszczy zdjęcia ojca, z okresu jego pracy dla „Głosu Wybrzeża”. Uważałam, że to wspaniałe, że syn włożył tyle energii w upamiętnienie pracy ojca.

To był czas przemian, upadał Dom Prasy. Archiwa trafiały na śmietnik. Pomijano też ważny fakt, że Zbigniew miał ogromne, prywatne archiwum. Maciek uratował sporą część jego dorobku. Nie tylko to zachował, ale włożył bardzo dużo pracy aby te zdjęcia, te świadectwa tamtych czasów, opracować i dać im nowe życie. Dzięki temu mógł się dorobkiem ojca podzielić z nami, gdańszczanami. Maciek bardzo przejmował się złośliwymi uwagami i atakami, które spa-

dały na niego za publikowanie zdjęć Zbigniewa z okresu jego pracy dla Głosu Wybrzeża, ale nie tylko ja uważam, że to jedna z najlepszych rzeczy, jakie zrobił. W innym przypadku stracilibyśmy to na zawsze.

Maciek, po swoim pierwszym doświadczeniu choroby nowotworowej, stał się orędownikiem badań profilaktycznych. O tym co przeżył, mówił otwarcie. Spotkałam go kiedyś w Gdyni, wrócił właśnie z OnkoRejsu. Rozmawialiśmy o tym, pytał się czy regularnie się badał. Myślę, że namówił wtedy wiele osób na badania kontrolne.

To była jeszcze jedna z tych wielu wspaniałych cech Maćka, umiejętność mówienia i dzielenia się własnym doświadczeniem, żeby ratować innych. Zawsze podziwiałam tę jego nieprawdopodobną otwartość, bo ludzie często nie chcą mówić o swoich intymnych i bardzo trudnych doświadczeniach. Jeden z lekarzy

powiedział mi kiedyś, że na chorobę nowotworową chorują kobiety, a mężczyźni umierają na raka. Na początku znajomi Maćka byli zaskoczeni tą otwartością. Rozmawiało się zawsze o zdjęciach, albumach, sprawach gdańskich, o polityce, a tu nagle pojawiły się rozmowy na temat zdrowia. Stał się wielkim orędownikiem i ambasadorem badań profilaktycznych. Zmusił całą naszą grupę znajomych do przebadania się. Doszedł do wniosku, że jego doświadczenie nie może pójść na marne, że może komuś uratować życie. To była kolejna rzecz w którą się zaangażował.

Był bardzo oddany swojej pracy. Wszyscy mieliśmy wrażenie, że spotykamy go zawsze i wszędzie, angażował się społecznie. Kiedy znajdował czas dla rodziny?

Tak jak powiedziałam na początku, każdy z nas znał jakiś wycinek aktywności Maćka, ale gdy złożyłam to w całość to

złapałam się za głowę. Maciek był oddany swojej pracy, kochał ją, był społecznikiem ale na pierwszym miejscu zawsze była rodzina. Myślę, że po doświadczeniu braku ojca w domu z dzieciństwa jego priorytety były inne. Konrad i Kinga powiedzieli: „my mieliśmy tatę w domu”. Nie wiem jak on to robił. Nie każdy potrafiłby to wszystko unieść, a jemu wychodziło to bardzo naturalnie. Miał nieprawdopodobną energię życiową. Świetnie podsumował to Mirosław Baka: „Maciek przeżył cztery życia, biorąc pod uwagę intensywność jego działań”.

W książce opisuje pani okoliczności śmierci Maćka. To bardzo trudna lektura. Człowiek, który był przy całej życiu był otoczony ludźmi umierał w kompletnej samotności. Był to czas pandemii, nikogo nie wpuszczano do szpitala, nawet rodziny, która mogła jedynie kontaktować się telefonicznie.

Jego samotność, trauma Hani i dzieci, były dla mnie najtrudniejsze do opisanie. Maciek umierał w najgorszym momencie pandemii, kiedy nie było jeszcze szczepionki, nie było wiadomo z czym się mierzymy, żyliśmy w wielkim lęku. Byłam w grupie osób, które dostawały SMS-y od Hani z informacją co się dzieje. Pamiętam dojmujące uczucie bezsilności. Pisząc o tym w książce przeżywałam to kolejny raz. A jednocześnie wiedziałam, że to jest świadectwo tamtego czasu, tej pandemicznej grozy, tego co wtedy wszyscy czuliśmy. Myślę, że rodzina pozwoliła mi to napisać, ponieważ było to dla najbliższych i przyjaciół rodzajem katarsis, wyrzucili to z siebie, podzielili się tym przez co sami przechodzili.

Ostatni rozdział jest poświęcony nie tylko Maćkowi ale również Pawłowi Adamowiczowi.

Uznałam, że wielu sprawach byli do siebie podobni. Łączył

ich miejski aktywizm, to jak oddani byli miejscu swojego urodzenia. Ogromne miasto, a oni wychowali się na jednym podwórku. Szalenie różni, ale obaj kochający ludzi i Gdańsk. Obaj zaangażowani w to miasto. Często moi rozmówcy łączyli ich obu.

Kto dokonał wyboru zdjęć do książki?

Za wybór zdjęć w całości mogę podziękować redaktorze książki, Małgosi Ogonowskiej. Tak się umówiliśmy. Miałam trochę inną koncepcję doboru zdjęć, ale zdecydowałam się zaufać wydawcy. Uwzględniono moje sugestie. Wiem, że w wyborze zdjęć aktywnie uczestniczyła także Hania Kosycarz, co oczywiście ułatwiło całą pracę.

„Maciek Kosycarz. Zwykły niezwykły fotoreporter” Katarzyna Iga Gawęcka. Wydawnictwo Części Proste. Artur Rogoś i Małgorzata Ogonowska

„ Katarzyna Gawęcka

Bardzo szybko zdałam sobie sprawę, że piszę nie tylko o Maćku, ale o pewnym doświadczeniu naszego pokolenia

ODNALEZIENIE OBRAZU BRUEGHELA. KŁOPOTLIWY SUKCES?

Dziennikarz, który opisał odnalezienie obrazu skradzionego w 1974 roku z gdańskiego muzeum uważa, że sprawa „Kobiety przenoszącej żar” może być wierzchołkiem góry lodowej, jeśli chodzi o zrabowane przez Niemców w czasie II wojny światowej dzieła sztuki

Andrzej Kowalski

Czy nadzieja związana z niezwykłym odkryciem, jakiego dokonano w holenderskim muzeum, okaże się płonna? Sprowadzenie do Polski obrazu Brueghela Młodszego „Kobieta przenosząca żar” może być nie takie proste, jak początkowo się wydawało. W rozmowie z „Dziennikiem Bałtyckim” Mick van Wely, reporter śledczy największego niderlandzkiego dziennika „De Telegraf”, który dotarł do obecnych właścicieli tego dzieła, wyjaśnia dlaczego anonimowa rodzina zdecydowała się na walkę o skradzione z Gdańska płótno.

Przypadkowe odkrycie, zagadkowa śmierć

Przypomnijmy najpierw, że chodzi o obraz, który skradziony został z Narodowego Muzeum w Gdańsku w 1974 roku. W tajemniczych okolicznościach zaginęła nie tylko „Kobieta przenosząca żar” autorstwa Pietera Brueghela Młodszego, ale także wiszące obok „Ukrzyżowanie” pędzla Antona van Dycka. Kradzież została odkryta przypadkowo przez jednego z pracowników, a późniejsze śledztwa zostały szybko ukrócone.

Jeden ze świadków w sprawie - celnik Romuald Werner - spłonął na cmentarzu w Redłowie dwa dni po odkryciu, że obrazy są kopiami. Wiele wskazywało na to, że było to morderstwo, ale Służba Bezpieczeństwa stwierdziła, że to samobójstwo. Werner zginął w drodze na przesłuchanie, na którym miał opowiedzieć o procederze szmuglowania dzieł sztuki w gdyńskim porcie.

Sprawa powróciła w związku z odnalezieniem „Kobiety przenoszącej żar” w holenderskim muzeum. Właścicielem prywatnym ma być rodzina, która pragnie pozostać anonimowa. W związku z odnalezieniem dzieła sztuki, do śledztwa powraca Prokuratura Okręgowa w Gdańsku, a Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego zaczęło



To niewielkich rozmiarów dzieło flamandzkiego mistrza może narobić sporo zamieszania w świecie sztuki

starania o powrót obrazu do kraju.

- Jesteśmy w tej sprawie w stałym kontakcie ze stroną holenderską, w tym z holenderską policją. Podejmujemy wszelkie działania, by dzieło trafiło do macierzystej kolekcji. Trwają stosowane w tych przypadkach procedury. Po ich zakończeniu będziemy informować o przekazaniu obrazu - słyszymy w Centrum Informacyjnym MKiDN.

Kto kupił ten obraz?

Okazuje się jednak, że sprawa może stanowić dla resortu kultury spory problem. Mick van Wely, dziennikarz holenderskiego dziennika „De Telegraaf”, który opisał odkrycie w Museum Gouda i na bieżąco relacjonuje wszystkie nowe fakty w sprawie, napisał niedawno tekst, w którym poinformował m.in., że dotarł do wnuka właściciela obrazu sprzed wybuchu II wojny światowej.

- Na południu Holandii żył pewien człowiek, właściciel cegielni - opowiada „Dziennikowi Bałtyckiemu” Mick van Wely. - Była to bardzo nowoczesna fabryka, a właściciel nazywał się Henri Weijers. Kochał sztukę i zebrał kolekcję składającą się z 30-40 eksponatów. Jednym z eksponatów była „Kobieta przenosząca żar”. Podczas II wojny światowej ten człowiek sprzedał swoją kolekcję kilku osobom. Jedną z nich był handlarz dziełami sztuki z Hagi.

Holendrowi z „De Telegraaf” udało się dotrzeć nawet do wnuka właściciela cegielni.

Ten miał opowiedzieć historię swojego dziadka i uzupełnić część tajemnicy zaginionego dzieła.

- Wnuk Weijersa powiedział mi, że jego dziadek został zmuszony do przekazania obrazów Niemcom - mówi „Dziennikowi Bałtyckiemu” holenderski dziennikarz. - Wysoko postawiony oficer nazistowski Arthur Seyss-Inquart miał człowieka od zbierania dzieł sztuki, Franza Kieslingera. Seyss-Inquart pracował z kolei dla Hermann Göringa. Prawnik obecnego właściciela „Kobiety przenoszącej żar” mówi, że naziszi zabrali dzieła do Gdańska.

MAMY NIEPOTWIERDZONE INFORMACJE, ŻE W GDAŃSKIM MUZEUM MOŻE BYĆ WIĘCEJ DZIEŁ SZTUKI Z HOLANDII, KTÓRE PRZYWIEŹLI TAM NAZIŚCI

Co skrywają muzealne magazyny?

Dziennikarz dodaje także, że sprawa „Kobiety przenoszącej żar” może być dopiero wierzchołkiem góry lodowej. Fakt, że obraz ten mógł trafić do ówczesnego Stadtmuseum w Gdańsku za sprawą nazistowskich działań, był podnoszony już w 2008 roku przez spadkobierców Weijersa. Wówczas złożyli w Hadze wnioski o roszczeniu w sprawie restytucji dziewięciu obrazów, a jednym z nich była właśnie „Kobieta przenosząca żar”. Zdaniem spadkobierców, sprzedaż miała zostać wymuszona. Restitutiecommissie (Holenderska Komisja ds. Restytucji) odrzuciła wnioski.

Sprawa może jednak powrócić ze zdwojoną siłą. Mick van Wely twierdzi tam wręcz, że w Gdańsku i na Pomorzu może znajdować się więcej dzieł sztuki, które zostały zagrabione lub wymuszone przez nazistów.

- To bardzo ciekawy przypadek. Mamy niepotwierdzone informacje, że w gdańskim muzeum może być więcej dzieł sztuki z Holandii, które przywieźli tam naziszi. Obecnie sprawdzam właśnie ten wątek - informuje dziennikarz „De Telegraaf”.

Zapytany z kolei o to, czy często zdarza się mu taka sprawa, w której dzieło, od dawna uważane za zaginione, pojawia się nagle na ścianie jednego z bardziej znanych holenderskich muzeów, nasz rozmówca zdecydowanie zaprzecza. Mówi, że nigdy jeszcze nie pracował nad taką sprawą.

- To bardzo ciekawe, że ten obraz podróżował po wielu krajach - podkreśla dziennikarz śledczy. - Od siedmiu lat współpracuję z Arthurem Brandem, detektywem specjalizującym się w odnajdywaniu zaginionych czy skradzionych dzieł sztuki, i to był wyjątkowy przypadek. Mieliśmy takie przypadki, że odkrywano imitacje wiszące na ścianach muzeum, to się już zdarzało. Ale żeby znaleźć w takim miejscu skradziony oryginał, to dość niezwykłe.

FOT. FRED ERNST/GOUDA MUSEUM

Nowe Czyste Powietrze dla Ciebie

- wspieramy Cię w drodze do ciepłego domu i niższych rachunków

31 marca 2025 r. ruszy nabór wniosków w nowej odsłonie programu Czyste Powietrze. To realne wsparcie dla polskich rodzin w walce ze smogiem i wysokimi rachunkami za ogrzewanie. Uczciwe, efektywne i sprawiedliwe rozwiązania sprawią, że dofinansowanie do ocieplenia domu i wymiany kopciucha trafi tam, gdzie jest najbardziej potrzebne.

Program Czyste Powietrze wraca po reformie. Dzięki wprowadzonym zmianom pomoc ukierunkowano na osoby szczególnie narażone na ubóstwo energetyczne. Uszczelniono zasady dofinansowań, wprowadzono standardy ocieplania domów i wzmocniono rolę gmin w programie przez powierzenie im roli operatorów. To odpowiedź na potrzebę większej ochrony mieszkańców i zapewnienia im pomocy na każdym etapie, aby nie zostali z tym sami.

- Nowa odsłona programu Czyste Powietrze to efekt determinacji, ciężkiej pracy i szeroko zakrojonych konsultacji z ekspertami oraz przedstawicielami społeczeństwa. Dzięki podjętym reformom zapewniamy, że program stanie się bardziej efektywny, uczciwy i dostępny dla tych, którzy najbardziej go potrzebują i dofinansowanie trafi tam, gdzie jest najbardziej potrzebne, a pieniądze publiczne będą wydawane mądrze i transparentnie – powiedziała Dorota Zawadzka-Stępiak, prezes zarządu Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej.

Czyste Powietrze jest największym przedsięwzięciem, jakie realizuje NFOŚiGW we współpracy z wojewódzkimi funduszami ochrony środowiska i gospodarki wodnej (WFOŚiGW). Pod nadzorem Ministerstwa Klimatu i Środowiska NFOŚiGW wdraża program - odpowiada za przygotowanie zasad programu, w tym dokumentacji i wytycznych, jak również za zapewnienie we współpracy z odpowiednimi resortami finansowania programu. Z kolei WFOŚiGW jako odrębne, niezależne

jednostki, zajmują się przyjmowaniem, rozpatrywaniem, rozliczaniem wniosków o dofinansowanie i wypłatą środków w programie na terenie swoich województw.

Dla kogo program Czyste Powietrze?

Program skierowany jest do osób fizycznych, które chcą wymienić przestarzały kocioł na paliwo stałe oraz ocieplić dom. Z dofinansowania mogą skorzystać właściciele lub współwłaściciele domu jednorodzinnego lub wydzielonego w nim lokalu mieszkalnego z wyodrębnioną księgą wieczystą. Minimalny okres tej własności musi wynosić 3 lata przed złożeniem wniosku o dofinansowanie. Wymóg ten nie dotyczy sytuacji spadkowych. Do dofinansowania kwalifikują się inwestycje tylko w tych budynkach, które uzyskały pozwolenie na budowę do końca 2020 roku. Na jeden budynek lub lokal mieszkalny można dostać jedno dofinansowanie, a beneficjentem można być tylko raz.

Progi dochodowe

Program zakłada trzy poziomy dofinansowania według progów dochodowych w gospodarstwie domowym. Warto przypomnieć, że podatek od towarów i usług (VAT) nie jest kosztem kwalifikowanym, zatem jego koszt będzie ponosił zawsze beneficjent. **Poziom najwyższy** dofinansowania wynosi do 100% kosztów kwalifikowanych netto (bez VAT). Takie dofinansowanie obowiązuje przy średnim miesięcznym dochodzie do 1 300 zł na osobę w gospodarstwach wieloosobowych lub 1 800 zł w gospodarstwie domowym jednoosobowym. Ponadto takie dofinansowanie mogą otrzymać osoby, które mają ustalone prawo do jednej z czterech form zasiłku - stałego, okresowego, rodzinnego lub specjalnego zasiłku opiekuńczego. Roczny przychód z tytułu prowadzenia przez wnioskodawcę lub małżonka wnioskodawcy działalności gospodarczej może wynosić

maksymalnie dwunastokrotność minimalnego wynagrodzenia za pracę. Dofinansowanie w najwyższym progu przewidziano dla osób ubogich energetycznie, czyli dla właścicieli budynków lub lokali, w których zapotrzebowanie na energię użytkową do ogrzewania wynosi powyżej 140 kWh/m² rocznie.

Poziom podwyższony – do 70% kosztów kwalifikowanych netto – obowiązuje przy miesięcznym dochodzie do 2 250 zł na osobę w gospodarstwach wieloosobowych lub 3 150 zł w gospodarstwach jednoosobowych. Roczny przychód z tytułu prowadzenia przez wnioskodawcę lub małżonka wnioskodawcy działalności gospodarczej może wynosić maksymalnie czterdziestokrotność minimalnego wynagrodzenia za pracę. **Poziom podstawowy** – dotacja do 40% kosztów kwalifikowanych netto – jest dla tych, których roczny dochód nie przekracza 135 000 zł.

Potwierdzony standard energetyczny domu

W ramach programu wprowadzono ponadto wymóg obowiązkowego potwierdzenia standardu energetycznego budynku – zarówno przed przeprowadzeniem inwestycji, jak i po. Służą temu:

- **przed realizacją przedsięwzięcia** – audyt energetyczny wraz z dokumentem podsumowującym audyt energetyczny (określa, jaki jest stan energetyczny budynku i jakie prace należy wykonać, żeby zmniejszyć zapotrzebowanie na energię do ogrzewania),
 - **po realizacji przedsięwzięcia** – świadectwo charakterystyki energetycznej (potwierdzi zmniejszenie zapotrzebowania na energię do ogrzewania).
- Oba te dokumenty muszą być podpisane przez osobę wpisaną do rejestru osób uprawnionych do sporządzania świadectw charakterystyki energetycznej i powinny być poprzedzone wizytą w domu.

Na audyt i świadectwo można również pozyskać dotację z programu Czyste Powietrze – łącznie do 1 600 zł.

Wypłaty na nowych zasadach

Dotacja jest wypłacana przez WFOŚiGW w całości lub w maksymalnie trzech częściach. Prewfinansowanie (zaliczka) w nowej odsłonie programu Czyste Powietrze możliwe jest tylko przez operatora i tylko w najwyższym oraz podwyższonym poziomie dofinansowania. Zaliczka wynosi do 35% i jest uwarunkowana przedłożeniem wraz z wnioskiem o dofinansowanie maksymalnie trzech umów z wykonawcami na realizację przedsięwzięcia. WFOŚiGW będzie wypłacać zaliczkę na konto wykonawcy na podstawie: dyspozycji beneficjenta, faktury zaliczkowej oraz listy sprawdzającej operatora, potwierdzającej spełnienie warunków programu.

Racjonalne wydatki

W nowym Czystym Powietrze określone zostały maksymalne kwoty dotacji w poszczególnych rodzajach kosztów kwalifikowanych. Ograniczono także poziom dofinansowania do prac towarzyszących niezbędnym do realizacji przedsięwzięcia, ale niebędących jego głównym elementem. Wyznaczono limity dotacji jednostkowych na metr kwadratowy powierzchni ocieplenia stropów, podłóg i ścian oraz za okna.

Lista zielonych urządzeń i materiałów (tzw. lista ZUM)

Beneficjenci programu Czyste Powietrze mogą skorzystać z listy ZUM, która pomaga w wyborze urządzeń i materiałów kwalifikujących się do dofinansowania. Lista ZUM jest obowiązkowa w przypadku wyboru: pomp ciepła, kotłów zgazowujących drewno oraz kotłów na pellet. Obecnie na liście znajdują się tylko te pompy ciepła, które mają badania z europejskiego laboratorium, potwierdzające zadeklarowane przez producenta parametry urządzenia.

Operator. Kto to, komu i w czym może pomóc?

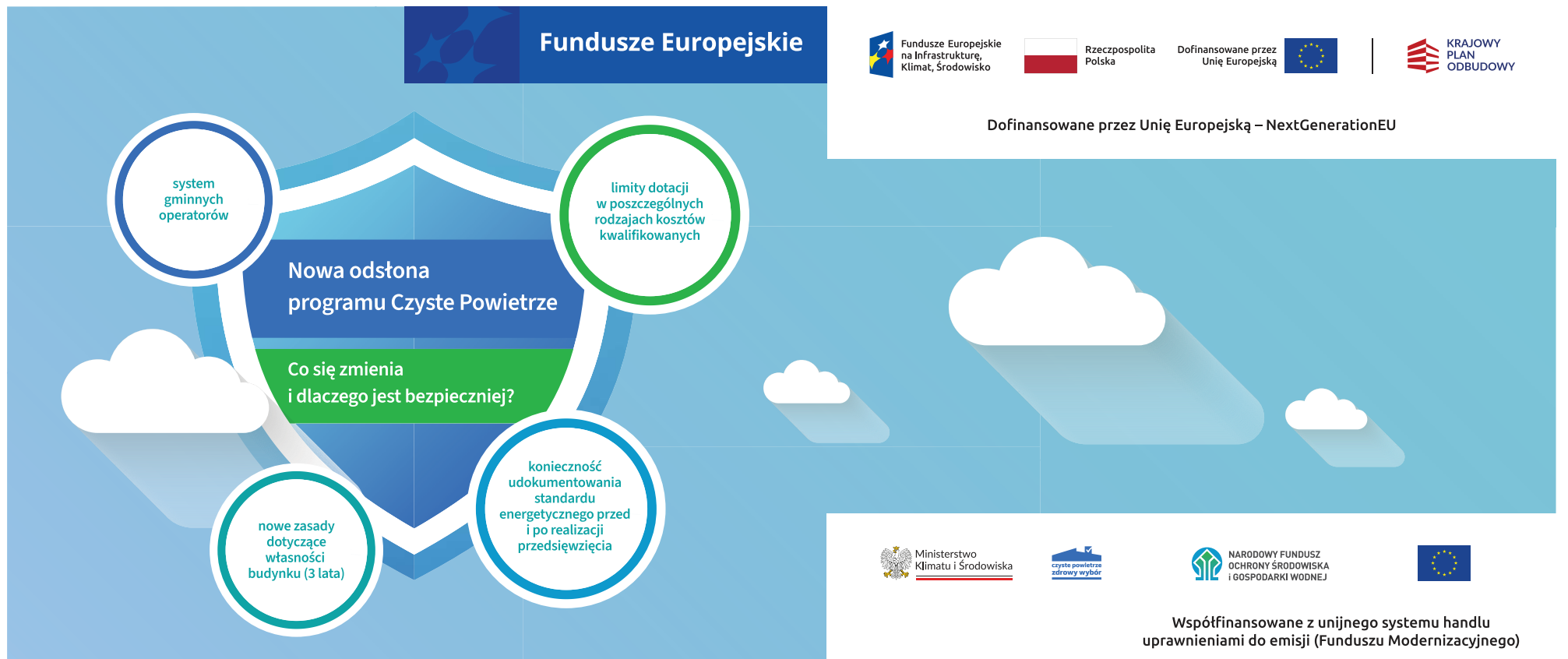
W ramach reformy wprowadzono ogólnopolski system operatorów. Operatorzy będą bezpłatnie wspierać beneficjenta krok po kroku, od podjęcia decyzji o dofinansowaniu, przez realizację przedsięwzięcia aż do jego zakończenia i rozliczenia.

- Jednym z priorytetów nowego programu Czyste Powietrze jest ukierunkowanie pomocy na osoby zagrożone ubóstwem energetycznym. To dla nich wprowadzamy system operatorów, którzy pomogą przejść przez cały proces pozyskiwania i rozliczania dotacji. Rola gmin jako operatorów jest kluczowa, bo to one są najbliższe mieszkańcom i posiadają wiedzę, kto najbardziej potrzebuje tej pomocy – mogą zachęcić do skorzystania z dotacji, a jednocześnie chronić mieszkańców przed nieuczciwymi praktykami – mówi Robert Gajda, zastępca prezesa NFOŚiGW.

Najwyższy poziom dofinansowania będzie dostępny tylko przy wsparciu operatora. Podobna sytuacja dotyczy dotacji z prefinansowaniem. W przypadku poziomu podwyższonego będzie to opcja do wyboru.

W pierwszym etapie operatorami będą gminy i WFOŚiGW. Nabór na gminnych operatorów rozpoczął się 7 marca i potrwa do 30 czerwca br. Za swoją pracę operatorzy dostaną ryczałtowe wynagrodzenie – 1700 zł za każdego skutecznie obsłużonego beneficjenta. Gminy są ważnym partnerem w realizacji programu Czyste Powietrze – 85 proc. gmin w kraju prowadzi gminne punkty konsultacyjno-informacyjne (PKI). Gminy posiadają już duże doświadczenie w zakresie wsparcia mieszkańców przy korzystaniu z dofinansowania, a pełnienie roli operatora pozwoli na rozwinięcie pomocy, jaką obecnie oferują mieszkańcom.

Szczegółowe informacje o programie są dostępne na stronie: czystepowietrze.gov.pl.



MICHAŁ LEKSIŃSKI: EVEREST TO NIE SPACEREK

Każdy, kto idzie po Everest jest wystawiony na naprawdę ciężką próbę. Ta góra potrafi pokazać złe oblicze, choć wierzę, że wpuści mnie na swój szczyt. Liczę też, że moje dotychczasowe, ekstremalne doświadczenia przygotowały mnie do zdobycia najwyższej góry świata – mówi Michał Leksiński, podróżnik, himalaista, sportowiec ekstremalny.

Zdobywa szczyty Korony Ziemi, prowadząc jednocześnie charytatywny projekt. W rozmowie z nami rozkłada swoją wyprawę na Everest na czynniki pierwsze

Tomasz Chudzyński

Czy Everest jest największym wyzwaniem w pańskiej dotychczasowej karierze sportowej, górskiej? Wielu himalaistów mówi, że ta góra jest stosunkowo prosta pod względem technicznym. Jednak, szczyt Everestu znajduje się na ogromnej wysokości...

Everest to zupełnie inna bajka, jeśli chodzi o moje dotychczasowe wyprawy. Ze zdobywaniem tej góry wiąże się mnóstwo wyzwań. Jest to przede wszystkim bardzo złożona ekspedycja. Trwa dwa miesiące, bo zdobywanie Everestu podzielone jest na wiele etapów, które poprzedzają sam atak szczytowy. W tym momencie nawet nie myślę o wierzchołku. Choć oczywiście główny cel wyprawy „mając na horyzoncie”, to przede wszystkim skupiam się na pomniejszych etapach, tych najbliższych. Chodzi o to, by w jak najlepszym zdrowiu każdy z nich pokonać. By przed finałem być silnym i zdrowym, szczęśliwie dotrzeć do wierzchołka i z niego wrócić. Rzeczywiście jest tak, że pod względem technicznym Everest nie ma najpoważniejszych wymagań wspinaczkowych. Natomiast nie jest to żaden spacer. Samo przejście przez labirynt lodospadu, Icefallu, który znajduje się pod szczytem, może nastręczać trudności. Ta ogromna masa lodu cały czas się przemieszcza. Co prawda, pokonać go pomagają przygotowane drabiny, liny, rozłożone pomiedzy głębokimi szczelinami, ale i tak jest to poważne wyzwanie.

Każdy kto zdobywa szczyt Everestu musi przetrwać bardzo długo w tzw. strefie śmierci, której granicę wyznacza wysokość 7,9 tys. m. Organizm dewastuje powietrze z niską zawartością tlenu, niskim ciśnieniem, powodując chorobę wysokościową...

Wysokość odgrywa ogromną rolę w tej wyprawie. Muszę jednak podkreślić pewną kwestię. Everest jest moim ósmym z dziewięciu szczytów Korony Ziemi. Jest jednym z etapów

większego projektu podróżniczego, projektu życiowego, który realizuję razem z Fundacją Happy Kids. Zdaję sobie sprawę, że nie ma w nim miejsca na sportowe ambicje, alpinistyczny wyczyn. W drodze na szczyt Everestu będę się wspomagał tlenem z butli, dzięki któremu, w dużej mierze upraszczając, można zachować więcej siły i zwiększyć swoje szanse na osiągnięcie szczytu. Niemniej, w ataku szczytowym praktycznie nie ma miejsca na odpoczynek. Na tej, ogromnej wysokości organizm nie trawi pokarmów, nie regeneruje się, trwa. Każdy, kto idzie po Everest jest wystawiony na naprawdę ciężką próbę.

Główny sezon wspinaczkowy na Mount Everest przypada w maju. Ustają wtedy ekstremalnie silne wichury, które wieją tu w innych miesiącach. Jak będzie wyglądał harmonogram wyprawy?

Do Nepalu wyruszę 10 kwietnia. Zostało zatem kilkanaście dni do rozpoczęcia wyprawy. To dość intensywny czas w moim życiu prywatnym i zawodowym. Nie będzie mnie dwa miesiące, ale życie przecież się toczy. Trzeba więc pewnie „bajpasy” uruchomić, żeby bliscy i współpracownicy odczuli w jak najmniejszym stopniu moją nieobecność. Czekam jeszcze trochę formalności, zarówno w kraju, jak i po dotarciu do Nepalu. W Katarze mam chwilę poczekać na pozwolenie na wspinaczkę. W tym czasie sprawdzę sprzęt. Kolejny etap to lot do Lukli, górskiej miejscowości położonej na wysokości ok. 2,5 tys. m. To główna brama do regionu Khumbu, części Himalajów, w której znajduje się Everest. Stamtąd rozpoczyna się liczący mniej więcej 14 dni trekking do położonej na wysokości ok. 5 tys. m. bazy znajdującej się pod górą. Ta wędrówka jest podzielona etapy, zróżnicowane pod względem pokonywanego terenu. Pierwszego dnia na przykład, jest tylko zej-

ście w dolinę. Ale już następnego, trzeba odbyć ok. 7 godzin wędrówki, wiodącej w górę. Są też dni przerwy na aklimatyzację, by organizm miał chwilę wytchnienia i mógł przyzwyczaić się do wysokości. Pod koniec kwietnia wyprawa dotrze pod Everest. Odpocznę, dzień lub dwa, po czym ruszę na sześciotysięczny szczyt Lobuche East, w ramach aklimatyzacji. Następnie, po odpoczynku, w okolicach majówki rozpocznie się właściwa akcja górską na Evereście. Najpierw będzie wyjście do obozu pierwszego, potem obozu drugiego, położonych na drodze do szczytu. W obozach się nocuje, odpoczywa, po czym wraca w dół. Generalnie w tej fazie trzeba „złapać” wysokość, wspinać się do 7 tys. m., po czym zregenerować się w bazie.

To stopniowanie wysokości ma zapobiegać chorobie wysokościowej. Badania wskazują, że gdyby człowiek bez odpowiedniej aklimatyzacji znalazł

się na szczycie Everestu, umarłby w ciągu kilku minut.

To prawda. Dlatego dopiero po specjalnym okresie rozpoznawczym, aklimatyzacyjnym, organizm człowieka jest przygotowany do funkcjonowania w warunkach niskiej zawartości tlenu i niskiego ciśnienia powietrza. Kiedy ten proces się zakończy, nastąpi okres oczekiwania w bazie na okno pogodowe, na przygotowanie trasy do szczytu, tzw. poręczowanie (rozciągnięcie nowych lin, do których w czasie wejścia wpinają się himalaiści). Mniej więcej od połowy maja pojawić się mogą warunki do ataku szczytowego. Ten trwa około sześciu dni. Taktyka wygląda następująco: wychodzi się od razu do obozu drugiego. Po noclegu rusza się do obozu trzeciego. Tu znów cała noc odpoczynku i rano następuje wymarsz do obozu czwartego na Przełęcz Południowej, na wysokości 8 tys. m. Tu już nocowania nie ma. Odpoczywa się kilka godzin, i wyru-

sza na szczyt. Chodzi o to, żeby wyjść około godziny 22 w kierunku wierzchołka i stanąć na nim nad ranem następnego dnia. Piątego dnia od ataku szczytowego rozpoczyna się powrót. Zejście do bazy zajmuje dwa dni. Zatem w domu powinienem być na przełomie maja i czerwca, lub na początku czerwca.

Zawsze pan stawiał na przygotowanie kondycyjne wydolnościowe do wypraw, wykorzystując różnego rodzaju nowatorskie metody treningowe. Wnioskuję, że i tym razem nie mogło być inaczej.

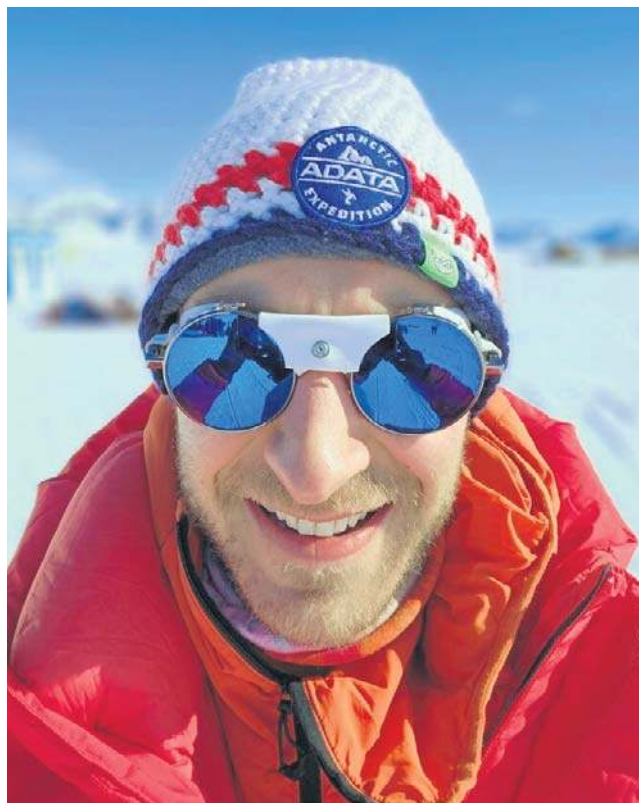
Zgadza się, jestem bardzo metodyczny w swoich przygotowaniach. Systematyczność pracy treningowej jest bardzo ważna. Staram się korzystać z doświadczenia i wiedzy mądrzejszych od siebie, m.in. himalaistów, którzy najwyższe szczyty Ziemi zdobywali. Wykorzystuję tradycyjne metody treningów, które zakładają zwiększanie objętości, intensywności, obciążeń, także trenowanie w dużym dyskomforcie, co ma mentalnie przygotować do wyzwań w czasie rzeczywistych wypraw. Dołączam jednak i pewne ponadstandardowe nowinki. Już wcześniej miałem do czynienia z treningiem hipoksyjnym, czyli takim, który odbywa się w warunkach obniżonej zawartości tlenu - co akurat wielkim novum nie jest. Dołączyłem natomiast do projektu, który realizuje m.in. moja żona, niezwykle utalentowana kardiolog i lekarz medycyny stylu życia. Pracuje ona w placówce, która zajmuje się sferą zachowania długowieczności, kompleksowym dbaniem o zdrowie na najwyższym poziomie. Kiedy jej współpracownicy usłyszeli o moim projekcie zdobycia Korony Ziemi, zaprosili mnie specjalnego programu. Zajęli się całym moim ciałem, od poziomu morfologii - wyprostowania wszystkich parametrów krwi, jej niedoborów, po mechanikę i motorykę całego ciała. Chodziło o wykrycie słabych punktów, dopraco-

wanie ich, żeby stały się mocniejsze. Opracowali mi także odpowiednią dietę. Krótko mówiąc, stałem się o wiele lepszą wersją samego siebie.

Rozumiem, że jest energia... Jest energia, ale jest też i motywacja. To szczególnie ważne stanie się na ostatnim etapie wyprawy, bo mówi się, że na szczyt Everestu wchodzi się głową, a nie nogami.

Jest pan ekspertem w sferze organizacji wypraw. To jeden z elementów podróznictwa, wyczynowej pasji. „Projekt: wyprawa”, pańska książka-poradnik, stała się kultowa. Ku mojemu zdziwieniu, każdego roku kilkadziesiąt sztuk tej książki się sprzedaje. Wydaje się więc, że ktoś próbuje tę wiedzę zgłębiać i mam nadzieję, skutecznie wykorzystywać.

Pytam o tę sferę organizacyjną, bo Everest jest drogi... Jest drogi, choć są tu pewne... widełki cenowe, a ostateczna stawka zależy od wielu elementów. Podstawowe koszty to loty, ubezpieczenia, żywność, zezwolenie na wspinaczkę od władz Nepalu. Jest też kwestia sprzętu (m.in. kombinezonu, butów, uprząży itp.), który jest drogi, ale zakładam, że ktoś, kto wybiera się na Everest nie jest osobą, która nie ma sprzętu i całość musi kompletować. Sama logistyka wyprawy i wsparcie agencji, które na miejscu organizują wyprawę, waha się od 40 tys. dolarów do nawet 150 tys. dol. Stawka zależy też od tego, z jakim operatorem, z jaką agencją się jedzie. Amerykańskie są najdroższe, polskie tańsze, miejscowe, nepalskie również. Wszystko natomiast zależy od „pakietu” wykupionej wyprawy. Są ekspedycje, które są często przedmiotem wielu kpin środowiska wspinaczy, krytykującego komercjalizację himalaizmu. Mówi się, że w bazie pod Everestem są namioty z trawą, z normalnymi łózkami, z biurkami do pracy... Rzeczywiście, są oferty pakietów vipowskich, które zapew-



Michał Leksiński podczas wspinaczki na Masyw Vinsona, najwyższy szczyt Antarktydy

FOT. ARCH. PRYWATNE

niają jak najwięcej wygód w bazie. Z drugiej strony, trzeba wiedzieć, że w trakcie ekspedycji, która trwa dwa miesiące, sama wspinaczka zajmuje jedynie ułamek. Cała górską działalność rozłożona jest w czasie z uwagi proces aklimatyzacji, przyzwyczajania organizmu do przebywania na dużych wysokościach. W bazie po prostu spędza się długie dni. Ci, których stać, korzystają z większych luksusów, a poszczególne agencje ściągają się w ich zapewnianiu. Rynek to ewidentnie przyjmuje. Co ciekawe, Everest jest drogi, ale nie najdroższy w tego typu wyprawach. Ja, w swoim projekcie gromadzenia Korony Ziemi, najbardziej kosztowny etap mam już na szczęście za sobą.

Dach Antarktydy? Najdalej od Polski położony punkt Korony Ziemi...

Chodzi właśnie o Masyw Vinsona na Antarktydzie. Cena wyprawy na najwyższy szczyt tego kontynentu jest narzucana przez mającego monopol operatora. Ona rośnie regularnie o 10 proc. i dzisiaj opiewa na ponad 60 tysięcy dolarów, czyli prawie ćwierć miliona złotych. Dekadę, 15 lat temu takie wyprawy kosztowały po 15 tysięcy dolarów. Oczywiście mówimy o zupełnie innych pod względem gospodarczym i sytuacji międzynarodowej czasach,



FOT. ARCH. PRYWATNE

Na Górze Kościuszki w Australii. To jeden ze szczytów Korony Ziemi

kiedy siła nabywca pieniądza była inna. Niemniej, to wszystko pokazuje, że akurat ten kierunek na mapie Korony Ziemi będzie nadal najdroższym ze wszystkich. Natomiast każda z wypraw wymaga finansowego wsparcia, o ile jej uczestnik nie ma środków ze stałego kontraktu sponsorskiego. Ja cały poprzedni rok starałem się o zabezpieczenie sponsorów, zainteresowałem swoim projektem fantastyczne marki. Obok firm wspierają mnie samorządy - miasto Szczecin, miasto Toruń, województwo kujawsko-pomorskie... Dzięki sponsorom mogę w komfortcie na tę wyprawę jechać, o środki się nie martwić

i skupić na górze. Warto natomiast dodać, że wokół projektu Korony Ziemi jest skupiona pewna społeczność. Mogłbym tę wspierającą mnie grupę ludzi poprosić, za pomocą mechanizmów zbiorów internetowych, o finansowe wsparcie wyprawy na Everest. Jednak dzięki sponsorom nie muszę tego robić, a zaangażowanie społeczności wykorzystać na zbiórkę na rzecz fundacji Happy Kids.

