



Powąchaj zanim zdecydujesz, którego pączka kupić - rozmowa z Agnieszka Jabłońska, nauczycielką przyszłych speców od kuchni. STR. 3

BLISKOŚĆ DRUGIEJ OSOBY WPŁYWA NA NASZE ZDROWIE STR. 12

EXPRESS
ilustrowany



**DANCEWICZ
I MAĆKOWIAK**

● Rozstali się z klasą oraz powstrzymywali się przed komentowaniem sprawy. STR. 13

**CZY ŁODZI JEST POTRZEBY AKURAT TEN TRAMWAJ?
ZA 70 MILIONÓW ZŁOTYCH? LINIA ZOSTANIE
POPROWADZONA ALEJĄ GROHMANÓW I WIERZBOWĄ.** STR. 4



**NOWA LINIA
TRAMWAJOWA**

FOT. GRZEGORZ GALASINSKI, POLSKA PRESS, 123RF



EXPRESSOWO**NA DROGACH** Muldy na jezdni czekają na remont ciepłociągu

Kierowcy narzekają na pofałdowaną nawierzchnię skrzyżowania ulic Puszkina i Dąbrowskiego. Pomimo niedawnego remontu Puszkina ten fragment skrzętnie pominięto. Zabrakło pieniędzy czy dobrych chęci?

– Dlaczego porządny asfalt na Puszkina kończy się tuż przed skrzyżowaniem z Dąbrowskiego? – pyta pan Wiesław, jeden z łódzkich taksówkarzy. – Zrobili taki kawał nowej jezdni, a na ostatnie paręnaście metrów zabrakło pieniędzy? No chyba, że to tak ma być, żeby młodzież nie driftowała w tym miejscu i nie kręciła nocami bączków, to wtedy jeszcze miałyby to jakiś sens...

O wyjaśnienie tego fenomenu zwróciliśmy się do planującej remonty łódzkich ulic miejskiej spółki „Łódzkie Inwestycje”. Jej rzecznik, Tomasz Andrzejewski, udzielił nam skondensowanej informacji na temat przyczyn, dla których ten niewielki fragment jezdni pozostał niewyremontowany.

– Ulicę Dąbrowskiego przy Puszkina jak najbardziej mamy w planach remontowych, natomiast musimy uwzględnić potrzeby innych gestorów sieci podziemnych. Przechodzi tędy ciepłociąg, który ma być wkrótce remontowany, dlatego wstrzymujemy nasze prace do czasu przeprowadzenia prac podziemnych. Modernizację jezdni wykonamy dopiero po zakończeniu remontu ciepłociągu.

(JAZ)

HISTORIA Opowieść o kościele z Ryszardem Bonisławskim

Znany Ks. Michał Misiak zaprasza na opowieść o kościele św. Józefa. Prelegentem będzie Ryszard Bonisławski. Spotkanie na temat historii kościoła św. Józefa Oblubieńca NMP przy ul. Ogrodowej 22 organizuje pracujący tam ks. Michał Misiak. O kościele i historii najstarszej łódzkiej parafii opowie znany łódzki przewodnik Ryszard Bonisławski. Będzie to okazja do poznania parafii, której początki sięgają co najmniej 1370 roku. Zwiedzanie odbędzie się w najbliższą sobotę (14 lutego) od godz. 11, w sali stowarzyszenia Gospoda u Ojca. Wstęp jest wolny.

(MT)

WALENTYNKI DJ Wika rozkręci w M1 Silver Potancówkę

Centrum handlowe M1 przy ul. Brzezińskiej 27/29 w Łodzi z organizuje w sobotę (14 lutego) walentynkową Silver Potancówkę, podczas której za konsolą usiadzie legendarna DJ Wika. Zabawa przeznaczona jest dla osób w każdym wieku, a szczególnie do udziału zaproszeni są seniorzy. Impreza rozpocznie się o godz. 12 i potrwa aż do godz. 19.30. W programie m.in. pokazy taneczne, pokazy mody, zabawa na parkiecie z DJ Wiką, a także konkurs na najbardziej stylowo ubranego silvera i silverkę, w którym można będzie wygrać zaproszenia do Term Uniejów. Wstęp na zabawę jest wolny.

(MT)

Rośnie świadczenie dla stulatków

6938,92 zł zł brutto miesięcznie – tyle po marcowej waloryzacji wyniesie świadczenie honorowe dla osób, które ukończyły 100 lat. Wzrosnie ono o 349,25 zł. W Łódzkiem obecnie świadczenie wypłacane jest dla 303 osób. Świadczenie honorowe wypłacane jest dożywotnio.

(PZ)



FOT. 123RF

Zgierzanin zaatakował nożem w obronie psa

Oskarżony zaprzeczył, że zaatakował ostrym narzędziem. Potem zmienił wersję i oznajmił, że nie był u pokrzywdzonego.

Wiesław Pierzchała

Oskarżony chciał zabić lub zranić, ale... nie tego mężczyznę, którego zaatakował nożem. Poszło o psa. Akt oskarżenia trafił właśnie do sądu.

Do dramatycznych wydarzeń doszło 15 maja 2025 roku w zgierskiej kamienicy. Mieszkał w niej Dariusz K. w mieszkaniu należącym do Rafała J. I to zapewne zmyliło oskarżonego 29-lletniego Igora M., który chciał rozprawić się z Rafałem J. Dlatego, że ten notorycznie miał bić swego psa.

Śledczy ustalili, że Igor M. wtargnął do mieszkania Dariusza K. Ten wyjaśnił w śledztwie, że oskarżony krzyczał w klatkę schodową i walił w drzwi, a gdy mu pokrzywdzony uchylił, odepchnął go, wtargnął do środka i spytał, gdzie jest pies.



Igor M. spowodował ciężki uszczerbek na zdrowiu.

FOT. POLICJA

Zdumiony lokator odparł, że nie posiada czworonoga. Wtedy 29-latek miał zagrozić Rafałowi J., że go zabije, po czym wyjął z saszetki przedmiot z ostrzem przypominający nóż i zadał dwa ciosy w okolice klatki piersiowej.

Podczas przesłuchania Igor M. nie przyznał się do usiłowania zabójstwa. Wyjaśnił, że wszedł do mieszkania, bowiem spodziewał się, że będzie w nim Rafał J. Tymczasem zastał Dariusza K.

WĘDKOWALI NA TOPNIEJĄCEJ TAFLI LODU

Liliana Bogusiak-Jóźwiak

Na topniejącym stawie na Zdrowiu wędkarze łowili w przerębłach wykutych na środku zbiornika. Tym razem kilku wędkarzy łowiło na zbiorniku znajdującym się tuż przy alejce wiodącej z Orientarium do placu za-

baw powstałego w miejscu dawnego lunaparku.