Pański projekt Korony Ziemi ma też stronę charytatywną. Współpracuje pan w tej kwestii z fundacją Happy Kids, od samego początku.

Tak. Krótko mówiąc - przy okazji wypraw, wspieramy dzie-

ciaki. Staramy się robić coś dobrego. Niebawem uruchomimy zbiórkę na rzecz programu usamodzielnienia młodych ludzi - podopiecznych fundacji. To idea wsparcia młodzieży z pieczy zastępczej, która osiąga pełnoletność. By pomóc im wejść w dorosłość, usamodzielnic się, zapewnić im dobry start, wspierać rozwój, ale i realizację ich pasji. Programem objętych jest łącznie 40 osób. Do jego realizacji potrzeba około 15 tys. zł rocznie, na jednego podopiecznego. Będziemy zatem zbierać wielokrotność tej kwoty. Im więcej zbierzemy, tym więcej osób będzie mogło uzyskać wsparcie.

CV

Michał Leksiński zwiedził ponad 50 krajów. Kolekcjoner najwyższych skoków świata na bungee. Twórca charytatywnego projektu „7 Happy Summits” – Korony Ziemi dla Fundacji Happy Kids. Z wykształcenia politolog. Manager projektu i rzecznik prasowy Zimowej Narodowej Wyprawy na K2 17/18. Autor książki „Projekt: Wyprawa” o public relations i projektowaniu komunikacyjnym wypraw. Wspiął się na 7 kontynentach, zdobywając dotąd 7 z 9 szczytów Korony Ziemi. Przeszedł drogę od kursów wspinaczki wysokogórskiej po wyprawę w Alpy, Pamir, Andy. Oprócz szczytów Korony Ziemi brał udział w wyprawie na Pik Lenina w Kirgistanie (7120m), Damavand w Iranie (5624m). W Europie m.in. zdobył najwyższy szczyt Słowenii (Triglav), Austrii (Grossglockner) czy słynny Ząb Giganta we Francji uznawany za jeden z trudniejszych 4-tysięczników.

Po Evereście, do kompletu Korony Ziemi, czekać będzie jeszcze na pana najwyższy szczyt Ameryki Północnej, który obecnie, po decyzji nowego prezydenta Stanów Zjednoczonych zmienia ponownie nazwę na Mount McKinley (z indiańskiej Denali). Jeśli Everest wpuści mnie na swój szczyt w tym roku, to mam nadzieję, że może w 2026, albo 2027 roku ruszyłbym na Denali, żeby spotkać się z tą górą po raz trzeci. Taki jest plan. Byłoby to zamknięcie projektu. To jest też dosyć ciekawy aspekt. Everest jest jedyną górą Korony Ziemi, na której jeszcze nie byłem. Denali próbowałem

zdobyc dwukrotnie. Ta góra „przeczołgała” mnie bardzo mocno, w każdym aspekcie. Musiałem przetrwać burze śnieżne na wysokości 6 tysięcy metrów, pokonać lodowiec z wybitym barkiem... Z drugiej strony jednak, te doświadczenia budowały moją odporność na różne trudne sytuacje, przygotowywały na nie. Everest może również pokazać złe oblicze... Co ciekawe, rozmawiałem z zaprzyjaźnionymi, doświadczonymi wspinaczami o warunkach panujących na tej górze. Usłyszałem, że jeśli przeżyłem najgorszą pogodę na Denali, to na Everest jestem gotowy.

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

0011291959

ENERGIA JUTRA

ZACZYNA SIĘ DZIŚ



ORLEN Vitay – wygodna, technologia i przyszłość w jednym miejscu

ORLEN Vitay to nowoczesne narzędzie, które łączy wygodę płatności za paliwo, dostęp do promocji i usług, a także ofertę gastronomiczną. Do 2035 roku, zgodnie ze Strategią ORLEN, Vitay ma stać się centrum integrującym wszystkie usługi Grupy, oferując kompleksową obsługę – od płatności za energię po ofertę detaliczną.

ORLEN intensywnie rozwija swój segment detaliczny, stawiając na cyfryzację i wygodę klientów. Aplikacja ORLEN Vitay już teraz pozwala na realizację wielu codziennych czynności – od płatności za paliwo po korzystanie z programów lojalnościowych. Dzięki funkcji ORLEN Pay użytkownicy mogą szybko i wygodnie zapłacić za paliwo bez konieczności stania w kolejce. Aplikacja daje również dostęp do spersonalizowanych promocji, a nawet pozwala na zdalne wezwanie pracownika stacji – rozwiązanie stworzone z myślą o osobach z niepełnosprawnościami.

Strategia ORLEN na 2035 rok zakłada dalszy rozwój tej platformy. Już te-

raz klienci mogą przeglądać ofertę stacji, sprawdzać dostępność produktów w sklepach i opłacać rachunki za usługi energetyczne. W przyszłości aplikacja stanie się centralnym punktem integrującym wszystkie usługi Grupy, oferując jeszcze szerszy wachlarz funkcji.

Więcej niż paliwo

Stacje ORLEN to już nie tylko miejsca do tankowania paliwa, ale także przestrzenie, w których klienci mogą zaspokoić inne potrzeby. Stop.Cafe zyskało dużą popularność, oferując bogaty wybór kaw, napojów oraz dań obiadowych, w tym sezonowych propozycji zmieniających się wraz z porami roku. Na wiosnę tego roku ORLEN przygotował szereg

nowości – oprócz klasycznych hot dogów w menu znajdują się także sezonowe odsłony kanapek i dań lunchowych.

ORLEN konsekwentnie dostosowuje ofertę do zmieniających się potrzeb klientów, wprowadzając m.in. produkty bez cukru oraz opcje wegetariańskie. Na szczególną uwagę zasługują świeżo wyciskane soki, które zachowują pełnię wartości odżywczych i świeżość.

Integracja usług – przyszłość Grupy ORLEN

Zgodnie ze Strategią 2035 ORLEN stawia na pełną integrację swoich usług, a aplikacja Vitay ma odegrać kluczową rolę w tym procesie. Do 2030 roku liczba użytkowników aplikacji ma wzrosnąć do 8 milionów, a do 2035 roku – do 10 milionów. Już teraz klienci mogą w niej opłacać rachunki za energię czy pobierać e-faktury, a w przyszłości



Vitay stanie się jeszcze bardziej kompleksowym narzędziem do zarządzania codziennymi sprawami.

Aktualnie klienci ORLEN mogą korzystać z ponad 3,5 tysiąca stacji ORLEN w siedmiu krajach Europy, a dalsze inwestycje w in-

frastrukturę mają ułatwić klientom dostęp do nowoczesnych rozwiązań. Rozwój sieci obejmuje także usługi paliwowe i alternatywne, w tym rozbudowę sieci ładowarek do samochodów elektrycznych oraz stacji wodorowych.

ORLEN nieustannie inwestuje w technologię i usługi, które upraszczają codzienność. Dzięki aplikacji ORLEN Vitay korzystanie z oferty Grupy staje się wygodne, szybkie i kompleksowe – wszystko w jednym miejscu.



Zespół Teatru razem - zdjęcie rodzinne



„Kto się boi dzikich stworów?”

20 LAT RAZEM, CZYLI TEATR, KTÓRY ŁĄCZY ŚWIATY

21 marca w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim świętował swoje 20-lecie Teatr Razem. Jego aktorami są osoby z niepełnosprawnością intelektualną, w większości z zespołem Downa. Teatr został założony z inicjatywy Jarosława Rebelińskiego

Grażyna Antoniewicz

Często zadają mi pytanie, jak to się zaczęło? I chyba zaczęło się z silnej potrzeby, z przekonania, że teatr zwraca człowieka do świata, w najprostszym, ludzki sposób – mówi Jarosław Rebeliński. – Pomyślałem: Dlaczego scena nie miałaby być miejscem do pokazania, kim są osoby z niepełnosprawnością? Miejsce zdjęć z nich maski, która wiąże się z niepełnosprawnością? Pochodzę z małego miasta, z Ciechanowa. Dzięki teatrowi, kolokwialnie mówiąc, „wyszedłem na ludzi”. Byłem łobuzem, który miał duże szanse na to, żeby zboczyć z torów. Wtedy pojawił się teatr, poznałem Janusza Gawrysiaka, zacząłem chodzić na zajęcia do domu kultury i zobaczyłem cel oraz sens w życiu. Kiedy zacząłem pracować z osobami z niepełnosprawnościami, wiedziałem, że teatr będzie dla nich równie ważną platformą wypowiedzi i zaistnienia.

Muzyka: Remont Pomp

Przez wiele lat z Teatrem Razem współpracował zespół Remont Pomp, prowadzony przez Jarosława Marciszewskiego. Grupa, działająca od 2003 roku przy Polskim Stowarzyszeniu na Rzecz

Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną, nagrywała m.in. z Mikołajem Trzaską. Inspirowana muzyką etniczną, eksploruje także obszary muzyki eksperymentalnej grając na nietypowych instrumentach, takich jak kieliszki, dzbany, log drum, tank drum czy merlang.

– Jarek Marciszewski jest osobą ważną dla naszego teatru, bardzo długo tworzył muzykę do naszych spektakli – wspomina Jarosław Rebeliński. – Znamy się od przeszło 20 lat. Spotkaliśmy się w Integracyjnym Klubie „Winda” (Gdański Archipelag Kultury), bo właśnie w „Windzie” u Kasi Burakowskiej zaczynałem. Po roku mojej pracy powstał teatr. Chciałem, żeby sztuka łączyła ludzi. Żeby scena była miejscem spotkania, gdzie nie ma podziału na sprawnych i niesprawnych, tylko są po prostu ludzie. I żeby osoby z niepełnosprawnością mogły na tej scenie próbować nowych ról, pokazywać się z różnych stron. Żeby dostawały za to brawa, uznanie, dobre słowo. Bo robią rzeczy wartościowe, prawdziwe, fajne. Dlatego też, stworzyłem festiwal Akcept, który miał dziewięć edycji w latach 2010-2018. Festiwal był miejscem spotkań środowiska artystów, nie tylko z niepełnosprawnościami, ale

też muzyków, plastyków, performerów.

Nasz rozmówca zaznacza, że dla niego było to coś bardzo wyjątkowego: budowanie poczucia „ja”, wychodzenie poza schemat, poza stereotyp osoby z niepełnosprawnością. Bo kiedy na scenie spotykają się ludzie, a nie etykiety, zaczyna się prawdziwa rozmowa.

W tamtym okresie Teatr Razem tworzył każdego roku nowy spektakl, którego premiera miała miejsce podczas Festiwalu Akcept. Aktualnie muzykę do spektakli Teatru Razem tworzą niezależni artyści, Jan Elf Czerwiński i Piotr Kolasa.

Nowy rozdział

W roku 2019 Jarek Rebeliński odszedł z GAK-u, a do teatru dołączyła Dorota Bielska – zawodowa reżyserka. W roku 2020 zespół na deskach Teatru Miniatura zaczął pracę nad spektaklem „Plemię” według „Piotrusia Pana”. Nie-

stety, do premiery, z powodu pandemii, nie doszło. Potem, przez krótki okres czasu Teatr Razem był bezdomny, ale w roku 2022, na zaproszenie dyrektora Agaty Grendy, stał się stałym rezydentem Gdańskiego Teatru Szekspirowskiego. Wielkim sukcesem okazał się spektakl „Podchodzisz moją samotność” w reżyserii Doroty Bielskiej, inspirowany sztuką „Romeo i Julia”, który znalazł się w Konkursie o Złotego Yoricka podczas Festiwalu Szekspirowskiego w roku 2023.

Kocham moją ekipę

Zespół Teatru Razem liczy ośmiu stałych aktorów. Jego skład na przestrzeni lat niewiele się zmieniał. Każdy z aktorów to interesująca indywidualność. Michał Milka, który był w Teatrze Razem od początku jego działalności, w książce Doroty Bielskiej „Michał Milka. Łącząc światy” tak opowiada o swoich kolegach i koleżankach:

CHCIAŁEM, ŻEBY SZTUKA ŁĄCZYŁA LUDZI. ŻEBY SCENA BYŁA MIEJSCEM SPOTKANIA, GDZIE NIE MA PODZIAŁU NA SPRAWNYCH I NIESPRAWNYCH

„Teatr Razem – grupa interesująca, magiczna, wspaniała! Marysia Krzempka – wyjątkowo piękna i mądra kobieta. Ma wielki talent jako aktorka i malarka. Kocha tańczyć. Czasem spokojna, czasem szalona. Gosia Błaszczak to nasza chichotka. Mówimy na nią Małgoszka – to pochodzi z piosenki Osieckiej. Uwielbia wygłupy. Lubi sprzątać i lubi potem relaks. I szydełkować. Wojtek Leszczuk też umie pożartować. Interesuje się historią i geografiami. Ma wielką wiedzę! Jest super gościem. Łukasz Gawlik uwielbia horrory i mówi o sobie, że jest łobuzem. Nurkuje, jeździ na koncerty rockowe. Wielki kibic Lechii. Jest buntowniczy, bardziej taki buntownik. Jarek Frykowski to prawdziwy przyjaciel, kochany psotnik, dużo się śmieje. Jestem z nim bardzo zżyty od lat. Byliśmy w jednej klasie. Lubi, tak jak ja, Harry’ego Pottera i przygodówki. Ekstra facet. Kocham moją ekipę. Bardzo dobrze się z nimi czuję. Dają motywację do życia. Teatr Razem jest tylko jeden – i on tylko rządzi!”

Obecnie skład zespołu nieco się zmienił. Dołączyli Agata Prud, Agata Komorowska i Jakub Moszyński, natomiast Michał Milka, Jarek Frykowski i Wojciech Leszczuk przeszli na teatralną emeryturę.

Kto się boi dzikich stworów?

Trudno wskazać, które przedstawienie Teatru Razem jest najciekawsze czy najważniejsze. Na uwagę zasługuje spektakl dla młodszej widowni – piękny plastycznie i muzycznie „Kto się boi Dzikich Stworów”, w reżyserii i według scenariusza Doroty Bielskiej. Utrzymany w konwencji teatru lalek, spektakl opowiada historię pary nastolatków, którzy przez przypadek trafiają do świata Dzikich Stworów. Zespół, przy pomocy masek, wciela się w role baśniowych postaci.

– Ten spektakl to eksperyment – opowiadała przed premierą w grudniu 2023 roku Dorota Bielska. – Długo szukałam odpowiedzi, jak rozmawiać z dziećmi o świecie osób z niepełnosprawnością. Ostatnią rzeczą, jaką chciałam zrobić, było moralizowanie czy „wychowywanie” młodego widza. W rozmowach z naszymi aktorami wyszliśmy od tematu strachu. Mówili, że wiele osób ich „nie lubi”, bo się ich boi – właśnie dlatego, że są inni. Ale czym się tak naprawdę różnią, trudno powiedzieć. W trakcie naszych długich rozmów pojawił się pomysł innego, dzikiego, odrębnego świata. Kiedy zaczynamy poznawać jego mieszkańców, Dzikie Stwory, ich historie,

problemy, marzenia i nadzieje – zaczynamy ich lubić. A kiedy kogoś lubimy, przestajemy się go bać. Chcemy, żeby widz wychodził z teatru z refleksją, że być może nie jesteśmy aż tak różni. A nawet jeśli jesteśmy – możemy się lubić i szanować.

Moje piękne ciało

– Marysia mówi o sobie, że jest artystką multimedialną – opowiadają rodzice Marii Krzempek. – Mamy w pamięci wiele spektakli, także tych z sprzed kilkunastu lat. Czasem przecieraliśmy oczy ze zdumienia widząc genialne pomysły reżyserskie i plastyczne, dowcipną scenografię. Byliśmy zdumieni tym, jakie cuda można wyciągnąć z naszych dzieciaków, z jaką pasją one do tego podchodzą. Niesamowite jest również to, że po nich nie widać tremy. Pewnie wewnętrznie przeżywają, ale na zewnątrz – pełen profesjonalizm.

Krzysztof Krzempek jest fotografikiem, który od wielu lat towarzyszy Teatrowi Razem z aparatem, dokumentując pracę zespołu. Jest również kuratorem wystawy fotograficznej podsumowującej 20 lat działalności teatru, która z okazji jubileuszu teatru została zaprezentowana w sali podwieszanej GTS, i można ją oglądać do 5 maja 2025 r. Ulubiony spektakl Państwa Krzempeków



„Podchodzisz moją samotność” – spektakl premierowy w Teatrze Szekspirowskim

to „Anatomia ciszy”. Scenariusz został napisany na podstawie przemyśleń i wypowiedzi aktorów, na temat ciała, miłości, życia.

– Bardzo to jest wstrząsające i wzruszające. Do tego świetna muzyka, która buduje nastrój, i gra dużą rolę w tym spektaklu. Teksty piosenek, napisane przez Dorotę, są przejmujące. A przy tym wszystko jest nowoczesne i na najwyższym poziomie – zapewniają rodzice aktorki.

Również Jarek Rebeliński, który od kilku lat jest scenografem nowych spektakli, uważa spektakl za znakomity.

– Ten spektakl jest najbliższy mojemu sercu – mówi. – Gramy go na Scenie Magazyn, w bardzo małej przestrzeni. Aktorzy są blisko widzów, na wyciągnięcie ręki, opowiadają o ciele. To naprawdę wzruszające, kiedy jeden z naszych aktorów jeżdżący na wózku, mówi, że ma piękne ciało. W czasie pracy nad spektaklem odmówił opowiadania o jeżdżeniu na wózku, bo uważa, że to nie ma znaczenia. On lubi swoje ciało, takie, jakie jest. Uważa siebie za pięknego, umięśnionego mężczyznę. To mnie absolutnie porusza, dogłębnie. Oni nas leczą z kompleksów.

Wszyscy w zespole lubią być na scenie

Próby aktorów i aktorek Teatru Razem, trwają niekiedy nawet 10 godzin.

– Wielogodzinne próby, to ogromny wysiłek, ale Marysia nie wyobraża sobie życia bez teatru – mówią rodzice Marii Krzempek. – Ostatnio osłabiona po tygodniu choroby, gorączce, brania antybiotyku przyszła i zagrała.

– Co o nas dobrzenie świadczy – śmieje się mama, Kornelia Krzempek.

– W zespole są tylko osoby, które naprawdę lubią być na scenie. Wszyscy członko-

wie Teatru Razem chcą i potrafią pracować. Wiadomo, że każdy aktor jest inny – każdy coś robi lepiej, a czegoś innego nie potrafi. Mają też trudności, których nie da się przekroczyć, choćby wózek. Trzeba to brać pod uwagę przy pisaniu scenariusza i budowaniu spektaklu, – mówi szef zespołu – ale poza tym pracują jak każdy inny aktor. Po prostu próbują, próbują, próbują... aż do momentu, gdy osiągamy ostateczny efekt.

– W naszej sytuacji – dodaje Dorota Bielska – ogromną rolę odgrywają również rodziny aktorów. Rodzice pomagają z transportem, na przykład wtedy, gdy próby kończą się późnym wieczorem, organizując posiłki, wspierają logistykę.

– Dwadzieścia lat temu część rodziców osób z niepełnosprawnościami nie pozwalała swoim dzieciom na pracę w zespole teatralnym, a część traktowała teatr jedynie jako formę zabawy. Dziś jest inaczej. Rodzice wiedzą, jak ważna jest dla ich dzieci praca w teatrze i traktują ją bardzo poważnie. Rozumieją, że okres przed premierą wiąże się z intensywniejszymi próbami, wtedy nie planują niczego, co mogłoby nam przeszkodzić. Ta zmiana podejścia jest ważna i znamienita. Ale wciąż potrzebne są zmiany systemowe – mówi Jarosław Rebeliński.

CV

Teatr Razem, istniejący od 2005 roku, powstał w ramach współpracy Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intellectualną z Gdańskim Archipelagiem Kultury. Od początku teatr tworzyli wolontariusze i podopieczni programu „Best Buddies”. Jego celem jest tworzenie sieci przyjaźni między osobami z niepełnosprawnością intelektualną oraz pełnosprawną młodzieżą z gdańskich szkół i uczelni. Od 2022 r., kiedy teatr znalazł dom w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim i uzyskał wsparcie finansowe Miasta Gdańska, możliwości inscenizacyjne oraz znacznie większe budżety, pozwalają zespołowi realizować coraz bardziej ambitne i interesujące spektakle. To realny krok na przód, nie tylko dla teatru, ale też dla zmiany społecznej świadomości. W przypadku Teatru Razem nie mówimy już bowiem o teatrze integracyjnym, lecz po prostu o teatrze profesjonalnym, w którym występują aktorzy z niepełnosprawnościami.

MATERIAL INFORMACYJNY T-MOBILE

0011295192

Poznajmy się! Burzimy bariery sąsiedzkie z Dawidem Podsiadło i T-Mobile

Żyjemy blisko siebie. Kontakt z drugim człowiekiem jest na wyciągnięcie ręki – swoich sąsiadów, współpasażerów znamy doskonale... z widzenia. Tworzymy niewidzialne bariery, które często są trudniejsze do przebicia niż ściany między mieszkaniami. Czy możemy coś z tym zrobić? Jak zburzyć bariery między sąsiadami? Na te pytania odpowiadają T-Mobile i Dawid Podsiadło w ramach kolejnej odsłony kampanii #BurzimyBariery. Pretekstów do wspólnych chwil dostarczają wyjątkowe okazje w programie Magenta Moments!

Sąsiad, towarzysz podróży do pracy komunikacją miejską, przechodzień – do przełamania barier, które nas od nich dzielą, wystarczy często uśmiech, pomachanie ręką, drobny gest. Wszystko po to, aby razem żyło nam się lepiej, a sąsiad przestał być anonimową osobą z drugiego końca korytarza.

T

SĄSIEDZI, POZNAJMY SIĘ! ŁĄCZY NAS WIĘCEJ NIŻ ADRES

WIĘCEJ SĄSIEDZKICH OFERT W MAGENTA MOMENTS W APLIKACJI MÓJ T-MOBILE.

#BurzimyBariery
Dołączasz?

Burzymy bariery – poznajemy się!

Nawet niewidzialna bariera może okazać się niełatwa do przezwyciężenia. Dlatego, aby skutecznie burzyć

bariery sąsiedzkie, przyda się wsparcie w postaci angażującego programu Magenta Moments w T-Mobile. To dostęp do najlepszych okazji, które stworzą świetną moż-

liwość do przełamania lodów i nawiązania rozmowy. Chociażby przy wspólnej kawie! W aplikacji „Mój T-Mobile” klienci otrzymują e-bon o wartości 10 zł uprawniając-

cy m.in. do odbioru dowolnej kawy gratis w Żabce, aby móc napić się jej z drugą osobą. Codziennie w aplikacji pojawia się nowa pula kodów do wykorzystania.

Jeśli kawa pomogła nawiązać pierwszą rozmowę, z pewnością wspólne wyjście do kina pomoże się Wam zintegrować. W każdy czwartek użytkownicy programu Magenta Moments mogą odebrać dwa kody umożliwiające zakup biletów do Cinema City w wyjątkowej cenie 10 zł każdy. Z kim i na który film wybieriecie się najpierw?

Po udanym seansie – albo po prostu podczas przerwy na lunch – warto przekąsić coś smacznego. W każdą środę klienci Magenta Moments mogą odebrać kody uprawniające do zakupu 2 małych tortilli w cenie 1 w Bafra Kebab. A jak wiemy, nic tak nie sprzyja dobrej rozmowie jak wspólny, pyszny posiłek. Trzy proste kroki – i bariera zburzona!

Uśmiechnij się do kogoś, kogo (jeszcze) nie znasz!

Więcej informacji o ofercie znajdziesz w aplikacji „Mój T-Mobile” w zakładce Moments.

LEJE PO POCISKACH BYŁY ICH GROBEM

80 lat temu w Malborku mogło dojść do zdarzeń, o których dużo później mówiła cała Polska, a nawet Europa. Prawdopodobnie na przełomie marca i kwietnia 1945 roku powstała masowa mogiła przy obecnej ulicy Sierakowskich. Wykład dr hab. Moniki Tomkiewicz z Instytutu Pamięi Narodowej pomógł tym, którzy znają sprawę (czyli zdecydowanej większości słuchaczy), usystematyzować wiedzę. Od czasu zakończenia śledztwa przez IPN pojawiły się nowe fakty

Radosław Konczyński

Limą 1945 roku przez Malbork przetoczyła się Armia Czerwona prowadząca ofensywę, której celem będzie Berlin. Obłężenie trwało od końca stycznia do pierwszych dnia marca. 28 października 2008 r., przy ówczesnej ul. Solnej, a dzisiejszej Sierakowskich, w bezpośrednim sąsiedztwie kompleksu zamkowego, podczas prac ziemnych przed rozpoczęciem budowy czterogwiazdkowego hotelu (ostatecznie nie powstał) natrafiono na pierwsze ludzkie szczątki. Potem okazało się, że to masowa mogiła. Prace ekshumacyjne, w których brał udział również antropolog z Niemieckiego Związku Ludowego Opieki nad Grobami Wojennymi, zakończono 31 marca 2009 r.

„Teren objęty pracami ekshumacyjnymi zajmował powierzchnię od 4000 do 5000 metrów kwadratowych” – czytamy w opinii jednego z biegłych powołanych w śledztwie prowadzonym przez Instytut Pamięi Narodowej. „Głębokość zalegania szczątków jest zróżnicowana. W części zachodniej, bezpośrednio pod ścianą budynku dawnego kina, kości znajdowały się około 1 metra od powierzchni. W części wschodniej, na tyłach nieistniejących budynków przy ul. Solnej, kości zalegały nawet od 3 do 3,5 m poniżej obecnego poziomu terenu. Związane to było z pracami inwazyjnymi w okresie powojennym: w miejscu, w którym powstały pawilony handlowo-gastronomiczne z infrastrukturą podziemną”.

Sprawę najpierw prowadziła Prokuratura Rejonowa w Malborku, która następnie przekazała ją IPN – Komisji Ścigania Zbrodni przeciwko Narodowi Polskiemu. Postępowanie zostało wszczęte „w sprawie zaistniałego na początku 1945 r., nie później jednak niż na przełomie marca i kwietnia, w Malborku naruszenia prawa międzynarodowego poprzez dopuszczenie się zabójstwa wobec około 2120 osób, jeńców wojennych oraz



To był spory szok w Malborku, gdy na dużym terenie w centrum miasta – tyle lat po wojnie – z każdym dniem odkrywano coraz więcej ludzkich szczątków w masowej mogile

ludności cywilnej obszaru okupowanego, zajętego w wyniku działań zbrojnych, których szczątki ujawniono po dniu 28 października 2008 r. podczas prac budowlanych przy ulicy Solnej”. Na tamtym etapie nie było wiadomo, kto został złożony czy wrzucony do mogiły.

Zabezpieczone szczątki ludzkie zostały złożone w 109 trumnach. Jak wyjaśnia dr hab. Monika Tomkiewicz z IPN w Warszawie, która również pracowała nad zbadaniem tej historii, część szczątków wyselekcjonowanych przez biegłych z trumny o numerze 109 została przekazana do Zakładu Medycyny Sądowej Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego do dodatkowych badań identyfikacyjnych i wydania pisemnej opinii na temat ustalenia przyczyn i czasu śmierci.

Biegły z zakresu medycyny w swojej opinii podał, że mogiła zawierała szczątki 2116 osób, licząc kości udowe, lub 2111 osób, licząc czaszki. Wyliczył, że po zakończeniu działań wojennych złożono tu ciała 1001 kobiet, 381 mężczyzn, 377 dzieci, a w 352 przypadkach nie udało się zidentyfikować ani wieku, ani płci.

– Jednak nie można wykluczyć, że w czasie prac identyfikacyjnych nie rozpoznano wszystkich kości udowych oraz czaszek. Powodem tego było znaczne rozczłonkowanie kości i duże zanieczyszczenie ziemią – tłumaczy Monika Tomkiewicz.

Marienburg – Malbork, 1945 rok

Zdobycie ówczesnego Marienburga, dawnej stolicy państwa zakonu krzyżackiego, obok propagandowego, miało praktyczne znaczenie. Chodziło o przeprawę na Nogacie i możliwość przetrzutu ciężkiego sprzętu na Żuławę w celu osiągnięcia linii Wisły. Cofającą się z Prus Wschodnich armia niemiecka oraz nacierające jednostki Armii Czerwonej w styczniu 1945 roku rozpoczęły wyścig, którego stawką było opanowanie linii Nogatu.

23 stycznia 1945 r. pierwsze radzieckie czołgi, które za bardzo wysforowały się podczas ofensywy, pojawiają się w pobliżu Malborka, ale nie dostają się do miasta. Dwa dni później jednostki 8. Korpusu Zmechanizowanego 2. Armii Uderzeniowej wkraczają do Marienburga.

Z ustaleń dr. Tomasza Glińskiego, elbląskiego historyka, poczynionych na podstawie dokumentów, wynika, że miasta mogło bronić około 3 tysięcy osób, w tym zmobilizowani na szybko cywile, a wśród nich młodzież od 16. roku życia. Duże szkody Sowietom wyrządziła artyleria przeciwlotnicza wykorzystana przez Niemców do walk w mieście, a także panzerfausty.

– Sowietci zdobywają 90 procent miasta – mówił Tomasz Gliński podczas jednego z wykładów w ramach „Spotkań z historią” w Muzeum Miasta Malborka. – Nie zdobywają części Starego Miasta, zamku i najważniejszego: przepraw na rzece. Czyli cała ta wielka akcja bierze – przynajmniej na początku – w łeb, dlatego że bez piechoty próbują atakować ciężkim sprzętem żołnierzy, którzy są dobrze chronieni w budynkach.

Jak podkreślał historyk, wbrew temu, co podawała radziecka propaganda, 26 stycznia 1945 roku Marienburg nie został zdobyty. W kolejnych dniach, gdy Sowietci opanowali większą część miasta, toczyły się walki o zamek i mosty. Gdy jednak w połowie lutego Armia

Czerwona przełamała linię Nogatu w okolicach Elbląga, malborskie przeprawy straciły dla Sowietów strategiczne znaczenie związane z przetrzuciem ciężkiego sprzętu. Także dla Niemców z każdym dniem utrzymywanie tego przyczółka miało się z celem. Gdy po stronie sowieckiej zapadł rozkaz zdobycia zamku, zanim przystąpili do szturm, Rosjanie usłyszeli w nocy z 8 na 9 marca detonacje. Wycofujący się Niemcy wysadzili mosty w powietrze.

Kiedy powstała mogiła?

Do czasu odkrycia w 2008 r. mogiły przy ulicy Solnej nikt w Malborku nie wiedział o istnieniu tak dużego masowego grobu. Śledczy, badając sprawę, musieli zagłębić się w lokalną historię. Monika Tomkiewicz przypomina, że od końcówki stycznia do połowy kwietnia 1945 roku miasto znajdowało się pod wyłączną kontrolą administracji Armii Czerwonej.

– 27 marca do miasta przybyli przedstawiciele grupy operacyjnej polskiego Ministerstwa Administracji Publicznej w celu utworzenia Starostwa Powiatowego – informuje dr hab. Monika Tomkiewicz. – Od kwietnia 1945 roku miasto znajdowało się pod całą pewnością okres od wkroczenia do miasta Armii Czerwonej do momentu pojawienia się w Malborku pierwszych polskich repatriantów przybyłych ze wschodu pod koniec kwietnia lub na początku maja 1945 roku. Najbardziej prawdopodobny jest okres przełomu marca i kwietnia.

To by wyjaśniało, dlaczego wiedza o istnieniu dużej mogiły w okolicy zamku była praktycznie żadna wśród mieszkańców w kolejnych dziesięcioleciach. Najprawdopodobniej zadbali o to Sowietci. W toku śledztwa strona polska pytała Prokuraturę Generalną Federacji Rosyjskiej o to, czy w rosyjskich archiwach znajdują się ślady powstania w Malborku grobu masowego w 1945 r. W dość krótkiej odpowiedzi, zaprezentowanej

podczas spotkania przez panią doktor, przekazano, że takich dokumentów brak. Doktor Tomkiewicz wyjaśnia, że także w sprawdzonych raportach z narad starostów malborskich z okresu powojennego, gdzie „wielokrotnie wzmiankowano o grzebaniu szeregu zwłok”, nie było wzmianek o zbiorowej mogile przy ul. Solnej.

Nieprzypadkowy wybór

Z ustaleń IPN wynika, że pochówek odbył się bardzo szybko. Takich wniosków dostarczyła analiza układu szczątków. Co prawda część z nich była ułożona w porządku anatomicznym, można więc wyobrazić sobie, jak układano ciała obok siebie i jedno na drugim, niektóre nawet – jak wskazują wyniki badań – w prowizorycznych trumnach. Ale większość po prostu wrzucono do grobu, a właściwie do licznych lejów. Zdaniem archeologa wybór miejsca pochówku nie był przypadkowy. Ułatwieniem były „znajdujące się w tym miejscu liczne zagłębienia powstałe na skutek wybuchów pocisków artyleryjskich”.

To miejsce znajdowało się na tyłach jednej z pozycji Armii Czerwonej, ostrzeliwującej zamek w okresie styczeń-marzec 1945 r. Załoga twierdzy też próbowała trafić w przeciwnika. Zbudowana na terenie dzisiejszej ul. Sierakowskich została zniszczona, pozostało mnóstwo lejów, więc Sowietci najprawdopodobniej postanowili wykorzystać to „powojenne ukształtowanie terenu”.

– Biegły w opinii napisał, że w niektórych miejscach szczątki układane były warstwowo, w układzie anatomicznym, jedne nad drugimi, jednak większość odsłoniętych szczątków wskazuje na bezpośrednie chaotyczne wrzucanie ciał do istniejących mogił – tłumaczy Monika Tomkiewicz. W części wschodniej odkrywane szkielety występowały w porządku anatomicznym, układane pojedynczo, w znacznym rozproszeniu, jeden obok drugiego, głowami skierowane

w kierunku północno-zachodnim. W kilku przypadkach zaobserwowano, że ludzkie szczątki zwożono w drewnianych skrzyniach lub prymitywnych trumnach. Stan zachowania szczątków jest dobry. Część uległa zniekształceniu na skutek silnej kompresji zalegających nad nimi warstw ziemi, część w wyniku powojennych prac ziemnych związanych z modernizacją sieci wodno-kanalizacyjnej i ciepłowniczej w tym rejonie. W tych miejscach wykonano nowożytny wykopy, naruszono i zmieniono istniejące położenie pochówku.

W toku śledztwa ustalono, że do zasypania ciał wykorzystywano, co tylko znajdowało się pod ręką: ziemię, fragmenty gruzu, pozostałości wyposażenia domowego, śmieci z bezpośredniego sąsiedztwa, w tym z rejonu Starego Miasta.

To niemieccy cywile?

Najprawdopodobniej do mogiły wrzucono ludność narodowości niemieckiej – tak przyjęli śledczy, mimo że pełna identyfikacja była niemożliwa z powodu braku jakichkolwiek rzeczy osobistych.

– Powołani biegli z zakresu medycyny sądowej i archeologii stwierdzili, iż odkryto szczątki różnych wiekowo osób, w tym również dzieci – mówi Monika Tomkiewicz. – To dobitnie świadczy o tym, iż w mogile

zostali cywile polegli i zmarli w Malborku i okolicach na początku 1945 roku. Żołnierze niemieccy chowani byli bowiem w osobnych mogiłach na terenie zespołu zamkowego. Z dużym prawdopodobieństwem przyjęto, iż były to osoby narodowości niemieckiej, którym nie udało się ewakuować z miasta po rozpoczęciu ofensywy Armii Czerwonej. W grupie tej mogła się znajdować ludność

można ze stuprocentową pewnością przyjmować, iż była to tylko ludność niemiecka. W czasie II wojny światowej w Malborku i okolicach przebywali ludzie innych narodowości, choćby Polacy zesłani na roboty przymusowe.

Jak zginęli?

Doktor Tomkiewicz przypomnia, że zima 1945 roku była ciężka. Armia Czerwona szła

W CZASIE II WOJNY ŚWIATOWEJ W MALBORKU I OKOLICACH PRZE- BYWALI LUDZIE INNYCH NARODOWOŚCI, CHOĆBY POLACY ZESŁANI NA ROBOTY PRZYMUSOWE

miejscowa, jak i uciekinierzy z Prus Wschodnich, których front zastał w Malborku.

Historyk przypomina – na podstawie danych opublikowanych w Niemczech – że przyjmuje się, iż w wyniku II wojny światowej zginęło 2658 mieszkańców Malborka, a 1840 uważa się za zaginionych. Te liczby – w zestawieniu z oszacowaną liczbą osób pochowanych w mogile – też skłaniają do sięgania po hipotezę, że ofiary to Niemcy. Chociaż – nawet wśród dzisiejszych malborczyków – nie brakuje opinii, że nie

przez miasto jak taran, niszcząc wszystko na swojej drodze. Zupenie nie zważała więc na to, czy w mieście są jacyś cywile, czy nie. Jeżeli ktoś nie zdążył się ewakuować, miał ograniczone szanse na przeżycie.

– Warunki panujące na początku 1945 roku, intensywne i długotrwałe działania wojenne, skrajnie niekorzystne warunki atmosferyczne – silne mrozy, intensywne opady śniegu – ponadto głód i choroby mogły spowodować hekatombę w ludności cywilnej. Większość osób, których szczątki od-

naleziono, zmarła wskutek chorób, głodu, zimna lub innych przyczyn niezwiązanych bezpośrednio z działaniami wojennymi. A te stosunkowo nieliczne czaszki ze śladami postrzałów to przypuszczalnie były ofiary kul snajperów, zgodnie z opinią biegłego archeologa z 20 stycznia 2009 roku – wyjaśnia Monika Tomkiewicz.

Dlaczego byli nadzy (w wykopie ekshumacyjnym nie znaleziono pozostałości ubrań)? Dlaczego nie mieli przy sobie dokumentów? Na te pytania, jak przyznaje pani doktor, brak odpowiedzi. W mogile nie znaleziono żadnych rzeczy osobistych ani ubrań, z jednym wyjątkiem: natrafiono na dwa szkiełka okularowe. Prawdopodobnie nosiło je dziecko.

Pozostałe artefakty pochodzące z czasów II wojny światowej, znalezione w masowym grobie, to dwa hełmy niemieckie, łuski karabinowe i artyleryjskie, bagnet, emblematy hitlerowskie, guzik, metalowa chorągiewka i inne. Odkryto je w zasypisku, które było położone nieco głębiej. Jeżeli chodzi o znaleziska pochodzenia militarnego, były to: bagnet wojskowy Mauser 1898, łuska artyleryjska, naboje radzieckiej artylerii przeciwlotniczej, nabój karabinowy amunicji ostrej 7,92 mm Mauser, nabój karabinowy szkolny 7,92 mm Mauser, łuska

naboju wielkokalibrowego, łuska karabinowa z kryzą zwykłą, łuska karabinowa z wystającą kryzą.

Wśród szczątków ludzkich znajdowały się też „znaczne ilości kości zwierzęcych”, co wg śledczych z IPN mogło świadczyć o szeroko zakrojonej akcji oczyszczania miasta z zabitych zwierząt, zapobiegającej wybuchowi w mieście epidemii.

Zagrożenie epidemią było wówczas duże, także w późniejszych miesiącach, o czym świadczy m.in. zachowana korespondencja malborskiego starostwa, lekarza powiatowego i dyrektora szpitala.

– Wynika z niej, że w miesiącach maj-listopad 1945 roku ze względu na trudne warunki sanitarne w Malborku panowała epidemia tyfusu – mówi Monika Tomkiewicz. – Według sprawozdania punktu Państwowego Urzędu Repatriacyjnego źródło tyfusu brzuszego zlokalizowane było głównie wśród ludności narodowości niemieckiej zamieszkującej miasto i okolice, natomiast przypadki tyfusu plamistego występowały głównie u przesiedleńców przybywających ze wschodu. W rejestrze pacjentów szpitala miejskiego prowadzonego od 2 maja do 9 listopada 1945 r. wpisano 650 osób, z czego 220 ze wstępną diagnozą – tyfus. W tym samym okresie z powodu zakażenia ty-

fusem zmarło 7 pracowników szpitala, a 12 zachorowało na choroby zakaźne.

Szczątki wydobyte z mogiły w Malborku spoczywają na niemieckim cmentarzu koło Szczecina. W Malborku o mogile przypominają trzy tablice w językach polskim, niemieckim i angielskim umieszczone na murze w pobliżu miejsca, gdzie w październiku 2008 roku odkryto masową mogiłę.

WARTO WIEDZIEĆ

Dr hab. Monika Tomkiewicz to absolwentka studiów historycznych w Uniwersytecie Mikołaja Kopernika, stypendystka na Johannes Gutenberg Universität Mainz, absolwentka podyplomowych studiów prawa europejskiego UMK, pracownik Biura Badań Historycznych IPN w Warszawie. Cytaty wykorzystane w artykule pochodzą z wykładu pt. „Działania wojenne na terenie Malborka w 1945 r. i kwestia masowego grobu ponad dwóch tysięcy cywilnych ofiar wojny”, który w marcu br. dr Tomkiewicz wygłosiła w Muzeum Miasta Malborka w ramach cyklu „Spotkania z historią”.

MATERIAL INFORMACYJNY

Król walca André Rieu zaprasza do kin na swój urodzinowy koncert

1 października 2024 roku uwielbiany na całym świecie holenderski skrzypek André Rieu obchodził swoje 75. urodziny. Z okazji tego pięknego jubileuszu maestro wraz ze swoją Orkiestrą Johanna Straussa przygotował dla wiernych fanów nie lada gratkę. To jubileuszowy koncert w kinie. Będzie grany w kwietniu i maju, a nosi tytuł *Niech ten sen ciągle trwa*.

Przemysław Mudlaff

André Rieu obchodził swoje urodziny na pokładzie pięknego statku, którym – razem ze swoją ukochaną Orkiestrą Johanna Straussa – pływał w październiku ubiegłego roku po rzece Mozie w swym rodzinnym mieście Maastricht. W ten sposób wszyscy świętowali jego jubileusz. Zaproszona na pokład ekipa filmowa zarejestrowała całe przyjęcie. Uczestnicy wspominali najpiękniejsze momenty muzyczne z wielkiej kariery artysty. Tak powstał kinowy koncert pod tytułem *Niech ten sen ciągle trwa*.

To jubileuszowe widowisko jest niepowtarzalną okazją do usłyszenia i zobaczenia na wielkim ekranie wybranych przez samego maestra niepublikowanych dotąd materiałów z występów jego i jego Orkiestry Johanna



André Rieu podczas jednego ze swoich koncertów. Fot.: PoM

Straussa w różnych zakątkach świata. Najnowszy show André Rieu przeniesie więc kinowych widzów do Nowego Jorku, Bahrajnu, Sydney, Valletty, Wiednia i kilku miast Holandii, aby za sprawą najpiękniejszych utworów muzyki klasycznej, a także niecodziennych interpretacji hitów muzyki popularnej, mogli uczestniczyć w nostalgicznej podróży w pogoni za dziecięcymi marzeniami André Rieu.

W trakcie seansu urodzinowego show maestra nie zabraknie anegdot, ciekawostek, wzruszających oraz zabawnych wspomnień z tras koncertowych, którymi dzieli się tutaj nie tylko

Jubileuszowy koncert
André Rieu
Niech ten sen ciągle trwa
grany będzie w kinach całej
Polski w kwietniu i maju.
**Swoje kino można znaleźć
i bilety kupić przez stronę
www.kinomaestro.pl**

sam maestro, ale także członkowie jego Orkiestry Johanna Straussa. *Niech ten sen ciągle trwa* to ponadto niezwykle goście, których nigdy nie brakuje podczas spektakularnych występów króla walca. Na wielkim ekranie zobaczyć będzie więc moż-

na między innymi uwielbianych przez publiczność Platynowych Tenorów, młodzieńką i obdarzoną anielskim głosem Emmę Kok czy słynnego Davida Hasselhoffa, wjeżdżającego na scenę swoim samochodem z kultowego dziś serialu *Nieustraszone*. Ten aktor rozgrzeje kinowych widzów brawurowym wykonaniem utworu *Una Paloma Blanca*.

Niech ten sen ciągle trwa to nie tylko tytuł najnowszego show holenderskiego króla walca, ale również wyjątkowe przesłanie, które mówi, że w życiu zawsze warto podążać za marzeniami, bo tylko wtedy odnajdziemy w nim pasję, euforię oraz szczęście i tylko wtedy możemy żyć jak w najpiękniejszym śnie. Najlepszą ilustracją tego przesłania są słowa samego André Rieu: „Będąc młodym chłopakiem, chciałem grać na skrzypcach i mieć własną orkiestrę, aby razem z przyjaciółmi tworzyć muzykę płynącą wprost z serca. Ta iskierka radości, którą w sobie mamy, przekazywana jest każdej naszej publiczności i dlatego właśnie podróżujemy po całym świecie. Żyję moim marzeniem”.

Seans jubileuszowego widowiska André Rieu w kinie to doskonała okazja do spędzenia wartościowego czasu z najbliższą rodziną, przyjaciółmi czy sąsiadami. To show, który poza tym, że jest wielkim pokazem



Plakat premiery kinowej.

Fot.: PoM

muzycznego kunsztu maestra i jego Orkiestry Johanna Straussa, stanowi również przypomnienie, że muzyka przynosi ludziom szczęście i ukojenie. To wreszcie wydarzenie, które spowoduje

szybsze bicie serc i sprawi, że pojawi się w nich nadzieja na to, że każdy z nas może spełniać swoje marzenia – tak jak to się stało w przypadku samego André Rieu.

KOCHAĆ NALEŻY SIĘ CAŁE ŻYCIE

Pory dnia mówią o tym, że rano mamy wyższe stężenia testosteronu co sprzyja intensywniejszym doznaniom miłosnym. Druga pora, która jest też warta tego, to wieczór.

Ale nie późny wieczór. Nie tuż przed samym snem, ponieważ u wielu osób podniesie to poziom m.in. adrenaliny - uważa prof. dr hab. Aleksandra Gaworska-Krzemińska, prorektor ds. Studenckich Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, kierownik Zakładu Zarządzania w Pielęgniarstwie i Położnictwie

Jolanta Gromadzka-Antoniewicz

Dwa razy w ciągu roku zmieniamy czas, cofamy zegarki o godzinę lub posuwamy je do przodu. Co prawda władze odgrają się, za parę lat ten obowiązek zostanie zniesiony, ale na razie wskazówki przesuwamy. Tym razem w nocy z soboty na niedzielę. Czy ma to znaczenie dla organizmu?

Tak naprawdę zmiana czasu, czyli to przejście na czas letni lub zimowy, ma wpływ na samopoczucie fizyczne i psychiczne człowieka dlatego, że my funkcjonujemy zgodnie z zegarem biologicznym. I wiele osób doświadcza podczas takiego przesunięcia trudności z zasypianiem, ponieważ tracą tę godzinę snu. Może to też prowadzić do obniżenia jakości snu i poczucia zmęczenia, które może trwać nawet kilka dni po zmianie czasu.

Muszę przyznać, że ja, kiedy zbliża się wiosna, myślę sobie że powinni już zmienić ten czas, bo zaczynam się budzić wcześniej. Czyli część ludzi inaczej reaguje, prawda?

Tak, ludzie różnie reagują na zmianę czasu zakłócającą naturalny rytm biologiczny człowieka, u niektórych osób powoduje trudności z zasypianiem, inni mogą się budzić zbyt wcześnie albo za późno. Zarówno jakość, jak i ilość snu wpływają na naszą zdolność do koncentracji czy zdolność podejmowania decyzji. Są też badania dowodzące tego, że zmiana czasu (szczególnie właśnie teraz, kiedy przechodzimy na czas letni) może nawet prowadzić do wzrostu liczby wypadków drogowych, dlatego że organizm nie dostosowuje się tak szybko do tego nowego czasu. Znaczenie ma również wiek. Im jesteśmy starsi, tym trudniej się przystosowujemy. Zmniejsza się nasza czujność. No i zmęczenie wynikające z niewyspania również przyczynia się do wzrostu ryzyka



Dr hab. Aleksandra Gaworska-Krzemińska: Stan psychiczny ma związek z zegarem biologicznym

wypadków samochodowych w pierwszych dniach po zmianie czasu.

Osobiście najgorzej znoszę zmianę czasu na zimowy. Nic mi się nie chce, tylko bym spała...

Dla niektórych osób zmiana czasu wiąże się też z takimi wahaniami nastroju. Mówią wówczas, że mają podobne obawy, jak w depresji sezonowej. Te krótsze dni i mniejsza ilość światła słonecznego, bo to o to głównie chodzi w okre-

sie zimowym, prowadzą do obniżenia nastroju. Wynika to ze spadku poziomu serotoniny. Generalnie zmiana czasu nie na wszystkich tak samo wpływa. Większość z nas jednak potrzebuje kilku dni, żeby zacząć funk-

cjonować w tym „nowym czasie”.

W 2017 roku zespół badawczy złożony z trzech amerykańskich naukowców, chronobiologów otrzymał Nagrodę Nobla w dziedzinie fizjologii i medycyny. Co ci trzej panowie odkryli?

Nagrodę Nobla otrzymali za odkrycie mechanizmów molekularnych kontrolujących rytm dobowy. Co prawda, modelem do badania była muszka owocówka, ale jak się okazało, to był model doskonały, ponieważ 75 proc. chorób genetycznych człowieka ma analogiczną sekwencję genetyczną. Ci trzej panowie wyizolowali gen, który kontroluje rytm biologiczny. Wykazali również, że ten gen koduje białko gromadzące się w komórce w nocy, a ulegające degradacji w ciągu dnia.

Gdzie w ogóle ten zegar biologiczny się znajduje?

Są jak gdyby dwa miejsca w organizmie człowieka, w których go mamy. Pierwsza z nich to jądro nadskrzyżowania, które znajduje się w części mózgu zwanej podwzgórzem. Podwzgórze jest bardzo małe, waży 4-5 gramów. To tak zwany nadrzędny zegar biologiczny współpracujący z siatkówką. Przez siatkówkę przechodzi sygnał mówiący o dostępie do światła, bądź jego braku.

A druga część?

Druga część praktycznie jest wszędzie, w każdej komórce, w każdym narządzie, w mięśniach, w komórkach tłuszczowych, w wątrobie, trzustce i tak dalej. Są tak zwane zegary dodatkowe, które odbierają sygnały z zegara głównego poprzez układ nerwowy i hormonalny.

Jak w związku z tym definiujemy zegar biologiczny?

Czym on tak naprawdę jest? Jest to sterowany genami zespół procesów biochemicz-

nych. Dobrze rozpoznanych jest około 20. Przekaznikami są neurony. Neuronów bazywych mamy wiele tysięcy. Tak więc jest to pewien mechanizm, który ze sobą intensywnie współpracuje. I ten zespół sterowany genami procesów biochemicznych, które zachodzą w naszym organizmie poprzez komórki i tkanki, umożliwia stały pomiar czasu. Bez względu na to, czy w środowisku mamy słońce, czy też mamy noc. Dzięki temu następuje regulacja kluczowych funkcji, ale i niektórych hormonów. Wpływa to również na sen, który jak okazuje się jest jednym z najważniejszych elementów, jeśli mówimy o regeneracji organizmu. Ponadto wpływa chociażby na temperaturę ciała czy metabolizm. Stąd funkcjonowanie poszczególnych narządów, takich jak serce czy wątroba, czy mózg, dostosowuje się do pór doby.

Jak to przebiega, gdy kobieta ma zaburzenia hormonalne?

Hormony są bardzo ważne. Melatonina to jest jeden z takich kluczowych hormonów, który jest odpowiedzialny za senność. Kiedy jest ciemno szyszynka wydziela więcej melatoniny, co znowu sygnalizuje naszemu mózgowi, że przechodzimy w tak zwany stan spoczynku. I normalnie dzieje się to wtedy, kiedy robi się ciemno. Ale jeżeli my nie kładziemy się o właściwej porze spać, bądź wykonujemy inne czynności, to zaburzenie melatoniny wpływa przede wszystkim na jakość snu. Ale nie tylko, ponieważ ten hormon jest również odpowiedzialny za produkcję estrogenów przez jajniki. Z tego powodu u kobiet mamy wyjątkową sytuację. Nadmiar estrogenów powoduje rozrost komórek endometrium, nabłonka piersi, a to oczywiście może wywołać skutki bardzo negatywne.

BLĘDEM JEST AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA W GODZINACH PÓŹNO WIECZORNÝCH. TO NIEZWYKLE TRUDNE DLA OSÓB, KTÓRE MUSZĄ PRACOWAĆ W NOCY

Wiosną i latem trudno mi zasnąć bo noc przychodzi bardzo późno...

Problem polega na tym, że jeżeli nie ma ciemności, to na przykład taki hormon jak melatonina może się nie wytwarzać i wtedy brakuje regulatorów procesów hormonalnych, albo dochodzi do zaburzeń ich wydzielania. Dlatego wiele osób bierze melatoninę przed snem, a niektórzy przyjmują melatoninę profilaktycznie, jako suplement zmniejszający ryzyko zachorowania na nowotwory.

A inne hormony?

Kortyzol, czyli hormon stresu. Najwyższy jego poziom mamy rano, potem on się nam obniża. Z kolei peptyna ma związek bezpośredni z naszym apetytem. I na przykład część kobiet po pięćdziesiątce mówi coś takiego: „A co ja tutaj mam? Opona?”. Przecież to nie jest moje! Skąd to się wzięło? Proszę to ode mnie wziąć!” Cóż, skoro myśmy przez lata na nią pracowały, to ona tak szybko nie odejdzie. Dzieje się tak dlatego, zaburzyliśmy już pewne cykle przez wiele lat. I nawet, jeśli zaczynamy stosować cudowne diety, zaczynamy aktywizować się fizycznie, to ta przysłowiowa „oponka” nadal jest z nami i bardzo trudno się jej pozbyć. Kolejny hormon, o którym warto wspomnieć to prolaktyna - nasz regulator wzrostu czy rozwoju gruczołów piersiowych.

Jak wpływa na nas nasz osobisty zegar biologiczny?

Jest wiele badań, które mówią o tym, że nie tylko stan fizyczny, ale też stan psychiczny, ma związek z zega-

rem biologicznym. Udowodniono też, że zegar biologiczny może mieć wpływ na nasz układ odpornościowy. Dla przykładu są dowody na tom, że jeżeli zaszczepimy się do południa, to efekty działania szczepionek są lepsze, niż jeśli byśmy to robili wieczorem. Równie ważna jest pora przyjmowania leków na określone jednostki chorobowe, ponieważ skuteczność tych preparatów o określonej porze jest inna. Podobnie, gdy np. pobieramy materiał do badań laboratoryjnych, to wiemy, że porannych badań nie powinno się pobrać przed godziną 6 rano, tylko trzeba troszkę później - najlepiej około godziny 8, bo zegar biologiczny zmienia określone wyniki.

Nie wszyscy z nas mają tego świadomość. Myślałam że trzeba być po prostu na czczo..

No nie wystarczy. Kolejne sprawa, jeśli mówimy o zegarze biologicznym i jego wpływie na organizm, to na przykład momenty, w których wydziela się adrenalina. Okazuje się, że znaczenie ma również to, o której ćwiczymy. Błędem jest aktywność fizyczna w godzinach późno wieczornych. To niezwykle trudne dla osób, które muszą pracować w nocy. A na to skazane są m.in. le-karki, pielęgniarki, położne czy przedstawiciele i przedstawicielki innych zawodów, pracujący w systemie zmianowym. Z wielu badań wynika, że około 10 proc. populacji to osoby odporne na zaburzenia zegara biologicznego, ale równocześnie to osoby pracujące tylko u jednego pracodawcy i przestrzegające zasad regeneracji. Okazuje się, że pracu-

jąc całą noc, potrzebujemy 48 godzin na odpoczynek. A im jesteśmy starsi, tym więcej czasu potrzebujemy na regenerację. Międzynarodowa Agencja Badań nad Rakiem uznała właśnie pracę zmianową za czynnik prawdopodobnie rakotwórczy. Natomiast WHO zaleca, aby szczególnie kobiety, ze względu na to, że nasza gospodarka hormonalna jest ściśle związana z zegarem biologicznym, po 45 roku życia już nie brały żadnego dyżuru nocnego. W przeciwnym razie pracujemy intensywnie na zwiększenie ryzyka wystąpienia nowotworów i na wszystkie inne schorzenia, które mogą pojawić się dużo szybciej.

Czego zatem nie robić w nocy?

Po pierwsze należy unikać intensywnego wysiłku fizycznego. Ćwiczenia przed snem podnoszą poziom adrenaliny i to nam utrudnia zasypianie. Oczywiście pora, o której zasypiamy jest różna, to sprawa dość indywidualna. Niekiedy rzeczywiście o godzinie 22 są już w łóżku i odpoczywają, ale dla innych na północ to czas ledwie na przygotowanie się do snu.

Jak się do tego przygotować, by spać jak najlepiej?

Unikać spożywania kofeiny i alkoholu. No i kawy bo kofeina pobudza, działa stymulująco. Alkohol natomiast na pewno zaburza jakość snu, może prowadzić do częstych przebudzeń w nocy. Są badania, które dowodzą że niektórzy wpadają w pułapkę alkoholizmu, ponieważ wracają z pracy do domu wieczorem i uważają, że lampka wina czy szklaneczka whisky ułatwi im zasypianie, bo ma działanie relaksujące.

Można się zrelaksować oglądając film w telewizji...

Wieczorem tak, ale nie nocą. W nocy też powinniśmy ograniczyć czas spędzony przed ekranami. Jest też coś, co szczególnie w ostatnich la-

tach robimy nagminnie - ślęczenie przed ekranem telefonu komórkowego. Telefony mają w sobie wszystko i są niemal małym komputerem. Kto z państwa nie kładzie telefonu na szafce nocnej? Wielu, niestety, wchodzi do łóżka i bierze telefonik i jeszcze sprawdza, co słychać w świecie i u znajomych. Tymczasem światło niebieskie jest czymś najgorszym. To jest coś, czego należy się bardzo wystrzegać. Nie oglądajmy telewizji wieczorem przed samym snem. Ale tę godzinę, a najlepiej dwie, przed snem, nie mieć kontaktu z niebieskim światłem. Wtedy jest zupełnie inna jakość snu. Zostawmy telefon w kuchni, nie zabierajmy go do sypialni. Już nie będę mówiła, ile w ostatnich latach jest glejaków, jak się to zwiększa, jak młodzi ludzie chorują na tego typu nowotwory. To jest wręcz plaga.

Kolejna rada?

-Nie spożywać wieczorem ciężkich posiłków.

Co to znaczy ciężki posiłek?

Oczywiście wysokokaloryczny, ale z drugiej strony taki, który się dużo dłużej trawi. Największą krzywdę robimy sobie jedząc w nocy. We-

PO PIERWSZE NALEŻY UNIKAĆ INTENSYWNEGO WYSIŁKU FIZYCZNEGO. ĆWICZENIA PRZED SNEM PODNOŚĄ POZIOM ADRENALINY I TO NAM UTRUDNIA ZASYPIANIE

dług dietetyków najgorsza pora na nocne podjadanie jest między pierwszą a trzecią w nocy, a to dlatego, że zaburzana jest gospodarka hormonalna. I o to głównie chodzi. Nawet nie o to, czy nam się odłoży tu i ówdzie czy będzie „oponka”, czy nie. Nam się po prostu nie wydzielą we właściwy sposób określone hormony, które odpowiadają za funkcje poszczególnych narządów w organizmie. I największy problem - należy unikać stresów. Stres sprawia, że sen nie będzie dobry. Nie dojdzie do regeneracji organizmu, którą jest dla nas podstawą do tego, żebyśmy kolejnego dnia byli pełni energii i otwarci na kolejne wyzwania.

I na koniec jeszcze jedno pytanie: Jeść nie wolno, telewizja i komórka odpada, stres niewskazany. A kochać się wolno?

- Kochać należy się całe życie. Pory dnia mówią o tym, że rano mamy wyższe stężenia testosteronu, co sprzyja intensywniejszym doznaniom. Druga pora, która jest też warta tego to wieczór, ale nie późny wieczór. Nie tuż przed samym snem, ponieważ u wielu osób podniesie to poziom m.in. adrenaliny. Natomiast, podsumowując, chcę powiedzieć, że jesteśmy różni i każdy z nas może mieć różne upodobania. Jeżeli jest coś, co nas naprawdę nakręca, to róbmy to wtedy, kiedy to nas kręci. Starajmy się tylko robić to zgodnie z zegarem biologicznym. Podsumowując, zegar biologiczny reguluje wiele rzeczy w naszym organizmie, ale dla kobiet szczególnie ważne jest zrozumienie, że ten rytm wpływa na ich zdrowie, na ich samopoczucie i na jakość życia.

ZMIANA CZASU

Pod koniec XVIII wieku Benjamin Franklin zaproponował, by ludzie wcześniej kładli się spać i wcześniej wstawali. Pierwszym krajem, który wdrożył czas letni były Niemcy (w 1916 r. podczas Wojny Światowej). Potem przyszła kolej na Wielką Brytanię, a dwa lata później czas letni zaczęto stosować w Stanach Zjednoczonych. W Europie przedstawianie zegarów wiosną i jesienią pierwszy raz zastosowano, by oszczędzić energię elektryczną. W Polsce zmiana czasu została wprowadzona między w dwudziestolecie międzywojennym. W 2018 r. pojawiła się szansa na odejście od przedstawiania zegarków co pół roku. Komisja Europejska zaproponowała zniesienie zmiany czasu. Propozycję tę poparł Parlament Europejski, ale sprawa utknęła w Radzie UE. Po raz ostatni Rada UE zajmowała się kwestią w 2019 r. Trudności wiązały się

z tym, że kraje muszą porozumieć się między sobą i skoordynować, przy którym czasie - letnim czy zimowym - chcą zostać. - Ze względu na przedłużający się impas w Radzie UE, Komisja Europejska postanowiła wycofać swój wniosek. Teraz, zarówno Parlament Europejski, jak i Rada UE, mogą wyrażać opinie w sprawie wycofania tej dyrektywy. Ostateczne rozstrzygnięcie dotyczącej dyrektywy powinno nastąpić w ciągu kilku miesięcy. W UE istnieją trzy standardowe strefy czasowe. Państwa członkowskie UE same decydują, do której strefy czasowej chcą należeć. Czas zachodnioeuropejski obowiązuje w Irlandii oraz w Portugalii. Czas środkowoeuropejski w 17 państwach. Z czasem wschodnioeuropejskim mamy do czynienia w: Bułgarii, na Cyprze, w Estonii, Finlandii, w Grecji, na Litwie i Łotwie.



FOT. AUTOR

REKLAMA

IRENA SANTOR
TRASA JUBILEUSZOWA
14 KWIETNIA 2025
GODZ. 20:00
GDAŃSK
POLSKA FILHARMONIA BAŁTYCKA

MICHAŁ BAJOR
NO, A JA?
11 MAJA 2025
GODZ. 18.00
GDAŃSK
POLSKA FILHARMONIA BAŁTYCKA

**BILETY DO
NABYCIA:**

kup bilecik.pl

bil@tyna.pl

JM
just for music

JUST4MUSIC.PL

0011290897

NADCHODZI ZACMIENIE SŁOŃCA

Prof. Paweł Rudawy z Wydziału Fizyki i Astronomii Instytutu Astronomicznego Uniwersytetu Wrocławskiego opowiada o nadchodzącym zaćmieniu Słońca, które będzie można obserwować nad Polską już 29 marca

Robert Migdal

Zaćmienie Słońca fascynuje ludzi od wieków. Zawsze wzbudzało emocje, ciekawość.

Bo to jest bardzo ciekawe zjawisko, podczas którego rozpalony - bardzo jasny - dysk tarczy słonecznej zostaje częściowo albo całkowicie zasłonięty przez nieprzezroczystą tarczę globu księżycowego.

I co się wtedy dzieje?

W przypadku, kiedy cała tarcza słoneczna jest zasłonięta, czyli mamy tak zwane całkowite zaćmienie Słońca, obserwator nie jest oślepiony dyskiem słonecznym i może w komfortowych warunkach przeprowadzać obserwację atmosfery słonecznej, którą my nazywamy koroną słoneczną. A my, naukowcy, możemy ją badać, co jest bardzo cenne, bo procesy zachodzące na Słońcu są dla nas bardzo istotne ze względu na chociażby zmiany klimatu.

A dla zwykłego zjadacza chleba, to po prostu atrakcja. Dzieje się ze Słońcem coś nietypowego, innego, zaskakującego.

To jest zjawisko, które dzieje się bardzo szybko w odróżnieniu od statycznego obrazu sfery niebieskiej, na którym zwykle - z dnia na dzień - w ogóle nic się nie zmienia. A tu nagle widzimy majestatyczny ruch ciał niebieskich względem siebie. Przy zaćmieniu całkowitym ciemny krążek tarczy księżycowej nasuwa się na tarczę Słońca, stopniowo ją coraz bardziej zasłania. W pewnym momencie cały dysk gaśnie, bo jest zasłonięty zupełnie i pojawia się na sferze niebieskiej korona słoneczna.

Patrzmy w niebo na rozgrywające się przedstawienie.

Z tym patrzeniem to trzeba bardzo uważać. Ale to bardzo. Ostrzegam! Można sobie

zniszczyć wzrok! Obserwacje Słońca są jedynymi, które mogą być dla nas potencjalnie niebezpieczne - to jest tak wielki strumień światła, że absolutnie nie wolno patrzeć na Słońce przez teleskop, lornetkę czy lunetę, jeśli nie jest do tego specjalnie przystosowana. Ale możemy to zrobić umiejętnie, bezpiecznie, na przykład metodą projekcyjną, czyli rzutujemy obraz z lunety na ekran - jakąś kartkę papieru. I na tej kartce papieru obserwujemy to, co się dzieje na niebie.

Jak można jeszcze bezpiecznie patrzeć na Słońce, żeby zobaczyć zaćmienie? Wystarczą zwykłe okulary przeciwsłoneczne lub kawałek szybki odymlonej nad świeczką?

Absolutnie nie! Można wtedy uszkodzić wzrok. Najlepiej pójść do sklepu z przyborami to spawania i kupić dwie płytki - numer 13 - takie, które wkłada się w maskę spawalniczą. To jest taka bardzo ciemna, nieprzezroczysta płyta. A jak już ktoś jeszcze dodatkowo chce zadbać o swoje bezpieczeństwo, to może kupić zupełnie przezroczysty filtr blokujący ultrafiolet, zrobić z niego i z płytki nr 13 tzw. „kanapkę”, czyli położyć jedno na drugim i wtedy bezpiecznie patrzeć na Słońce gołym okiem. Oczywiście można też kupić, w internecie, specjalne okulary do obserwowania zaćmienia - pokryte folią mylarową, która osłabia promieniowanie słoneczne 100 000 razy. Słońce wygląda przez takie okulary jak Księżyc w pełni.

Magia. W najbliższym czasie, 29 marca, na terenie Polski będziemy mogli obserwować częściowe zaćmienie Słońca.

Całkowite zaćmienie pojawi się w nad naszym krajem dopiero za 110 lat. W tym mie-

siącu będziemy mogli zaobserwować częściowe zaćmienie, ale to też jest według mnie absolutnie szczęśliwy traf na loterii. Nie dzieje się to często.

Zrobi się szaro, będzie ciemniej na dworze? Da się to zaobserwować nawet mimochodem?

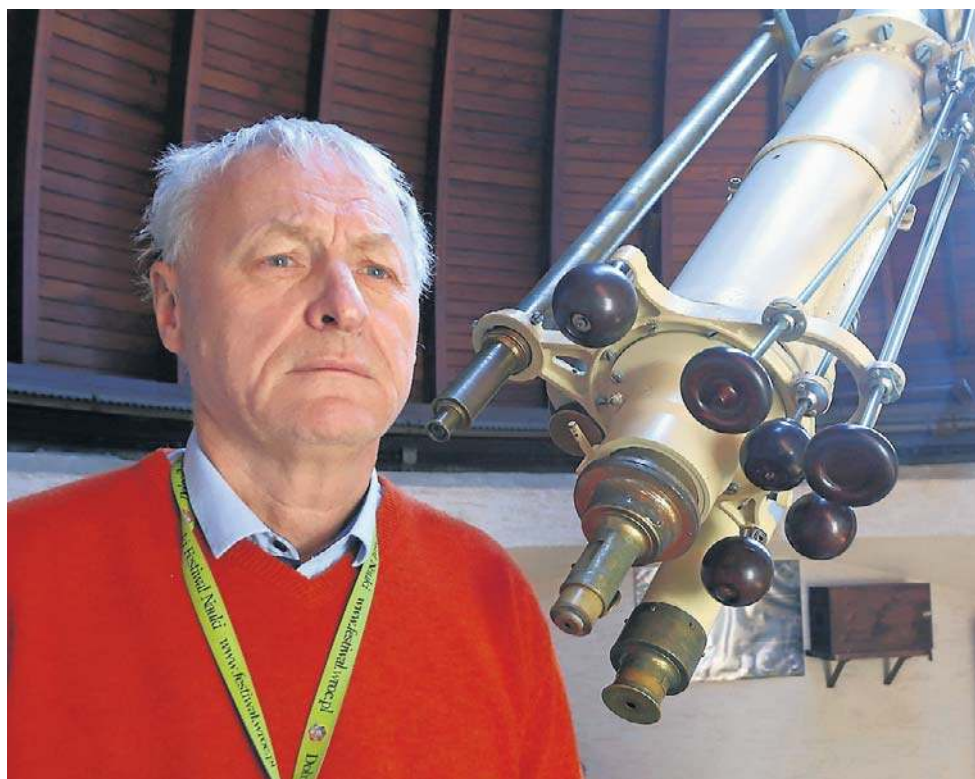
No nie. Jeżeli nie popatrzymy na Słońce w tym czasie, uprzedzeni o tym, że jest częściowe zaćmienie, to możemy w ogóle to nie zorientować się, że zaćmienie zachodzi (uśmiech).

To jak nie przegapić tego najbliższego zaćmienia, które będzie miało miejsce 29 marca? W jakich godzinach najlepiej obserwować Słońce?

Częściowe zaćmienie Słońca będzie widoczne nad Polską bardzo, bardzo długo. Zacznie się o godzinie 9.51, maksimum zaćmienia - kiedy Księżyc najbardziej przesłoni Słońce to będzie godzina 11.58, a całość zakończy się o godzinie 13.44.

Co możemy zobaczyć 29 marca na terenie Polski?

OSTATNIO BYŁEM NA ZACMIENIU W USA W 2017 ROKU: AMERYKANIE ZROBILI Z TEGO FIESTĘ: POROZSTAWIALI LEŻAKI, FOTELE, W RĘKACH MIELI NAPOJE...



Prof. Paweł Rudawy z Wydziału Fizyki i Astronomii Instytutu Astronomicznego Uniwersytetu Wrocławskiego



FOT. PITZEMEK SWIDERSKI

Słońce zostanie częściowo przesłonięte przez Księżyc: na dysku słonecznym będziemy widzieć czarny wycinek okręgu.

Jakby ktoś Słońce ugryzł? Dokładnie tak.

Dzisiaj zaćmienia, te częściowe i całkowite, to dla wielu z nas atrakcja, kiedyś - budziły strach.

Było to odbierane jak coś, co jest wbrew naturze, co jest nienormalne, niezwykle. Na przykład w Chinach astronomowie byli zobowiązani do ostrzegania cesarza o nadchodzącym zaćmieniu. Chińczycy wierzyli, że zaćmienie spowodowane jest przez połknięcie Słońca przez smoka i w momencie zaćmienia wszyscy byli zobowiązani być przygotowani, walić w garnki, żeby ten hałas przestraszył smoka i zmusił go do wypłucia Słońca. Jeśli astronom

nie ostrzegł w porę cesarza, to mógł stracić głowę.

Całkowite zaćmienie Słońca możemy obserwować w Polsce bardzo rzadko.

Najbliższe: w 2135 roku. Poprzednie całkowite zaćmienie widoczne z terenu Polski było w roku 1954. To były północno-wschodnie krańce naszego kraju.

Ale nie musimy czekać 110 lat, żeby obserwować to niesamowite zjawisko.

Oczywiście, że nie. Wystarczy wybrać się na wycieczkę za granicę. Już w 2026 roku całkowite zaćmienie Słońca będzie można obserwować w Hiszpanii. Więc wystarczy zaplanować sobie urlop w tym czasie, połączyć zwiedzanie, plażowanie i „załapać się” na zaćmienie.

Ile razy widział Pan całkowite zaćmienie Słońca?

Siedem razy. I zawsze robi to na mnie wrażenie, jestem wtedy pełen emocji, choć jestem w pracy i muszę się skupić na naukowym podejściu do zaćmienia. Ostatnio byłem na zaćmieniu w Stanach Zjednoczonych w 2017 roku: Amerykanie zrobili z tego fiestę - porozstawiali leżaki, fotele, w rękach mieli różne napoje. Zabawa w najlepsze.

Gdzie można sprawdzić daty kolejnych zaćmień Słońca - żeby nie przegapić?

W wersji papierowej jest wielka, gruba księga wydana przez NASA: „Kanon zaćmień”, czyli spis zaćmień na lata od 1999 do 3000. Ale łatwiej i prościej jest sprawdzić to np. na apce w telefonie: Eclipse Guide. Możemy się np. dowiedzieć, że najbliższej Polski zaćmienie Słońca będzie 12 sierpnia 2026 w Hiszpanii, potem 2 sierpnia 2027 - Stany Zjednoczone. Warto te daty zapisać sobie w kalendarzu.

Inwestycje
Są projekty - są realizacje.
Planują i budują drogi **str. 4**



FOT. DANUTA STRZELECKA

Opaski życia dla seniorów
Rusza nowy projekt dla osób
powyżej 60 r. ż. **str. 6**



FOT. MAT. PRAS.



Dziennik Bałtycki

80
LAT

Piątek
28.03.2025

www.dziennikbaltycki.pl

Wydanie specjalne



O TYM SIĘ MÓWI | INWESTYCJE DROGOWE W PRUSZCZU GDAŃSKIM

Budują i planują nowe drogi

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

W Pruszczu Gdańskim kierowcy codziennie stoją na zakorkowanych drogach. Jak rozwiązać ten problem? Podczas debaty komunikacyjnej burmistrz Pruszcza przybliżył, jakie inwestycje drogowe mają to zmienić.

- Zdecydowanie najważniejsza i największa inwestycja w historii Pruszcza Gdańskiego to jest budowa ulicy Strzeleckiego, ona przyniesie efekt dla wszystkich uczestników ruchu, chociaż szczególnie odczują to mieszkańcy Osiedla Bursztynowego, którzy powinni bez korków wydostawać się w kierunku Gdańska i wracać - mówi Janusz Wróbel, burmistrz Pruszcza Gdańskiego. - Osiągniemy dwa cele: z jednej strony odciążymy ulicę Grunwaldzką i skrzyżowanie z ulicą Raciborskiego i to w obie strony. Z drugiej strony duża część ruchu nie będzie kierowała się już ulicą Raciborskiego, tylko pozostanie na Osiedlu Bursztynowym. Więc ten efekt w połowie przyszłego roku powinien zostać osiągnięty i myślę, że na to wszyscy czekamy. W tym roku zrealizujemy też mniejszą, ale ważną inwestycję. Ona odciąży z kolei z ruchu część ulicy Zastawnej, czyli zbudujemy ulicę Handlową i część tirów pojedzie tą właśnie ulicą.



Obecnie największą inwestycją jest budowa ulicy Strzeleckiego. Połączy ona osiedle Bursztynowe z DK nr 91

Miasto ma przygotowywanych też kilka innych ważnych inwestycji - to m.in. budowa ulicy Tczewskiej łącząca drogę wojewódzką, czyli Zastawną z drogą krajową, czyli Grunwaldzką.

- Rozmawiamy z Generalną Dyрекcją Dróg Krajowych i Autostrad, również w kontekście węzła Straszyn, dlatego, że węzeł Straszyn i te problemy, to również problemy na innych drogach, o przebudowie części drogi krajowej na terenie Pruszcza z prawoskrętem w ulicę Zastawną - mówi burmistrz. - Razem z gminą Pruszcz Gdański rozpoz-

namy realizację wspólnego projektu, inwestycję, która pozwoli dojechać od Juskowa do ulicy Zastawnej, później do autostrady, omijając centrum Pruszcza. Myślę, że to perspektywa ok. 3 lat. Najważniejsza inwestycja, o realizację której się staramy, to, by od ronda Rusocin przechodziła droga przez tereny gminy wiejskiej, żeby przeszła wiaduktem nad torami kolejowymi i włączyła się w rondo przy ul. Skalskiego w Pruszczu Gdańskim. To będzie taki doskonały bajpas, który również odciążą centrum Pruszcza, Ciepłowo.

Rozbiórka wiaduktu w Pruszczu

W tym roku lub na początku przyszłego w Pruszczu Gdańskim zacznie się inwestycja, która poważnie wpłynie na układ komunikacyjny w Pruszczu. Zacznie się rozbiórka starego wiaduktu w ciągu ulicy Chopina i budowa nowego obiektu. Korki w centrum będą jeszcze większe. Mieszkańcy Ciepłowa obawiają się o wzmożony ruch do ich miejscowości niedawno wybudowaną drogą wzdłuż torów i apelują o ponowne badania stanu technicznego wiaduktu i by nie zamykać go, dopóki nie powstanie alternatywny objazd.

- Nie chcielibyśmy doprowadzić do sytuacji, że będziemy musieli zamknąć nagle cały wiadukt, bo to dopiero byłaby tragedia. Lepiej jest planować i zapobiegać, niż pewnego dnia wstać na rano i powiedzieć „przepraszam bardzo, ale mieszkańcy Pruszcza już tym wiaduktem nie przejadą, bo dzisiaj zapadła decyzja o jego zamknięciu” - mówi Grzegorz Stachowiak, dyrektor Zarządu Dróg Wojewódzkich w Gdańsku. - Taka nieplanowana inwestycja mogłaby trwać i 4 lata, my natomiast rozmawiamy z burmistrzem, o tym, jak sprawnie ten proces inwesty-

cyjny przeprowadzić i żeby zamknąć całość robót w ciągu 15, 16, 18 miesięcy. Ta decyzja jeszcze nie zapadła, jakie warunki zostaną wpisane do postępowania przetargowego, ale to nastąpi lada moment. Zarząd Dróg Wojewódzkich w ciągu miesiąca chce ogłosić postępowanie przetargowe na wyburzenie starego i wybudowanie nowego obiektu. Te roboty nie ruszą w tym roku, jeśli już to końcówka, ale moglibyśmy się spodziewać ich z początkiem przyszłego roku.

Kolej może być rozwiązaniem problemów komunikacyjnych w Pruszczu i okolicy.

- Ilekolwiek dróg wybudujemy, a budujemy ich dużo i za duże pieniądze, to nigdy nie rozwiąże problemu przy tak dużym rozwoju powiatu. W samej gminie wiejskiej Pruszcza Gdańskiego przybyło więcej mieszkańców niż miał 20 lat temu Pruszcz Gdański. To jest ogrom ludzi, co za tym idzie więcej samochodów, więc tym rozwiązaniem docelowym i pożądanym jest kolej. I kolej jeżeli dojdzie do Straszyna, to jest to minimum osiągalne, które może się wydarzyć w ciągu kilku najbliższych lat, to ta kolej ze Straszyna przez Pruszcz Gdański do Gdańska Głównego będzie jechała kilkanaście minut, to bardzo duża część problemów zostanie rozwiązana - mówi Janusz Wróbel, burmistrz Pruszcza Gdańskiego. ©©

Będzie nowy teren rekreacyjny z siłownią pod chmurką i placem zabaw

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

Na osiedlu Wschód powstanie nowoczesny teren rekreacyjny. Będzie i ścieżka rolkarska, plac zabaw dla dzieci, strefa street workout i wybieg dla psów.

Nowy teren rekreacyjny w Pruszczu Gdańskim powstanie na osiedlu Wschód przy zbiegu ulic Kasprowicza i Herberta. Inwestycja została zaplanowana z myślą o mieszkańcach w różnym wieku i ma stać się miejscem aktywnego wypoczynku dla rodzin, miłośników sportu oraz właścicieli czworonogów.

- Chcielibyśmy stworzyć przestrzeń, która będzie odpowiadać na różne potrzeby mieszkańców zarówno dzieci, jak i dorosłych - mówi Maria Turka, kierownik referatu techniczno-inwestycyjnego Urzędu Miast w Pruszczu Gdańskim. - To miejsce do zabawy, sportu, ale także odpoczynku na świeżym powietrzu.

Nowy teren rekreacyjny będzie miał powierzchnię blisko 7 tys. m kw. W ramach zagospodarowania terenu przewidziano budowę ścieżki rolkarskiej, placu zabaw, strefy street workout, a także wybiegu dla psów.

- Dodatkowo na terenie pojawią się nowe nasadzenia, oświetlenie oraz elementy ma-

łej architektury - dodają pruszczańscy urzędnicy.

Zgodnie z planami inwestycja ma się rozpocząć w tym

roku i w tym również ma być ukończona. Miasto ma już pozwolenie na budowę.

©©



Koncepcja zagospodarowania terenu rekreacyjnego przy ul. J. Kasprowicza i Z. Herberta



Nowy teren rekreacyjny powstanie na osiedlu Wschód w Pruszczu Gdańskim

WYBIERZ DOM na miarę Twoich potrzeb!