– Wchodzenie na zamrznięty staw jest niebezpieczne, bo lód topnieje – mówi Expressowi Ilustrowanemu mł. kpt. Łukasz Górczyński, rzecznik prasowy Komendy Miejskiej Straży Pożarnej w Łodzi.

Jak mówi dalej rzecznik prasowy, bezpiecznie po lodzie możemy poruszać się, gdy ma on 10 cm grubości. Jego grubość zależy od wielu czynników, a my wchodząc na taflę nie mamy możliwości, aby stwierdzić, czy topniejąca pokrywa lodu wytrzyma nasz ciężar.



Niektórzy amatorzy wędkowania proszą się o nieszczęście.

FOT. L. BOGUSIAK-JÓŹWIAK

AUTOPROMOCJA

0010990275

Zamów prenumeratę

Express Ilustrowany ☎ **42 715 80 68**
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.expressilustrowany.pl

EXPRESS
ilustrowany

www.expressilustrowany.pl
e-mail: express@express.lodz.pl

REDAKCJA 90-532 Łódź, ul. ks. I. Skorupki 17/19
Redaktor naczelny Marek Krzciuk
Sekretariat 42 66 59 300
BIURO REKLAMY Polska Press Sp. z o.o. Oddział Biuro Reklamy w Warszawie Filia Łódź, ul. ks. I. Skorupki 17/19, 90-532 Łódź, tel. 6659-400.

Ogłoszenia na telefon
 0-800 47-28-52. Adresy i telefony biur ogłoszeń na stronach ogłoszeniowych

WYDAWCA Polska Press Sp. z o.o.
 Warszawa 02-672, ul. Domaniewska 45

Prezes Zarządu Polska Press Grupy Zenon Nowak
Prezes Makroregionu Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor sprzedaży makroregionu Anna Gąluska
 tel. 502 49 92 57

Marketing Paweł Biernacki
Patronaty: patronaty.lodzkie@polskapress.pl

Projekt graficzny Tomasz Bocheński;
Biuro Prasowe: biuroprasowe@polskapress.pl
 Biuro Konsumenta PPG,
 e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10
DRUK Drukarnia ZPR Media S.A.,
 04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS
GRUPA



Prenumerata z dostawą do domu:
 bok.prenumerata@polskapress.pl, tel. 42 715 80 68
Garmond: prenumerata dla klientów indywidualnych prenumerataprasy@poczta.pl, tel. 12 422 14 85;
 dla firm i instytucji: prenumerataprasy@garmondpress.pl;
Kolporter: prenumerata wyłącznie dla firm i instytucji
 www.prenumerata.kolporter.com.pl, tel. 41 367 88 88;
Poczta Polska: www.prenumerata.poczta-polska.pl, lub w najbliższym urzędzie pocztowym.

©/® – umieszczenie takich dwóch znaków przy artykule, w szczególności przy aktualnym artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie <http://www.expressilustrowany.pl/tresci> i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Mmmh, jakie te pączki pyszne! O rety, jakie te pączki kaloryczne... Uff, na szczęście (niemal) nie zdrożały

Ceny pączków w popularnych cukierniach zaczynają się od około 4 złotych za sztukę, ale za zawijany tradycyjną metodą pączek z wiśnią trzeba zapłacić aż 12 złotych. Droga jest także nowość, czyli pączki z nadzieniem pistacjowym, które wyparły pączki dubajskie.

Matylda Witkowska

Smażenie pączków na tłusty czwartek zaczęło się już wczoraj. To trudny czas dla cukierników, bo pączek to pracochłonny wyrób, a klientów nie można zawieść.

W zakładzie cukierniczym braci Miś przy ul. Milionowej na łódzkim Widzewie przygotowania do tłustego czwartku zaczęły się już o godz. 14 w środę i będą trwały przez niemal dobę bez przerwy - aż do południa w tłusty czwartek.

- W cukierni tłusty czwartek to wielki wyścig z czasem - przyznaje Krzysztof Miś. - Chodzi o to, by zrobić jak najwięcej pączków, by zadowolić naszych klientów, a każdy pączek musi być świeży, dobrze wyrośnięty i z pysznym nadzieniem - wylicza.

Aby to osiągnąć w gorącym okresie więcej pracują nie tylko cukiernicy, ale też kierowcy, a na koniec ekspedientki.

- Cała cukiernia jest postawiona w stan najwyższej gotowości - mówi Krzysztof Miś, który swoim pracownikom dla wsparcia zamawia... kebaby.

Niestety, przygotowanie pączka jest pracochłonne i wymaga czasu.

- Wstawiamy ciasto drożdżowe, czekamy aż wyrośnie, kształtujemy kuleczki, czekamy aż kuleczki wyrosną, przyciskamy, żeby pączek miał swój kształt, potem jeszcze chwilę garujemy, potem smażymy, nadziewamy i obtaczamy - wylicza Krzysztof Miś. - Tu każdy detal się liczy, bo od wyrośnięcia, smażenia i nadzienia zależy będzie smak pączka, a od przyciśnięcia - jego kształt - tłumaczy.

Natomiast w tłusty czwartek obłożenie będą przeżywać cukiernie. Ruch będzie przez cały dzień, ale największe kolejki spodziewane są rano i przed południem - Łodzianie będą kupować pączki w drodze do pracy. Część produkcji zamawiają też zakłady pracy. Tego dnia w cukierniach oprócz pączków i faworków trudno będzie znaleźć inne wyroby - bo oprócz zamówionych wcześniej tortów okolicznościowych mało kto je kupuje.

Po tłustym czwartku w cukierniach będzie chwila na odpoczynek, a potem... ostatki i kolejny, choć już mniejszy wysiłek. - Na ostatki klienci nadal kupują pączki, choć większe jest zainteresowanie faworkami - ocenia Krzysztof Miś.

Ceny pączków w popularnych cukierniach zaczynają się od około 4 zł za sztukę. W tej ce-



FOT. GRZEGORZ GALASINSKI (2)

W zakładzie cukierniczym braci Miś smażenie pączków na tłusty czwartek zaczęło się już w środę po południu.



Za modny ostatnio pączek z nadzieniem pistacjowym zapłacimy 7 złotych.

nie kupimy m.in. słynne pączki z marmoladą wieloowocową z Barbarelli, które zdobywają najwyższe noty m.in. w testach konsumenckich „Expressu Ilustrowanego”. Tę samą cenę pączki miały rok temu.

- Dbamy o klienta mniej załoźnego, żeby też mógł sobie w tłusty czwartek kupić pączka - tłumaczy Tomasz Piłat z cukierni Barbarelli.

Także w cukierni braci Miś najtańszy pączek z powidłami

śliwkowymi tak jak rok temu kosztuje 6 zł. Jak wyjaśnia Krzysztof Miś cena została zachowana, ale za rok może już nieco wzrosnąć.