Wyjątkowy Dom wolnostojący
o niskich kosztach utrzymania,
wygodny i funkcjonalny

w cenie promocyjnej 760 tys. brutto
z działką powyżej 400 m²

W Różynach
pod Pruszczem Gdańskim



Parterowy Dom wolnostojący o powierzchni
85 m² wybudujemy na twojej działce

w cenie promocyjnej 455 tys. brutto

**Masz projekt i działkę
a zależy Ci na szybkiej budowie ?**

Zapytaj również o dom w technologii modułowej z
zastosowaniem ekologicznych i zdrowych produktów Steico



Magnolia Dom Sp. z o.o.
tel. 518-260-467 | email: biuro@magnoliadom.com.pl

WARTO WIEDZIEĆ ZUŻYTYCH UBRANÍ NIE WRZUCAMY JUŻ DO ODPADÓW SUCHYCH ANI ZMIESZANYCH

Pojemniki PCK na stare ubrania

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

W Pruszczu Gdańskim stanęły 32 pojemniki PCK, do których można wrzucać starą odzież, obuwie i inne tekstylia. Zużyte ubrania można także oddać do GPSZOK lub wystawić w czasie zbiórki odpadów wielkogabarytowych. Seniorzy mogą liczyć na darmowy odbiór. Sprawdz, co zrobić ze starymi ubraniami.

Od stycznia 2025 r. obowiązują nowe przepisy dotyczące segregacji odpadów, które obejmują również tekstylia. Nie można ich już wrzucać do odpadów suchych czy zmieszanych. W Pruszczu Gdańskim także pojawiły się specjalne pojemniki PCK, do których można właśnie wrzucać zużyte ubrania, obuwie i inne tekstylia.

- Na terenach miejskich ustawiono 32 pojemniki na odzież dzięki umowie podpisanej przez Gminę Miejską Pruszcz Gdański z Polskim Czerwonym Krzyżem (PCK) - informują pruszczańscy urzędnicy. - Dodatkowo, w Pruszczu Gdańskim znajduje się także kilkanaście pojemników należących do PCK, które stoją na terenach prywatnych.

Interaktywną mapę tych lokalizacji znaleźć można na stronie pruszcz-gdanski.pl w zakładce Czyste miasto oraz



W Pruszczu Gdańskim jest kilka możliwości na pozbycie się odpadów typu ubrania, buty, tekstylia. Można je np. wrzucać do specjalnych pojemników

w aplikacji Mieszkam w Pruszczu w punktach POI.

Oprócz specjalnych pojemników na tekstylia rozmieszczonych w Pruszczu Gdańskim mieszkańcy mają także inne możliwości pozbycia się niepotrzebnych ubrań i materiałów w sposób zgodny z zasadami segregacji.

Podczas zbiórki wielkogabarytowych

Tekstylia można oddać podczas zbiórki odpadów wielkogabarytowych.

- Cztery razy w roku organizowane są okresowe zbiórki

odpadów wielkogabarytowych, w ramach których można również przekazać zużyte tekstylia - informuje Urząd Miasta.

Aby skorzystać z tej możliwości, należy:

- zapakować tekstylia w czarne worki o pojemności od 60 do 120 litrów i oznaczyć je napisem „TEKSTYLIA”. Nieprawidłowo przygotowane tekstylia nie będą odbierane!

- wystawić worki w wyznaczonym terminie zgodnym z harmonogramem zbiórki odpadów wielkogabarytowych w odpowiednim miejscu:

przy wiacie śmietnikowej - dla mieszkańców budynków wielorodzinnych, przy posesji - dla mieszkańców domów jednorodzinnych.

Darmowy odbiór tekstyliów dla seniorów

Jak informują pruszczańscy urzędnicy, dla seniorów posiadających Pruszczańską Kartę Mieszkańca dostępne jest dodatkowe ułatwienie - bezpłatny odbiór tekstyliów. Wystarczy zgłosić chęć oddania ubrań i umówić termin odbioru z firmą PURUM Sp. z o.o.:



Ubrania w dobrym stanie trafiają do ponownego użytku lub sprzedaży w sklepach z używaną odzieżą

- telefonicznie pod numerem: +48 58 773 24 01
- lub e-mailem na adres: bok@purum-pruszcz.pl

UWAGA! Przekazywane tekstylia muszą być zapakowane w czarne worki o pojemności minimum 60, maksimum 120 litrów oznaczone napisem „TEKSTYLIA”!

Można oddać w GPSZOK

Zużyte tekstylia można również oddać do GPSZOK (Gminnego Punktu Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych).

GPSZOK - ul. Kupiecka 16 w Pruszczu Gdańskim, godziny otwarcia: wtorek-piątek 9:30-17:00, sobota 8:00-14:00.

Co się dzieje z tekstyliami po ich zebraniu? Ponieważ wielu mieszkańców pyta się, co dzieje się z tekstyliami po ich zebraniu, urzędnicy odpowiadają:

- Tekstylia w dobrym stanie trafiają do ponownego użytku lub sprzedaży w sklepach z używaną odzieżą. Zniszczone materiały są poddawane recyklingowi i wykorzystywane np. do produkcji czyściwa przemysłowego. ©®

W Pruszczu Gdańskim ma powstać kryte lodowisko

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

Przy Szkole Podstawowej nr 4 w Pruszczu Gdańskim ma powstać kryte lodowisko. Taki plan mają władze miasta. Zadaszona tafla ma mieć 40 metrów długości i 20 metrów szerokości. Władze Pruszcza Gdańskiego poszukują zewnętrznych źródeł dofinansowania inwestycji. Wcześniej jednak przeprowadziły konsultacje, by poznać opinie mieszkańców.

Obecnie w Pruszczu Gdańskim działa sezonowe, niezadaszone miejskie lodowisko przy Szkole Podstawowej nr 3, które co roku cieszy się dużym zainteresowaniem. Tylko przez dwa tygodnie lutego, odnotowano ponad 5500 wejść. Niestety ze względu na warunki pogodowe ostatnich lat, lodowisko działa przez



Miasto stara się pozyskać środki zewnętrzne na budowę krytego lodowiska. Pyta też mieszkańców, jakie funkcje sportowo-rekreacyjne widzieliby w obiekcie poza sezonem

krótki okres czasu. Nowy obiekt pozwoliłby na wydłużenie sezonu zimowego i lepsze warunki do jazdy na łyżwach. Miasto planuje budowę zadaszonego lodowiska i aby jak najlepiej przygotować projekt, od końca lutego do połowy marca prowadziło konsultacje

społeczne, by poznać opinie mieszkańców dotyczącą planowanego obiektu.

- Trwają prace nad wnioskiem o dofinansowanie budowy zadaszonego lodowiska przy Szkole Podstawowej nr 4 w Pruszczu Gdańskim w ramach rządowego Programu bu-

dowy lodowisk - Edycja 2025 - mówią pruszczańscy urzędnicy. - Aby jak najlepiej dostosować funkcjonowanie tego obiektu do oczekiwań mieszkańców, prowadzone zostały konsultacje społeczne. Ich celem jest poznanie opinii mieszkańców na temat korzystania z lodowiska



Odkryte lodowisko, które działa przy Szkole Podstawowej nr 3 cieszy się dużą popularnością. Tylko przez dwa tygodnie lutego, odnotowano ponad 5500 wejść. Niestety, pogoda sprawia, że jest krótko otwarte

ska oraz jego ewentualnych funkcji poza sezonem zimowym. W konsultacjach pytaliśmy m.in. o to jak często mieszkańcy planują korzystać z lodowiska; jakie udogodnienia są najważniejsze, jaką funkcję powinien pełnić ten obiekt poza sezonem zimowym.

Jak zapewniają urzędnicy, projekt nie wpłynie na istniejącą infrastrukturę sportową szkoły ani na dostępność obecnych obiektów. Jego celem jest wzbogacenie oferty sportowej miasta i stworzenie nowych możliwości aktywnego spędzania czasu dla mieszkańców. ©®

Twój lokalny partner o ogólnopolskim zasięgu

Freedom

Szukasz idealnego domu lub kupca na swoją nieruchomość?

Freedom Pruszcz Gdański to Twój lokalny partner z ogólnopolskim wsparciem!

Jesteśmy częścią największej sieci biur nieruchomości w Polsce, która od 15 lat skutecznie pośredniczy w tysiącach transakcji rocznie. Dzięki nam szybko i bezpiecznie sprzedasz, kupisz lub wynajmiesz nieruchomość na najlepszych warunkach.

Postaw na doświadczenie i skuteczność.
Skontaktuj się z nami już dziś!

Michał Maciejewski, Dyrektor Oddziału Pruszcz Gdański

tel. 662 041 845 m.maciejewski@freedom.pl

freedom.pl

WARTO WIEDZIEĆ ROZLICZ SIĘ W PRUSZCZU GDAŃSKIM I ZGŁOŚ DO LOTERII PIT

Do wygrania auto lub pieniądze

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

To już szósta edycja Loterii PIT w Pruszczu Gdańskim. Do wygrania hybrydowe auto - Fiat 500 lub 5 tysięcy zł. Od 1 marca działa formularz zgłoszeniowy. Sprawdź, kto może wziąć udział w loterii i jak się do niej zgłosić.

Trwa miejska akcja „Rozlicz PIT w Pruszczu Gdańskim”! Rozliczając podatek PIT jako mieszkaniec Pruszcza Gdańskiego, można wygrać hybrydowe auto lub 5 000 zł. W 2020 roku miała miejsce pierwsza Loteria PIT. Wzięło w niej udział 3015 osób, z czego 213 zadeklarowało, że rozlicza się w Pruszczu Gdańskim po raz pierwszy. Liczba uczestników w kolejnych latach sukcesywnie rosła:

- w 2021 roku: 4197 mieszkańców (w tym po raz pierwszy w naszym mieście: 312 osób),

- w 2022 roku: 4449 mieszkańców (w tym po raz pierwszy w naszym mieście: 330 osób),

- w 2023 roku: 5114 mieszkańców (w tym po raz pierwszy w naszym mieście: 372 osoby),

- w 2024 roku: 5253 mieszkańców (w tym po raz pierwszy w naszym mieście: 358 osoby).

Chętnych przybywa, jednak nadal jest to akcja, w której szansa na wygraną jest statystycznie ogromna - podkreślają urzędnicy.



W ubiegłym roku hybrydowe auto Fiat 500 trafiło do pani Katarzyny. Radość była duża - samochód zastąpił 25-letnią skodę

Zwycięzcy poprzednich edycji

W poprzednich edycjach główne nagrody trafiły: w 2020 r. do pana Maksymiliana, w 2021 r. do pani Kamili, w 2022 r. do pana Dariusza, w 2023 r. do pana Pawła, a w 2024 r. do pani Katarzyny.

Zwycięzcy z ubiegłej edycji mieszka w Pruszczu Gdańskim mieszka od 8 lat. Wiadomość o wygranej zaskoczyła ją. Gdy ochłonęła, radość była wielka.

- Najpierw zadzwoniłam do męża, żeby się podzielić tą wiadomością. Później po weryfikacji już mówiłam znajomym, że takie coś się stało - Wow! Można wygrać samochód! - mówiła nam pani Katarzyna. - Radość tym większa, że mamy 25-letnią skodę i już czas był na wymianę. Mieliśmy nawet plan. Żartowaliśmy przy zgłaszaniu do loterii, że może to właśnie ten moment i wygramy to auto. I się udało.

Co bardzo cieszyło zwyciężczynię nagrody głównej, to to, że auto jest hybrydowe. - Jestem takim trochę freakiem ekologicznym - dodała pani Kasia. - To, że auto jest hybrydowe, bardzo mnie cieszy, to zawsze coś dobrego

w wersji micro dla środowiska. W sam raz na dojazdy do pracy i podróże do rodziny, która nie mieszka w Pruszczu.

Pani Paulina, która wygrała w 2024 r. drugą nagrodę, czyli 5 tysięcy złotych, nie wierzyła w wygraną aż do dnia odbioru.

- Jak się zgłaszałam do loterii, nie liczyłam na wygraną. Zgłosiłam się i wyleciało mi to zupełnie z głowy aż do telefonu z urzędu - mówiła nam przy odbiorze nagrody. - Teraz czuję ekscytację, to się dzieje naprawdę. Połowę wygranej przeznaczę na przyjemności, a połowę sobie odłożę.



Pani Paulina w 2024 r. wygrała drugą nagrodę, czyli 5 tysięcy złotych

Kto może wziąć udział w loterii?

Kto wygra w roku 2025? Na pewno, aby mieć szansę na wygraną należy się do niej zgłosić. Można to zrobić do 7 maja 2025 r.

- Udział w loterii może zgłosić każda osoba pełnoletnia. Wystarczy rozliczyć podatek PIT za rok 2024 w Urzędzie Skarbowym w Pruszczu Gdańskim i wskazać jako miejsce zamieszkania adres na terenie naszego miasta - mówi Janina Wilkos-Gad, kierownik Referatu Współpracy i Promocji Urzędu Miasta. - W tym roku nagrodami w lo-

terii są: Fiat 500 z napędem hybrydowym oraz kwota 5000 zł.

Jak zaznacza urzędniczka, obie nagrody są powiększone o wartość podatku, a samochód dodatkowo o ubezpieczenie OC i koszty rejestracji.

Jak dokonać zgłoszenia?

Od 1 marca na stronie www.pitwpruszczu.pl dostępny jest krótki formularz rejestracyjny, po jego wypełnieniu otrzymasz swój osobisty numer loteryjny. Przyjmowanie zgłoszeń do 7 maja br. ©P

Opaski życia dla seniorów z Pruszcza. Rusza pilotażowy program

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

W Pruszczu Gdańskim rusza pilotażowy program „Opaska życia”. Jego adresatami są seniorzy z Pruszcza Gdańskiego. Realizacją rządowego programu „Korpus Wsparcia Seniorów” na rok 2025 zajmie się Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszczu Gdańskim. Sprawdź, na czym polega „opaska życia” i kto ją może otrzymać.

Miasto Pruszcz Gdański ruszyło z pilotażowym programem „Opaska życia”, skierowanym do pruszczańskich seniorów.

- Program ma na celu poprawę bezpieczeństwa osób starszych i samotnych - mówi Janusz Wróbel burmistrz Pruszcza Gdańskiego. - Akcja skierowana jest do osób powyżej 60. roku życia, które mają trudności



Urządzenie przypominające zegarek jest nowoczesnym narzędziem do monitorowania parametrów życiowych użytkownika

w codziennym funkcjonowaniu i nie posiadają wsparcia rodziny.

Na czym polega „Opaska życia”? Urządzenie, w wyglądzie przypominające zegarek jest nowoczesnym narzędziem do monitorowania parametrów życiowych użytkownika.

W przypadku wykrycia niepokojących zmian, sygnał alarmowy jest automatycznie przekazywany do operatora, co umożliwia szybką reakcję i pomoc.

Do programu skierowane zostaną osoby zakwalifikowane

na podstawie konkretnych przesłanek przez pracowników pruszczańskiego MOPS.

- Zakładamy, że pierwsze opaski pojawią się na rękach uczestników programu w maju - dodaje burmistrz Pruszcza Gdańskiego.

Jak działają opaski bezpieczeństwa?

Osoby zakwalifikowane do programu otrzymają opaski wyposażone w system teleopieki, które posiadają m.in. następujące funkcje:

- Przycisk bezpieczeństwa (sygnał SOS) - umożliwi natychmiastowe wezwanie pomocy,

- Detektor upadku - automatycznie wykrywanie upadków i powiadamianie służb,

- Czujnik zdjęcia opaski - monitorowanie ciągłego noszenia urządzenia,

- Lokalizator GPS - precyzyjne określenie miejsca pobytu użytkownika,

- Funkcję komunikacji z centrum obsługi i opiekunami,

- Monitorowanie podstawowych parametrów życiowych - pomiar tętna i saturacji. „Opieka na odległość” to nowoczesne rozwiązanie

wspierające seniorów, osoby chore, po zabiegach medycznych oraz z niepełnosprawnościami, które czasowo lub na stałe potrzebują pomocy w codziennym funkcjonowaniu.

Jak informuje Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Pruszczu Gdańskim, w pierwszej kolejności opaski trafią do osób samotnych, które nie mają rodziny i borykają się z trudnościami w samodzielnym funkcjonowaniu ze względu na stan zdrowia.

Zgłoś się do programu

Osoby zainteresowane udziałem w programie „Korpus Wsparcia Seniorów” - Moduł II mogą zgłaszać się osobiście do siedziby Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Pruszczu Gdańskim lub skontaktować się telefonicznie pod numerem 58 692 17 10. ©P



Carter Chodzeń
Gdańsk-Kowale



TWOJA TOYOTA JEST
BLIŻEJ NIŻ MYŚLISZ

Odwiedź salon i autoryzowany serwis
Toyota Carter Chodzeń
Magnacka 9, Kowale

Odwiedź nas:



O TYM SIĘ MÓWI CYKLICZNA AKCJA KRWIODASTWA

Oddają krew w krwiobusie

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

Już po raz drugi w tym roku odbyła się w Pruszczu Gdańskim akcja krwiodawstwa. Mobilny punkt poboru krwi RCKiK stanął w centrum miasta. Chętnych na oddanie tego bezcennego płynu, jakim jest krew, nie brakowało.

W minionym tygodniu w centrum Pruszcza Gdańskiego, przy ul. Krótkiej 6, stanął krwiobus Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa. W mobilnym punkcie można było oddać krew. Druga edycja akcji krwiodawstwa w tym roku zgromadziła nie tylko mieszkańców miasta, ale również osoby z okolicznych miejscowości.

14,4 litra krwi dla potrzebujących

Tego dnia zarejestrowało się 45 osób, spośród których 32 oddały krew. Wśród nich znalazło się 5 osób, które zdecydowały się na ten gest po raz pierwszy. Łącznie udało się zebrać aż 14 400 ml krwi, co może uratować zdrowie i życie wielu pacjentów.

- To ważna inicjatywa, dlatego wracam tu drugi raz. Oddanie krwi nic nie kosztuje, a może pomóc komuś w krytycznym momencie - powiedział jeden z uczestników.



Mieszkańcy Pruszcza Gdańskiego Paweł Burda i Szymon Zander są inicjatorami tej cyklicznej akcji

Inicjatorami akcji są mieszkańcy Pruszcza Gdańskiego - Paweł Burda i Szymon Zander, którzy sami regularnie oddają krew.

- W Pruszczu od wielu lat nie było takiej cyklicznej akcji i żeby zmniejszyć czas jazdy do Gdańska, żeby było łatwiej i szybciej postanowiliśmy zorganizować to w naszym mieście - mówi Szymon Zander. - Dzięki współpracy z miastem udało się wybrać dobrą lokalizację, w samym centrum przed Domem Wiedemanna. Mamy nadzieję, że zachęci to innych do udziału w tej cy-

klicznej akcji. W pierwszej akcji wzięły udział 43 osoby. Łącznie oddano 15 750 ml krwi.

Panowie są krwiodawcami od ponad 20 lat. Oddali już wiele litrów krwi.

- Krew jest bezcenna nie da jej się wyprodukować - mówi Paweł Burda. - Pierwszy raz oddałem krew w 18 urodziny i od tamtej pory staram się co dwa miesiące to robić. Przez jakiś czas jeździłem do stacji w Gdańsku, ale od dłuższego czasu oddaję w ambulanсах, właśnie podczas takich różnych akcji. W sumie oddałem już 45 litrów krwi.

Jeszcze 4 razy w tym roku krwiobus stanie w Pruszczu Gdańskim.

- Zapraszamy chętnych. To naprawdę nic nie boli, a może pomóc wielu osobom chorym, przebywającym w szpitalach, po operacjach - mówi Paweł Burda. - Kobiety mogą w roku oddać krew 4 razy, mężczyźni 6. Pobieranie nie trwa długo. Ok. 7-10 minut. Poprzedzone jest rozmową - wywiadem z lekarzem, wypełnieniem kwestionariusza. Nie trzeba się specjalnie przygotowywać. Należy być po lekkim śniadaniu i odpowiednio nawodnionym,



Oddający krew w krwiobusie przyznają, że to duże ułatwienie

żeby ta wartość krwi była dobra i żeby nie zasłabnąć podczas oddawania. Oddaje się 450 ml krwi - mniej więcej 1/12 tego, co posiadamy w organizmie.

- Na stronie RCKiK można sprawdzić, jaki jest aktualny stan krwi - dodaje Szymon Zander. - Ona jest na bieżąco uaktualniana. Bywają dni, kiedy jest bardzo mało. Zależy to zapewne właśnie od zapotrzebowania szpitali, od operacji.

Każdy dawca przed opuszczeniem punktu poboru krwi otrzymuje pakiet regenera-

cyjny od stacji krwiodawstwa - w tym czekolady, baton, masło orzechowe, soczek. W Pruszczu ci, którzy zdecydowali się oddać krew dostali jeszcze upominki od miasta.

Kolejne terminy - nie przegap szansy na pomoc!

Organizatorzy zapraszają na kolejne edycje akcji krwiodawstwa, które odbędą się:

- Wtorek, 20 maja
- Czwartek, 17 lipca
- Wtorek, 16 września
- Czwartek, 13 listopada.

©P

W Pruszczu zakwitną Pola Nadziei. Będą kwesty, festyn i parada

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

Żonkile budzą się, jak wiosna, a to znak, że czas na Pola Nadziei - ogólnopolską akcję na rzecz hospicjów i ich podopiecznych.

Dom Hospicyjny w Pruszczu Gdańskim w tym roku samodzielnie organizuje akcję Pola Nadziei. Dzięki temu pruszczańska fundacja może się skupić na lokalnych wydarzeniach, które odbywać się będą na terenie dwóch powiatów gdańskiego i nowodworskiego, ponieważ pacjentów z tych terenów pod swoją opieką ma stowarzyszenie. Start już w ten weekend.

- W weekend 29 i 30 marca mieszkańcy Pruszcza Gdańskiego, Nowego Dworu Gdańskiego oraz powiatów gdańskiego i nowodworskiego będą mieli okazję wesprzeć działal-



W ubiegłym roku akcji po raz pierwszy towarzyszyła parada w Pruszczu Gdańskim

ność naszego hospicjum poprzez udział w zbiorach oraz wydarzeniach towarzyszących - mówi Katarzyna Kałduńska, prezes Stowarzyszenia Dom Hospicyjny w Pruszczu Gdańskim. - W sobotę 29 marca - kwesta na terenie miasta

Pruszcza Gdańskiego. W niedzielę 30 marca - kwesta przy parafiach. W Pruszczu Gdańskim to parafia pw. Matki Boskiej Nieustającej Pomocy, parafia pw. Bł. Michała Kozala i parafia pw. Podwyższenia Krzyża Świętego, a w powiecie - para-



Już w ten weekend odbędą się kwesty na rzecz pruszczańskiego domowego hospicjum

fia pw. Przemienienia Pańskiego w Sobowidzu.

W niedzielę, 11 maja w Pruszczu Gdańskim odbędzie się Wielki Finał akcji, na który złożą się barwna parada oraz piknik rodzinny w Cukrotece. Szczegółowe in-

formacje dotyczące finału zostaną podane wkrótce. Do zaplanowanego w maju wydarzenia jest jeszcze trochę czasu, dlatego fundacja zwraca się z prośbą o wsparcie tej inicjatywy oraz wspólne działanie. - Każda forma pomocy - finan-

sowa, rzeczowa, organizacyjna czy wolontariat - ma ogromne znaczenie - mówi Katarzyna Kałduńska. - Dziękujemy za dotychczasową pomoc i liczymy na państwa obecność oraz zaangażowanie w tegorocznych wydarzeniach. Razem możemy więcej!

Pola Nadziei to coroczna inicjatywa mająca na celu wsparcie hospicjów, propagowanie idei opieki paliatywnej oraz budowanie społecznej solidarności. To wyjątkowy czas, kiedy mieszkańcy, wolontariusze, szkoły i lokalne instytucje jednoczą siły, aby nieść pomoc potrzebującym.

- Cieszymy się ogromnym zaangażowaniem i odzewem ze strony szkół oraz wolontariuszy. Ich wsparcie jest nieocenione i stanowi wyraz wielkiej solidarności oraz empatii - podkreśla Małgorzata Cieślak, koordynatorka tegorocznej edycji Pól Nadziei. ©P

FOTOREPORTAŻ 80 ROCZNICA POWROTU PRUSZCZA DO MACIERZY

Upamiętnili ważne wydarzenie

Danuta Strzelecka
danuta.strzelecka@polskapress.pl

80 lat temu Pruszcz Gdański został przyłączony do Polski. Rocznicę powrotu do Macierzy uczczono w tym tygodniu w mieście.

W marcu 1945 roku Pruszcz Gdański został przyłączony do Polski. Na pamiątkę tego wydarzenia, w poniedziałek odbyła się uroczystość w centrum miasta na Placu Jana Pawła II przy ul. Wojska Polskiego w Pruszczu Gdańskim. W 80. rocznicę powrotu Prus-

zcza Gdańskiego do Macierzy, przedstawiciele lokalnych władz samorządowych, parlamentarzysty, przedstawiciele organizacji kombatanckich, organizacji pozarządowych, służb mundurowych, placówek oświatowych oraz mieszkańcy złożyli kwiaty pod pomnikiem Nike.

- Dziś, 24 marca, upamiętniliśmy 80. rocznicę powrotu Pruszcza Gdańskiego do Macierzy. Niech pamięć o tych wydarzeniach przypomina nam o sile jedności i tożsamości narodowej - mówią obecni na wydarzeniu. ©©



FOT. OKIS



FOT. OKIS



FOT. STAROSTWO POWIATOWE



FOT. STAROSTWO POWIATOWE

REKLAMA

0011283788



BIURO RACHUNKOWE

Aleksandra Andrzejewska



Jeżeli szukasz profesjonalnego biura podatkowego w Pruszczu Gdańskim, które zapewni Ci kompleksową obsługę księgową, skontaktuj się ze mną. Z przyjemnością odpowiem na wszystkie Twoje pytania i przedstawię ofertę dostosowaną do Twoich potrzeb.

- » OBSŁUGA KSIĘGOWA
- » OBSŁUGA KADROWO-PŁACOWA
- » PROWADZENIE KSIĄG RACHUNKOWYCH
- » SPORZĄDZANIE SPRAWOZDAŃ FINANSOWYCH
- » ROZLICZENIA PIT
- » RYCZAŁT EWIDENCJONOWANY

ul. Sienkiewicza 7A
83-000 Pruszcz Gdański

+48 600 293 577
ksiegowosc@andrzejewska.net

REKLAMA

0011288102

LE-CAR MECHANIKA POJAZDOWA

ROTMANKA, UL. CYPRYSOWA 1C

godziny otwarcia: poniedziałek-piątek 8:00-17:00

☎ 602 833 257, ☎ 508 248 246 ✉ BIURO@LECAR.COM.PL

Wykonujemy naprawy mechaniczne: zawieszenia, hamulce, sprzęgła, wymiany olejów i filtrów, wymiany rozrządu, naprawy silników, naprawy układu wydechowego oraz wiele innych.

NOWOŚĆ! DYNAMICZNA wymiana oleju w skrzyniach biegów



- KLIMATYZACJA - naprawy oraz serwis
 - Naprawy sprężarek klimatyzacji
 - Diagnostyka komputerowa
 - Spawanie aluminium
- Na wykonane usługi dajemy gwarancję.

WWW.LECAR.COM.PL



SUPER DUO

15zł

Original + średnie Crispy Fries

Promocja jest ważna do 19.03.2025 lub do wyczerpania zapasów.



Premium Burgers

CZAS PON-PT 11-15 NA LUNCH 25zł

Wybierz swoją ulubioną wersję zestawu:

Frisco Cheese

Frisco Cheese Plant Beef

Crispy Chicken 'n' Bacon



©2025 MAX Burgers AB. ©2025 The Coca-Cola Company. COCA-COLA, FANTA, SPRITE są zastrzeżonymi znakami towarowymi The Coca-Cola Company.

KUPONY RABATOWE NA ODWROCIE

DO WYKORZYSTANIA RÓWNIEŻ W APLIKACJI MAX

Pobierz aplikację
MAX i skorzystaj z
dodatkowych ofert.Znajdź najbliższą restaurację MAX:
www.maxpremiumburgers.pl/znajdz-max/restauracje

ORIGINAL BURGER

TERAZ TYLKO

13zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
21,45 zł.

RABAT OD 35%

Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania

CHEESEBURGER + CHICKEN JR + M

TERAZ TYLKO

15zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
22,45 zł.

RABAT OD 30%

Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w
zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania

ZESTAW BURGER BEEF 'N' BACON

TERAZ TYLKO

35zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
39,95 zł.

RABAT OD 10%

Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania

BURGER



Kupon przy kasie,
aplikacji MAX
lub innych promocjach.
Promocja jest
ważna do wyczerpania zapasów.



ZESTAW DOUBLE FRISCO TERAZ TYLKO

29zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
38,45 zł.



RABAT OD 25%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



ZESTAW DLA DZIECI TERAZ TYLKO

10zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
18,45 zł.



RABAT OD 45%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



GRAND CHICKEN SANDWICH TERAZ TYLKO

19zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
25,95 zł.



RABAT OD 25%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



MAŁY NAPÓJ



Kupon przy kasie,
aplikacji MAX
lub innych promocjach.
Promocja jest
ważna do wyczerpania zapasów.



CHEESEBURGER TERAZ TYLKO

5zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
6,95 zł.



RABAT OD 25%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



5 SZT. CHICKEN WINGS TERAZ TYLKO

12zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
15,95 zł.



RABAT OD 25%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



CHICKEN JR + MAŁE FRYTKI TERAZ TYLKO

8zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
15,59 zł.



RABAT OD 45%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



R RYWALA



Kupon przy kasie,
aplikacji MAX
lub innych promocjach.
Promocja jest
ważna do wyczerpania zapasów.



6 SZT. CHICKEN NUGGETS + DIP + ŚREDNIE FRYTKI TERAZ TYLKO

15zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
28,40 zł.



RABAT OD 45%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



RASPBERRY PIE TERAZ TYLKO

7zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
9,95 zł.



RABAT OD 30%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



ZESTAW PLANT BEEF TERAZ TYLKO

25zł

Najniższa cena
z 30 dni przed
obniżką wynosi
31,95 zł.



RABAT OD 20%



Aby otrzymać zniżkę na swoje zamówienie okaz kupon przy kasie,
na linii Drive, w kiosku samoobsługowym lub w aplikacji MAX
po zeskanowaniu kodu QR. Oferta nie łączy się z innymi promocjami.
Ważna we wszystkich restauracjach MAX w Polsce. Promocja jest
ważna od 03.03 do 27.04.2025 lub do wyczerpania zapasów.



Forum Gdańsk, CH Osowa, Kowale

AKTYWNI SENIORZY TO CORAZ LICZNIEJSZA GRUPA MIESZKAŃCÓW PRUSZCZA GDAŃSKIEGO

Seniorzy na wiosennym balu. Niedługo będą mieli więcej form aktywizacji



FOT. DANUTA STRZELECKA

Tort na każdym balu jest inny. Wygląda pięknie i smakuje wyśmienicie

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

W tzw. ostatki seniorzy z Pruszcza Gdańskiego mieli okazję bawić się na Balu Wiosennym. W wydarzeniu wzięło udział niemal 300 pruszczańskich seniorów. Był dobry humor, świetna zabawa, król i królowa balu oraz ogromny tort.

Zaproszenia na Wiosenny Bal Seniora odebrało prawie 300 osób. Hala sportowa w ZSO nr 1 w Pruszczu Gdańskim wypełniła się niemal do pełna. Seniorów przywitani burmistrz Pruszcza Gdańskiego Janusz Wróbel i przewodnicząca Rady Miasta Pruszcza Gdańskiego Małgorzata Czarniecka-Szafranska. Potem na salę wjechał ol-

brzymi tort. Seniorzy nie mogli się oprzeć, by nie porobić zdjęć. Następnie była słodka degustacja i coś bez czego nie może się odbyć pruszczański bal, czyli wyboru Króla i Królowej Balu. Zostali nimi pani Halina i pan Wiesław.

- Nie spodziewałam się tego w ogóle. Pierwszy raz jestem na takim balu - mówi pani Halina. - Wybrałam się z koleżanką, bo lubię tańczyć. Od dwóch lat jestem na emeryturze i mam więcej czasu dla siebie. Jak widać po wspaniałej atmosferze i pełnym parkiecie, seniorzy, umieją się bawić. Sala jest pełna i atmosfera super.

- Nie raz byłem na takim balu - mówi pan Wiesław. - Jest to fajna impreza, są również śmieszności i mają podobne poczucie humoru.

Seniorzy to coraz liczniejsza część mieszkańców Pruszcza Gdańskiego.

- Za parę lat będzie ich jeszcze więcej - mówi Janusz Wróbel, burmistrz Pruszcza Gdańskiego. - Staramy się, żeby od czasu do czasu wyszli z domu. Na początku taki bal był raz w roku, ale okazało się za mało. Były oczekiwania seniorów, żeby było więcej. Dziś te bale odbywają się dwa razy w roku. Jak widać po frekwencji, sala jest niemal pełna.

Jak dodaje burmistrz, to jest początek drogi, bo miasto będzie rozwijać politykę senioralną w najbliższym czasie.

- W Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej trwa budowa nowego skrzydła, przeznaczonego na dom dziennego pobytu dla seniorów. Pod koniec



FOT. DANUTA STRZELECKA

Seniorów nie trzeba było namawiać do tańca. Parkiet szybko się wypełnił

roku inwestycja powinna osiągnąć etap stanu surowego zamkniętego. Wtedy rozpoczyna się prace wewnątrz - mówi burmistrz. - Myślę, że aktywności w tym domu będą od stycznia przyszłego roku. Ten czas po zakończeniu budowy rozpoczniemy na przygotowanie takiej aktywności. Chcemy, żeby seniorzy poza zabawą z wnukami i wychodzeniem na zakupy mieli też czas dla siebie i na spotkania i na inne przyjemności. Wprowadzamy także program „Korpus Wsparcia Seniora”. W przypadku naszego miasta to jest pilotaż. Chcemy grupie seniorów, która się zgłosi zaproponować tzw. opaskę bezpieczeństwa wraz z obsługą systemu monitorowania. (Więcej o opasce życia na str. 6). ©



FOT. DANUTA STRZELECKA

Króli Królowa wiosennego balu



FOT. DANUTA STRZELECKA

Seniorzy świetnie się bawili. Impreza była koszyczkowa



FOT. DANUTA STRZELECKA

Trwa rozbudowa budynku MOPS. Będzie tu Dom Aktywności Seniora

WARTO WIEDZIEĆ KASZUBI W PRUSZCZU GDAŃSKIM ROZMAWIALI O POWROCIE ZABYTEKÓW NA POMORZE

Będą zabiegać, by zabytki wróciły

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

Pruszcz Gdański gościł blisko 80 Kaszubów z całego Pomorza. W sali Urzędu Miasta odbyło się posiedzenie Rady Naczelnej Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego. Podjęto m.in. uchwałę, by powołać społeczny komitet ds. Restytucji Dzieł Sztuki na Pomorze, który ma się zająć także sprawą powrotu do Pruszcza zabytkowego ołtarza.

Ważnym punktem posiedzenia była dyskusja dotycząca kwestii restytucji dzieł sztuki. Została ona zainicjowana przez członków pruszczańskiego oddziału zrzeszenia oraz działaczy społecznych, którym na sercu leży los ołtarza z kościoła Podwyższenia Krzyża Świętego i jego powrót do pruszczańskiej świątyni. Jak się okazuje zabytków, które czekają na powrót do swoich miejsc, jest więcej, jak chociażby pierścień Świętopełka, czy dzwon z kościoła w Rumi.

- Ten punkt w naszych obradach wziął się z inicjatywy dzia-



Tomasz Błyskosz przybliżył uczestnikom problem restytucji dzieł sztuki

łaczy z Pruszcza, którzy cały czas zabiegają o to, aby w jakiejś formie ta nadstawa ołtarzowa, która zniknęła z zabytkowego kościoła tutaj wróciła - mówi Jan Wyrowiński, prezes Zrzeszenia Kaszubsko-Pomorskiego - Ta sprawa była podnoszona od wielu lat, ale trochę ostatnio przycichła. I ta ich inicjatywa i ta

nasza w tej chwili ma znowu postawić w świetle dziennym ten problem restytucji tych cennych zabytków sztuki, które z wielu powodów znalazły się poza Pomorzem, najczęściej w Warszawie. Będziemy konsekwentnie zabiegali, o to, żeby w jakiejś formie te zabytki wróciły.



Zabytkowy ołtarz z kościoła Podwyższenia Krzyża św. w Pruszczu po wojnie znalazł się w Muzeum w Warszawie

Problematykę restytucji dzieł sztuki po II wojnie światowej z obszaru Pomorza przybliżył Tomasz Błyskosz z Narodowego Instytutu Dziedzictwa, kierownik oddziału terenowego w Gdańsku. Między innymi opowiedział zebranym, jak i dlaczego zabytkowy ołtarz antwerpski z 1515 roku z pruszczań-

skiego kościoła znalazł się w Muzeum Narodowym w Warszawie i dlaczego pomimo wieloletnich starań, nie wrócił na swoje miejsce oraz dlaczego obecnie pruszczańscy społecznicy zabiegają o wykonanie wiernej kopii tego dzieła zgodnie ze sztuką konserwatorską, a nie domagają się zwrotu oryginału.

Zdaniem burmistrza Pruszcza Gdańskiego, ponad 40-letnia walka o zwrot ołtarza przybiera nowy wymiar.

- Zmieniła się dzisiaj koncepcja, znamy już powody, dla którego osoby ubiegające się o zwrot ołtarza nie oczekują już zwrotu oryginału, co ma związek z kosztami, ze sposobem przechowywania ołtarza i niebezpieczeństwem, z jakim by się to mogło wiązać, tylko mówimy o kopii. Ale kopii, która byłaby wierna oryginałowi, czyli sporządzona w sposób bardzo zbliżony do tego jak to kilkaset lat temu ten ołtarz powstawał - w bardzo zbliżonych technikach - mówi Janusz Wróbel, burmistrz Pruszcza Gdańskiego. - Tak jak dzisiaj było to powiedziane, znamy takie przypadki, że dobre kopie robione 150 lat temu dzisiaj są już zabytkami. I oby tak było w naszym przypadku. Myślę, że to wsparcie Kaszubów i utworzenie tej komisji, może to być przełom, jeśli chodzi o nasz ołtarz, ale nie tylko, bo ta uchwała, która została podjęta, dotyczy w ogóle zwrotu zabytków zagrabionych na Pomorzu. ©

REKLAMA

0011288673

PROMEDICA24

PRACA W OPIECE

NA TERENIE NIEMIEC

**BONUS
wiosenny do
450€**

**NOWY MODEL,
NOWE STAWKI!**

ZADZWOŃ! GDAŃSK
TEL. 517 176 292

REKLAMA

0011295575

ABC DOM
— NIERUCHOMOŚCI —

+48 690 250 230

ul. Kossaka 6b,
Pruszcz Gdański
parter - wejście od Alei Waląga - deptak

Masz mieszkanie, ale:

- Jest ono za wysoko, bez windy, jest za duże lub za drogie?
- Nie wiesz, jak je zamienić lub sprzedać na inne?
- Nie wiesz, jak sprzedać je bez stresu?
- Obawiasz się skomplikowanych formalności?
- Nie chcesz paść ofiarą nieuczciwych kupujących?
- Nie masz nikogo, kto pomoże Ci przejść przez cały proces?

Zaufaj naszemu doświadczonemu zespołowi!

TWOJE LOKALNE BIURO NIERUCHOMOŚCI

- **Bezpieczna sprzedaż i zakup** – dbamy o Twoje interesy.
- **Pomoc w formalnościach** – zajmujemy się całą dokumentacją.
- **Dostosowanie oferty do Twoich potrzeb** – znajdziemy mieszkanie idealne dla Ciebie



KULTURA VIII MIEJSKI PRZEGLĄD MAŁYCH FORM TEATRALNYCH W PRUSZCZU GDAŃSKIM

Świetni aktorzy, ciekawe sztuki oraz kreatywne scenografie

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

Przedszkolaki z pruszczańskich przedszkoli i oddziałów przedszkolnych poculi się jak prawdziwi aktorzy. Wzięli udział w VIII Miejskim Przeglądzie Małych Form Teatralnych i wystąpili na scenie. Jurorzy byli zachwyceni przygotowaniem i grą małych aktorów. „Świetne scenariusze, świetnie dobrani aktorzy, ciekawe sztuki” - mówią.

To była już ósma edycja tego wyjątkowego wydarzenia, jakim jest Miejski Przegląd Małych Form Teatralnych. Grupy przedszkolne, które zgłosiły się do przeglądu, wystąpiły na scenie w Centrum Kultury i Sportu w Pruszczu Gdańskim. Co tu się działo!