- W cenie pączka spory koszt to energia, rosną też płace pracowników. Składniki też nie są tanie, samo nadzienie do pączka kosztuje około 50 groszy - wylicza.

Część cukierni nieco podniosła ceny, ale różnice w stosunku do zeszłego roku nie są drastyczne. Na przykład w cukierni Gałęckich pączek z dziką różą zdrożał w ciągu roku z 8 na 9 zł. To jednak pączek premium.

W większości cukierni w Łodzi ceny tradycyjnego pączka z nadzieniem krążą wokół 6 zł. Ale są miejsca, gdzie ceny się-

gają kilkunastu złotych. W cukierni Gałęckich pączek z wiśnią kosztuje aż 12 zł. Ta cukiernia chwali się jednak tradycyjną metodą zawijania pączków - nadzienie trafia do nich jeszcze przed smażeniem, co jest smaczne, ale bardziej pracochłonne.

W tłusty czwartek większość cukierni postawi na tradycyjne smaki, czyli pączki z konfiturą, marmoladą lub nadzieniem owocowym. Ale w zwykłe dni można wybierać spośród kilku a czasem nawet kilkunastu smaków. W tym sezonie popularnym nadzieniem jest pistacja - zastąpiła królujące rok temu pączki dubajskie. Pączki z nadzieniem pistacjowym są nieco droższe niż tradycyjne, na przykład w cukierni Dybałski kosztują 7 zł, w Putce 7,20 zł, a w Gorącej Pączkarni aż 12,50 zł.

Powąchaj i obejrzysz zanim zdecydujesz, którego pączka kupić

Magdalena Jach

Rozmawiamy z Agnieszką Jabłońską, nauczycielką praktycznej nauki zawodu w Zespole Szkół Przemysłu Spożywczego „Spożywczak”.

Dlaczego właściwie w tłusty czwartek jemy pączki?

Jedzenie pączków to bardzo stara tradycja, która miała zapewnić pomyślność, dostatek i szczęście w nadchodzącym roku. Wywodzi się jeszcze z czasów świętowania końca zimy i nadejścia wiosny, kiedy objadano się tłustymi potrawami. Dziś tłusty czwartek to ostatni czwartek karnawału przed Wielkim Postem i symboliczne pożegnanie z kulinarnymi przyjemnościami.

Jaki jest sekret dobrego pączka? Od czego wszystko się zaczyna?



Agnieszka Jabłońska, nauczycielka praktycznej nauki zawodu w Zespole Szkół Przemysłu Spożywczego „Spożywczak” w Łodzi.

FOT. GRZEGORZ GALASINSKI

Od składników. Najważniejsze są świeże jaja, dobrej jakości masło, mąka pszenna i świeże drożdże. To podstawa. No i oczywiście dobre nadzienie.

Jakie nadzienie jest najbardziej tradycyjne?

Najbardziej klasyczne nadzienie to powidła wieloowocowe.

Bardzo tradycyjna jest też konfitura z płatków róży. To smaki, które kojarzą się z pączkami.

Dziś jednak w cukierniach króluje różnorodność. Jak ewoluowały nadzienia do pączków?

Zdecydowanie poszliśmy w stronę kreatywności. Obok tradycyjnych smaków pojawiają się nadzienia pistacjowe, budyniowe, kajmakowe, karmelowe, czekoladowe, toffi, a także nadzienia praktycznie ze wszystkich owoców. Wszystko zależy od gustu - dziś właściwie każde nadzienie może znaleźć swoich zwolenników.

Czy do pączka pasuje wszystko?

Myślę, że tak. To kwestia indywidualnych upodobań. Jedni wybiorą klasykę, inni chętnie sięgną po nowoczesne smaki.

Najważniejsze, żeby nadzienie było dobrej jakości.

Jesteśmy w sklepie albo cukierni. Na co zwrócić uwagę, żeby nie kupić pączka, który rozczaruje?

Przede wszystkim na wygląd. Dobry pączek powinien mieć jasną obwódkę - to znak prawidłowego smażenia. Kolor powinien być jasnokarmelowy, a sam pączek puszysty i lekki.

Czy wypada pączka powąchać?

Oczywiście. I warto to zrobić. Dobry pączek powinien pachnieć przyjemnie, świeżym ciastem drożdżowym, a nie tłuszczem. Zapach bardzo dużo mówi o jakości. Warto delikatnie nacisnąć pączka - jeśli lekko się ugina i wraca do pierwotnego kształtu, nie pęka, to znak, że ciasto jest sprężyste,

puszyste i równomiernie napowietrzone.

Na co jeszcze zwrócić uwagę?

Pączek powinien mieć gładką powierzchnię. Najczęściej jest posypany cukrem pudrem albo obłany lukrem, udekorowany kandyzowaną skórką pomarańczową. To już kwestia estetyki, ale jakość ciasta zawsze jest najważniejsza.

Mówi się, że w tłusty czwartek pączki nie tuczą. Wiemy, że to mit, ale trudno nam sobie odmówić tej przyjemności. Są tacy, którzy na jednym pączku nie poprzestają...

Jeden pączek ważący około 70-80 gramów to 350-400 kilokalorii. Warto mieć tego świadomość, ale też pamiętać, że tłusty czwartek jest raz w roku.



Kamienica z XIX wieku u zbiegu ul. Piotrkowskiej i ul. Jaracza w centrum Łodzi.

Nowe lokale i mieszkania w kamienicy z budką milicjanta

Wiesław Pierzchała

Kamienica przy ul. Piotrkowskiej 34 ma bogatą historię, zaś Łódzianom znana jest głównie z tego, że posiada budkę milicyjną, ostatnią tego typu, jaka przetrwała w centrum Łodzi. I właśnie ta kamienica zostanie gruntownie odnowiona w ramach rewitalizacji kolejnego kwartału miasta w latach 2026-2029.

Narożna, dwupiętrowa kamienica stoi przy skrzyżowaniu ul. Piotrkowskiej i ul. Jaracza. Jej dzieje sięgają połowy XIX wieku, gdy w miejscu tym stał typowy dla tamtego okresu drewniany dom z ogrodem ciągnącym się aż do ul. Wschodniej. Przełom nastąpił około 1860 roku, kiedy ówczesny właściciel posesji, Michał Bernowicz, wybudował piętrową, murowaną kamienicę, którą z czasem podwyższono o jedną kondygnację.

W latach 1863-1869 znajdowała się tam pocztowa placówka zajmująca się przyjmowaniem przesyłek, ich sortowaniem i zyskowaniem

do wysyłki. W następnych latach na terenie posesji z kamienicą i oficynami działała fabryka produkująca wysokiej jakości tkaniny wełniane stosowane do produkcji mundurów, płaszczy i garniturów, magazyn wyrobów bawełnianych, sklep z chustkami z kaszmiru dla pań oraz sklep z gramofonami i instrumentami.

Po II wojnie światowej, w latach pięćdziesiątych, z powodu dużego ruchu na skrzyżowaniu powstała jedna z pierwszych sygnalizacji świetlnych. Stąd pomysł, aby na kamienicy dobudować oszkloną budkę dla milicjanta, który by stamtąd kierował ruchem drogowym zmieniając światła na skrzyżowaniu. Wprawdzie w latach dziewięćdziesiątych budka zniknęła, ale w 2006 roku została zrekonstruowana i jest tam do dzisiaj.

Po gruntownym remoncie na parterze kamienicy pojawią się lokale gastronomiczne oraz pomieszczenia gospodarcze, zaś na wyższych kondygnacjach zostaną oddane do użytku trzydzieści trzy mieszkania komunalne.

Czy Łódzi jest potrzeby akurat ten tramwaj za 70 milionów złotych?

Budowa nowej trasy tramwajowej spowoduje duże utrudnienia w ruchu. Przede wszystkim co najmniej na około rok trzeba będzie wstrzymać ruch tramwajowy na ulicy Kopcińskiego. Zaplanowano przebudowę niemal całego torowiska tramwajowego.



Nowa linia tramwajowa zostanie poprowadzona Aleją Grohmanów i Wierzbową przez tereny MPK do Tramwajowej.

Jacek Zemła

Miasto nie odpuszcza pomysłu budowy tramwaju od Kopcińskiego do dworca Łódź Fabryczna.

Choć taki dojazd istnieje i tramwaje na takiej trasie jeżdżą ulicą Narutowicza, teraz ma powstać nowa trasa przez Aleję Grohmanów. Na pytanie po co - próbował odpowiedzieć wiceprezydent Łodzi Adam Pustelnik. Naszym zdaniem korzyści będą niewielkie, a utrudnienia duże.

Dziesięć tysięcy mieszkańców

- Tramwaj w Nowym Centrum Łodzi jest częścią długofalowych planów miasta na rozwój dzielnicy. Najpierw powstał tu dworzec Łódź Fabryczna, potem dołączyły do niego nowe i przebudowane ulice, w tym podziemna ul. Hasa oraz miejskie inwestycje, bez których dziś nie wyobrażamy sobie kulturalnej mapy Łodzi, jak na przykład biblioteka Tuwima czy EC1 Łódź z Centrum Komiksu, Centrum Nauki i Techniki, kinem NCKF i planetarium - przekonuje wice-

prezydent Łodzi Adam Pustelnik. - Wcześniej Nowe Centrum Łodzi planowano jako dzielnicę biurową, ale pandemia zrewidowała te plany. Za zmianami w stylu życia i systemie pracy poszły zmiany planów dla nowej dzielnicy - zdecydowano, że ma stać się żyjącym centrum miasta, a nie pustostanem po zmroku ośrodkiem biznesowym. - Zmiana strategii przyciągnęła sektor prywatny - kontynuuje wyjaśnienia Adam Pustelnik. Nową zabudowę mieszkaniową widać w Nowym Centrum Łodzi na każdym kroku. Obecnie prowadzonych jest sześć inwestycji, w których powstanie niemal 4 tys. mieszkań, a kolejne osiedle planowane jest na obecnych terenach MPK Łódź przy ul. Tramwajowej. Łącznie już wkrótce w kwartale ulic Kilińskiego, Narutowicza, Kopcińskiego i Tuwima będzie mieszkać ok. 10 tys. osób. To właśnie dla nich powstanie nowa trasa tramwajowa. Inwestycja wystartuje jeszcze wtedy, kiedy w budowie będą ich mieszkania, dzięki czemu nowi mieszkańcy od samego początku będą mogli ko-

rzystać ze sprawnego transportu MPK Łódź.

Duże utrudnienia podczas budowy

Niestety, budowa nowej trasy tramwajowej spowoduje duże utrudnienia w ruchu. Przede wszystkim co najmniej na około rok trzeba będzie wstrzymać ruch tramwajowy na Kopcińskiego. Zaplanowano przebudowę niemal całego torowiska tramwajowego, które zostanie wyprofilowane tak, aby trafiało pod istniejący wiadukt przy Alei Grohmanów, a nie na wiadukt. Część tramwajowa wiaduktu zostanie wyburzona. Podczas tego burzenia trzeba będzie wyłączyć co najmniej po jednym wewnętrznym pasie na obu jezdniach. Aleja Grohmanów ma być zamknięta pod wiaduktem. Tramwaje jadące po Kopcińskiego będą się zatrzymywały na poziomie gruntu, podobnie jak ma to miejsce przy ul. Zbiorczej. Pod wiaduktem nastąpi odgałęzienie nowej linii, która dalej zostanie poprowadzona zarezerwowanym pasem zieleni wzdłuż Alei Grohmanów, następnie skróci w ul. Wierzbową i tu będzie je-

dyny nowy przystanek. Dalej tramwaje pojadą kilkadziesiąt metrów ul. Wierzbową i skręca w prawo na dzisiejsze tereny MPK, które wcześniej zostaną oczyszczone z zabudowań. Ostatecznie torowisko wyjdzie na ul. Tramwajową, gdzie połączy się z istniejącymi tam torami w kierunku Łodzi Fabrycznej. Do utrudnień należy doliczyć także zamknięcie na kilka miesięcy wylotu ul. Wierzbowej na Aleję Grohmanów.

Tramwaje jadące Al. Rodziny Grohmanów zaoszczędzą 5 minut w stosunku do tych jadących ul. Narutowicza. Czy warto więc wydać 70 milionów złotych na budowę tej linii? Naszym zdaniem nie. Urzędnicy są jednak odmiennego zdania i lada chwila rozstrzygną przetarg, na który zgłosiło się 10 firm. Najtańsza opiewa na 70 mln zł. To doskonała cena, bo zakładany budżet na budowę tramwaju to 130 mln zł. Jeśli wszystko dobrze pójdzie, budowa zacznie się w drugiej połowie tego roku.

Chcesz poznać opinię naszego felietonisty na ten temat? Felietonik na str. 16.

Nekrologi i kondolencje zlećisz

osobiście w Biurze Ogłoszeń,
Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19

Zadzwoń

502 499 119, 502 499 127

lub przez internetowe biuro
ibo.polskapress.pl

Nekrologi i kondolencje ukazują się w prasie oraz w serwisie nekrologi.net

Najnowszy ranking maturalny. Tam najlepiej poszła matura w 2025 roku

Publiczne Liceum Ogólnokształcące Politechniki Łódzkiej im. prof. Jana Krysińskiego z Łodzi zajęło pierwsze miejsce w naszym województwie i wysokie dwunaste miejsce w rankingu ogólnopolskim. Tak wysoka nota nie jest zaskoczeniem.