Jurorzy byli pod wielkim wrażeniem. Ale najważniejsze, że to wszystko podobało się uczestnikom. Oczywiście małej tremy nie zabrakło, ale jak przystało na profesjonalistów, pokonali i ją, dając świetne występy, pokaz gry aktorskiej, tańca i zaangażowania.

Co się najbardziej podobało małym aktorom?

- Mi wszystko się podobało - mówi Tosia.

- Grałem króla. Mnie się podobało jak moją żonę pocałowałem - mówi Marcin.

- Taniec zwierząt - mówi Klara.

- Światła pomarańczowe mi się podobają - mówi Tymek.

A jak przygotowania do spektakli i występy swoich podopiecznych oceniają wychowawczynie grup?

- Za dużo czasu nie mieliśmy na przygotowania, plany pokrzyżowały trochę ferie, wcześniej choroby, ale mimo



Po raz ósmy odbył się Miejski Przegląd Małych Form Teatralnych. Dzieci miały okazję zagrać na prawdziwej scenie i z widownią

to dzieciaki super opanowały swoje role i tekst i piosenki i taniec - mówi Emilia Lisak wychowawczyni grupy Oddziału Przedszkolnego przy ZSO nr 1.

- Dla nich udział w takim przeglądzie to też forma rozwoju i pokonywania swoich barier w postaci wstydu, niepewności. W przedstawieniu „Trzy świnki” chcieliśmy zaprezentować, że warto walczyć o swoje marzenia i dążyć do spełniania swoich marzeń, mimo drobnych potyczek, czy komplikacji napotykanym na drodze.

W przedstawieniu „Smok Wawelski” wystąpiły dzieci z Przedszkola im. Kubusia Puchatka.

- Dzieci lubią brać udział w przedstawieniach, cieszą się, że będą role pełniły, chętnie się zgłosiły, a potem się uczyły, jak grać, jak mówić, jak się zachować na scenie. Ale też trochę się przejmują, np. tym, że nieznane dzieci będą na nich patrzeć czy dobrze wypadną, ale teraz po występie są

bardzo zadowolone - mówi Monika Skubisz, wychowawczyni grupy V Tygryski z Przedszkola nr 3 im. Kubusia Puchatka.

Dzieci z Oddziałów Przedszkolnych ze Szkoły Podstawowej nr 2 zaprezentowały swoje talenty w przedstawieniu „Królowa Śnieżka i siedmiu krasnoludków”.

- Dzieci są bardzo uzdolnione aktorsko, jesteśmy z nich bardzo dumne. Dość długo się przygotowywałyśmy do tego przedstawienia, z takim dużym zaangażowaniem. Także bardzo zaangażowali się rodzice w przygotowanie strojów muzycznych. To nasz pierwszy taki występ na dużej scenie. Trochę się stresowały, ale świetnie wypadły - mówią Kamila Dziekan i Magdalena Treder, wychowawczynie grupy „Kreciki”.

Z kolei przedszkolaki z Oddziałów przedszkolnych Szkoły Podstawowej nr 4 wystąpiły w przedstawieniu in-

spirowanym „Rzepką” Juliana Tuwima.

- Nasza Rzepka jest w formie takiej, jak przedstawił autor, jednak przerywniki są muzyczne na zaprezentowanie się poszczególnych postaci, które występują. Natomiast wstęp jest dotyczący zdrowego odżywiania się, bo mamy takie założenie i takie przesłanie. Stąd też nasze hasło przewodnie na banerze „Rzepa = krzepa” - mówi Katarzyna Chorobińska, wychowawczyni grupy „Oa”.

Jurorzy zachwyceni występiami, nie mieli łatwego zadania.

- Już ósmy rok zasiadamy w tej komisji i za każdym razem dzieciaki nas zaskakują - mówi przewodnicząca Rady Miasta Małgorzata Czarnecka-Szafrańska. - Widać ogromną pracę nauczycieli z dziećmi, bo wspólnie przygotowują ten spektakl, ale też rodziców. Wrażenie jest naprawdę fantastyczne - dowcip, scenografia, to poruszanie się na scenie.

- Fantastyczne dzieci, które potrafią się odnaleźć na dużej scenie i one się też świetnie bawią i o to też chodzi w tym wszystkim - dodaje Anna Krawczyńska, zastępca dyrektora Powiatowej i Miejskiej Biblioteki Publicznej w Pruszczu Gdańskim.

Po raz drugi jurorem jest Ewa Dziedzic-Lelątko - absolwentka Szkoły Aktorskiej J. i H. Machulskich w Warszawie, nauczycielka, aktorka, instruktorka teatralna oraz trenerka Odysei Umysłu.

- Jestem ogromnie zachwyciona wieloma aspektami - mówi jurorka. - Przepiękne i kreatywne scenografie, piękne kostiumy, niebywałe zaangażowanie całych rodzin, nauczycieli. Widać, że nauczyciele obserwują też teatry, proces pracy z rekwizytem, mają takie niestandardowe podejście do scenografii. Świetne jest, że całe grupy biorą w tym udział. Efekt jest piorunujący. Dzieci potrafią się świetnie odnaleźć na tej scenie, sprawnie przekazują mikrofony. Co rusz jest jakaś niespodzianka. Widać to odejście od schematów.

Coś jeszcze zauważają jurorzy.

- Jeszcze świetna rzecz, że potrafią zmodyfikować też te historie, zmieniając niektóre zakończenia w taki w mądry sposób, np. w „Trzech świnkach” ten zły wilk nie został zabity, ale został wprowadzony do schroniska dla dzikich zwierząt, gdzie się nim opiekowali, dali jeść, a potem przekazali do innej bajki - mówi Ewa Dziedzic-Lelątko. - To taka zmiana pokoleniowa myślenia o bajkach.

- Jest inna w tej chwili wrażliwość, patrzy się teraz na to, żeby zwierzętom nie działo się nic złego. Nie ma tego okrucieństwa, które w tych bajkach

są. Tu zwierzę się szanuje, nawet tego wilka - dodaje Joanna Kowalczyk, kierownik Biblioteki Pedagogicznej w Pruszczu Gdańskim. - Wszystkie przedstawienia są na wysokim poziomie. Są świetne scenariusze, świetnie dobrani aktorzy, ciekawe sztuki.

Kubusiowym zwyczajem na młodych aktorów po występach na scenie czekał mały słodki upominek. Nagrody otrzymali podczas ogłoszenia zwycięzców, które odbyło się w Przedszkolu nr 3 im. Kubusia Puchatka, które jest organizatorem przeglądu.

- Bardzo się cieszę, że to już ósma edycja, powoli zbliżamy się do jubileuszowej dziesiątej - mówi Bożena Kłodnica, dyrektor Przedszkola nr 3 im. Kubusia Puchatka w Pruszczu Gdańskim. - Cieszę się, że mamy rokrocznie odzew placówek przedszkolnych. To jest fantastyczne wydarzenie, to jest to czym dzieci mogą się pochwalić, co potrafią, czym chcą się pochwalić, ale też praca nauczycieli jest możliwością pokazania swoich umiejętności. Dajemy taką przestrzeń do doświadczeń teatralnych, zupełnie innych - wchodzenia w rolę, a przecież często przecież w rolę wchodzimy w życiu potem. I to taki początek - dodaje dyrektor przedszkola. - Cieszymy się, że możemy liczyć na naszych sponsorów. Dzięki temu każde dziecko, każda grupa dostaje upominek. Zapraszamy do udziału w kolejnej edycji.

Laureaci przeglądu: I miejsce zajęła Grupa Kreciki z oddziałów przedszkolnych przy SP nr 2, II-gie - Grupa „Oa” z oddziałów przedszkolnych przy ZSO nr 1, III-cie Grupa „Tygryski” z Publicznego Przedszkola nr 3 i Grupa „Oa” z SP nr 4. ©©



Smok Wawelski zrobił ogromne wrażenie zarówno na widowni, jak i na jurorach



Piękne stroje, pomysłowe scenografie i świetna gra aktorska



To było przedstawienie z widocznym przesłaniem. Dzieci pokazały swoją wrażliwość

REKLAMA

0011290841



LESSMESS
STORAGE™

SPRAWDŹ CENY
I LOKALIZACJE



BRAKUJE MIEJSCA?

Bezpieczne pomieszczenia na wynajem
do przechowywania rzeczy.



elastyczny
czas najmu



monitoring
budynków



całodobowy
dostęp (24/7)



rozmiary już
od 0,5 m²

TU PRZECHOWASZ SWOJE RZECZY



GDAŃSK: JASIEŃ, KOWALE

WWW.LESSMESS.STORAGE

REKLAMA

0011295835

REKLAMA

0011289431



 **Żabik**
AKADEMIA PŁYWANIA

Akademia Pływania Żabik

U nas niemowlęta, dzieci i młodzież czują się jak żaba w wodzie!

Akademia Pływania Żabik otwiera swoje drzwi dla całej rodziny. Oferta skierowana jest do niemowląt, dzieci oraz dorosłych, a jej celem jest nie tylko nauka pływania, ale przede wszystkim propagowanie zdrowego stylu życia i budowanie pewności siebie w wodzie.

"Szkoła pływania wyróżnia się nowoczesnym podejściem do nauczania. Zajęcia dla najmłodszych, już od pierwszych miesięcy życia, pozwalają rodzicom na wspólne doświadczenie wodnej przygody, która korzystnie wpływa na rozwój motoryczny i budowanie więzi emocjonalnych. Specjalnie przeszkoleni instruktorzy stosują metody oparte na zabawie, dzięki czemu maluchy oswajają się z wodą w bezstresowym otoczeniu." – podkreśla właścicielka szkoły – Monika Brzezińska.

Szkoła pływania oferuje specjalistyczne zajęcia dla dorosłych, którzy mają opory przed wodą, a na zajęciach grupowych integruje dzieci o różnych potrzebach – w tym te z orzeczeniem o niepełnosprawności. Bo w wodzie wszyscy są równi.

tel. 696 919 692
✉ zabikakademia@gmail.com

 Zabikakademia  Akademia Pływania Żabik www.zabikakademia.pl

Zajęcia w Jagatowie w Domu Seniora oraz Aquacentrum Kolbudy w Kolbudach.

WULKANIZACJA

**SPRZEDAŻ
I SERWIS OPON**

**PRZECHOWALNIA
OPON**

**MECHANIKA
SAMOCHODOWA**



513 369 402

ROKITNICA, UL. BAŁTYCKA 17A

KULTURA PRACE HORNO-POPŁAWSKIEGO NA WYSTAWIE W DOMU WIEDEMANN

Rzeźby wybitnego sopocianina

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

W Domu Wiedemanna w Pruszczu Gdańskim można oglądać wystawę rzeźby mistrza Stanisława Horno-Popławskiego - artysty, który „nauczył kamienie śpiewać”. Zaprezentowano na niej osiemnaście wyjątkowych rzeźb tego wybitnego sopocianina.

Każda wystawa Stanisława Horno-Popławskiego jest wyjątkowym wydarzeniem artystycznym, wpisującym się w polską historię sztuki. Jest nią także ta otwarta w Pruszczu Gdańskim w Domu Wiedemanna. Wydarzenie przyciągnęło miłośników sztuki, a także chętnych, by zobaczyć dzieła sopockiego artysty na żywo. To nie lada okazja, bowiem ostatnia prezentacja większej liczby prac artysty, wyłączając montaż rzeźby w Parku Północnym w Sopocie, miała miejsce wiele lat temu.

Wśród obecnych na wernisażu była córka artysty Jolanta Ronczewska, oraz m.in. senator Ryszard Świński, starosta Jarosław Karnath, wiceprezydent Sopotu Magdalena Cieślak.

- Po Beksińskim, Wyczółkowskim i paru innych wystawach przyszedł czas na rzeźbę i to rzeźbę w najlepszym wykonaniu. Stanisław Horno-Popławski to jedno z najmocniejszych nazwisk w historii pol-



Na wystawie w Domu Wiedemanna w Pruszczu Gdańskim można zobaczyć 18 rzeźb Stanisława Horno-Popławskiego

skiej rzeźby. Trudno zatem wyobrazić sobie lepsze otwarcie dla pierwszej wystawy rzeźby w Pruszczu Gdańskim - mówił podczas otwarcia wystawy Janusz Wróbel, burmistrz Pruszcza Gdańskiego. - Dla mnie ważnym jest także fakt, że mamy okazję zaprezentować prace nie tylko wybitnego artysty, ale także sopocianina, od lat 40. XX wieku związanego z Wybrzeżem.

Na wystawie można zobaczyć osiemnaście rzeźb Stanisława Horno-Popławskiego, wśród nich m.in. „Ranna łączniczka”, „U źródła”, „Gęsiarka”,

„Konopnicka na ławce”, „Ogrodniczka”.

- Stanisław Horno-Popławski był bez wątpienia wizjonerem - mówi Bartosz Gondek, kierownik Domu Wiedemanna i kurator wystawy. - W międzynarodowym środowisku artystycznym zasłynął za sprawą surowych, polnych kamieni przepięknych emocjami i paradoksalnie - ukazujących kruchość człowieka. W wielu miastach zostawił po sobie charakterystyczne elementy, takie jak warszawski Mickiewicz i białostockie „Praczkę”. Jako zaangażowany pedagog wykształcił

kolejne pokolenie rzeźbiarzy, którzy wspierali go przy odbudowie gdańskiego Głównego Miasta.

Po śmierci artysty prace, które pozostały w posiadaniu rodziny, jego córka Jolanta Ronczewska, postanowiła oddać pod opiekę fundacji Take Care, związanej z Bydgoskim Centrum Sztuki i Cardas True Art.

- Dzięki współpracy tych podmiotów z miastem Pruszcz Gdański, 18 rzeźb Stanisława Horno-Popławskiego gościć będzie przy ul. Krótkiej 6 w Pruszczu Gdańskim do 13 kwietnia br. - dodaje Gondek. ©



Wśród obecnych na wernisażu była córka artysty Jolanta Ronczewska



Horno-Popławski to artysta, który „nauczył kamienie śpiewać”. Na wystawie są jego rzeźby z polnych kamieni

Pruszczanie ze stypendiami marszałka. Zrealizują niezwykle projekty

Danuta Strzelecka
d.strzelecka@prasa.gda.pl

Czterech mieszkańców Pruszcza Gdańskiego laureatami stypendiów artystycznych marszałka województwa pomorskiego. Powstaną niezwykle projekty, m.in. cykl koncertów w Domu Wiedemanna i „Kolekcja sukni hybrydowych”.

Marszałek województwa pomorskiego przyznał 100 stypendiów dla twórców kultury z całego Pomorza. Wśród tego rocznych stypendystów jest czterech mieszkańców Pruszcza Gdańskiego. To Rita Staszulonok, Olga Leszko, Maciej Kasprzak i Andrzej Karmasz. Dzięki otrzymanemu stypendium pruszczańscy artyści zrealizują niezwykle projekty.

- Jak co roku stypendia dla twórców kultury pozwolą zrealizować konkretne projekty.



Stypendia marszałka otrzymali m.in. Margarita Staszulonok i Andrzej Karmasz

Niejako wydobyć je na światło dzienne i zaprezentować szerzej publiczności - mówi marszałek Mieczysław Struk. - Chcemy w ten sposób pokazać jak bardzo bogata jest działalność pomorskich artystów i artystek w takich dziedzinach, jak

muzyka, sztuki wizualne, literatura, teatr, taniec, film, fotografia czy edukacji kulturowa.

Te projekty zrealizują pruszczańskie

Maciej Kasprzak zdobył stypendium na realizację cyklu

koncertów „Muzyczne wieczory w Domu Wiedemanna”, który pokaże szerokie możliwości akordeonu - instrumentu o bogatej tradycji i wyjątkowym brzmieniu. Słuchacze będą mieli okazję w tym samym czasie podziwiać wy-



FOT. D. STRZELECKA, ZBROJOWNIA SZUKLI.PL

stawy malarskie zaplanowane na ten czas w Domu Wiedemanna, co czyni projekt swoistym połączeniem dziedzin sztuki i nauki - muzyki i prelekcji historycznej.

Margarita Staszulonok, której prace gościły w 2022 roku w Domu Wiedemanna, skupi się na serii obrazów „Gdańszczanie”, łączącej współczesne widoki miasta z historycznymi wizerunkami dawnych mieszkańców. Inspiracją dla jej prac są portrety i obrazy z kolekcji Muzeum Gdańska oraz inne historyczne zbiory związane z Pomorzem.

Andrzej Karmasz zrealizuje projekt „Kolekcja sukni hybrydowych”, w ramach którego powstaną unikatowe suknie, łączące elementy tradycyjnej mody XVII-XIX wieku z elementami konstrukcyjnymi samochodów osobowych. Artysta wykorzysta historyczne techniki krawiectwa sprzed okresu intensywnego rozwoju

motoryzacji oraz części pochodzące z niesprawnych pojazdów znanych europejskich marek.

Olga Leszko pracować będzie nad kostiumami i scenografią do spektaklu „EX MUNDI GDANENSIS IMAGINES - Dawny Świat Portretów Gdańskich”, który ożywi dawne portrety i odkryje tajemnice historii Gdańska. Artystka skupi się na ukazaniu warstw ukrytych w obrazach - postaciach w tle, detalach strojów, kolorach i świetle, które niosą za sobą opowieści z przeszłości. Celem projektu jest popularyzacja zanikających wartości kulturowych, edukację historyczną oraz zwrócenie uwagi na wielokulturowość Gdańska. Olga Leszko, łącząc teatr, scenografię, kostiumy i muzykę, zabierze nas w wyjątkową podróż w przeszłość, podkreślając rolę dziedzictwa w naszej tożsamości. ©

Udowadniają, że kobiecość ma wiele twarzy

Nie ma jednej definicji tego, jaka powinna być kobieta, bo każda jest inna - i to właśnie w tej różnorodności tkwi siła. Doskonale wiedzą o tym uczestniczki naszej akcji Kobieta Twarz Roku.

Kobieta może być delikatna lub silna, cicha lub pełna energii, czuła lub stanowcza. Może poświęcać się rodzinie albo karierze, może łączyć jedno i drugie, a może szukać zupełnie innej drogi. Najważniejsze, by była sobą. By żyła w zgodzie ze swoimi wartościami, pragnieniami i marzeniami, jak to wynika z naszych rozmów z uczestniczkami akcji Kobieta Twarz Roku.

Jak pokazać światu to, co w nas najlepsze? Na przykład biorąc udział w naszej akcji Kobieta Twarz Roku, która właśnie trwa! Ten plebiscyt to wyjątkowa inicjatywa, która od lat promuje i docenia niezwykle kobiety z naszego regionu, a finalnie z całego kraju.

W tym roku do rywalizacji, tradycyjnie, stanęły wyjątkowe kandydatki w trzech kategoriach pokoleniowych: Córki, Matki i Kobiety dojrzałe. Każda z nich reprezentuje inne wartości, cechy charakteru, ale łączy je odwaga autentyczności, chęć przeżyć przygody życia, pokazania się światu. Bo Kobieta Twarz Roku to więcej niż akcja! To

podróż pełna emocji, wzruszeń i przeżyć właśnie. To odwaga pokazywania swojej autentycznej twarzy. Czas, w którym kobieta z całej Polski staje w centrum uwagi i wydaje się z dumą mówić: „Jestem tu, jestem wspaniała, zasługuję na wszystko, co najlepsze!”.

Pokazujemy twarze pełne pasji, siły i niezwykłej energii

Córki, Matki, Kobiety dojrzałe - każda z kategorii pokoleniowych, którą zaprosiliśmy do naszej akcji, ma swoją historię, swoje marzenia i swoje piękno, bo to nie wiek decyduje o tym, kim jesteśmy, ale to, co nosimy w sercu.

Dla wspaniałych kobiet mamy wspaniałe nagrody!

Zwycięzynie wojewódzkie przejdą do ogólnopolskiego finału, gdzie w każdej kategorii czeka 40.000 złotych - na realizację największych pragnień! - Każda z nas ma inne marzenia. Jedna chciałaby założyć własną działalność, druga zbiera na wkład własny na mieszkanie, a jeszcze inna marzy o podróżach. Zgodnie z sugestiami uczestniczek poprzedniej edycji, w tym roku w ogólnopolskim finale do wygrania będą więc w każdej kategorii nagrody pieniężne - 40 000 złotych. Właśnie na realizację marzeń! - mówi Daria Jankiewicz-

Kaczmarek, menadżerka odpowiedzialna za realizację akcji w całej Polsce.

Laureatki z każdego miasta i powiatu otrzymają zaproszenia na wyjątkowe wydarzenie - Forum Kobiectości, na które nie da się kupić biletu. Podczas tego spotkania na uczestniczki będzie czekać mnóstwo atrakcji: sesja fotograficzna, szkolenia, panele tematyczne, degustacje. To okazja, by poznać inne wspaniałe kobiety z całego regionu. Okazja, by poczuć przypływ pewności siebie. Wiele pań ocenia, że Kobieta Twarz Roku była jedną z najwspanialszych przygód w Ich życiu. Była sposobem na odkrycie siebie na nowo, zobacze-

nie swojego piękna i uwierzenie, że można wszystko.

Podczas Forum Kobiectości 10 laureatek z miast i powiatów, które zdobędą najwięcej głosów w województwie w danej kategorii, otrzyma nagrody i weźmie udział w castingu. Jury wybierze w nim główne zwyciężynie. Zdobędą one tytuły Kobiety Twarzy Roku naszego województwa w każdej kategorii pokoleniowej, a 10 laureatek z każdej kategorii pokoleniowej awansuje także do ogólnopolskich finałów akcji, w których już czeka 40.000 zł! W akcji bierze mnóstwo fantastycznych, wspaniałych kobiet z naszego regionu. Dziś prezentujemy kolejne z Nich.

Więcej o akcji na www.dziennikbaaltycki.pl/kobiety

KATEGORIA POKOLENIOWA: CÓRKI



● **JULIA POŹNIAK**
● Bytów

Chce, by patrząc na Jej twarz, inne kobiety widziały siłę. Przeszła nastoletnią ciężą i jest teraz dumną młodą mamą pięknej córki, ale też zwyciężką codziennie walcząc z chorobą psychiczną i chce, by każda kobieta wiedziała, że kobiety mają w sobie mnóstwo siły.

- Dziś dla mnie bycie kobietą, to bycie sobą, bycie kimś, kto ma siłę do codziennej walki, ale nawet mimo braku siły, kobiety się nie poddają. Jesteśmy wsparciem, matkami, córkami i to jest piękne. Tworzymy życie, a życie tworzy nas. Kobieta to osoba, która mimo wielkich trudności i cierpienia idzie do przodu, może się cofać, ale po czasie wróci na swoje tory. Kobiecość objawia się u każdej z nas inaczej. Nie ro-

bią z nas kobiety szpilki czy szminka - a nasza osobowość i każda jest piękna - wyjaśnia Julia Poźniak (Bytów).

Za wygraną chciałaby pomóc rodzicom, ale szczególnie odłożyć pieniądze na małe mieszkanie lub na wyjazd dla siebie i córki. Chciałaby także zainwestować w marzenia związane z karierą muzyczną, ale i modelingową. Cześć pieniędzy chciałaby wreszcie przeznaczyć dla szpitali lub na dom samotnych matek.

Innym paniom przypomina, że kobiety są bardzo silne, piękne i mądre. Każda jest wyjątkowa i wspaniała: - Mam swoje bagaże, ale wiem, że każda z was da radę. Razem można wszystko, może być burzowo, deszczowo, ale są słoneczne chwile i to w życiu jest piękne.

KATEGORIA POKOLENIOWA: MATKI



● **MARTYNA WEGNER**
● Krynica Morska

- Nie poddawajcie się nigdy! Codziennie rano przed lustrem uśmiechajcie się do siebie mówcie „Jestem piękna, dam radę” Nic nie jest wstanie was złamać. Kto, jak nie my! - radzi jedna z uczestniczek naszej wyjątkowej akcji Kobieta Twarz Roku.

Sama jest dowodem na to, że pomimo trudności, z jakimi musiała się zmagać, uśmiech niemal nie znika z Jej twarzy, co zresztą można dostrzec na zdjęciu. To zadowolenie jest jasnym komunikatem wysyłanym w świat, że siła kobiety jest ogromna. Dodatkowo atutem uśmiechu jest to, że dodaje on energii, zarówno osobie, do której go kierujemy, jak i nam samym. Dlatego Mar-

tyna Wegner (Krynica Morska) apeluje, aby po prostu się do siebie uśmiechać.

Ceni sobie pogodę ducha i poczucie humoru, nawet w te gorsze dni. Kobiecość jest dla Niej ważna nie tylko jako wygląd zewnętrzny, ale też wnętrze, delikatność, dobroć serca, jak i bycie wyrozumiałą wobec drugiej osoby.

Jak wydałaby 40 tysięcy złotych, czyli nagrodę główną w naszej akcji? - Moim marzeniem jest zabrać dzieci na wakacje, na których nigdy nie były. Spędzić z nimi czas, w pełni go wykorzystać, bo w codziennym życiu jest to trudne przez ciągłą pracę i inne obowiązki. Przez to mam poczucie, że dzieci i ja tęsknimy za sobą, chociaż codziennie jesteśmy razem - wyznaje nominowana.

KATEGORIA POKOLENIOWA: KOBIETY DOJRZAŁE



● **PATRYCJA PUSZKARZ**
● Gdynia

„Czterdziestoletnia dumna mama i nienaganna optymistka. Zawsze dążąca do celu. Kochającą sport i podróże” - tak przedstawiła się Czytelnikom Dziennika Bałtyckiego nasza wyjątkowa uczestniczka plebiscytu Kobieta Twarz Roku.

Zapytaliśmy Ją co w sobie docenia. - Najbardziej cenię w sobie swoją siłę i wytrwałość. Cechy, które dały mi wiarę i nadzieję w bardzo trudnych momentach mojego życia - odpowiedziała Patrycja Puszkarcz z Gdyni.

Bycie kobietą dzisiaj oznacza dla Niej akceptację samej siebie, swojego wyglądu i stanu ducha. Bo tylko pogodzenie się ze sobą i polubienie siebie, umożliwia nawiązywanie zdro-

wych i trwałych relacji z innymi.

Nagroda główna w naszej akcji, czyli 40 tysięcy złotych to tak naprawdę szansa na realizację marzeń, być może już zapomnianych, dawno porzuconych, to także szansa, aby w końcu zrobić coś tylko dla siebie. Pani Patrycja dzięki tej kwocie mogłaby zrealizować plan wyjazdu do Kenii.

Poprosiliśmy naszą uczestniczkę o skierowanie kilku słów od siebie do innych kobiet. Oto, co powiedziała: - Kobiety powinny garściami iść po swoje marzenia, nie bać się krytyki i brnąć do przodu. Z natury jesteśmy waleczne i odważne, ale i troskliwe, wrażliwe. Jeśli jesteśmy w chwili wątpliwości, to musimy usilnie wierzyć w swoje piękno, mądrość i siłę.



Każdej wiosny łączy nas ekologiczna akcja



Nasi Czytelnicy nigdy dotąd nie zawiedli!

MAKULATURA I ELEKTROŚMIECI WYSTARCZA, BY ODEBRAĆ WIOSENNE DRZEWKO

Nasz "sadzonkowy" sezon rozpoczął się na dobre. W ubiegłą sobotę pierwsza partia roślin trafiła w dobre ręce naszych Czytelników. Ale nie zwalniamy tempa - przed nami kolejne miasta i tysiące sadzonek do rozdania!

Kamila Kubik

Dlaczego to robimy? Po pierwsze chcemy razem z wami witać wiosnę i - czekając na słoneczne dni - cieszyć się kwiatami, które ozdobią balkony i ogródki. Kolejny powód to oczywiście ekologia - nasze wspólne dbanie o planetę. Przypominajmy sobie nawzajem, że wiele niepotrzebnych rzeczy, które mamy w domach, w piwnicach, może zyskać drugie życie - a sposobem na to jest recykling, czyli ponowne przetworzenie ważnych surowców. Dzięki temu wytworzymy mniej śmieci - nie będą się piętrzyły na skła-

dowiskach, a do produkcji zupełnie nowych rzeczy nie trzeba będzie wykorzystać tak wiele wody. Same plusy! No i edukacja - na to też musimy zwrócić uwagę. Wszystko to, co wspólnie robimy, jest najlepszą lekcją dla najmłodszych. Koniecznie zaprosimy dzieci do pakowania, ważenia, czyli małych roślinek, które będzie można pielęgnować i obserwować.

Już w najbliższą sobotę czekamy na Was w aż pięciu miejscach w Trójmieście. To będzie dobrze spędzony czas!

Co można oddać
Małe elektrośmieci - będziemy zbierać stare telefony, myszki komputerowe, ładowarki, miksery, niedziałające żelazka, czajniki elektryczne, suszarki czy lokówki - produkty, które od dawna zalegają w szafkach. Ale uwaga, nie przyjmujemy dużych sprzętów AGD, takich jak lodówki, pralki czy zmywarki.

● 1-5 urządzeń - 1 sadzonka
● powyżej 5 urządzeń - od 1 do 5 sadzonek

● **Makulaturę** - gazety, zeszyty, stare książki, kartony (koniecznie bez śladów tłuszczu,

wosku, plastikowej taśmy używanej do pakowania itp.)

● 3-10 kg = 1 sadzonka
● powyżej 10 kg = od 1 do 5 sadzonek

Każdy uczestnik otrzyma kupon, który będzie mógł wymienić na stoisku obok wagi. By obdarować jak najwięcej osób, wprowadziliśmy limit sadzonek - jeden uczestnik może odebrać 5 sztuk, będziemy je rozdawać aż do wyczerpania zapasów.

Wiosenne rośliny dla Was!

W zamian za przyniesione artykuły rozdamy tego dnia:

różne odmiany róż, trzmieliny, śmiatka darniowego, tuje szmaragd, różne rodzaje clematisów oraz porzeczkę krwistą. Na stronie obok przypominamy krótko, jak je pielęgnować.

Gdzie tym razem się widzimy?

Już 29 marca (w sobotę), w godz. 11.00-14.00:

● Gdańsk, ul. Obr. Wybrzeża 1, parking przy Galerii Przymorze (E. Leclerc)

● Gdańsk, ul. Szczęśliwa 3, parking przed CH Auchan Szczęśliwa (przy Just Gym) oraz pasaż przy sklepie Martes

● Rumia, ul. Grunwaldzka 108, parking przy CH Auchan - Port Rumia oraz stanowisko przy statku

W obydwu tych lokalizacjach zaprosimy do wspólnego przygotowywania ozdób na wielkanocny stół.

● Gdynia, al. Zwycięstwa 256, parking przed Galerią Klif
● Sopot, ul. Polna 8-12, Sopotki Rynek Non-Stop.

W kurorcie Eco Sopot jeszcze raz przypomni, jak selektywnie zbierać odpady, a na stanowisku Sopotkiego Budżetu Obywatelskiego będą przyjmowane propozycje mieszkańców. ©

AUTOPROMOCJA

0311287820

**drzewko
za surowce
wtórne**

**ODDAJ ELEKTROŚMIECI
I MAKULATURĘ
- ODBIERZ SADZONKĘ!**

GODZ. 11.00-14.00

29 MARCA (SOBOTA)

GDĄSK, GALERIA PRZYMORZE
GDĄSK, CH AUCHAN SZCZĘŚLIWA
SOPOT, SOPOCKI RYNEK NON-STOP
GDYNIA, GALERIA KLIF
RUMIA, CH AUCHAN - PORT RUMIA

PARTNERZY LOKALIZACYJNI



PARTNERZY WSPIERAJĄCY



TYMI ROŚLINAMI OBDARUJEMY WAS W SOBOTĘ



Róża (*Rosa* L.) - to wieloletnie krzewy i pnącza należące do rodziny różowatych (*Rosaceae*). Znanych jest ok. 100 gatunków róż. Uprawia się je głównie ze względu na piękne kwiaty - ich kolor waha się od białego poprzez różne odcienie żółtego i różowego, do ciemnego szkarłatu i bordowego. Większość z nich ma też zachwycający zapach. Olejek różany wykorzystywany jest w kosmetyce, ma też zastosowanie kulinarne.



Trzmielina - zimozielony, wielobarwny krzew dorastający do ok. 0,4 m. wysokości i 0,8 m. szerokości. Liście są pstre- zielone z żółtym lub białym konturem na brzegach. Trzmielina rośnie bardzo dobrze niemal na każdej glebie. Najlepsza jest jednak gleba żyzna, próchnicza, bogata w składniki pokarmowe, piaszczysto-gliniasta. Stanowisko trzmieliny powinno być ciepłe, osłonięte i bez zimnych przeciągów. Może rosnąć w słońcu oraz w półcieniu.



Porzeczka krwista to krzew zrzucający liście, dorastający do 1,5-2 m wysokości i ok. 1,5-2 m szerokości. Pełnię krasy pokazuje wiosną, w czasie kwitnienia. Tworzy grube kwiatostany zebrane w zwisające grona, składające się z licznych, intensywnie różowych kwiatów. Owocuje latem, jej owoce są cennym pokarmem dla ptaków. Krwista porzeczka rośnie szybko, świetnie nadaje się do zakładania niewysokich szpalerów służących do dzielenia ogrodu na części, zasłonięcia mniej eleganckich miejsc lub zagospodarowania terenu przy ogrodzeniu. Może pełnić funkcję żywopłotu.



Śmiatek darniowy to gatunek trawy ozdobnej o regularnym, kępiastym pokroju i pięknych, wysoko i obficie wyrastających kwiatostanach. Charakteryzuje się tworzeniem dość zwartych kęp zielonych liści, ponad które już od czerwca wyrastają wysokie (nawet do 1 m) łodygi ze srebrzystymi wiechami kwiatów. Dobrze rośnie na wszystkich przeciętnych, lekko wilgotnych glebach ogrodowych w miejscach słonecznych i półcienistych. Jest mrozoodporny i nie wymaga praktycznie żadnej opieki. Śmiatek najładniej prezentuje się na jednolitym tle, np. z wyższych krzewów lub kwitnących bylin i na ciemnej elewacji.



Clematis (powojnik) to ozdobne pnącze z rodziny jaskrowatych, wspina się za pomocą ogonków liściowych, owijających się wokół podpór. Okres kwitnienia - w zależności od gatunku - przypada od maja do października. Niektóre rośliny powtarzają kwitnienie. Rosną najlepiej na glebach żrynych, próchnicznych, o odczynie obojętnym pH 5,5 do 6,5, stale umiarkowanie wilgotnych, ale z dobrym drenażem, nie podmokłych. Lubią, gdy ich podstawa jest ocieniona, a górna część dobrze oświetlona. Odmiany wielokwiatowe wymagają zazwyczaj dużo słońca.



Tuja Szmaragd to jedna z najpopularniejszych odmian żywotnika zachodniego (*Thuja occidentalis*). Jest doskonałą odmianą na żywopłoty nieformowane oraz do sadzenia w kompozycjach, pojemnikach, a ze względu na swój pokrój i ładne zabarwienie igieł, również do nasadzeń pojedynczych, jako soliter. Stanowisko uprawy powinno być słoneczne do półcienistego. W cieniu tuja Szmaragd nie uzyskuje takiej ładnej barwy, a pokrój będzie luźniejszy, mniej regularny. Gleba powinna być żyzna i wilgotna.

FILMY... NA WYSTAWIE

Nadbałtyckie Centrum Kultury zaprasza na wystawę „FF1:00 - Once Upon a Time”, stworzoną z archiwalnych filmów jednonominutowych Festiwalu Filmów Jednonominutowych. To będzie podróż w czasie i poza czasem, w której obrazy będą przeplatać się ze wspomnieniami.

Anna Szalkowska

Wystawę otworzy wernisaż, który odbędzie się 4 kwietnia o 18.00 w Ratuszu Staromiejskim w Gdańsku. Od 5 kwietnia do 18 maja wystawa będzie dostępna codziennie w godzinach od 9.00 do 18.00.

Wstęp na wystawę jest bezpłatny. W trakcie trwania projektu zaplanowano trzy wyjątkowe spotkania filmowe z zaproszonymi gośćmi. Bilety na każde z nich będzie można nabyć na miejscu, w cenie 1 zł, na godzinę przed rozpoczęciem wydarzenia.

Podczas zwiedzania wystawy na odwiedzających czekać będą udogodnienia. Ekspozycja została przygotowana na parterze budynku, a prezentowane filmy opatrzone tłumaczeniem na język angielski

oraz napisami w języku polskim. Organizatorzy zwracają uwagę, że w prezentowanych materiałach mogą pojawić się nakładające się warstwy dźwiękowe oraz intensywne efekty wizualne, takie jak migające światła czy dynamicznie zmieniające się obrazy.

Zbiór 21 filmów

- Wystawa „Once Upon a Time” to zbiór 21 jednonominutowych filmów - krótkich, migotliwych opowieści, które wymykają się jednoznacznej interpretacji - tłumaczą organizatorzy. - To obrazy, które można oglądać w dowolnej kolejności, zamykać i otwierać oczy, pozwalając, by dźwięk i ruch prowadziły nas w nieoczywistą podróż. To także opowieść o czasie i jego braku, o tym, co pamiętamy i czego już nie potrafimy odtworzyć.



W kwietniu i maju w Nadbałtyckim Centrum Kultury będzie można oglądać filmy na zdjęciach

Jak kaseta VHS nieprzewinięta do początku. Jak wiadomość z przeszłości wysłana w przyszłość.

Piąty element

W ramach wydarzenia zaplanowano również trzy spotkania

filmowe. Pierwsze z nich odbędzie się w dniu otwarcia wystawy, 4 kwietnia o 18.00. Poprowadzi je Kaja Klimek, krytyczka filmowa, edukatorka i laureatka nagrody PISF. Spotkanie zatytułowane „Czas nie

ma znaczenia, tylko życie ma znaczenie” zainspirowane zostało słowami z filmu „Piąty element”. Będzie okazją do rozmowy o czasie - zarówno w życiu, jak i w kinie.

Rzeczy zabawne

Drugie spotkanie odbędzie się 25 kwietnia o godzinie 18.00 i poprowadzi je Wojciech Tremiszewski, aktor i improwizator. Tematem rozmowy będą „Rzeczy zabawne, poruszające i obie na raz”.

W trakcie wydarzenia prowadzący poszuka w jednonominutowych filmach tego, co śmieszne, ale i wzruszające - dokładnie tak, jak w twórczości Kurta Vonneguta, której klimat stanie się inspiracją do tej rozmowy.

Trzecie spotkanie zaplanowane zostało na 6 maja o godzinie 18.00 (termin do potwier-

dzenia). Poprowadzi je dr Wojciech Głac, a rozmowa potrwa około 45 minut.

To jednak nie koniec atrakcji. W wielki finał projektu, podczas Nocy Muzeów, przestrzenie Ratusza Staromiejskiego zamienią się w prawdziwy escape room pełen zagadek, ślepych ścieżek i filmowych niespodzianek.

Będzie to wyjątkowa okazja, by spojrzeć na wystawę i prezentowane filmy z zupełnie nowej perspektywy - w ruchu, w emocji, w grze z czasem. Wystawa „Once Upon a Time” to propozycja dla wszystkich, którzy lubią patrzeć na świat trochę inaczej, zatrzymać się na chwilę i pozwolić, by minuta zmieniła ich sposób patrzenia na rzeczywistość.

Miejsce wydarzenia: NCK Gdańsk, Ratusz Staromiejski, Gdańsk, ul. Korzenna 33/35.

REJSUNKI



RYŚ: ISKRA

Imigrancka rzeczywistość w nowojorskiej kuchni



Nowojorska restauracja to mikrokosmos marzycieli z różnych stron świata

Instytut Kultury Miejskiej w Gdańsku zaprasza 29 marca o 18.30 na projekcję filmu „Apetyt na więcej. La Cocina” (2024, reż. Alonso Ruizpalacios).

Kuchnia wielkiej nowojorskiej restauracji jest jak mikrokosmos, w którym krzyżują się drogi grupy marzycieli z różnych stron świata. Ich aspiracje i pragnienia boleśnie konfrontują się z rzeczywistością zarządzanej żelazną ręką restauracji. Młoda, lecz doświadczona kelnerka Julia i utalentowany kucharz Pedro muszą ukrywać swoją relację. Młodziutka Estela dopiero wchodzi w ten świat. Pracujący tu od lat Max

za wszelką cenę chce udowodnić swój talent. Nonzo marzy, aby sprowadzić do Nowego Jorku rodzinę. Na wszystkich z góry spogląda właściciel Rashid, dla którego liczy się tylko sprawnie funkcjonujący biznes. Gdy pewnego dnia rano, szef zmiany odkrywa kradzież, wszyscy stają się podejrzani.

Prelekcję i dyskusję poprowadzi Beata Kwiatkowska.