Magdalena Jach

Wkrótce uczniowie klas VIII oraz ich rodzice będą zastanawiać się nad wyborem szkoły ponadpodstawowej. Warto wziąć pod uwagę wyniki matury 2025.

Zanim zacznie się rekrutacja każdy będzie się chciał jak najwięcej o szkołach dowiedzieć. Informacji będziemy szukać na stronach internetowych, bezpośrednio w placówkach podczas dni otwartych oraz analizując różnego rodzaju rankingi. Właśnie dlatego powstał Ranking Perspektywy 2026.

Oto jak wypadły licea ogólnokształcące w Łodzi i województwie łódzkim, biorąc pod uwagę wyniki matury 2025:

● Miejsce 1. - Publiczne LO Politechniki Łódzkiej im. prof. Jana Krysińskiego, Łódź (12. miejsce w rankingu ogólnopolskim);
● Miejsce 2. - I LO im. Mikołaja Kopernika, Łódź (24. miej-

sce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 3. - Publiczne LOUE im. Sprawiedliwych wśród Narodów Świata, Łódź (35. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 4. - Klasyczne LO im. ks. Stanisława Konarskiego, Skierniewice (93. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 5. - XII LO im. Stanisława Wyspiańskiego, Łódź (97. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 6. - XXI LO im. Bolesława Prusa, Łódź (103. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 6. - III LO im. Tadeusza Kościuszki, Łódź (103. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 7. - XXVI LO im. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego, Łódź (116. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 8. - I LO im. Bolesława Chrobrego, Piotrków Trybunalski (164. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 9. - XXXI LO im. Ludwika Zamenhofs, Łódź

(175. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 10. - Pijarskie LO Królowej Pokoju, Łowicz (186. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 11. - XIII LO im. Marii Piotrowiczowej, Łódź (237. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 11. - I LO im. Władysława Broniewskiego, Bełchatów (237. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

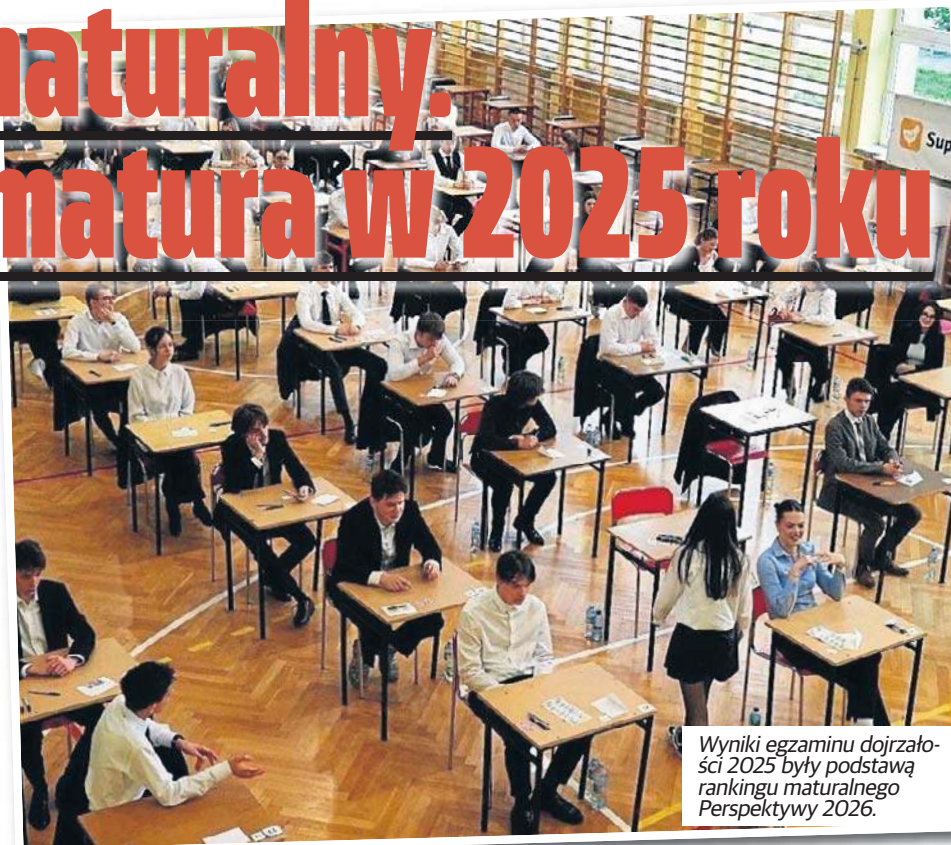
● Miejsce 12. - XXV LO im. Stefana Żeromskiego, Łódź (267. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 12. - VIII LO im. Adama Asnyka, Łódź (267. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 12. - Salezjańskie LO im. Księdza Bosko, Łódź (267. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 13. - LO im. Jana Pawła II, Kleszczów (283. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 13. - IV LO im. Emilii Sczanieckiej, Łódź



Wyniki egzaminu dojrzałości 2025 były podstawą rankingu maturalnego Perspektywy 2026.

(283. miejsce w rankingu ogólnopolskim);

● Miejsce 14. - II LO im. Mikołaja Kopernika, Łowicz (295. miejsce w rankingu ogólnopolskim).

Ranking Maturalny Perspektywy 2026 obejmuje licea ogólnokształcące, w których w maju 2025 roku maturę zdawało co najmniej 12 uczniów, a ich wyniki z języka polskiego i matematyki przekroczyły 75 proc. średniej krajowej. W szkołach dwujęzycznych dodatkowo brane są pod uwagę wyniki z języka obcego na poziomie dwujęzycznym.

W rankingu uwzględnia się wyłącznie maturzystów przystępujących do egzaminu po raz pierwszy oraz korzystających z arkuszy standardowych i niestandardowych. Wyniki z matury międzynarodowej nie są brane pod uwagę.

Ocena szkoły opiera się na dwóch kryteriach:

● Przedmioty obowiązkowe (30%) - obejmują język polski, matematykę i języki obce. Wyniki każdej szkoły porównywane są ze średnią krajową i korygowane współczynnikiem przystępności do egzaminu.

● Przedmioty dodatkowe (45%) - uwzględniają najczę-

ściej wybierane egzaminy dodatkowe. Wyniki odnoszone są do średnich krajowych i ważone liczbą uczniów zdających dany przedmiot.

Tak opracowany ranking pozwala rzetelnie porównać efektywność nauczania w liceach, uwzględniając zarówno wyniki obowiązkowych egzaminów, jak i osiągnięcia w przedmiotach dodatkowych.

Dla ósmoklasistów to informacja, że absolwenci wyróżnionych liceów są bardzo dobrze przygotowani do matury i zdają ją z wysokimi wynikami - a to właśnie one stanowią przepustkę na studia.