Bilety: 15 zł (ulgowy), 22 zł (normalny) do kupienia na bilety.ikm.gda.pl. Czas trwania: film trwa 1h 45min. Przed filmem nie ma reklam. + spotkanie. Miejsce: Kino IKM, Instytut Kultury Miejskiej, Targ Rakowy 11, Gdańsk.

WYDARZENIE

GDAŃSK

Zaćmienie z Hevelianum

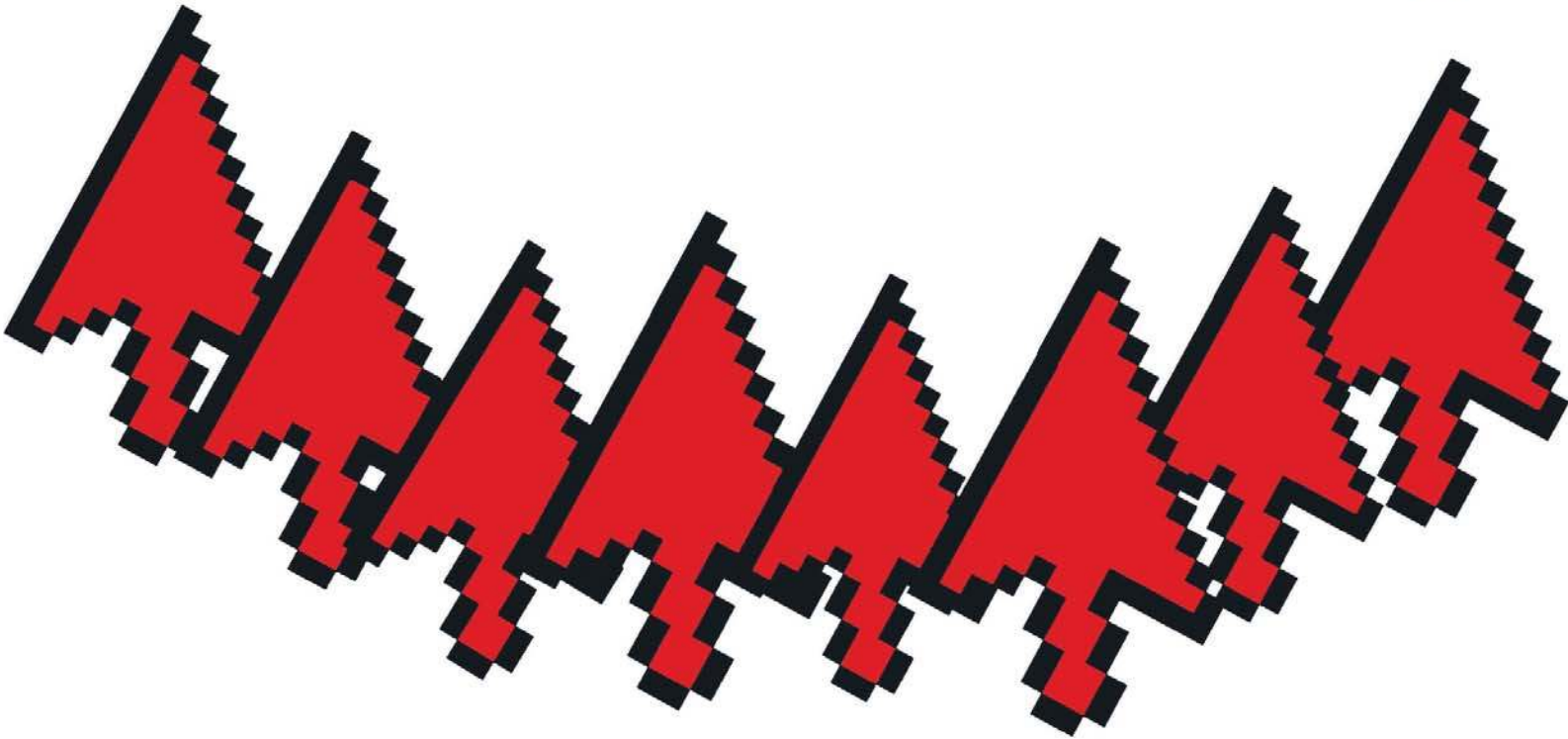
Wsobotę, 29 marca można oglądać zaćmienie Słońca, które na Pomorzu będzie widoczne w godzinach od 11.43 do 13.12. Spotkać się będzie można w Hevelianum na Górze Gradowej, na placu przed koszarami. - Przygotowaliśmy dwa stanowiska do obserwacji, dzięki którym będziecie mogli podziwiać zjawisko z dwóch perspektyw, z komentarzem astronomki Magdaleny Więcek-Olszewskiej z Hevelianum oraz Krzysztofa Horodeckiego z zaprzyjaźnionego Obserwatorium Gdańskich Szkół Autonomicznych - informują organizatorzy.

Przeprowadzony zostanie live z komentarzem naukowym astronomki Bogny Pazderskiej. Organizatorzy przypominają o zasadach bezpieczeństwa! Aby nie uszkodzić wzroku, zalecane jest użycie do obserwacji wizualnych specjalnych okularów do obserwacji Słońca.

Dla pierwszych 50 osób, które zgłoszą się do naszego punktu informacyjnego na placu przed koszarami, przygotowaliśmy profesjonalne



HEJT ZABIJA!



PULS
#157



Coraz częściej hejtujemy już nie polityków, celebrytów, nie osoby publiczne, ale zwykłych ludzi. Tyle że słabszych, biedniejszych, z różnych powodów innych niż my. Racjonalizujemy swoje zachowanie. Twierdzimy, że wyrażamy tylko swoją opinię, niezgodę na czyjeś zachowania. Za to krytykę pod swoim adresem odbieramy jako zwykły hejt, który ma nas dotknąć, obrazić, poniżyć

Dorota Kowalska

HEJT TRAFIŁ POD STRZECHY

Luzanna, 27 lat, w sieci od zawsze, jak całe jej pokolenie. Poraz pierwszy spotkała się z hejtem w szkole podstawowej. Pamięta, że wtedy bardzo popularny był portal Nasza Klasa.

- Pewnego razu jakaś osoba z nieprawdziwego profilu zaczęła pisać obraźliwe komentarze pod moimi zdjęciami z wakacji. Potem podobne, ale nie aż tak wulgarne, znalazły się pod zdjęciami mojej ówczesnej przyjaciółki. Jak się okazało, za tym fejkowym profilem stała grupa dziewczyn z naszej klasy - wspomina.

Wybrały sobie ofiary i zaczęły je hejtować. Popłakała się, kiedy zobaczyła te wpisy. Miała 12 lat. Do akcji wkroczyli rodzice, wybrali się do szkoły, porozmawiali z wychowawcą. Inne dzieciaki z klasy stanęły murem za nią i jej przyjaciółką. Hejterki miały kłopoty.

- Czym jest dla ciebie hejt? - pytam Zuzannę. - Myślę, że to bardzo szerokie pojęcie, ale tak najprościej to nieuzasadnione, publiczne obrażanie kogoś. To może być pojedyncza osoba, albo jakaś grupa. Często widać to w mediach społecznościowych, jak jedna grupa rozkręca falę nienawiści wobec innej. Oczywiście nie dzieje się to tylko w mediach społecznościowych, w wirtualnym świecie, również „w realu”. Po prostu obecnie to właśnie media społecznościowe są najprostszym pasem transmisyjnym nienawiści i każdy czuje się tam bezkarny - tak odpowiada.

Tak, na przestrzeni lat zmienił się i charakter i forma hejtu.

- Hejt eskaluje. Teraz każdy hejtuje każdego. W mediach społecznościowych hejtuje się nawet obce osoby. Tak jak wspominałam, hejterzy w internecie myślą, że są bezkarni, a to nieprawda - zauważa Zuzanna. - Z drugiej strony, trudno się dziwić hejterom, skoro tacy na przykład politycy hejtują się non stop. Jeśli ktoś ma Twittera, może zobaczyć jaka fala nienawiści jest tam na-

kręcana właśnie przez nich. Nie tylko wobec polityków z przeciwnych partii, ale również wobec różnych grup społecznych czy narodowościowych. Jeśli oni za takie działanie nie ponoszą żadnych konsekwencji, to nie można się dziwić, że ich wyborcy też sobie na to pozwalają - dodaje.

Temat gorący, problem poważny, ale nienowyy. Dr hab. Marek Kochan, prof. Uniwersytetu SWPS, medioznawca i językoznawca, przeprowadził ciekawe badanie: „Polscy internauci na temat hejtu 2019-2024”. Zrobił je w dwóch falach - w marcu 2019 roku i listopadzie 2024 roku - na reprezentatywnej grupie 815 polskich internautów powyżej 15. roku życia. Ci odpowiadali na pytania o rozumienie hejtu, doświadczenia z nim związane, poglądy na jego temat. Dzielił się swoimi spostrzeżeniami co do motywacji własnej i innych internautów.

Zaskoczeń nie ma. Hejt, to zjawisko powszechne. W 2024 roku zetknęło się z nim 45 proc. badanych, aż 28 proc. respondentów przyznało, że kierowano wobec nich krytyczne uwagi w sieci. Szczególnie narażone na nie było najmłodsze pokolenie - z negatywnymi komentarzami na swój temat spotkała się prawie połowa (48 proc.) osób z grupy wiekowej 15-24 lata.

Czym jest hejt, tak oficjalnie? Według „Słownika języka polskiego” to „obraźliwy i zwykle agresywny komentarz internetowy”.

Dwie trzecie (67 proc.) respondentów definiuje go jako „wypowiedzi, których celem jest sprawienie komuś przykrości”, dla 66 proc. - „wypowiedź pełna nienawiści”, a tylko dla 34 proc. - „każda publiczna krytyka innych osób czy ich poglądów”.

W porównaniu do pierwszego badania, w drugim spadła deklaracyjna liczba hejterów. 37 proc. badanych przyznało, że zdarzyło im się opublikować w sieci krytyczną opi-

nię na jakiś temat. Skłonne były do tego zwłaszcza osoby młode. W internecie częściej krytykowali innych mężczyźni (44 proc.) niż kobiety (30 proc.).

Pięć lat wcześniej w 2019 roku wyniki były wyższe: 52 proc. badanych deklarowało, że zetknęło się z hejtem, 30 proc. przyznało się do bycia jego przedmiotem, a 45 proc. - do wyrażania krytycznych opinii.

Skąd taka zmiana? Ano stąd, że wiele zachowań czy słów, które niegdyś uchodziły za hejt, dziś już nim nie są - uważa dr Marek Kochan. Ludzie przyzwyczajają się do nich, te stają się czymś - tak, źle to zabrzmie - normalnym, choć normalnymi nie są. To niejedyny wytłumaczenie.

- Spadek deklaracji krytyki może wynikać z tego, że przyznanie się do krytyki stało się bardziej kłopotliwe, a ludzie mogą nie chcieć przyznawać się do takich zachowań, nawet jeśli je praktykują. Wyniki badań pokazują, że ludzie mogą także mieć trudności z określeniem, co jest hejtem, a co nie. Możliwe, że zmieniły się granice postrzegania hejtu - mówi dr hab. Marek Kochan.

Co ciekawe, uważamy, że my hejtujemy racjonalnie, ale inni już nie.

Badani najczęściej krytykowali coś lub kogoś za chęć wyrażenia swojej opinii (67 proc., wzrost o 4 pp. w stosunku do 2019 roku), oburzenia wobec zachowania innych (53 proc., spadek o 6 pp.) albo chcieli, aby coś się zmieniło (41 proc., wzrost o 2 pp.). Jeśli chodzi o motywacje innych internautów, wskazywali głównie chęć odregulowania, wyżycia się na kimś (71 proc., wzrost o 5 pp.), spr-

wienia komuś przykrości (69 proc., wzrost o 3 pp.), wypromowania się (48 proc., wzrost o 4 pp.) czy rozrywkę (47 proc., wzrost o 1 pp.).

- Projekcja przypisania innym motywacji całkowicie różni się od obrazu własnego osób krytykujących - są zupełnie inne. Można powiedzieć, że hejt jest zjawiskiem opartym na braku empatii. Prawdopodobnie motywacje przypisywane innym w jakimś stopniu są też motywacjami samych tych krytykujących - ocenił autor badania.

Najczęściej hejtowi w internecie podlega to, co ktoś robi (68 proc.), cudze poglądy (48 proc.), znacznie rzadziej wygląd (10 proc.) i pochodzenie (7 proc.).

Wyladować frustrację

Tak naprawdę hejtujemy wszystkich za wszystko. Irena, kiedyś bardzo aktywna w sieci, postanowiła nie udzielać się już na platformie X. Pisała tam o wydarzeniach sportowych, kulturze, sprawach wydawałoby się mało kontrowersyjnych. Każdy wpis - jad, obelga, złość.

Rok temu, dziennikarz Wirtualnej Polski Szymon Jadczyk wycofał się z mediów społecznościowych. Miał dość, jak to określił, zorganizowanej kampanii hejtu wymierzonej w niego i jego kolegów. W zasadzie każdy wpis Jadczyka na platformie X budził dyskusję i krytyczne komentarze.

„Od kilku miesięcy trwa na Twitterze zorganizowana kampania hejtu i podważania wiarygodności do mnie, moich kolegów i mojej redakcji. Jeśli ktoś Wam mówi, że hejt go nie

rusza, to kłamie. A hejt idący w miliony zasięgu, jak w naszym przypadku, rusza tym bardziej. Nie piszę tego, żeby się żalić. Piszę to, bo znikam z Twittera z obawy o swoje zdrowie psychiczne” - oświadczył.

Trudno więc mówić wyłącznie o wyrażaniu swojej opinii, czy niezgodzie na zachowania innych. Hejtowanie weszło nam w krew. Owszem, wiemy, że zaszczuje dzieciaki przeżywają koszt, że tak u młodych, jak dorosłych ciągle krytyka w sieci może prowadzić do niskiego poczucia własnej wartości, izolacji, w skrajnych przypadkach do depresji, czy prób samobójczych, ale co tam!

Więc co tak właściwie pcha nas do tego, żeby opluwać, obrażać, niszczyć innych?

- Zaczniemy może od dosyć stareńkiej już, ale wydaje się, że niezłe wyjaśniającej tego rodzaju zachowania teorii, która nazywa się teorią frustracji - agresji. Otóż wtedy, kiedy ludzie są sfrustrowani, najczęściej swoją życiową sytuacją, niemożnością, brakiem perspektyw, całą masą innych rzeczy, pojawia się w nich agresja. Ta agresja czasami jest związana z jakąś jedną konkretną grupą, którą można oskarżyć o to, że jest winna naszym niepowodzeniom. Chciałbym w życiu mieć więcej, chciałbym być człowiekiem sukcesu, ale nie mam więcej i nie jestem człowiekiem sukcesu. W związku z tym można oskarżyć o to jakąś grupę, a potem zhejtować ją w internecie - tłumaczy prof. Tomasz Grzyb, psycholog z Uniwersytetu SWPS. - Drugi powód, także dosyć istotny, kiedy analizujemy zachowania związane z hejtem, to pewna bezrefleksyjność, pewien brak uważności na konsekwencje swoich zachowań - dodaje psycholog.

I daje taki przykład: mamy do czynienia z małym dzieckiem, które dopiero zaczyna chodzić do szkoły. To dziecko, powiedzmy Kacperek, przychodzi do szkoły i widzi swoją koleżankę, Julkę, ubraną w ob-

ciste legginsy, a Julka, tak się akurat składa, jest dziewczynką dosyć korpulentną. Kacperek przychodzi do Julki i mówi: „Wygładasz jak gruba świnia”. Julka najprawdopodobniej albo temu Kacperkowi przyłoży, albo zacznie płakać, albo zacznie krzyczeć. W każdym razie Kacperek dostanie jasny komunikat, że takie zachowania są niewłaściwe.

- Zwróćmy uwagę na to, że w sieci takich informacji nie ma. Jeżeli ktoś będzie się posługiwał językiem nienawiści, jeżeli ktoś będzie jakąś grupę społeczną hejtował, to najprawdopodobniej nic złego tej osoby nie spotka - zauważa prof. Grzyb.

Nasze, bezpodstawne troche poczucie anonimowości sprawia, że łatwiej nam atakować, opluwać, sztydzić.

- To prawda, choć tutaj chciałbym do tej beczki dziegciu dołożyć łyżkę miodu, bo okazuje się, że nasz reakcją, pokazanie, że nie zgadzamy się na tego rodzaju zachowania, jest bardzo skuteczne - zauważa nasz rozmówca.

I tłumaczy, że prof. Michał Bilewicz, znakomity polski psycholog społeczny, robił badania na Reddit, to anglojęzyczny agregator treści internetowych. Ustawił botą, który - kiedy ktoś posługiwał się mową nienawiści, hejtował - przypominał, że tak się nie powinno robić. Mówił: „Słuchaj, wiem, że czasami wszyscy jesteśmy zdenerwowani, ale byłoby fajnie, gdybyś myślał o innych ludzi”. Ogromna większość ludzi bardzo wyraźnie zmieniła swoje zachowanie.

- Jest jeszcze jednak rzecz - zauważa prof. Tomasz Grzyb. - Napuszczanie na siebie różnych grup społecznych, zwłaszcza takich, które nie dokonały wyboru przynależności do tej grupy, czyli ludzi o jakiejś określonej orientacji seksualnej, o jakiejś określonej narodowości, kolorze skóry, wpuszczanie tych ludzi na siebie jest realizacją starożytnej maksimy: dziel i rządź - tłumaczy psycholog.

*CZYM JEST HEJT, TAK OFICJALNIE?
WEDŁUG SŁOWNIKA JĘZYKA
POLSKIEGO, TO „OBRAŹLIWY
I ZWYKLE AGRESYWNY
KOMENTARZ INTERNETOWY”*

I dodaje, że weryfikując najbardziej hejtujące konta na przykład w polskim internecie można zauważyć, że często są to konta „obsługiwane” przez ludzi, na przykład za naszej wschodniej granicy. Oni traktują hejt, agresję instrumentalnie, chodzi o to, aby ludzi skłócić, nastawić pewne grupy przeciwko sobie. Dlaczego? Bo takim skłóconym społeczeństwem dużo łatwiej manipulować, rozpuszczać w nim plotki, fake news. Mamy więc agresję, o której możemy mówić w kategoriach psychologicznych jako agresji wrogiej i taką agresję, którą moglibyśmy nazwać - instrumentalną.

- Osoba, która hejtuje innych z powodu własnej frustracji, niezadowolenia z własnego życia, nie czuje, że robi źle? Ze wyrządza komuś ogromną krzywdę? - dopytuje.

- Bardzo często nie - odpowiada psycholog.

I przywołuje prowokację dziennikarską Pawła Reszki, dziennikarza i publicysty. Otóż Reszka zadał sobie trud docierania do ludzi, którzy formułowali hejtujące opinie dotyczące Ukraińców. Pukał do ich drzwi, pokazywał to, co wpisali i pytał, dlaczego używali takich obraźliwych słów. Ci bardzo mitygowali się, mówili: „Przecież tak się czasem w internecie pisze, to nie jest tak na serio”.

- Często mamy poczucie, że rzeczywistość internetowa jest trochę nieprawdziwa, nikt jej specjalnie nie kontroluje i nic nam w tej rzeczywistości nie grozi. Konsekwencje wynikające z mowy nienawiści nie są zbyt dotkliwe dla hejtujących, ale konsekwencje psychologiczne ludzi, którzy zostali dotknięci hejtem w sieci, są jak najbardziej rzeczywiste - tłumaczy prof. Tomasz Grzyb.

Zhejtować sąsiada

Do tej pory najczęściej hejtowane były osoby publiczne, w tym politycy, czy celebryci.

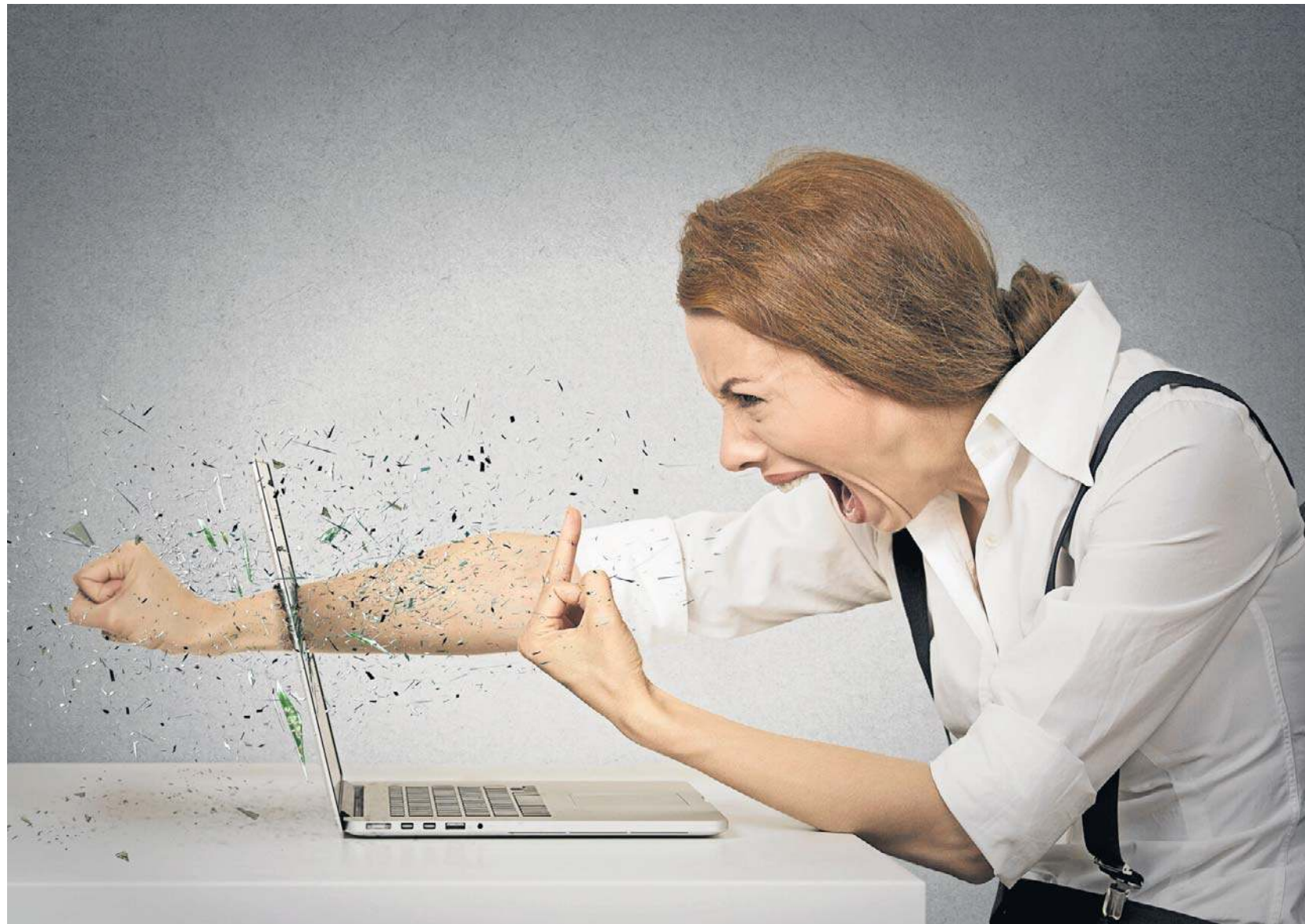
Michał Kamiński, dzisiaj PSL, na polityce zjadł zęby i jak mówi do hejtu zdążył się przyzwyczaić.

- Najgorszy spotkał mnie wtedy, kiedy pojechałem do Pinocheta - wspomina.

Dla tych, którzy nie pamiętają, w 1999 roku Kamiński razem z Markiem Jurkiem i Tomaszem Wołkiem pojechał do Wielkiej Brytanii, by spotkać się z osadzonym w areszcie domowym generałem Augustem Pinochetem. W czasie wyjazdu wręczyli generałowi pamiątkowy ryngraf z Matką Boską. W 2005 Michał Kamiński stwierdził, że wyjazd był błędem, a on sam dopiero później miał poznać prawdę o generale.

- Generalnie z hejtem spotykam się niemal codziennie, dlatego nie czytam komentarzy, nie czytam hejtu po prostu - tłumaczy.

Inna rzecz, o czym wspominała Zuzanna, że sami poli-



Zdecydowana większość badanych, bo aż 87 proc., uważa hejt za poważny problem społeczny. Zdaniem 90 proc. respondentów należy z nim walczyć, ale tak, aby nie ograniczać wolności słowa

ticy przodują w hejtowaniu innych, zwłaszcza przeciwników politycznych, ale nie tylko. Robią to oficjalnie, pod nazwiskiem - jakby dawali sygnał: Wolno!

Celebryci też lekko nie mają. Aleksandra Szwed, aktorka, ostatnio pojawiła się w programie Magdy Gessler „Magda gotuje Internet”. Mama Szwed jest Polką, tata Nigeryjczykiem. Kobieta opowiadała o rasistowskich komentarzach, obelgach, jakie padały pod jej adresem.

- Dostałam wiadomość pod tytułem, że Polska dla Polaków, więc zjeżdżaj na bambus - wspominała. - I taka myśl mi dźwięczała w głowie: czy to jest dobry moment, żeby napisać, że bambus rośnie w Azji? I parsknęłam śmiechem przed ekranem komputera. I pamiętam do dzisiaj, co jej odpisałam: „Nie godnam ja Twych białych stóp całować, idę się samobici-czować na pole bawełny”. I to wywołało taką kaskadę śmiechu wśród ludzi - przyznała.

- Piękne jest to, że masz do siebie tak ogromny dystans i szacunek - stwierdziła Magda Gessler.

- Najzdrowszą reakcją jest śmiech. Dlaczego? Dlatego że śmiech po pierwsze powoduje, że sam się dobrze czujesz. Jest zaraźliwy. Po drugie, wytrąca ludziom broń z ręki tak sku-

tecnie. Skuteczniej niż jakakolwiek szarpanina czy walka - odpowiedziała jej Szwed.

Agnieszka Kaczorowski, też aktorka, w tym samym programie przyznała, że hejt jest nieodzownym elementem jej życia, towarzyszy jej w zasadzie od 25 lat, od kiedy pojawiła się w mediach i telewizji.

Osoby publiczne wciąż wystawiają się na oceny innych, także te krytyczne, są więc, a przynajmniej powinny być, na to przygotowane. Inaczej sprawy mają się z tak zwanymi zwykłymi ludźmi. Tymczasem w 2024 roku, podobnie jak pięć lat wcześniej, za najbardziej hejtowaną grupę nadal uznawano mniejszości seksualne (63 proc. wskazań w 2024 roku wobec 64 proc. w 2019 roku). Wzrosła liczba wskazań na osoby z nadwagą - o 13 punktów procentowych (z 44 proc. na 57 proc.), osoby niepełnosprawne - o 7 punktów (z 20 proc. na 27 proc.), a także osoby niewykształcone - o 3 punkty (z 18 proc. na 21 proc.). Zauważalny jest jednocześnie spadek liczby wskazań grup, które w przeszłości były często obiektami hejtu. To politycy (spadek o 13 punktów procentowych - z 60 proc. na 47 proc.), celebryci (o 11 punktów - z 63 proc. na 52 proc.), imigranci (o 4 punkty - z 49 proc. na 45

proc.) oraz Żydzi (o 7 punktów - z 42 proc. na 35 proc.).

Wnioski? Coraz rzadziej hejtowane są grupy dotąd uprzywilejowane, będące w centrum uwagi mediów, coraz częściej ofiarami hejtu stają się osoby należące do grup mniej uprzywilejowanych, o niższym statusie społecznym.

- Hejt trafił pod strzechy - skwitował autor badania. - Hejt dotyczy bardziej zwykłych ludzi i to w szczególności tych o niższym statusie społecznym. Można zatem powiedzieć, że jest to ostrze klasowe hejtu. Krytykowane jest pochodzenie społeczne lub inne cechy, może oznaczać po prostu, że krytykowane są osoby, które przenoszą się ze wsi do miasta czy z małego miasta do dużego i mają może mniejszy kapitał społeczny i to właśnie podlega krytyce - podsumował dr hab. Marek Kochan.

Wiemy, że jest źle

Zuzanna, ale też jej znajomi już dawno zrozumieli, jaką jest różnica między krytyką a hejtem. Tyle tylko, że czasami bardzo łatwo przekroczyć granicę, szczególnie, jeśli kwestie dotyczą nas, naszych wartości, naszych bliskich czy spraw, z którymi jesteśmy związani.

- Czasami rozmowa z osobą, która ma zupełnie inne poglądy

może się zamienić w hejtowanie siebie nawzajem - zauważa Zuza. Przyznaje, że zdarzało jej się hejtować, szczególnie w emocjonalnych sytuacjach. Jest osobą, która bardzo łatwo się unosi, ale - jak podkreśla - pracuje nad sobą. Wie, że to złe. Tak swoją drogą, kobiety coraz częściej krytykują innych, albo też chętniej się do tego przyznają.

- Kobiety częściej deklarowały w 2024 roku, że krytykują, aby wyrazić własną opinię, co wcześniej było bardziej charakterystyczne dla mężczyzn. Dodatkowo, kobiety częściej deklarowały, że krytykują, aby odreagować się wyżyć - mówi dr hab. Marek Kochan. Przyczyn upatruje w ważnych wydarzeniach społecznych z ostatnich lat - pandemii, wyroku TK dot. ograniczenia prawa do aborcji, inwazji na Ukrainę.

- Kobiety w ubiegłym roku częściej krytykują działania i wygląd innych osób, choć w mniejszym stopniu niż mężczyźni krytykują poglądy - tłumaczył.

Na całe szczęście, wiemy, że hejtowanie innych nie jest niczym dobrym, w każdym razie nie przynosi nam chwały. Rozumiemy też, co powszechny hejt pociąga za sobą.

Zdecydowana większość badanych, bo aż 87 proc.,

uważa hejt za poważny problem społeczny. Zdaniem 90 proc. respondentów należy z nim walczyć.

Z badania wynika także, że walka z hejtem powinna się odbywać tak, aby nie ograniczać wolności słowa. Opowiedziało się za tym 66 proc. respondentów (o 3 pp. mniej niż w 2019 r.). 27 proc. było gotowych poświęcić swobodę wypowiedzi w internecie, aby zniknęły z niego nienawistne komentarze. Dla 7 proc. badanych wolność słowa była ważniejsza od walki z hejtem.

- Łącznie około trzy czwarte badanych wyżej sobie ceni wolność słowa niż walkę z hejtem. Ten wynik jest istotny wobec działań zmierzających do penalizacji tzw. mowy nienawiści, które mogłyby ograniczać wolność słowa. Jak widać, przeważająca większość internautów nie popierałaby takich inicjatyw - wskazuje prof. Marek Kochan.

Jak zatem zmienić sytuację? Może warto zacząć od siebie. Nawet, jeśli coś nam się nie podobą, z czymś się nie zgadzamy, można to napisać nie urażając, obrażając, poniżając innych. I naprawdę, „przywalenie” komuś w sieci, tak po prostu, dla lepszego samopoczucia, poprawi nam nastrój tylko na małą chwilę.

BÓL MA TWARZ KOBIETY

Zanim przeczytałam książkę „Bez bólu. Nie daj sobie wmówić, że ból to twoja uroda”, postrzegałam nas – kobiety – jako siłaczki, które muszą nieustannie udowadniać sobie i mężczyznom, jak bardzo są mocne. Po lekturze zmieniłam trochę perspektywę. Uważam, że najważniejsze jest to, abyśmy się o siebie zatroszczyły

Anna Szalkowska

Książka „Bez bólu...” to druga już pozycja na liście Joanny Piórek-Wojciechowskiej, fizjoterapeutki uroginekologicznej z Gdańska. Pierwsza – „Kobieca fizjoterapia” wydawnictwa Pascal – miała premierę w marcu 2024 roku. Czytelniczki mogły poznać zależności między mięśniami dna miednicy a innymi obszarami organizmu, dowiedzieć się więcej o kobiecych dolegliwościach i jak sobie z nimi radzić. Autorka rozłożyła na czynniki pierwsze zjawisko nietrzymania moczu, temat nadal trochę wstydlivy dla naszego społeczeństwa, a jednak wymagający powszechnej edukacji. Miesiąc temu miała miejsce premiera jej nowej książki.

Ból nasz powszedni

Temat bólu pojawia się w gabinecie podczas pracy z pacjentkami – tłumaczy Joanna Piórek-Wojciechowska. Delikatna, drobna kobieta bez skrupułów rozprawia się z jednym po drugim tabu dotyczącym intymnego zdrowia kobiety. A może po prostu kobiecego zdrowia?

W przystępny sposób omawia choroby, przez które nie tylko trudno cieszyć się skądinąd przyjemnym przecież współżyciem, ale czasem trudno jest zwyczajnie żyć. Na co dzień ze swoim zespołem specjalistek przyjmuje pacjentki w gabinecie Kobiecej Fizjoterapii w Gdańsku.

Pisze książki, ale jest dostępna też na instagramowym profilu kobieca fizjoterapia, gdzie ma już 85 tysięcy obserwujących. Napisła książkę o bólu, bo jej zdaniem wiemy o nim zdecydowanie zbyt mało, a przez niewiedzę boli nas, chociaż wcale nie musi, ani tak mocno, ani tak często.

Kobiety na każdym etapie życia odczuwają różny ból. Młode dziewczyny – głównie miesiączkowy. W ciąży bolą kręgosłup, spojenie łonowe, stawy krzyżowo-biodrowe, biodra i kolana.

Dojrzałe kobiety miewają bóle związane ze spadkiem estrogenów, problemami z pęcherzem, suchością pochwy czy bólem przy współżyciu. Po menopauzie mniej jest kłopotu



Joanna Piórek-Wojciechowska napisała „Kobieca fizjoterapię” i „Bez bólu...”. To przystępne przewodniki, które pomagają zadbać o kobiece zdrowie

geniu, gorsza elastyczność, bolą stawy przeciążone zwiększającą się wagą. I chociaż świadomość wśród pań jest coraz większa, to wciąż rządzą pewne stereotypy wpajane nam z pokolenia na pokolenie.

– Ból menstruacyjny nadal jest bagatelizowany – mówi fizjoterapeutka. – Nawet gdy rozmawiam z koleżankami i mówię: „Miesiączka nie po-

winna boleć!”, to słyszę: „Tylko jedną tabletkę biorę, to przecież nic takiego”. Tylko że już ta jedna tabletkę oznacza, że coś jest nie tak. Prawda jest też taka, że często na jednej tabletkę się nie kończy. Wiele kobiet co miesiąc musi brać wolne z pracy, leżeć dwa dni pod kocem, bo nie są w stanie funkcjonować. I później mówią, że ten ból miesiączkowy

bywa gorszy niż poród. Skręcający, wyciskający...

O bólu statystycznie

Najpierw krótka definicja. Ból jest nieprzyjemnym doznaniem zmysłowym i emocjonalnym związanym z rzeczywistym lub potencjalnie zagrażającym uszkodzeniem ciała. Ale uwaga! Ten sam ból nie daje rzetelnej i aktualnej informacji na temat stanu tkanek ciała. Może, ale nie musi świadczyć o ich uszkodzeniu.

Ból może się pojawić bez uszkodzenia tkanek i odwrotnie, może dojść do uszkodzenia, a mimo to bólu nie poczujemy. Na ból wpływa nawet to, co o nim myślimy, nasze przekonania oraz kontekst, w którym się ten ból pojawił.

Według szacunków Głównego Urzędu Statystycznego 8,5 miliona Polaków cierpi z powodu przewlekłego bólu. 60 procent tej grupy to kobiety, a 30 proc. z nich nie podejmuje leczenia i próbuje leczyć się na własną rękę. Zazwyczaj środkami przeciwbólowymi.

Dlaczego ból dotyka częściej kobiety? – Bo tak jesteśmy zbudowane – wyjaśnia pani Joanna. – Mimo że jesteśmy fizjologicznie wytrzymałe, mamy więcej predyspozycji, aby poczuć ból. Hormony, które robią „bałagan”, macicę, która co miesiąc musi się obkurczyć, kobiece cykle. No i nasza budowa. Mężczyźni zazwyczaj nie odczuwają bólu przy współżyciu, a u kobiet, jeśli ciało jest napięte, to boli.

TO WARTO WIEDZIEĆ O BÓLU

1. Ból, który trwa długo, nie zawsze świadczy o tym, że coś jest w ciele uszkodzone lub jego stan się pogarsza.
2. Ból jest prawdziwy, nawet jeśli w analizach laboratoryjnych i badaniach obrazowych nie widać/nie daje się rozpoznać jego przyczyny. Czasem w wyniku wielu czynników mogło dojść do uwrażliwienia układu nerwowego, co w konsekwencji doprowadziło do zbyt intensywnej reakcji obronnej. To zaś wywołuje stan, w którym nawet delikatny dotyk możemy odbierać jako ból.
3. To, jak postrzegamy swój ból, może go nasilać lub zmniejszać (w naszej subiektywnej skali). Co więcej, nawet samopoczucie danego dnia może wpływać na jego intensywność.
4. Można zmniejszyć ból nawet bez leków: psychologicznie (przez odpowiednie nastawienie) i behawioralnie (stosując techniki relaksacji).

OSTATNIO PRZYSZŁA PACJENTKA,
KTÓRA OD CZTERECH LAT
NIE UBRAŁA SPODNI, BO DYSKOMFORT
JEST ZBYT DUŻY. CHODZI
W LUŻNYCH SUKIENKACH

Tajemnicza wulwodynia

W tej bardzo przystępnie napisanej książce nie brakuje terminologii chorzeń, na które cierpią panie.

– Piszę między innymi o wulwodyni, chorobie, która charakteryzuje się kłuciem czy pieczeniem okolicy krocza, bólem podczas stosunku – opowiada autorka. – To pojęcie medyczne, ale mało kto je zna. Nawet kobiety, które przychodzą do mnie, często nie wiedzą, co im jest. Trudno też o prawidłową i szybką diagnozę.

Pani sobie wymyśla

Średni czas diagnostyki wulwodyni to... osiem lat.

Przez ten czas chore chodzą od specjalisty do specjalisty, ba-

dają się, wykluczają zapalenia, torbiele, guzy. I nic. Bo wulwodynni nie widać na badaniach obrazowych. Czasem lekarz powie: „Pani sobie wymyśla”, inny wyśle do psychiatry, bo „to niemożliwe, że tak boli”. A jednak boli. No i ten ból jest różny. Czasem to pieczenie, szczypanie, jak przy infekcji. Tylko że posiew wychodzi czysty, a lekarz znów mówi: „Wymyśla pani”. Ostatnio przyszła do mnie pacjentka, która od czterech lat nie ubrała spodni, bo dyskomfort jest zbyt duży. Chodzi w luźnych sukienkach. Była u kilku ginekologów i żaden nie pomógł, a ona nie może nawet usiąść wygodnie przy stole.

Skoro nawet lekarze nie zawsze potrafią pomóc, to co mówić o samej pacjentce, jej najbliższym otoczeniu? Jak mówi pani Joanna, statystyki pokazują, że połowa kobiet z wulwodynnią doświadcza depresji lub stanów lękowych. Nie wiedzą, co się dzieje, czują się zlekceważone i pozostawione z tym bólem. Dlatego wulwodynnię najczęściej leczy się fizjoterapią i psychoterapią. Bo okazuje się, że często winą kobiecych dolegliwości jest stres.

Rozbroić stres

– Źle radzimy sobie ze stresem. To widać w gabinetach i mam wrażenie, że sytuacja zamiast się poprawiać, ulega pogorszeniu. Stres wpływa na nasze dolegliwości – mamy mnóstwo pracy, obowiązków domowych. Kiedyś człowiek poszedł na spacer i odpoczywał, teraz przełączamy się z jednej aplikacji w drugą – Instagram, Facebook, a to nie jest prawdziwy odpoczynek – mówi pani Joanna. Nic dziwnego, że stres znalazł należne miejsce w książce o kobiecym bólu. Bo generalnie większość ludzi źle sobie radzi ze stresem, ale kobiety są niestety w czołówce.

Z powodu przewlekłego stresu odczuwamy zaburzenia nastroju, problemy ze snem, tkliwość ciała, spadek libido, pogorszenie pamięci, osłabienie układu odpornościowego czy problemy jelitowe. Ale to nie wszystko.

Przewlekły stres może powodować ból, bo zatrzymuje procesy gojenia i wzrostu, hamuje pozytywne zjawisko neuroplastyczności, doprowadza do nadwrażliwości tę część mózgu, która odgrywa ważną rolę w odczuwaniu bólu. Pod wpływem stresu pojawia się też napięcie.