Protest przeciwko budowie pawilonu Dżungla 360 w Ogrodzie Botanicznym

Magdalena Rubaszewska

Przedstawiciele Komitetu Społecznego Zielone Serce Botanika złożyli w Urzędzie miasta petycję podpisaną przez 5 tysięcy 200 Łódzian. Mieszkańcy sprzeciwiają się w niej budowie szklanego pawilonu Dżungla 360 w łódzkim Ogrodzie Botanicznym w Łodzi.

- Nie chcemy i Łódzianie nie chcą takiej ingerencji w Ogród Botaniczny. Jesteśmy za jego modernizacją, bo od lat „botanik” jest niedofinansowany. Natomiast w naszej opinii kredytowana inwestycja Dżungla 360 i przekazanie apertem terenu ogrodu spółce Holding Łódź jest absurdalnym pomysłem - mówił Adam Sęczkowski, inicjator petycji oraz członek Komitetu Społecznego Zielone Serce Botanika, przed złożeniem petycji w urzędzie.

Anna Ginalska z komitetu zaapelowała o wsparcie do posłów z regionu łódzkiego.



Spółecznicy złożyli petycję w urzędzie miasta.

- Ja chciałabym w imieniu wszystkich, którzy podpisali się pod petycją, a także tych, którzy na pewno to zrobią, za-

apelować do łódzkich posłów i senatorów. My na was głosowaliśmy, wybieraliśmy was nie po to, żebyście wygodnie i cie-

pło siedzieli w sejmie. Ruszcie się i wesprzyjcie nas, bo Łódź tego potrzebuje. Mamy dość zawłaszczania gruntów miej-

skich przez spółkę Holding. Nie zgadzamy się na zaciąganie wielomilionowych kredytów, które potem my będziemy spłacać. Dość przelewania pieniędzy na wyimaginowane pomysły - mówi społeczniczka.

Spółecznicy z Zielonego Serca Botanika wcześniej wysłali do prezydent Łodzi Hanny Zdanowskiej pismo z prośbą o spotkanie.

- Jesteśmy zaskoczeni tym, że jednak pani prezydent nie spotkała się z nami - mówi Małgorzata Czubak z komitetu społecznego. - Apeluję więc do radnych: proszę państwa, nie naciskajcie przycisku, który pozwoli na oddanie cennych terenów zielonych spółce Holding. Stracimy w ten sposób jako mieszkańcy, jako Łódzianie kontrolę nad tymi terenami. I nie tylko, bo Holding Łódź ma ogromny apetyt, następne są Błonia, Arturówek. Te tereny muszą zostać pod nadzorem miasta. Ponieważ my, miesz-

kańcy musimy mieć prawo do tego, aby kontrolować, co tam się dzieje.

- Mam nadzieję, że prezydent Hanna Zdanowska i radni, którzy forsują ten projekt, opamiętają się i tak jak pani prezydent mówi i podkreśla, posłucha mieszkańców. Petycja jest, podpisy będą zbierane w dalszym ciągu - dodał Adam Sęczkowski.

Małgorzata Czubak mówiła też, że łódzki „botanik” to największy ogród w Polsce, niedofinansowany przez wiele lat. Teraz miasto nagle się obudziło i będzie realizować wielkie inwestycje. Ale możemy stracić ten ogród, ponieważ art. 65 ustawy o ochronie przyrody mówi, że nie wolno dzielić takiego miejsca, stawiać budowli, które są niezgodne z celami statutowymi. A Dżungla 360 nie jest zgodna - to taki rozrywkowy pawilon, który pasuje do holdingu rozrywkowego, a na pewno nie pasuje do ogrodu.

ROSJA TWORZY JEDNOSTKI DRONÓW W CAŁYCH SIŁACH ZBROJNYCH

Grzegorz Kuczyński

Władze rosyjskie rozpoczęły tworzenie jednostek dronów we wszystkich rodzajach i na wszystkich szczeblach sił zbrojnych - twierdzi estońska służba wywiadu zagranicznego.

Rosja tworzy jednostki bezzałogowe i przypisuje im zadania bojowe i wsparcia bojowego, zgodnie z zasadą „armii masowej”. Utworzenie specjalnych jednostek bezzałogowych wynika prawie na pewno z doświadczeń zdobytych podczas wojny na Ukrainie - pisze estoński wywiad.

Oczekuje się, że trwająca reforma wojskowa w Rosji doprowadzi do powstania około 190 batalionów systemów bezzałogowych, z których większość będzie składać się z jednostek UAV działających w ramach sił lądowych, sił powietrznych i piechoty morskiej - uważają analitycy estońskiej Służby Wywiadu Zagranicznego.

Agencja podkreśla, że w przypadku konfliktu z Rosją zaata-

kowane państwo musi być przygotowane do walki z przeciwnikiem wykorzystującym dużą liczbę systemów bezzałogowych na poziomie strategicznym, operacyjnym i taktycznym na lądzie, w powietrzu i na morzu, jednocześnie na całym terytorium.

Okazuje się, że również rosyjska marynarka wojenna tworzy jednostki bezzałogowych statków powierzchniowych (USV) przeznaczonych do ataków.

Z kolei w ramach sił powietrznych i kosmicznych brygada bezzałogowych statków powietrznych GROM Kaskad jest jedyną tego rodzaju jednostką w Rosji pod względem roli i statusu.

We Flocie Bałtyckiej utworzono pułk bezzałogowych okrętów uderzeniowych oraz pułk bezzałogowych statków powietrznych pod bezpośrednim dowództwem Leningradzkiego Okręgu Wojskowego.

Jednostki te są obecnie kompletowane, uzbrajane i wyposażane - zauważa estoński wywiad.



Rząd przyjął projekt ustawy wdrażającej Program SAFE

Karolina Wrońska

Władysław Kosiniak-Kamysz przekazał w środę, że rząd przyjął projekt ustawy wdrażającej Program SAFE. Teraz czas na sprawne prace w Sejmie i podpis prezydenta.

O przyjęciu przez rząd projektu ustawy wdrażającej Program SAFE poinformował na platformie X szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz: „Rząd przyjął ustawę wdrażającą SAFE. Wbrew wszystkim, którzy źle życzyli Polsce, udało się ten projekt doprowadzić do tego etapu. Pierwsze środki mogą popłynąć już w marcu” - napisał szef MON.

Na środowej konferencji dotyczącej wdrożenia programu SAFE, szef MON zwrócił uwagę, że ten, jak podkreślił, pierwszy w historii Unii Europejskiej fundusz obronny, jest pomysłem Polski. - Polska, idąc do prezydencji, sprawując ją w pierwszej połowie (ubiegłego) roku, powiedziała wyraźnie: obronność, bezpieczeństwo na pierwszym miejscu - powiedział.

Premier Donald Tusk ocenił przed środowym posiedzeniem rządu, że program SAFE stał się przedmiotem „niepotrzebnej i szkodliwej konfrontacji politycznej” między rządem a opozycją i prezydentem Karolem Na-



wroczkim. - Ja nie mam żadnych wątpliwości, to zresztą widać wyraźnie z komunikatów, które płyną i z ław opozycji, i z Pałacu Prezydenckiego, że nasi oponenty chcieliby ten projekt wyrzucić - ocenił Tusk.

W jego ocenie takie działanie to „nie jest tylko głupota albo tylko zła wola, tylko wewnętrzna walka polityczna”. - To jest próba destabilizacji całej Europy, to jest próba ograniczenia roli Polski w Unii Europejskiej. Gdzieś tam w tle,

na końcu (jest - PAP) realne ryzyko, i tutaj mówię o faktach, nie o moich domysłach, wyprowadzenia Polski z Unii Europejskiej - stwierdził premier.

Jego zdaniem to, że Polska jest największym beneficjentem programu SAFE, to „istotny i kluczowy” element strategii państwa, a komentarze „tych, którzy bezwstydnie od wielu miesięcy, a właściwie lat, lobują głównie za interesami przemysłu zbrojeniowego w innych pań-

stwach” są według niego „absolutnie niedopuszczalne”.

Program unijnych pożyczek na obronność w ramach programu SAFE był również jednym z tematów, zwołanej przez prezydenta Karola Nawrockiego Rady Bezpieczeństwa Narodowego.

Tusk podkreślił, że pożyczki z SAFE są dla Polski tańsze, niż jakiegokolwiek inne dostępne formy pożyczki. - Gwarantuje to szybkie i masowe wydatki na polską obronność - mówił premier, podkreślając, że 8 proc. tych pieniędzy trafi do polskich producentów.

- Chcemy mieć pełną kontrolę nad tym, co kupujemy, co będziemy chcieli w danym momencie wykorzystać - i do tego będą także służyły pieniądze z programu SAFE. Nikt nas z tej drogi nie zawróci - powiedział Tusk.

Instrument SAFE to program, który ma na celu wzmocnienie obronności państw członkowskich UE; przewiduje łącznie 150 mld euro wsparcia - m.in. w postaci nisko oprocentowanych pożyczek - przede wszystkim na zakupy sprzętu wojskowego, zwłaszcza produkowanego w Europie. Polska złożyła wniosek o dofinansowanie na kwotę 43,7 mld euro, będąc tym samym największym beneficjentem tego programu pożyczkowego.

Przerażająca strzelanina w szkole średniej w Tumbler Ridge. Kanada w szoku

Anna Nagel, PAP

Dziesięć osób nie żyje w wyniku strzelaniny, do której doszło we wtorek w szkole w Tumbler Ridge w północno-wschodniej części prowincji Kolumbia Brytyjska.

Kanadyjska Królewska Policja Konna poinformowała, że otrzymała zgłoszenie o strzelaninie w szkole średniej w Tumbler Ridge. O niebezpieczeństwie poinformowano okolicznych mieszkańców i policja wkroczyła na teren szkoły.

Policjanci natrafili na terenie szkoły na kilkudziesięciu rannych i siedem zwłok, wśród nich było ciało sprawcy strzelaniny. Ósma osoba zmarła podczas transportu do szpitala. Dwie kolejne osoby znale-

ziono w domu, który policja uważa za powiązany z atakiem. Śledczy zidentyfikowali podejrzaną o masakrę, ale nie ujawnili jej nazwiska.

Premier Kanady Mark Carney oświadczył, że jest zdruzgotany strzelaniną w Tumbler Ridge.

„Łączę się z Kanadyjczykami w żalobie z tymi, których życie zmieniło się nieodwracalnie, i wyrażam wdzięczność za odwagę ratowników, którzy ryzykowali życie” - napisał.

Premier Kolumbii Brytyjskiej David Eby nazwał wydarzenie „niewyobrażalną tragedią”. „Wiem, że to sprawia, że wszyscy powinniśmy mocniej przytulić nasze dzieci” - mówił. „Proszę mieszkańców, aby zapiekowali się mieszkańcami Tumbler Ridge”.

Zełenski może dużo wygrać na presji Trumpa

Grzegorz Kuczyński

Prezydent Ukrainy zamierza 24 lutego, w czwartą rocznicę pełnoskalowej inwazji Rosji, ogłosić plan wyborów prezydenckich i referendum w sprawie porozumienia pokojowego - podał w środę „Financial Times”.

Kijów podjął tę decyzję pod presją administracji prezydenta USA Donalda Trumpa, która zażądała przeprowadzenia obu głosowań do 15 maja i zakończenia rozmów pokojowych z Rosją do lata.

Ze swojej strony Zełenski i jego zespół dali do zrozumienia stronie amerykańskiej, że są gotowi przeprowadzić wybory i referendum w „niezwykle krótkim terminie”, pomimo trudności związanych z wojną. W ten sposób Kijów zamierza przekonać Trumpa, że to nie Ukraina opóźnia zawarcie porozumienia pokojowego, wyjaśniają źródła ga-



zety. Jednocześnie, jak zauważył jeden z zachodnich urzędników, „Ukraińcy są głęboko przekonani, że wszystko to musi być związane z reelekcją Zełenskiego”.

Ukraiński prezydent powiedział wcześniej, że Stany Zjednoczone zaproponowały Kijowowi

zakończenie wojny do czerwca, ponieważ po tym czasie Biały Dom skupi się na wyborach uzupełniających w USA, które mają się odbyć pod koniec jesieni. - Chcą jasnego harmonogramu - podkreślił Zełenski.

Ostatnie wybory prezydenckie w Ukrainie odbyły się w 2019

roku. Nowe głosowanie powinno się odbyć w marcu 2024 roku, ale z powodu obowiązującego w kraju stanu wojennego zostało przełożone na czas nieokreślony. Co trzy miesiące Zełenski przedłuża stan wojenny. Obecnie obowiązuje on do 4 maja.

Zełenski oświadczył również, że nie można oddać Rosji nieokupowanej części Donbasu, czego domaga się Władimir Putin w celu zakończenia wojny. Zaproponował poddanie porozumienia pokojowego w tej sprawie pod referendum, aby zapewnić mu poparcie społeczne.

Ukraiński przywódca zaznaczył, że bez referendum ani on jako prezydent, ani parlament nie mogą podjąć decyzji w sprawie terytoriów, ponieważ jest to bezpośrednio zabronione przez ustawodawstwo kraju. Dodał jednak, że 87 proc. Ukraińców popiera jak najszybsze zawarcie pokoju, ale 85 proc. jest „przeciwko opuszczeniu wschodu”.

Dyplomatyczna zawierucha: Ambasador kontra marszałek

Wymiana zdań między Thomasem Rose, ambasadorem USA w Polsce a marszałkiem Sejmu, Włodzimierzem Czarzastym zapoczątkowała dyplomatyczną awanturę komentowaną nawet przez polityków w USA.