Kiedy ostatni raz czułyście zaciśnięte szczęki, podniesione ramiona, krótki oddech, niemożliwe do wytrzymania napięcie w środku? A teraz wyobraźcie sobie, że także dno miednicy może wejść w stan podniesionego napięcia, a wtedy przyjemność ze współżycia gwałtownie maleje. A czasem – jak w przypadku pochwy, innej dolegliwości – skurcz mięśni pochwy uniemożliwia je całkowicie.

Na szczęście nie jesteśmy bezbronni wobec stresu, chociaż czytanie o dolegliwościach, które mogą się pojawić pod jego wpływem, trochę przeraża. Są metody, aby sobie z nim poradzić. I to metody, które pewnie stosujecie od czasu do czasu. Na przykład słuchanie spokojnej muzyki, oglądanie filmu, czytanie książki, spacer, medytacje czy w końcu techniki relaksacyjne.

Ta książka to sojusznik kobiety

I chyba to jest najlepsze w książce Joanny Piórek-Wojciechowskiej, że nie zostawia nas z całą tą ciężką wiedzą na temat dolegliwości, które towarzyszą wielu kobietom, ale pokazuje, jak można sobie radzić z nimi w ramach zadbania o swój dobrostan. O dodatek kobiety uzbrojone w taką wiedzę łatwiej mogą sobie poradzić podczas wizyty u lekarza. Nie dać się zbyć prostym: „Wymyśla Pani”.

O jaki dobrostan chodzi? O to, aby zadbać o swoje ciało i swoje myśli. Lista jest dość krótka: zbilansowana dieta, aktywność fizyczna, odpowiednio nawodnione ciało, wystarczająca ilość snu i jego jakość, nasze nastawienie, a na końcu (choć wcale nie takie ostatnie) dobre relacje z innymi.

– Ból postrzegany w stresie staje się silniejszy. Gdy nauczymy się go kontrolować, maleje – mówi autorka książki. – Dlatego ważne jest, aby w naszym życiu było miejsce na te zwyczajne, proste rzeczy. Ale to właśnie je najczęściej od siebie odsuwamy. Nie mamy czasu, zamykamy się w pracy przy komputerach. Brakuje wspólnoty. Rozmawiam z paniami w gabinecie. Najczęściej słyszę: praca, komputer, dom, brak siły, kanapa, sen. Nawet z mężami nie mają siły porozmawiać. Każdy dzień wygląda tak samo.

Nasze ciało ma niesamowite zdolności autoregulacji – potrafi się samo uzdrowić, ma potencjał zdrowia, ale musimy dać mu szansę.



Jak walczyć z bólem? Na pewno przyda się więcej ruchu i technik relaksacyjnych

CV

Joanna Piórek-Wojciechowska

Fizjoterapeutka uroginekologiczna, studentka osteopatii w Still Academy of Osteopathy, absolwentka Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, członek International Pelvic Pain Society, certyfikowana terapeutka dna miednicy. Posiada dyplom EIRPP – Międzynarodowej Szkoły Fizjoterapii Uroginekologicznej. Wykładowczyni akademicka, prowadzi autorskie szkolenia i warsztaty dla specjalistów: fizjoterapeutów, ginekologów i położnych. Mama dwóch chłopców.

Czego można się spodziewać po książce „Bez bólu. Nie daj sobie wmówić, że bój to twoja uroda”? Wiedzy i pomocy w poradzeniu sobie z bólem, a także odpowiedzi, jak rozmawiać z lekarzem. Dużo łatwiej powiedzieć, że boli głowa czy kolano, niż przyznać, że ból uniemożliwia ci siedzenie, że mdli cię przed miesiączką albo że współżycie wiąże się z lękiem i cierpieniem. Wiele kobiet przez miesiące, a nawet lata milczy, nie zgłaszając swojego bólu z powodu wstydu, obawy przed oceną czy wcześniejszego doświadczenia lekceważenia. A kiedy w końcu trafiają do specjalisty, często słyszą, że „tak już musi być”. Joanna Piórek-Wojciechowska, fizjoterapeutka uroginekologiczna, udowadnia, że nie – nie musi. Ból brzucha, krocza czy pochwy nie jest naturalnym elementem kobiecości. Można i warto z nim walczyć.



*WEDŁUG SZACUNKÓW GUS
8,5 MILIONA POLAKÓW CIERPI
Z POWODU PRZEWLEKŁEGO
BÓLU. 60 PROCENT TEJ GRUPY
TO KOBIETY*

Pierwsza była „Janikosoda” i tylko dzięki niej powstało miasto Janikowo. Co zostanie, jak zamkną zakłady? Nic, miasteczko umrze! To również powolne konanie kilkudziesięciu firm współpracujących - ubolewa pani Olga, mieszkanka Janikowa. Przykłady innych miejscowości na Kujawach i Pomorzu, gdzie zlikwidowali duże zakłady, nie dają złudzeń na lepszy scenariusz.

„Zakłady budowali nasi ojcowie”

„Zakłady Sodowe »Janikosoda« istnieją od 1957 roku, zaś prawa miejskie Janikowo otrzymało w 1962 r. Miasto „swój rozwój związało z przemysłem” - poucza nas internetowa encyklopedia. Teraz ten przemysł pada wraz z największym zakładem. Biznes nie dźwignął ogromnych kosztów energii i nie uciekł przed napływem konkurencyjnej, tańszej sody z Turcji. Pracę ma stracić 350 osób, ale na tym pewnie nie koniec.

Zakłady należące od 2007 roku do Grupy Ciech (obecnie to Qemetica Soda Polska, razem z „Soda-Mątwy” w Inowrocławiu) są jednym z największych przedsiębiorstw w naszym regionie - kontroluje je syn znanego ojca, miliarder Sebastian Kulczyk. Decyzją właściciela w janikowskiej fabryce trwa już proces hibernacji. Całkowite wygaszenie produkcji sody planuje się do końca lipca tego roku.

Ucierpi ponad 7000 mieszkańców

Pani Olga, której partner ma firmę kooperującą z Qemeticą i wykonuje zlecenia tylko dla tej spółki, tłumaczy, że w Janikowie nie ma pracy nawet dla młodych, a co dopiero dla osób, które mają kilka lat do emerytury i całe życie zawodowe spędzili przy sodzie.

- Odprawy, jakie by nie były, szybko się skończą przy obecnych kosztach życia, gdy wiele osób spłaca kredyty. Propozycje typu wyjazd do podobnej fabryki za granicą nie są dla wszystkich, a już na pewno nie dla kogoś, kto mieszka ze starszym, schorowanym ojcem i nie może go zostawić, jak mój znajomy. Zakład zatrudnia przede wszystkim mieszkańców Janikowa, ale nie tylko, bo pracownicy dojeżdżają z okolicznych wsi czy Mogilna i Pakości. Nikt nas nie informował, że jest bardzo źle. Nikt nas nie przygotował na szok, to stało się nagle! Jak można w kilka tygodni zwinąć największą fabrykę w mieście? I co my teraz, jako mieszkańcy, zrobimy? Bo „Janikosoda” zapewnia nam nie tylko miejsca pracy, ale też świadczy usługi dostaw ciepła i odbioru ścieków - wymienia pani Olga.

Ucierpi więc całe, liczące ponad 7000 mieszkańców, miasteczko.

- Co ja mogę pani powiedzieć? Prawdę powiem, jestem zalamany - nie kryje Edward Antczak, prezes firmy Elektrom



3 marca przed fabryką sody spółki Qemetica odbyła się akcja protestacyjna, w której wzięli udział mieszkańcy Janikowa, pracownicy oraz związkowcy. Wyrażono niezadowolenie w związku z planami zaprzestania produkcji sody w Janikowie, co może doprowadzić do znacznego wzrostu bezrobocia oraz odbić się na sprawnym funkcjonowaniu miasta, ponieważ jest ono w dużym stopniu uzależnione od „Janikosody”

JEŚLI ZAMKNĄ ZAKŁADY „JANIKOSODY”, MIASTECZKO UMRZE

Ludzie są pogodzeni, że Qemetica zamknie zakład sodowy, ale mają strach w oczach. Gdy padały duże firmy w innych miastach i wsiach, ich mieszkańcy musieli budować życie od nowa

Agnieszka Domka-Rybka

w Janikowie, która dla spółki „Qemetica” świadczy usługi elektryczne i automatyki przemysłowej. - Zatrudnimy 70 osób i część będziemy musieli zwolnić, a co potem? Nie wiem! W Janikowie mamy również pracowników ze Strzelna, Inowrocławia, Mogilna, Pakości. Rozumiem, że soda to biznes mocno energochłonny i koszty są ogromne, ale naprawdę nic już nie można zrobić? Bydgoska Pesa też miała problemy, ale rząd się zaangażował i firmę przejął Polski Fundusz Rozwoju. Dziś podbija polski i zagraniczny rynek. W naszym biednym Janikowie ludzie są pogodzeni, że nikt im nie pomoże, że zakład zostanie zamknięty, i to jeszcze w tym roku. Osobom 30 plus łatwiej podjąć nową pracę, ale starszym? Gdyby wiedzieli wcześniej, rozglądaliby się za inną robotą. Nie jest tajemnicą, że na rynku pracy w powiecie inowrocławskim szala nie ma.

Dariusz Giża, radny Janikowa i pracownik „Janikosody”, mówi, że oni i inni mają strach w oczach. - Są rodziny na utrzymaniu, dzieci, młodzież szkolna, a tu czło-

wiek traci pracę. Tragedia. Zakłady budowali nasi ojcowie, pracują tu całe rodziny, więc bez dochodu mogą nagle zostać dwie osoby. Dostaną po 1600 zł zasiłku i jak z tego wyżyć? Młodzi i tak już od dawna uciekali z Janikowa do większych miast. Podjęliśmy nawet uchwałę o wybudowaniu bloku na 50 mieszkań dla młodych, żeby ich zatrzymać, tylko kto tam zamieszka? Likwidacja największego zakładu w mieście nie wzbudza strachu! - ubolewa.

- Jest u nas jeszcze tylko jedna firma, o której można powiedzieć, że do małych nie należy, zatrudnia 1000 osób - Janipol Meble Polska. Na tym koniec, niestety. Reszta biznesów? Drobnica! - ocenia Daniel Sendor, przewodniczący MOZ NSZZ „Solidarność” przy Qemeticie. - W Janikowie na 7-8 tysięcy mieszkańców tylko 3 tysiące to osoby aktywne zawodowo, a będzie jeszcze gorzej!

Szef Solidarności podkreśla, że dopóki pracują urzędnicy w „Janikosodzie”, a wciąż pracują, jest szansa, żeby powstrzymać najgorsze. Bo ponowne od-

palenie maszyn kosztuje krocie i zajmuje dużo czasu. - Po wyłączeniu urządzeń będzie pozałatowane. Pracownicy na wózkach widłowych znajdą zajęcie, ale obsługujący specjalistyczne maszyny, których, poza Inowrocławiem, nigdzie nie ma, zostaną na lodzie - przewiduje.

Likwidacje cukrowni pogrążyły miasteczka

Tymczasem niejedno Janikowo już w woj. kujawsko-pomorskim przetrabiano. Kiedy zamknięto cukrownie, bez pracy została większość mieszkańców. Miejscowości, szczególnie te najmniejsze, pogrążyły się w kryzysie nie tylko ekonomicznym, ale również społecznym.

- Pani, całe Tuczo żyło z cukrowni i to, powiem szczerze, jak pączki w maśle. Gdy ją zlikwidowali w 2006 roku, Tuczo umarło, bo trzymało się właśnie tylko dzięki cukrowni - wspomina pan Piotr, dziś emeryt po siedemdziesiątce z tej wsi w gminie Złotniki Kujawskie (to był największy zakład przemysłowy w gminie). - Dostali-

śmy spore odprawy, ale szybko się rozeszły, ludzie pokupowali nowe samochody, anteny satelitarne, telewizory. I kasa się rozplynęła. Ci bardziej rozbudowani znaleźli robotę poza Tucznem lub wyjechali za chlebem za granicę, a ci, którzy zostali? Żyli z zasiłków i chodziło się czasem z flaszką nad jezioro dla zabicia nudy. Niestety, niektórych zabił alkohol - opowiada.

Cukrownia była też m.in. właśnie w Janikowie, któremu obecnie grozi utrata kolejnego dużego pracodawcy. Działała przez 130 lat, aż w 2005 r. zdecydowano o jej zamknięciu. - Niektórzy po jej likwidacji poszli pracować do „Janikosody”, a gdzie pójść, jak zamkną i ten zakład? - chciałaby wiedzieć pani Dorota, mieszkanka Janikowa.

Zlikwidowano też inne cukrownie na Kujawach i Pomorzu, m.in. w Brześciu Kujawskim, Mielnie koło Grudziądza czy Żnieniu, choć w tej ostatniej akurat kwitnie dziś niezły biznes - Hotel Cukrownia Żnin.

Natomiast mieszkańcy np. Pakości do dziś przeżywają likwi-

dację zakładu włókienniczego „Roszarnia”. Bardziej złośliwi komentują w sieci, że miasto po jej zamknięciu stało się „jeszcze większą dziurą niż było”.

„Do tej pory oficjalnie nie ma winowajcy, są tylko przypuszczenia. Jednak ten, który się do tego przyczynił, ma na sumieniu ludzi, którzy zostali bez pracy i środków do życia” - komentuje pani Maria, mieszkanka Pakości.

Padła jedna firma, a za nią inne. Efekt domina

Z kolei inowrocławianie boją się, że upadną Inowrocławskie Kopalnie Soli „Solino”. To największy producent soli w Polsce. Ważna firma dla gospodarki miasta i rynku pracy nie tylko w tym rejonie, ale i na Kujawach zachodnich. W „Solino” pracuje 260 osób.

- Kończą się złoża solne. Sytuacja firmy jest dramatyczna, a Inowrocław pełni taką samą rolę dla miejscowości ościenionych, jak Bydgoszcz dla swoich sąsiadów. W naszym przypadku m.in. dla Żnina, Mogilna czy Kruśzwicy - mówi Jerzy Gawęda, przewodniczący zakładowej Solidarności przy IKS „Solino” SA. - Kończące się rezerwy soli to również problem wielu innych firm - dodaje.

Solanka jest np. głównym surowcem do produkcji dla Qemetica Soda Polska SA.

- Jeżeli padnie „Solino”, podobny los czeka więc także inne firmy. Zbankrutują dziesiątki małych i średnich przedsiębiorstw w regionie, które funkcjonują tylko dzięki kompleksowi „Solino” - dodał związkowiec. Hiorobowe wieści, ponieważ bezrobocie akurat w powiecie inowrocławskim należy do najwyższych w województwie kujawsko-pomorskim.

Bydgoszcz ma małe bezrobocie, ale gdyby likwidowano Zakłady Chemiczne Zachem, skończyła się pewna epoka. Napisałam o Zachemie z kilkadziesiąt artykułów i dobrze wiem, czym była ta firma dla mieszkańców. Niektórzy pracowali tutaj „całe życie”. Zachem, jako jedyny w Polsce, produkował epichlorohydryn (surowiec do produkcji żywic epoksydowych), TDI (stosowany w przemyśle tapicerskim) i chlorek allilu (wykorzystywany w produkcji barwników, leków i tworzyw sztucznych).

W okresie świetności zatrudniał 7 tysięcy pracowników. Gdy go zamykano w 2012 roku, należał do Grupy Ciech i miał 700-osobową załogę. Kiedyś pracowali w nim całe rodziny. Miały do dyspozycji 1,8 tysiąca mieszkań zakładowych. Istniały zachemowskie przychodnie, domy kultury, wczasowe, sanatorium. Brama zakładu była najważniejszą bramą w mieście!

Zachem trafił nawet na deski teatru, choć nie była to wyreżyserowana historia, a prawdziwa. Oby takich było u nas jak najmniej.

©©

Alicja Polewska

ALEŻ JA CIĘ SŁUCHAM! NIE PATRZ TAK NA MNIE



M

- Mam, zobacz!
- Zaraz. Nie teraz.
- No jasne...

- Mam, słuchaj, ja...

- Chwilę, nie widzisz, że pranie/zmywarka/Facebook/telewizor/książka/gazeta...

- Aha...

Z ręką na sercu - ile razy takie scenki były u Was w domach? Nie, nie kiedy Wy byliście mali, ale wczoraj, a może dzisiaj? No? Tak jak myślałam - mnóstwo! Bo wszystko wydaje się w danym momencie ważniejsze niż słuchanie, co chce do nas powiedzieć dziecko. I nie jest ważne, ile ma lat. Póki chce coś powiedzieć.

W pierwszym momencie obruszyłam się, kiedy jakiś czas temu koleżanka oświadczyła, że nie ma czasu, bo jej niemal dorosłe dziecko ma temperaturę i ona musi. Co?! Zwariowała? Matka-kura się nagle z niej zrobiła! A to ona miała rację. Progenitura miała może i niewielką gorączkę, ale uwaga matki skupiona na dziecku dała mu jasny sygnał: jesteś dla mnie ważny, zauważam twoje potrzeby, słucham. Po czasie dowiedziałam się, że ta temperatura to tak naprawdę był wybieg, czy raczej zabieg - młodej osobie tyle zważyło się na głowę, w duszy szalał huragan, że nie dała rady emocjonalnie i uciekała w głąb siebie gorączką ciała wołając: ratunku!

Dziwne te dzieciaki są teraz - pomyślałam.

Jakieś takie nieodporne na życie, bo przecież my w ich wieku... Stop! A przyrzekałam sobie, kiedy byłam w ich wieku, że nigdy tak nie będę mówić. Wracając do sedna - takie niby delikatne one, że nie wiadomo, jak z nimi rozmawiać, bo zaraz dramy i pomocy potrzebują specjalistów od emocji. A przecież sami im to zafundowaliśmy w tym swoim ciągłym zabieganiu, kiedy chwila z młodszym dzieckiem musiała - MUSIAŁA - zmieścić się gdzieś między tym, co ważne i ważniejsze. Czyżby?

Właściwie nie ma tygodnia, żeby skądś nie dotarła przekazywana lęklwym szeptem informacja o młodym człowieku, który nie dał rady; ktoś nie zdążył zadzwonić, pogadać, uprzedzić ostateczność. To była córka, wiesz, znajomego albo syn tamtych spod piątki, albo kolega mojego młodego. Chwila przerażenia, współczucie dla rodziców, reflektor uwagi zwrócony na własne dziecko. Po kilku dniach, tygodniach wracają stare nawyki, zabieganie, deadline'y i ASAP-y.

Zwariować można!

Kiedy moja córka była w pierwszej czy drugiej klasie, wróciłam w nocy z jakiegoś wyjazdu służbowego. Rano powiedziałam jej, że zrobimy sobie dzień wagarowicza - ona nie pójdzie do szkoły, a ja do pracy. Spędzimy ten dzień we dwie tak, jak ona chce. Tamta jej radość grzeje mnie do dzisiaj. Ona wspomina, że to był najwspanialszy dzień całego jej życia: matka na własność. Teraz, kiedy jest już dorosła, też staramy się znaleźć pretekst, żeby „zrobić sobie dzień”. Jednak tamten był zupełnie wyjątkowy.

- Przecież często gdzieś chodziliśmy razem.

- Ale wtedy mnie słuchałaś całą sobą, a nie tak przy okazji.

- Przecież cię słucham!

- Słyszysz, słyszysz...

autor imie nazwisko

DETOKS – KLUCZ DO PRZETRWAŃIA WE WSPÓŁCZESNYM ŚWIECIE



Z

apraszam tu do refleksji nie tylko katolików. Nawet nie chrześcijan w ogóle ani na-

wet tych, którzy w tej tradycji tylko wyrosli. To, że za trzy tygodnie będzie już Wielki Piątek, a w Wielkim Poście jesteśmy od dawna - nie stanowi dość dobrego pretekstu. Powód jest bardziej uniwersalny: jeśli ja - zawodowy i zaprawiony obserwator - po prostu już wymiękam, do dla Was - szerokiej publiczności - stan zagrożenia jest ekstremalnie wysoki. Uciekajcie z mediów! - choć na chwilę.

Wyłączcie telewizor, ograniczcie socjale do minimum, chrońcie się. Odłączcie się choćby na te trzy tygodnie do Wielkiejnocy. Trump nie zdąży w tym czasie zająć Grenlandii ani do końca przehandlować Ukrainy. Gdzieś zginie 60 osób w huraganie, a gdzieś indziej 40 się utopi. Jeśli coś wale nie naprawdę mocno, sami to zauważycie. Ale - i to jest powód główny - nic istotnego w tym czasie nie wydarzy się w coraz głębszej kampanii wyborczej.

Jaki pożytek dla zwolennika Nawrockiego ma fakt, że Trzaskowski okaże się jeszcze gorszym zdrajcą jutro, niż był wczoraj. Albo dla wyborcy KO odkrycie, że Nawrocki ma jeszcze kilka wstydlwych znajomości. Mentzen nadal nic nie powie konkretnie, bo jak spróbował w „Kanałach zero” (26.03), to mu zaraz do wcześniejszych wpadek dołożono, że chce zlikwidować bezpłatne studia, a leczenie złamań oddać weterynarzom.

Niech zostaną ci, których rozterki wyborcze są bardziej sprecyzowane. Umysłowi, który nie ogarnia na dzisiaj, czy lepsza jest Biejat, czy Zandberg - i tak już niewiele zaszkodzi. Cała reszta elektoratu niezdecydowanego - co najmniej potężne 10 proc. - spokojnie może wrócić po świętach, a najlepiej dopiero na debaty kandydatów, bo decyzje w tej grupie wyborców zapadają w samej końcówce kampanii.

Inaczej jest z kluczową sprawą dla sztabów - mobilizacją własnego i demobilizacją wrogiego elektoratu. Tu też decyzje zapadną na finiszu, ale istotnym ich elementem będzie zwykłe umęczenie ludzi. I to właśnie z nami teraz robią. Tłuką nas po łbach pałkami absurdałnego jazgotu jak małe foczki na krze. Ten obraz nie ma być tylko efek-

ciarski - podobnie jak małe foczki, wyborca jest gatunkiem zagrożonym tylko przez krótki moment, dopóki ma białe futerko, dopóki urny nie zostaną zamknięte.

No dobrze, skąd mi się ta faza na marudzenie wzięła. Zaglądam w sieć, a tam PiS wejźdza mi ze slajdem, że Trzaskowski wprowadzi adopcję dzieci przez homo nie wiadomo. Ki czort? - myśle. Po pierwsze, kandydat KO raczej unikał dotąd składania obietnic, które jawnie do kompetencji prezydenta nie należą. Po drugie, pozycjonuje się w tej kampanii zdecydowanie bardziej po prawej niż progresywnej stronie, stawiając akcent na bezpieczeństwo.

No dobrze, brrr, trzeba spojrzeć głębiej. Odpalenie nowej linii narracyjnej w całości wisi na jednym zdaniu: „Wydało się. Powrót tęczowego Rafała. Rzeczniczka Koalicji Obywatelskiej jasno zapowiada, że wszystkie ustawy o tzw. równouprawnieniu osób LGBT będą przez niego podpisane!”

OK, a dlaczego miałyby być niepodpisane? Związki partnerskie dla osób tej samej płci popiera już ponad 60 proc. Polaków. Obietnica ich wprowadzenia była jednym z ważniejszych punktów KO w wyborach parlamentarnych. Sprawa ugrzęzła przez opór Trzeciej Drogi, hamletyzującej w kwestii przysposobienia dzieci. Ścisłej - dzieci jednego ze współpartnerów.

Z prawem osób tej samej płci do zawarcia małżeństwa sprawa jest w lesie, poparcie społeczne jest tu też nadal zdecydowanie niższe (40 proc.). Prawo małżeństw homoseksualnych do adopcji dzieci to zaś czysty kosmos - szybciej Papież Polak zmartwychwstanie.

Znów więc zmarnowałam kilka minut na śledzenie, do jakiej pokrętej manipulacji posunę się sztab kandydata, zwłaszcza gdy linia poparcia dla niego przypomina równię pochyłą. Największy kłopot jednak jest w tym, że choć pomysły na robienie z nas głupków bywają nowe, to grane tematy wciąż są te same. Straszanie imigrantami zażarło tylko w 2015 r. Straszanie LGBT zadziało w przedostatnich wyborach do europarlamentu (2019). O Tusku - kamerdynerze Niemców - nie warto nawet wspominać. Nuda. Paradoksalnie więcej świeżości jest po drugiej stronie, ale to sam PiS podłożył wygodny temat pt.: Nawrocki - pies czy wydra?

Na pewno nie biała foczka. Więc zejdzcie choć na chwilę z pola widzenia zawodowych pałkarzy. Może to dobry moment, by pomyśleć o własnym Zbawieniu. Polska to przetrwa.

Chceto powiedzieć bardzo jasno: Rosja nie może mieć nic do powiedzenia w sprawie wsparcia, którego udzielamy i udzielimy Ukrainie, i nie może dyktować warunków tego trwałego pokoju. Ponieważ stawką jest suwerenność Ukrainy i bezpieczeństwo wszystkich Europejczyków

PREZYDENT FRANCJI EMMANUEL MACRON PO SPOTKANIU Z PREZYDENTEM UKRAINY WOŁODYMYREM ZEŁEŃSKIM

CZYTELNI

Przy stoliku w Czytelniku
zapadło niezręczne milczenie...

„Życie towarzyskie i uczuciowe” wyszło po raz pierwszy w 1967 r., w paryskim Instytucie Literackim. Tyrmand już od dwóch lat był na emigracji i jeśli wierzyć legendzie, którą sam sprokurował, powrót do Polski uzależnił od wydania powieści w kraju. Jak wiadomo, nigdy się nie doczekał.

Renegat?

W tym, że ta powieść nie mogła się ukazać w socjalistycznej Polsce nie ma nic zaskakującego i dziwne, że pisarz w ogóle dopuszczał taką możliwość. I nie chodziło wcale o komunistów, ale o zaprzętą im tzw. inteligencję twórczą, która na łamach powieści została po prostu wyszydzona. Decyzję o odrzuceniu książki podjęto gdzieś między kawianym stolikiem w „Czytelniku” (ci od Konwického) a stolikiem w PIW-ie (ci od Słonimskiego). Dopiero później tzw. wewnętrzni recenzenci w PIW-ie uznali, że powieść, ze względu na ideologiczne, „nie nadaje się do publikacji”.

Wszyscy ci pisarze, dziennikarze i filmowcy, którzy skakali wokół władzy, zobaczyli w „Życiu” siebie i bardzo się im to nie spodobało. Do dziś w łatwy sposób można było rozpoznać postaci ówczesnej warszawki i krakówki. Zaś fragmenty książki, będące pamfletem na popularny warszawski salon Ireny Krzywickiej, które prowokująco wydrukowano w warszawskiej „Kulturze”, wywołały wręcz histerię w środowisku – jak mówiono – „twórczym”.

„Wtedy rzeczywiście całe środowisko na różne sposoby popierało władzę ludową, która wydawała się słuszną. Były bezpłatne mieszkania, darmowe wczasy, tania książka” – pisał Eryk Lipiński, który o dojeniu systemu wiedział naprawdę sporo.

Buntownik?

Aby było jasne – Tyrmand w tym środowisku siedział po uszy. Wydawał książki w socjalistycznych wydawnictwach (po prawdzie innych nie było), uchodził za autorytet w kręgach liberalnych kawiarnianych mędrków, żenił się z kolejnymi żonami z tzw. właściwych familii, szpanował skarpetkami i wartburgiem 311, a w 1961 r. zagrał nawet w filmie – propagandówce pod tytułem „Jutro premiera”, wyreżyserowanej przez Janusza Morgensterna.

Aż dziwne, że zaryzykował pozycję, pisząc właśnie „Życie towarzyskie i uczuciowe”. Może znudziło mu się udawanie, a może zamarzył o powrocie do czasów jazzowego buntu, gdy dopiero marzył o sutych obiadkach w Związku Literatów? W 1965 r. miał 45 lat i być może odechciało mu się być koncesjonowanym pajacem?

Kiedy Tyrmand wyjechał z Polski, elity postarały się szybko o nim zapomnieć. Był bowiem jak wyrzut sumienia. Gdy on w połowie lat 60. pisał do „The New Yorkera”, największej wtedy amerykańskiej gazety, a reklamy z jego artykułami jeździły na autobusach w Nowym Jorku, w „Szpillkach” publikowano co najwyżej szydercze wierszyki o nim.

Pamiętali o nim tylko niektórzy. „Co za cholerne ścierwo ten Tyrmand – kpił Kisiel. – Cóż to za świnia, wyrzutek społeczeństwa. Człowiek, który mógł opisać ulicę Żelazną, wyjechał. Jak on mógł nam to zrobić?”.
margra



Leopold Tyrmand,
„Życie towarzyskie
i uczuciowe”, wyd. MG,
Warszawa 2025,
cena 69,90 zł

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

JOANNA KORONIEWSKA
Woda w kolanie

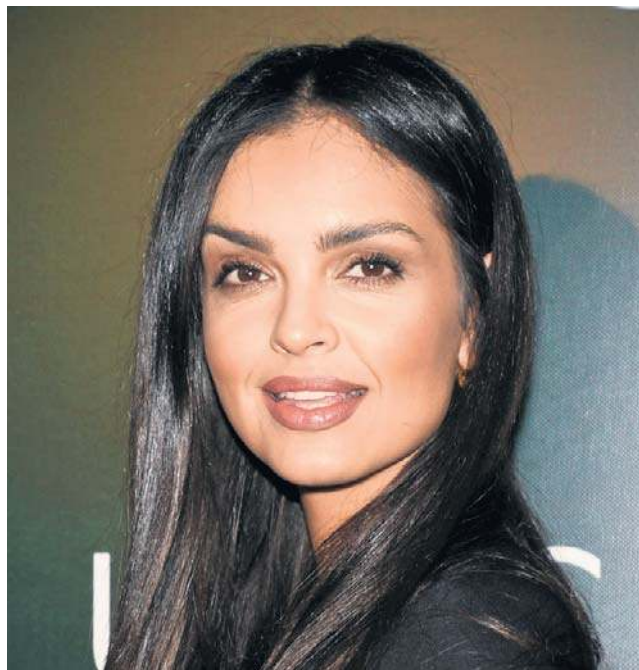
Kilka dni temu aktorka opublikowała w internecie filmik zatytułowany „Kiedy badanie nie pozostawia złudzeń”. Widzimy na nim, jak Koroniewska przygląda się zdjęciu USG. Wtedy wchodzi jej mąż Maciej Dowbor. – Co to jest? – pyta. – Jak to co? USG – odpowiada mu żona. – Nie... Ale jak?! Przecież ty uważaś taką jesteś zawsze. Jesteśmy za starzy, ty jesteś za stara! Który to miesiąc?! – pada z ust przekonanego o ciąży partnerki przerażonego Dowbora. – Przecież to jest woda w kolanie! – przerywa mu zirytowana żona. – O, dziękuję ci za wodę w kolanie! Jejku, woda w kolanie to jest dobra wiadomość! – mówi prezenter z wyraźną ulgą. – Niedobra! – podsumowuje w końcu całe wydarzenie.

TOMASZ KAROLAK
Dodana wartość
„Rodzinki”

Ruszyły właśnie zdjęcia do nowego sezonu „Rodzinki.pl”. Z tej okazji Tomasz Karolak opowiedział „Faktowi” o tym, jakie relacje łączą go z pozostałymi aktorami serialu. – Jesteśmy grupą kumpli. Z Jackiem Braciakiem, Agatą Kuleszą czy Gosią Kożuchowską. Myśmymy to kręcili dziewięć lat, więc to jest taki szmat czasu. Nasze dzieci się rodziły w tym czasie, i tak dalej, i tak dalej. Ja myślę, że to też jest siła tego serialu. Znamy się, lubimy, szanujemy zawodowo i prywatnie, i przeżywalimy ze sobą różnego rodzaju emocje życiowe. Tak że to jest piękna kwintesencja tej naszej zawodowo-prywatnej relacji – podsumował Karolak.

ANNA WENDZIKOWSKA
Pracuje na Bali

Celebrytka trzy lata temu została zwolniona z TVN. Od tamtego czasu prowadzi bajeczne życie, niemal nieustannie podróżując po świecie. Nic więc dziwnego, że internatów nurtuje pytanie, skąd bierze na to pieniądze. – Powiem tak: na pewno nie z alimentów. Ja pracuję od 16. roku życia. Najpierw pracowałam jako modelka, potem pracowałam jako aktorka, ale potem pracowałam w szatni i na call center. Więc ja naprawdę nie jestem osobą, która ma jakikolwiek problem z pracą – powiedziała prezenterka w wywiadzie dla



Klaudia El Dursi, mimo że spodziewa się dziecka, nie zrezygnowała z aktywności sportowych

programu „Ja Wysiadam”. Najważniejszym źródłem zarobku Wendzikowskiej są prawdopodobnie wyjazdy na egzotyczne wakacje w jej towarzystwie: za wspólny wypad z celebrytką na Bali trzeba zapłacić 6000 złotych.

KLAUDIA EL DURSI

Nie zakryje
brzuska

Mimo że celebrytka spodziewa się dziecka, nie zrezygnowała z aktywności sportowych. Kilka dni temu zamieściła w internecie nagranie ze swego treningu na siłowni, na który założyła legginsy i krótki top odsłaniający jej ciążowy brzuszec. To zdenerwowało niektóre fanki prezenterki. „Nie rozumiem tego robienia się w każdym miejscu publicznym. Po co epatować biustem i rosnącym brzuchem?” – napisała jedna z nich. „Czy z pełnym biustem, czy jeszcze parę miesięcy temu, kiedy byłam szczęśliwą posiadaczką płaśskich jak deska piersi, na siłownię zawsze chodziłam tak samo, czyli w krótkim topie. Nie czuję też za bardzo, żebym ze względu na rosnący brzuch musiała go specjalnie zakrywać. Muszę przyznać, że trochę przykro, że tak kobieta kobiecie” – odpowiedziała zirytowana El Dursi.

LECH WAŁĘSA

Ma dość żony

Były prezydent udzielił niedawno wywiadu „Super

Expressowi”, w którym przyznał, że jego małżeństwo przeżywa poważny kryzys. – Mam siebie dość. Nie jest tak jak kiedyś. Do 50-tki było dobrze, potem gorzej – powiedział Wałęsa i dodał, że z małżonką nie robią już dla siebie miłych rzeczy i nie celebrują kolejnych rocznic ślubu. Już trzy lata temu były prezydent stwierdził: Ja nie lubię się klócić, ale żona ze mną tak. Bez przerwy ma pretensje o różne rzeczy. A to nie postawiłem tak, a to rozlałem, a to nie umyłem talerza – żalił się Wałęsa.

JOANNA KRUPA

Skarzy się
na lekarzy

W niedawnej rozmowie z Pułdelkiem celebrytka została zapytana o zabiegi medycyny estetycznej. Okazało się, że po raz pierwszy poddała się im w bardzo młodym wieku. – Miałam pewnie 20 lat, ale bardzo żałuję, że robiłam jakieś lasery. Lekarze często nie mówią, że takie zabiegi, napinające skórę, palą ciepłem tłuszcz. Ja przez to bardzo dużo tłuszczu straciłam na twarzy i jak się tak dzieje, to wtedy się starzeje – przyznała. I dodała: Miałam małe pryszcze, później się zrobiła z tego mała dziurka i lekarz powiedział: „A zrobisz ten laser, to ci zjeździe”. Ale zamiast pomóc w tej jednej rzeczy, to cała twarz się zmieniła, bo tłuszcz mi poszedł. Lekarzom chodzi tylko o kasę – podsumowała Krupa.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Będziesz w wiosennym nastrój. Horoskop dzienny mówi, że świat będzie Ci się jawił w różowych barwach.

Ryby (19.02 - 20.03)

Dobry dzień na wyciągnięcie ręki do zgody. Horoskop na dziś wróży, że nikt nie odtrąci gestu pojednania.

Baran (21.03 - 19.04)

Przypadnie Ci rola koordynatora działań podejmowanych przez innych. Horoskop dzienny na piątek mówi, że dobrze się z niej wywiązesz.

Byk (20.04 - 20.05)

Nie trać z pola widzenia potrzeb innych. Horoskop dzienny radzi tłamsić w sobie przejawy egoizmu...

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Wyróżniać Cię będzie wyjątkowa stanowczość. Horoskop na dziś zapowiada, że wpływu na Ciebie nie będą mieli nawet Twoi najbliżsi.

Rak (22.06 - 22.07)

Nie uszczęśliwiaj nikogo na siłę. Horoskop dzienny na piątek radzi też szukać kompromisowych rozwiązań i okazywać zrozumienie.

Lew (23.07 - 22.08)

Horoskop dzienny bardzo wyraźnie wróży, że czeka Cię dobry dzień na podejmowanie ważnych decyzji.

Panna (23.08 - 22.09)

Twoja spostrzegawczość osiągnie wyżyny. Horoskop na dziś mówi, że próby ukrywania czegoś przed Tobą spełzną na niczym.

Waga (23.09 - 22.10)

Horoskop dzienny na piątek mówi, że nie uciekniesz przed koniecznością zawierania kompromisów z osobami, za którymi nie przepadasz.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Zaczyna się weekend, więc spodziewaj się pukania do drzwi. Horoskop dzienny mówi, że goście mogą pojawić się w każdej chwili...

Strzelec (22.11 - 21.12)

Ktoś będzie próbował wmanewrować Cię w małą intrygę. Horoskop na dziś zapowiada, że może to zakończyć się sporą awanturą.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

Horoskop dzienny na piątek wróży, że jedną odważną decyzją zdobędziesz uznanie wielu osób. Ludzie popatrzą na Ciebie z podziwem.

oczernianie kogoś

powieść Wiktora Hugo

linia frontowa

gad z wyspy Komodo

12

legenda, mit

imię męskie – palindrom

1

pistolet z Izraela

pisanka

26

tatrzański szczyt

25

popularny kabaret

20

małe skaleczenie

27

klomb

dawna srebrna moneta

7

perski reformator religijny

21

wywar z ziół

ciężki metal

22

wyspa na jeziorze

23

piónowa ściana grani kilim

24

trzech muzyków

25

plaża Północna z USA

26

przyślawka

Yoko, żona Lennona

27

uprawia sport walki

28

tkanina na garnitur

29

oficjalna uroczystość, przyjęcie

30

gęste zarośla w Afryce

8

obszar przed portem

9

niechciana poczta internetowa

10

unoszą się nad bagnem

11

mon-golski władca

12

Archi-bald, pisarz

pół-krzew, helio-trop

13

grecki taniec ludowy

14

drzewo liściaste

15

jednostka nateżenia oświetlenia

16

znaki na pięcio-linii

17

biały lub żółty

18

podróż statkiem

kwaśny z cytryny

19

czarna lub błędna

20

ofiara na tacie

21

twórca „Dysko-bola”

22

mieszkanie kart pasja, hobby

23

pieje o świcie

24

mały nieto-perz

25

rzucana pod nogi

26

dwuka-dłubowe jachty

27

du-chowny prawo-sławny

28

Małysz szla-chetny koń

29

ryba pata-gońska

30

konty-nent z Wiet-namem

31

dwuka-dłubowe jachty

32

porę roku z wakacjami

33

model Polo-neza

34

wyspa w Indo-nezji

35

włoski Piotr

36

porę snia-dania

37

ozdobny krzew parkowy

38

Zyg-munt III „król Polski

39

kościół prawo-sławny

40

miesz-kanka stolicy Egiptu

41

olej skalny

42

korono-wana pięk-ność

43

prze-twór owo-cowy

44

liczna grupa ludzi

45

gra na des-kach

46

kolega Romka i A'Tomka

47

andyjski ssak

48

technika ma-larska

49

rzecz nieetykalna

nieporządek, zamęt

50

morski bałwan

anglo-saski, hektar gliniany flet

51

filozof z Rotter-damu

52

miasto w Andaluzji (Hiszpania)

53

odchylenie od normy

54

część dramatu np. fenyl

55

akcyza lub VAT

56

prawo zwyczajowe w Azji

57

sen-tencja

dra-pieżny kot, leopard

58

kara za grzechy

Złote w stolicy

59

nie-wielki wodo-spad

60

udręka, katusze podpora fasoli

61

moneta dla Charona

62

pięć-pięć promieniotwórczy

63

święty patron lekarzy

64

stan w USA z Houston

węgier-skie uzdro-wisko

65

wróg Cezara

odgłos młotka

66

Bią-łoszewski, poeta

67

dawny mieszka-niec Hiszpanii

68

chorob-liwe zwi-dy

69

wielki ssak morski

70

poręka na wekslu

71

pole dzia-łania

72

metro-polia Omanu

73

gro-mada zwierząt

74

sklep z wózkami

75

element pra-dni-cy, stojan

76

Pahlawi, szach Iranu

77

stan w USA z Houston

78

węgier-skie uzdro-wisko

79

wróg Cezara

odgłos młotka

80

Bią-łoszewski, poeta

81

dawny mieszka-niec Hiszpanii

82

chorob-liwe zwi-dy

83

wielki ssak morski

84

poręka na wekslu

85

pole dzia-łania

86

metro-polia Omanu

87

gro-mada zwierząt

88

sklep z wózkami

89

element pra-dni-cy, stojan

90

Pahlawi, szach Iranu

91

stan w USA z Houston

92

węgier-skie uzdro-wisko

93

wróg Cezara

odgłos młotka

94

Bią-łoszewski, poeta

95

dawny mieszka-niec Hiszpanii

96

chorob-liwe zwi-dy

97

wielki ssak morski

98

poręka na wekslu

99

pole dzia-łania

100

metro-polia Omanu

101

gro-mada zwierząt

102

sklep z wózkami

103

element pra-dni-cy, stojan

104

Pahlawi, szach Iranu

105

stan w USA z Houston

106

węgier-skie uzdro-wisko

107

wróg Cezara

odgłos młotka

108

Bią-łoszewski, poeta

109

dawny mieszka-niec Hiszpanii

110

chorob-liwe zwi-dy

111

wielki ssak morski

112

poręka na wekslu

113

pole dzia-łania

114

metro-polia Omanu

115

gro-mada zwierząt

116

sklep z wózkami

117

element pra-dni-cy, stojan

118

Pahlawi, szach Iranu

119

stan w USA z Houston

120

węgier-skie uzdro-wisko

121

wróg Cezara

odgłos młotka

122

Bią-łoszewski, poeta

123

dawny mieszka-niec Hiszpanii

124

chorob-liwe zwi-dy

125

wielki ssak morski

126

poręka na wekslu

127

pole dzia-łania

128

metro-polia Omanu

129

gro-mada zwierząt

130

sklep z wózkami

131

element pra-dni-cy, stojan

132

Pahlawi, szach Iranu

133

stan w USA z Houston

134

węgier-skie uzdro-wisko

135

wróg Cezara

odgłos młotka

136

Bią-łoszewski, poeta

137

dawny mieszka-niec Hiszpanii

138

chorob-liwe zwi-dy

139

wielki ssak morski

140

poręka na wekslu

141

pole dzia-łania

142

metro-polia Omanu

143

gro-mada zwierząt

144

sklep z wózkami

145

element pra-dni-cy, stojan

146

Pahlawi, szach Iranu

147

stan w USA z Houston

148

węgier-skie uzdro-wisko

149

wróg Cezara

odgłos młotka

150

Bią-łoszewski, poeta

151

dawny mieszka-niec Hiszpanii

152

chorob-liwe zwi-dy

153

wielki ssak morski

154

poręka na wekslu

155

pole dzia-łania

156

metro-polia Omanu

157

gro-mada zwierząt

158

sklep z wózkami

159

element pra-dni-cy, stojan

160

Pahlawi, szach Iranu

161

stan w USA z Houston

162

węgier-skie uzdro-wisko

163

wróg Cezara

odgłos młotka

164

Bią-łoszewski, poeta

165

dawny mieszka-niec Hiszpanii

166

chorob-liwe zwi-dy

167

wielki ssak morski

168

poręka na wekslu

169

pole dzia-łania

170

metro-polia Omanu

171

gro-mada zwierząt

172

sklep z wózkami

173

element pra-dni-cy, stojan

174

Pahlawi, szach Iranu

175

stan w USA z Houston

176

węgier-skie uzdro-wisko

177

wróg Cezara

odgłos młotka

178

Bią-łoszewski, poeta

179

dawny mieszka-niec Hiszpanii

180

chorob-liwe zwi-dy

181

wielki ssak morski

182

poręka na wekslu

183

pole dzia-łania

184

metro-polia Omanu

185

gro-mada zwierząt

186

sklep z wózkami

187

element pra-dni-cy, stojan

188

Pahlawi, szach Iranu

189

stan w USA z Houston

190

węgier-skie uzdro-wisko

191

wróg Cezara

odgłos młotka

192

Bią-łoszewski, poeta

193

dawny mieszka-niec Hiszpanii

194

chorob-liwe zwi-dy

195

wielki ssak morski

196

poręka na wekslu

197

pole dzia-łania

198

metro-polia Omanu

199

gro-mada zwierząt

200

sklep z wózkami

201

element pra-dni-cy, stojan

202

Pahlawi, szach Iranu

203

stan w USA z Houston

204

węgier-skie uzdro-wisko

205

wróg Cezara

odgłos młotka

206

Bią-łoszewski, poeta

207

dawny mieszka-niec Hiszpanii

208

chorob-liwe zwi-dy

209

wielki ssak morski

210

poręka na wekslu

211

pole dzia-łania

212

metro-polia Omanu

213

gro-mada zwierząt

214

sklep z wózkami

215

element pra-dni-cy, stojan

216

Pahlawi, szach Iranu

217

stan w USA z Houston

218

węgier-skie uzdro-wisko

219

wróg Cezara

odgłos młotka

220

Bią-łoszewski, poeta

221

dawny mieszka-niec Hiszpanii

222

chorob-liwe zwi-dy

223

wielki ssak morski

224

poręka na wekslu

225

pole dzia-łania

226

metro-polia Omanu

227

gro-mada zwierząt

228

sklep z wózkami

229

element pra-dni-cy, stojan

230

Pahlawi, szach Iranu

231

stan w USA z Houston

232

węgier-skie uzdro-wisko

233

wróg Cezara

odgłos młotka

234

Bią-łoszewski, poeta

235

dawny mieszka-niec Hiszpanii

236

chorob-liwe zwi-dy

237

wielki ssak morski

238

poręka na wekslu

239

pole dzia-łania

240

metro-polia Omanu

241

gro-mada zwierząt

242

sklep z wózkami

243

element pra-dni-cy, stojan

244

Pahlawi, szach Iranu

245

stan w USA z Houston

246

węgier-skie uzdro-wisko

247

wróg Cezara

odgłos młotka

248

Bią-łoszewski, poeta

249

dawny mieszka-niec Hiszpanii

250

chorob-liwe zwi-dy

251

wielki ssak morski

252

poręka na wekslu

253

pole dzia-łania

254

metro-polia Omanu

255

gro-mada zwierząt

256

sklep z wózkami

257

element pra-dni-cy, stojan

258

Pahlawi, szach Iranu

259

stan w USA z Houston

260

węgier-skie uzdro-wisko

261

wróg Cezara

odgłos młotka

262

Bią-łoszewski, poeta

263

dawny mieszka-niec Hiszpanii

264

chorob-liwe zwi-dy

265

wielki ssak morski

266

poręka na wekslu

267

pole dzia-łania

268

metro-polia Omanu

269

gro-mada zwierząt

270

sklep z wózkami

271

element pra-dni-cy, stojan

272

Pahlawi, szach Iranu

273

stan w USA z Houston

274

węgier-skie uzdro-wisko

275

wróg Cezara

odgłos młotka

276

Bią-łoszewski, poeta

277

dawny mieszka-niec Hiszpanii

278

chorob-liwe zwi-dy

279

wielki ssak morski

280

poręka na wekslu

281

pole dzia-łania

282

metro-polia Omanu

283

gro-mada zwierząt

284

sklep z wózkami

285

element pra-dni-cy, stojan

286

Pahlawi, szach Iranu

287

stan w USA z Houston

288

węgier-skie uzdro-wisko

289

wróg Cezara

odgłos młotka

290

Bią-łoszewski, poeta

291

dawny mieszka-niec Hiszpanii

292

chorob-liwe zwi-dy

293

wielki ssak morski

294

poręka na wekslu

295

pole dzia-łania

296

metro-polia Omanu

297

gro-mada zwierząt

298

sklep z wózkami

299

element pra-dni-cy, stojan

300

Pahlawi, szach Iranu

301

stan w USA z Houston

302

węgier-skie uzdro-wisko

303

wróg Cezara

odgłos młotka

304

Bią-łoszewski, poeta

305

dawny mieszka-niec Hiszpanii

306

chorob-liwe zwi-dy

307

wielki ssak morski

308

poręka na wekslu

309

pole dzia-łania

310

metro-polia Omanu

311

gro-mada zwierząt

312

sklep z wózkami

313

element pra-dni-cy, stojan

314

Pahlawi, szach Iranu

315

stan w USA z Houston

316

węgier-skie uzdro-wisko

317

wróg Cezara

odgłos młotka

318

Bią-łoszewski, poeta

319

dawny mieszka-niec Hiszpanii

320

chorob-liwe zwi-dy

321

wielki ssak morski

322

poręka na wekslu

323

pole dzia-łania

324

metro-polia Omanu

325

gro-mada zwierząt

326

sklep z wózkami

327

element pra-dni-cy, stojan

328

Pahlawi, szach Iranu

329

stan w USA z Houston

330

węgier-skie uzdro-wisko

331

wróg Cezara

odgłos młotka

332

Bią-łoszewski, poeta

333

dawny mieszka-niec Hiszpanii

334

chorob-liwe zwi-dy

335

wielki ssak morski

336

poręka na wekslu

337

pole dzia-łania

338

metro-polia Omanu

339

gro-mada zwierząt

340

sklep z wózkami

341

element pra-dni-cy, stojan

342

Pahlawi, szach Iranu

343

stan w USA z Houston

344

węgier-skie uzdro-wisko

345

wróg Cezara

odgłos młotka

346

Bią-łoszewski, poeta

347

dawny mieszka-niec Hiszpanii

348

chorob-liwe zwi-dy

349

wielki ssak morski

350

poręka na wekslu

351

pole dzia-łania

352

metro-polia Omanu

353

gro-mada zwierząt

354

sklep z wózkami

355

element pra-dni-cy, stojan

356

Pahlawi, szach Iranu

357

stan w USA z Houston

358

węgier-skie uzdro-wisko

359

wróg Cezara

odgłos młotka

360

Bią-łoszewski, poeta

361

dawny mieszka-niec Hiszpanii

362

chorob-liwe zwi-dy

363

wielki ssak morski

364

poręka na wekslu

365

pole dzia-łania

366

metro-polia Omanu

367

gro-mada zwierząt

368

sklep z wózkami

369

element pra-dni-cy, stojan

370

Pahlawi, szach Iranu

371

stan w USA z Houston

372

węgier-skie uzdro-wisko

373

wróg Cezara

odgłos młotka

374

Bią-łoszewski, poeta

375

dawny mieszka-niec Hiszpanii

376

chorob-liwe zwi-dy

377

wielki ssak morski

378

poręka na wekslu

379

pole dzia-łania

380

metro-polia Omanu

381

gro-mada zwierząt

382

sklep z wózkami

383

element pra-dni-cy, stojan

384

Pahlawi, szach Iranu

385

stan w USA z Houston

386

węgier-skie uzdro-wisko

387

wróg Cezara

odgłos młotka

388

Bią-łoszewski, poeta

389

dawny mieszka-niec Hiszpanii

390

chorob-liwe zwi-dy

391

wielki ssak morski

392

poręka na wekslu

393

pole dzia-łania

394

metro-polia Omanu

395

gro-mada zwierząt

396

sklep z wózkami

397

element pra-dni-cy, stojan

398

Pahlawi, szach Iranu

399

stan w USA z Houston

400

węgier-skie uzdro-wisko

401

wróg Cezara

odgłos młotka

402

Bią-łoszewski, poeta

403

dawny mieszka-niec Hiszpanii

404

chorob-liwe zwi-dy

405

wielki ssak morski

406

poręka na wekslu

407

pole dzia-łania

408

metro-polia Omanu

409

gro-mada zwierząt

410

sklep z wózkami

411

element pra-dni-cy, stojan

412

Pahlawi, szach Iranu

413

stan w USA z Houston

414

węgier-skie uzdro-wisko

415

wróg Cezara

odgłos młotka

416

Bią-łoszewski, poeta

417

dawny mieszka-niec Hiszpanii

418

chorob-liwe zwi-dy

419

wielki ssak morski

420

poręka na wekslu

421

pole dzia-łania

422

metro-polia Omanu

423

gro-mada zwierząt

424

sklep z wózkami

425

element pra-dni-cy, stojan

426

Pahlawi, szach Iranu

427

stan w USA z Houston

428

węgier-skie uzdro-wisko

429

wróg Cezara

odgłos młotka

430

Bią-łoszewski, poeta

431

dawny mieszka-niec Hiszpanii

432

chorob-liwe zwi-dy

433

wielki ssak morski

434

poręka na wekslu

435

pole dzia-łania

436

metro-polia Omanu

437

gro-mada zwierząt

438

sklep z wózkami

439

element pra-dni-cy, stojan

440

Pahlawi, szach Iranu

441

stan w USA z Houston

442

węgier-skie uzdro-wisko

443

wróg Cezara

odgłos młotka

444

Bią-łoszewski, poeta

445

dawny mieszka-niec Hiszpanii

446

chorob-liwe zwi-dy

447

wielki ssak morski

448

poręka na wekslu

449

pole dzia-łania

450

metro-polia Omanu

451

gro-mada zwierząt

452

sklep z wózkami

453

element pra-dni-cy, stojan

454

Pahlawi, szach Iranu

455

stan w USA z Houston

456

węgier-skie uzdro-wisko

457

wróg Cezara

odgłos młotka

458

Bią-łoszewski, poeta

459

dawny mieszka-niec Hiszpanii

460

chorob-liwe zwi-dy

461

wielki ssak morski

462

poręka na wekslu

463

pole dzia-łania

464

metro-polia Omanu

465

gro-mada zwierząt

466

sklep z wózkami

467

element pra-dni-cy, stojan

468

Pahlawi, szach Iranu

469

stan w USA z Houston

470

węgier-skie uzdro-wisko

471

wróg Cezara

odgłos młotka

472

Bią-łoszewski, poeta

473

dawny mieszka-niec Hiszpanii

474

chorob-liwe zwi-dy

475

wielki ssak morski

476

poręka na wekslu

477

pole dzia-łania

478

metro-polia Omanu

479

gro-mada zwierząt

480

sklep z wózkami

481

element pra-dni-cy, stojan

482

Pahlawi, szach Iranu

483

stan w USA

0011295731

Dnia 20 marca 2025 r.
zmarła w wieku 87 lat



ŚP.
dr n. med.

Alina Żukowska-Kaleta

lekarz pediatra

Msza Święta pogrzebowa zostanie odprawiona
w sobotę 29 marca 2025 r. o godz. 10.30
w kościele pw. MB Nieustającej Pomocy
Gdańsk Wrzeszcz (Brętowo), ul. Słowackiego 79.
Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia (sobota)
o godz. 11.30 na cmentarzu Łostowickim.

Zawiadamia pogrążona w smutku
Rodzina



0011297364

POŻEGNANIE

Andrzeju,

przyjacielu wspaniały, przyjacielu ludzi,
a w szczególności tych w potrzebie.

Pilocie, lataj w przestworzach wieczności ze swoim anielskim uśmiechem,
a trąby wieczności niech niosą dobre słowo o Twojej etyce,
wrażliwości, szczodrości i wiarygodności.

Jolancie, Julii, Jakubowi,
wszystkim członkom Rodziny

wyrazy współczucia,

Jerzy, Beata, Agata i Jurek

0011297509

Z wielkim smutkiem zawiadamiamy,
że w dniu 24.03.2025 r. zmarł nasz wieloletni pracownik



mgr inż. Janusz Stella

Msza Św. żałobna zostanie odprawiona 1 kwietnia 2025 r.
o godz. 10.00 w Kościele Rzymskokatolickim
pw. św. Apostołów Piotra i Pawła
w Gdańsku Jelitkowie przy ul. Kaplicznej 15.
Ceremonia pogrzebowa odbędzie się o godz. 12.00
na Cmentarzu Katolickim w Sopocie.

Rodzinie

składamy wyrazy głębokiego współczucia.

Zarząd, Rada Nadzorcza, koleżanki i koledzy
z Transprojektu Gdańskiego



0011297334

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że w dniu 24 marca 2025 roku odszedł



Janusz Stella

inżynier, drogowiec
lat 87

Msza św. żałobna dnia
1 kwietnia 2025 roku o godz. 10:00
w Kościele pw. Św. Apostołów Piotra i Pawła
w Gdańsku Jelitkowie.
Pogrzeb w tym samym dniu,
na Cmentarzu Katolickim w Sopocie o godz. 12:00.

O czym zawiadamia, pogrążona w smutku
Rodzina

0011298148

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że w dniu 25 marca 2025 r.
odeszła nasza kochana Babcia



Alicja Kołodziejczyk

Pogrzeb odbędzie się w dniu 31 marca 2025 r.
o godzinie 11:30 na Cmentarzu Katolickim w Sopocie
przy ul. Jacka Malczewskiego 18 (Kaplica)

Pogrążona w smutku
Rodzina

REKLAMA

0011246076

dziennikbałtycki.pl/nekrologi

Nekrologi,
kondolencje

przyjmowane są od poniedziałku do piątku
w godzinach 8.30-15.30

- bezpośrednio w Biurze Ogłoszeń,
Gdańsk, Połężę 3, tel. 58/300 32 11
- drogą mailową: nekrologi@prasa.gda.pl
- poprzez Internetowe Biuro Ogłoszeń
ibo.polskapress.pl
- w zakładach pogrzebowych
współpracującymi z Dziennikiem Bałtyckim
 - PPU Zielen, Gdańsk, Partyzantów 76
www.zielen.pl, tel. 58/341-20-71 do 73
 - ZDiZ w Sopocie Cmentarz Komunalny, Malczewskiego 31
tel. 58/551-03-50, biuro@cmentarz.sopot.pl
 - Zarząd Cmentarzy Komunalnych w Gdyni
ul. Witomińska 76, tel. 58/660-89-50, www.zck.pl

 nekrologi.net

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?
Telefonicznie: 800-472-852, 58 300 32 17
i zapłać kartą kredytową
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń - Gdańsk, Połężę 3,
tel. 58/3003 211

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

JEDNOPOKOJOWE

KUPIĘ każde mieszkanie także
z problemem prawnym, 781-642-472.

INNE

KUPIĘ każde mieszkanie także
z problemem prawnym 781-642-473.

DOMY - KUPIĘ

ODKUPIĘ współwłasność
w mieszkaniach, cała Polska
518-503-404

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIĘ garaż murowany, tel.
535-480-794.

MATERIAŁY OPAŁOWE

DREWNO opałowe suche iglaste-
190zł, osika-230zł, klon-260zł, dąb
310zł, buk-340zł - metr nasypowy
połupany z transportem, woj.
pomorskie, sprzedam tel. 723-894-857

Motoryzacja

SAMOCZODY OSOBOWE- KUPIĘ

ABA auta całe, uszkodzone
kupię zaniedbane powypadkowe.
Najlepiej płacimy, całe pomorskie
514-514-610

Praca

ZATRUDNIĘ

Malarzy zatrudnię do pracy w
Gdańsku, też do przyuczenia
Tel. 797-591-381.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

A do Z awarie dach, blachy, kominy,
papy, rynny, malowanie, 517-744-487

HYDRAULIKA, tanio, solidnie, awarie,
tel. 513-661-997

MALOWANIE dachów 788-016-988

ODNAWIANIE wanien, 600-979-826

Sufity Podwieszane: Napinane,
Kasetonowe, Rastrowe, Gipsowe,
Ścianki Gipsowe "Sufitex"
604-944-094, 58-558-25-65 www.
sufitex.pl

TROJMIASTO-REMONTY.PL
Generalne A-z wszystkiego 698035872

ŻALUZJE. Rolety 501-005-692

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI nioski dowóz. 600539790

SPRZEDAM kurki kokoszki (brojlera)
odchowane, 10- 20 tyg, kaczk
i perliczki. Dowóz gratis. Zbieram
zapisy. Tel. 728-104-188.

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%,
K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.200 zł/
tona, 500-669-621

SPRZEDAM pszczoły, ule
wielkopolskie 10 ramkowe+ 2 korpusy
z ramkami, stan idealny, 792232150

Turystyka

KRAJ

GÓRY

Beskidy, turnus Wielkanocny,
1200 zł, w górach koło Wadowic,
tel.: 501-642-492.

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

Matrymonialne

BIURO "Serduszka Dwa" 883-783-782

Różne

SKUP książek 881-934-948

Iga Świątek w największym kryzysie w swojej karierze

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

TENIS. **Iga Świątek poniosła w Miami najgorszą porażkę od 4 lat, co podważa jej mentalność i perspektywy na przyszłość. Polka odpadła w ćwierćfinale „tysięcznika” z Filipinką Alexandrą Ealą.**

Pod koniec ubiegłego roku okazało się, że w sierpniu Iga Świątek otrzymała pozytywny wynik testu na doping. Wykryto u niej trimetazydynę, ale raszynianka udowodniła, że substancja dostała się do jej organizmu przypadkowo (wraz z melatoniną, którą przyjmowała na jet lag, czyli zmianę strefy czasowej) i otrzymała tylko miesięczną dyskwalifikację - podzieloną na dwa okresy, w trakcie których grała w WTA Finals w Rijadzie.

Jednak po dyskwalifikacji wyniki Świątek nie są już tak dobre, jak wcześniej.

W tym roku Iga nie zdobyła jeszcze ani jednego tytułu. Po raz pierwszy od 2020 roku kończy marzec bez trofeum.

Iga wygrała 78% swoich meczów w 2025 roku, co jest imponującym wynikiem, ale i tak najniższym od 2021 roku, kiedy to nie zdominowała jeszcze touru.

Pod wrażeniem gry Filipinki

W tym roku Polka przegrała także swój ulubiony turniej w Dosze, w którym wygrywała trzy lata z rzędu. Przegrała także w Indian Wells, gdzie wygrała dwukrotnie w ciągu trzech poprzednich lat.

W Miami przegrała ze 140. tenisistką świata, Alexandrą Ealą, dla której był to przełomowy turniej na poziomie WTA - dotarła do półfinału, co było jej pierwszym tak wyso-



FOT. PAP/EP

W Miami Iga Świątek zakończyła występ na ćwierćfinale, w którym uległa kompletnie nieznanej Alexandrze Eali

kim osiągnięciem w głównym turnieju.

Świątek była pod wrażeniem występu Eali po swojej sensacyjnej porażce.

- Fakt, że była leworęczna, mnie nie zaskoczył, ale prawda jest taka, że dała z siebie wszystko - stwierdziła nasza tenisistka. - Te powroty robiła dość daleko i nie było łatwo oddać te uderzenia. Poza tym była bardzo zrelaksowana i dała z siebie wszystko. Czuję, że rytm jest dobry, a to jej pomogło. Nie wiedziałam, że będzie grać tak płasko, ale była bardzo agresywna i trzymała się celu przez cały mecz. A wiele z tych strzałów wychodziło znikąd. Ale nadal wyraż-

nie widziałam, że próbowała przeć do przodu i wywierać na mnie presję. Wyszło jej to całkiem nieźle.

Strata do Sabalenki coraz większa

O swojej poprawie i obniżeniu poziomu gry Eali w drugim secie Iga powiedziała: Nie, tak naprawdę o niej nie myślałam. Po prostu cieszyłam się, że czuję się trochę lepiej. Ale z drugiej strony i tak nie mogłam utrzymać jej gry, więc myślałam, że jestem z powrotem na nogach i czuję grę trochę lepiej. Ale tak naprawdę o niej nie myślałam.

Porażka z 19-letnią Filipinką była najgorszą w tourze

WTA od czasu odpadnięcia w trzeciej rundzie Miami Open 2021 z Aną Konjuh. Zajmująca wówczas 16. miejsce w rankingu Polka przegrała w trzech setach z Chorwatką, która była klasyfikowana na 388. miejscu na świecie. Świątek przegrała tylko dwa razy z zawodniczkami spoza pierwszej setki rankingu od wygrania swojego pierwszego Wielkiego Szlema - French Open 2020.

Niektóre najdotkliwsze porażki w rankingu jej przeciwniczek to przegrana z Eliną Switoliną (WTA 76) w Wimbledonie 2023, z Lindą Noskovą (WTA 50) w Australian Open 2024 i z Alize Cornet (WTA 37) w Wimbledonie 2022.

Po odpadnięciu z Ealą w ćwierćfinale „tysięcznika” Świątek w rankingu będzie tracić do liderki Aryny Sabalenki co najmniej 2461 punktów, choć po Australian Open różnica wynosiła mniej niż 200 punktów. Ale jeśli przyjrzymy się bliżej, to widać, że „susza” zaczęła się nieco wcześniej - po Roland Garros 2024.

Najdłuższa przerwa

W Paryżu Świątek zdobyła swój ostatni jak dotąd tytuł i od tego czasu nie zagrała nawet w finale. Jest to najdłuższa przerwa między tytułami od czasu, gdy zdobyła swoje pierwsze trofeum (Roland Garros 2020), i najdłuższa przerwa między finałami od czasu jej dwóch pierwszych finałów (Lugano 2019 i Roland Garros 2020, w których różnica wyniosła ponad rok).

Jednocześnie trudno mówić o kryzysie Świątek. Nadal gra na najwyższym poziomie, jest bardzo konsekwentna, ale jasne jest, że stała się bardziej niepewna niż wtedy, gdy dominowała w kobiecym tourze.

©©

Rekordowo dalekie skoki. Mamucie wypłaty i wielka sława. Chwała zwyciężonym

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. Po czterech miesiącach rywalizacji na całym świecie kończy się 46. edycja Pucharu Świata w skokach narciarskich. W ten weekend odbędą się już ostatnie zawody sezonu.

W minioną sobotę Paweł Wąsek zajął trzecie miejsce w fińskim Lahti i było to pierwsze polskie podium w sezonie 2024/2025 i pierwsze w karierze 25-latk z Cieszyna.

Wąsek jest również najwyżej z Polaków w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata - aktualnie zajmuje 15. miejsce, ale na awans do czołowej „dziesiątki” raczej nie ma szans...

Nieco wyżej, bo na 14. miejscu, jest w rankingu najlepiej zarabiających skoczków: za ten sezon zgromadził na razie 74 150 franków szwajcarskich, czyli około 326 000 złotych! To prawie dwukrotnie więcej niż inkasował przez całą dotychczasową karierę...

Dla porównania: lider „generalki”, Austriak Daniel Tschofenig, może liczyć na wypłatę 353 050 franków, czyli około 1 550 000 złotych.

Na zakończenie sezonu Pucharu Świata w skokach narciarskich, na słynnej słoweńskiej Letalnicy, zobaczymy sześciu Polaków: wspomnianego Pawła Wąsaka oraz Aleksandra Zniszczoła, Kamila Stocha, Dawida Kubackiego, Jakuba Wolnego i Piotra Żyłę, który zastąpił Macieja Kota.

Za nami kwalifikacje do dzisiejszego konkursu indywidualnego Pucharu Świata (drugi odbędzie się w niedzielę, a w sobotę zmagania drużynowe). Do rywalizacji o punkty, awansowało pięciu naszych skoczków - Żyła (227,0 m i 5. miejsce), Stoch (234,5 m i 6. miejsce), Wąsek (214,0 m i 9. miejsce), Zniszczoł (193,0 m i 32. miejsce) oraz Wolny (198,5 m i ostatnie, 40. miejsce). Odpadł Dawid Kubacki, który był 45. - 199,5 m.

Kwalifikacje wygrał Niemiec Andreas Wellinger, lądując na 227,0 m. ©©



FOT. PAP/EP

W Lahti Paweł Wąsek zajął 3. miejsce i po raz pierwszy w karierze stanął na podium indywidualnego konkursu PŚ

Otwarcie stadionu w Katowicach, hit Legia – Pogoń i Święta Wojna

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. PKO Ekstraklasa po przerwie na mecze reprezentacji wraca z przypiętym! W programie: otwarcie stadionu w Katowicach, hit Legia - Pogoń i Święta Wojna w Kielcach.

Po przerwie reprezentacyjnej powraca PKO Ekstraklasa. I to w jakim stylu! W 26. kolejce czeka nas prawdziwy hit, długo oczekiwane otwarcie stadionu w Katowicach, debiut trenera

Widzewa Łódź, a także Święta Wojna, czyli mecz pod napięciem z udziałem Korony Kielce oraz Radomiaka.

Raków pozostanie liderem ekstraklasy?

To ostatnia kolejka rozgrywana w marcu. Kolejka szczególna, bo poprzedzająca półfinały Pucharu Polski (Puszcza Niepołomice podejmuje Pogoń Szczecin, a pierwszoligowy Ruch Chorzów Legię Warszawę) i mecz o Superpuchar Polski między Jagiellonią Białostok a Wisłą Kraków na PGE Narodowym.

Pozycji lidera broni Raków Częstochowa (52 punkty), który zagra jako ostatni - w poniedziałek na wyjeździe z Zagłębiem Lubin. Zespół Marka Papszuna będzie zatem znał wyniki kontrkandydatów do mistrzostwa, czyli Jagiellonii Białostok (51 punktów) i Lecha Poznań (50 punktów). Nie można wykluczyć, że dojdzie do kolejnej zmiany na czele stawki, tym bardziej że zmobilizowali się kibice: mistrzów w Gdańsku ma wspierać około 1,5 tysiąca osób, zaś „Kolejorza” we Wrocławiu rekordowe 3,4 tysiąca.

Nowa Bukowa ponad meczem Legia – Pogoń

Granie znacznie się przy Okrzei w Gliwicach (piątek, godz. 18). Piast po serii dwóch porażek spróbuje się odkuć w spotkaniu z Widzewem Łódź, w którym zadebiutuje chorwacki trener Željko Sopić, pracujący ostatnio dla rodzimego HNK Rijeka. 50-latek zapewnia, że preferuje ofensywny styl. W tym sezonie za dużo już nie ugra, bo realny jest tylko środek tabeli. Za to w kolejnym ma już doszłusować do czołówki, bo takie cele

przed nim i dyrektorem sportowym Mindaugasem Nikoliciumsiem stawiać będzie przyszły większościowy właściciel klubu, czyli Robert Dobrzycki.

Hitem weekendu bez wątpienia jest piątkowy mecz w Warszawie (godz. 20.30). Dopiero piąta w tabeli Legia, bez szans na tytuł mistrzowski, podejmie czwartą Pogoń Szczecin. Tego widowiska nie obejrzymy jednak w paśmie otwartym.

Nie obejrzymy, bo TVP Sport pokaże, co zrozumiacie, otwarcie nowego stadionu (niedziela,

godz. 17.30) GKS Katowice, nazywanego „Nową Bukową”. Obiekt może pomieścić 15 tysięcy widzów. Biletów na mecz przyjaźni z Górnikami Zabrze już od dawna nie ma.

Wyprzedane pełne stadiony. To cieszy!

Co ważne, udało się też wyprzedać pełne trybuny na stadionach Motoru Lublin i Korony Kielce, która w elektryzującej Świętej Wojnie - jako jedyna niepokonana drużyna w 2025 roku - podejmie rozgrywanego Radomiaka. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Lechia chce zatrzymać Jagiellonię

Paweł Stankiewicz
pawel.stankiewicz@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Piłkarze Lechii Gdańsk wrócili w środę ze zgrupowania w Dubaju, a już w sobotę będą szukać ważnych punktów w PKO Ekstraklasie.

Zadanie będzie ekstremalnie trudne, bo do Gdańska przyjdzie Jagiellonia Białystok, aktualny mistrz Polski oraz lider tabeli. Jednak trener John Carver i jego podopieczni będą chcieli zaskoczyć faworyta na stadionie Polsat Plus Arena.

W Białymstoku jest duża mobilizacja wśród kibiców na mecz w Gdańsku. Jagiellonia świetnie radzi sobie w Lidze Konferencji, a w PKO Ekstraklasie przed przerwą na kadry wygrała z Lechem Poznań i jest wiceliderem tabeli z jednopunktową stratą do prowadzącego Rakowa Częstochowa. Kibice „Jagi” przyjadą na mecz do Gdańska dwoma pociągami i być może wypełnią nawet cały sektor przeznaczony dla gości.

Piłkarze Lechii liczą za to na duże wsparcie ze strony swoich kibiców, bo dziś każde zwycięstwo jest dla drużyny

na wagę złota. Podopieczni trenera Johna Carvera przegrali cztery mecze z rzędu i nie wykorzystali żadnej z dogodnych okazji do tego, aby wyjść ze strefy spadkowej. Dziś strata do miejsca bezpiecznego wynosi dwa punkty. To wciąż jest do odrobienia, ale Białe-Zielone muszą punktować już od meczu z Jagiellonią, żeby rywale nie mieli okazji powiększyć przewagi. W meczu z Jagiellonią zadanie będzie bardzo trudne, ale jest wykonalne, a mistrzowie Polski w tej rundzie potrafili przegrać chociażby w Mielcu ze Stalą.

Warto też przypomnieć jesienny mecz Lechii w Białymstoku, kiedy nie brakowało aż tak dużo do sprawienia niespodzianki. Wprawdzie „Jaga” pierwsza strzeliła gola, ale potem to Lechia dominowała na boisku, prowadziła 2:1 po bramkach strzelonych przez Bohdana Wjunnyka oraz Maksyma Chłania i miała kolejne okazje bramkowe. Proste błędy w defensywie sprawiły, że drużyna Białegostoku zdobyła dwa gole w ciągu czterech minut po trafieniach Jesusa Imaza, a także Mateusza Skrzypczaka z rzutu karnego i wygrała tamto

PIŁKA NOŻNA

W weekend o kolejne punkty powalczą czwartoligowe drużyny z Pomorza.

Program 22 kolejki czwartej ligi: Czarni Pruszcz Gdański - Radunia Stężycza (sobota, godz. 12), Kolejarz Chojnice - Pogoń Lębork (sobota, godz. 15), Wikęd Luzino - Gryf Wejherowo (sobota, godz. 12),

Anioły Garczegorze - Bytovia Bytów (niedziela, godz. 13), Supra Kwidzyn - Wierzyca Pelplin (sobota, godz. 15), Chojniczanka II Chojnice - Bałtyk Gdynia (sobota, godz. 11), Stolem Gniewino - Jagu-

ar Gdańsk (sobota, godz. 14.30), Grom Nowy Staw - KP Starogard Gdański (sobota, godz. 11), Sparta Sycewice - Pomezania Malbork (sobota, godz. 11.30). (stan)

PIŁKA NOŻNA

Chojniczanka zagra kolejny mecz o ligowe punkty.

Chojniczanka Chojnice zagra na wyjeździe z Olimpią Elbląg w meczu drugiej ligi. Początek spotkania w piątek o godz. 19.45. (stan)



FOT. MAGDA CIASNOWSKA

Kibice liczą na reprezentacyjną skuteczność Bohdana Wjunnyka

spotkanie 3:2. Białe-Zielone potrafili jednak nawiązać wyrównaną walkę z „Jagą” i byli blisko zdobycia przynajmniej jednego punktu, więc to daje nadzieję, że ten zespół stać w sobotę na sprawienie niespodzianki.

Piłkarze Lechii potracili ostatnio dużo punktów na własne życzenie, więc już teraz

margines błędu jest niewielki. Nie mogą patrzeć na rywala, ale w każdym kolejnym meczu nastawiać się na walkę o zwycięstwo. Bez regularnego zdobywania punktów bardzo trudno będzie utrzymać się w PKO Ekstraklasie. Drużyna jest po zgrupowaniu w Dubaju i najbliższe mecze pokażą efekty pracy

podczas egzotycznego wyjazdu w przerwie reprezentacyjnej.

Podczas pobytu w Dubaju zespół Lechii rozegrał jeden mecz kontrolny, w którym pokonał drużynę młodzieżową Al-Ain 1:0. Oby wysoką formę z gry w młodzieżowej drużynie narodowej pokazał Bohdan

Wjunnyk. Napastnik Lechii strzelił dwa efektowne gole w przegranym meczu towarzyskim z reprezentacją Polski 2:3. Białe-Zielone potrzebują więcej jakości i skuteczności w grze ofensywnej niż to miało miejsce w poprzednich meczach jeśli chcą wygrywać i zdobywać punkty. Wiosną dobrze spisuje się Tomasz Bobek, ale z pewnością więcej można oczekiwać od Chłania, Antona Carenki, Rifeta Kapicia, Camilo Meny czy właśnie Wjunnyka. Do tego potrzebna jest zdecydowanie lepsza organizacja gry w defensywie, bo doświadczeni rywale wykorzystują proste błędy. Tych Białe-Zielone muszą unikać, aby w sobotę myśleć o zdobyciu trzech punktów w meczu, w którym na pewno faworytami nie będą. Z pewnością sztab i zawodnicy Lechii wykorzystali czas w Dubaju, żeby i nad tym popracować, ale efekty muszą być widoczne od zaraz, bo trzeba odrobić cztery ostatnie porażki.

Mecz Lechii z Jagiellonią rozpocznie się w sobotę o godz. 17.30 na stadionie Polsat Plus Arena. Transmisja w Canal+ Sport 3. ©P

Trener Wojciech Łobodziński wraca do Gdyni, ale z Miedzią Legnica

Rafał Rusiecki
rafal.rusiecki@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Co najmniej 6 tysięcy kibiców zobaczy na żywo w niedzielę mecz Arki Gdynia z Miedzią Legnica. Żółto-niebiescy będą świętować Dzień Jedności Kaszubów.

Dwie drużyny z dużymi sportowymi aspiracjami spotkają się w niedzielę o godz. 14.30 na stadionie miejskim w Gdyni przy ul. Olimpijskiej. Arka Gdynia po 24 kolejkach prowadzi w 1 Lidze z dorobkiem 51 punktów. Miedź Legnica jest trzecia w stawce ze zdobyczą 45 punktów. Przed tym meczem wiele mówi się o Wojciechu Łobodzińskim. Szkoleniowiec sezon 2024/2025 rozpoczynał w Gdyni, ale został zwolniony po słabych występach. Od 10 marca jest za sterami legnickiej Miedzi, gdzie przez lata realizował się jako piłkarz i stawiał

pierwsze kroki w pracy trenera.

Po Łobodzińskim obowiązki przy Olimpijskiej przejął jego asystent Tomasz Grzegorzczak. Od grudnia 2024 roku za wyniki odpowiada już Dawid Szwarga. Obaj szkoleniowcy naprowadzili Arkę na dobre tory, co ma przełożenie na pozycję lidera w 1 Lidze.

Trener Grzegorzczak i Szwarga robią dobrą robotę. Wydaje mi się, że teraz widać większą organizację, jako cały zespół. Jeszcze nie pokazaliśmy wszystkiego, na co nas stać. Wydaje mi się, że te lepsze mecze przed nami - mówi Dawid Gojny, lewy obrońca i jeden z liderów drużyny Arki.

Tę lepszą wersję arkowcy chcą zademonstrować w domowym spotkaniu z Miedzią. Co ciekawe, w 2025 roku przy Olimpijskiej notowali tylko remisy. W Walentynki zaczęli od 0:0 z Polonią Warszawą, a jeszcze w lutym zremisowali 2:2 z Wisłą Kraków.



FOT. JAKUB STEINBORN

Wojciech Łobodziński rozpoczynał obecny sezon jako trener Arki, ale od 10 marca prowadzi już Miedź

- Ciężko znaleźć wspólny mianownik tych spotkań. Pierwszy mecz z Polonią Warszawą powinniśmy wygrać, mimo że nie był idealny. Zneutralizowaliśmy jednak rywala. Docelowo, chcielibyśmy mieć taką twierdzę w domu. Ale takiej mentalności jeszcze nie mamy. Ważne jest to poczucie, że gramy u siebie i nas to napędza. W tym możemy się poprawić. Jeśli drużyna czuje się dobrze w każdej fazie gry, to poczucie, że rządymy w domu, także jest budujące - tłumaczy trener Dawid Szwarga.

Obecna Arka to w jakiejś części efekt pracy Wojciecha Łobodzińskiego. W Gdyni podkreślają jednak, że drużyna się zmienia.

- Jest kadra zawodników, na których trener Łobodziński miał wpływ. Myślę, że on skupia się teraz na Miedzi, a ja na Arce. Chyba 15 zmian trenerów w 1 lidze już było. To szalona liczba. Każdy trener patrzy

w przyszłość. Skupia się na tym, co można zmienić, aby usprawnić grę drużyny - wyjaśnia Szwarga, pytany o podteksty zbliżającego się spotkania.

Większym zmartwieniem sztabu szkoleniowego Arki jest absencja pauzujących za czerwone kartki dwóch zawodników. To ofensywnie usposobiony Japończyk Hide Vitalu oraz solidny, nowy obrońca Francuz Julien Celestine.

- Nie kalkulujemy, bo mamy siedmiu zawodników zagrożonych czwartą kartką żółtą. Jeśli będziesz kalkulował, to los się z ciebie zaśmieje. Teraz ważni są zawodnicy, którzy mniej grali. Ważna jest opieka nad nimi, żeby byli w dobrej dyspozycji i gotowi na nadchodzącą okazję. W piłce trzeba łapać swoje okazje. Jeśli szansa ucieknie, to później można mieć pretensje tylko do siebie - zaznacza trener Dawid Szwarga. ©P