Dorota Kowalska

Bohaterem ostatnich dni jest bez wątpienia Włodzimierz Czarzasty. Najpierw musiał stawić czoła prawniczym mediom i politykom opozycji, którzy pytają o jego przeszłość i powiązania z Rosją, potem naraził się ambasadorowi USA. I chyba ta druga historia przykryła pierwszą, w każdym razie na chwilę.

W czwartek Thomas Rose, ambasador USA w Polsce zamieścił na X mocne oświadczenie.

„Ze skutkiem natychmiastowym nie będziemy już utrzymywać kontaktów ani komunikować się z marszałkiem Sejmu Czarzastym, którego oburzające i nieuzasadnione obelgi pod adresem prezydenta Donalda Trumpa poważnie zaszkodziły naszym doskonałym relacjom z premierem Tuskiem i jego rządem” - napisał Rose. „Nie pozwolimy nikomu szkodzić stosunkom amerykańsko-polskim ani okazywać braku szacunku prezydentowi Donaldowi Trumpowi, który tak wiele uczynił dla Polski i Polaków” - dodał ambasador USA.

Wcześniej Czarzasty poinformował, że nie poprze wniosku o przyznanie pokojowego Nobla Donaldowi Trumpowi, uznając, że amerykański przywódca na to wyróżnienie nie zasługuje. Z inicjatywą przyznania pokojowego Nobla Trumpowi wystąpili przewodniczący Izby Reprezentantów Kongresu Stanów Zjednoczonych Mike Johnson oraz przewodniczący Knesetu państwa Izrael Amir Ochanana, a do Sejmu wpłynęła korespondencja w tej sprawie.

Czarzasty tłumacząc na konferencji prasowej swoją decyzję mówił o zmieniającym się porządku międzynarodowym.

Zdaniem marszałka Sejmu „świat stanął na progu epokowej zmiany”.

- Ład oparty na prawie międzynarodowym odchodzi niestety powoli w przeszłość. Zaczyna w polityce międzynarodowej dominować siła - mówił Czarzasty. - Budowanie przez Stany Zjednoczone nowych platform, takich jak Rada Pokoju, jest moim zdaniem złudne. Wzmacniać trzeba Unię Europejską, ONZ, WHO i siebie. Prezydent Trump moim zdaniem destabilizuje sytuację w tych organizacjach, reprezentując politykę siły i przy użyciu siły prowadzi politykę transakcyjną - dodał.

Oceniał, że to „łamanie polityki zasad, wartości, często łamanie prawa międzynarodowego”. Czarzasty wspominał też między innymi o „innym interpretowaniu historii” przez Trumpa w sprawie udziału polskich żołnierzy w misjach czy „instrumentalnym traktowaniu” innych terytoriów, takich jak Grenlandia.

- To wszystko powoduje, że nie poprze wniosku o Nobla dla prezydenta Trumpa, bo na niego nie zasługuje - zadeklarował marszałek Sejmu.

Jego przeciwnicy podnoszą, że to były zbyt mocne słowa, w każdym razie - mało dyplomatyczne w odróżnieniu od oficjalnego pisma, jakie w tej sprawie wysłało stronie amerykańskiej, ale reakcja ambasadora Stanów Zjednoczonych Thomasa Rose'a i tak zaskakuje.

Premier Tusk stanął w obronie Czarzastego, zwracając się do Rose'a napisał na X, że „sojusznicy powinni się szanować, a nie pouczać”.

„Przynajmniej tak w Polsce rozumiemy partnerstwo” - dodał szef polskiego rządu.

Wieczorem ambasador USA zwrócił się do premiera Tuska na X.

„Szanowny panie premierze, zakładam, że pańska przemyślana i dobrze sformułowana wiadomość została do mnie wysłana przez pomyłkę, bo z pewnością miała być skierowana do marszałka Sejmu Włodzimierza Czarzastego, którego nikczemne, lekceważące i obraźliwe komentarze na temat prezydenta Trumpa mogły potencjalnie zaszkodzić pańskiemu rządowi” - napisał Rose. Dodał, że żywi jedynie najwyższy szacunek i podziw dla „odważnego przywództwa” i wkładu Donalda Tuska „w umacnianie relacji między USA a Polską przez dziesięciolecie”. „Był pan prawdziwie wzorowym sojusznikiem i wielkim przyjacielem Stanów Zjednoczonych. I wiem, że zgadza się pan, że obrażanie i poniżanie Donalda Trumpa, prezydenta Stanów Zjednoczonych - największego przyjaciela, jakiego Polska kiedykolwiek miała w Białym Domu - to ostatnia rzecz, jaką powinien zrobić jakkolwiek polski przywódca” - napisał.

Ambasador USA dodał, że jest pewny, iż premier wie, że on zawsze będzie bronił swojego prezydenta „bez wahania, wyjątku czy przeprosin”.

Wymiana zdań między politykami wywołała w sieci poruszenie.

„Boże, chroń nas przed takimi przyjaciółmi. Z wrogami poradźmy sobie sami. Polska nigdy nie „trzymała się z boku” i nigdy nie zaakceptuje amerykańskiego dyktatu. Naród polski szanuje swoją suwerenność. Wracaj do domu” - napisał do ambasadora na X student Kacper Kamiński, nawiązując do wypowiedzi Donalda Trum-

pa, kiedy stwierdził, że sojusznicy USA w Afganistanie „pozostali nieco w tyle, trochę z dala od linii frontu”.

Kamiński szybko doczekał się odpowiedzi.

„Czy powinniśmy zabrać ze sobą wszystkich żołnierzy i cały sprzęt?” - zapytał Thomas Rose. Dość nietypowa sytuacja, bo dyplomaci rzadko wchodzą w spory z anonimowymi użytkownikami mediów społecznościowych. Zresztą, ten wpis został już usunięty, ale widzieli go i dziennikarze i publicyści i politycy.

„Ambasador USA w Polsce niedbale sugerując groźbę wycofania amerykańskich wojsk i sprzętu wojskowego z kraju w kłótni na Twitterze ze studentem uniwersytetu. Szczyt 2026” - skomentował dziennikarz Jakub Krupa.

Głos zabrał także Jakub Bozdion z „Kultury Liberalnej”.

„Nikt w jeden wieczór tak skutecznie nie zrujnował wizerunku Ameryki w najbardziej proamerykańskim kraju na świecie, niż jej własny ambasador. W pakiecie: meltdown na twitterku z prywatnego konta w odpowiedzi na wpis polskiego studenta. Jest to jednak pewne osiągnięcie, mentor musi być dumny” - ocenił.

Słowa ambasadora Rose'a odbiły się także szerokim echem za oceanem.

„Czas na nowego ambasadora” - napisał na platformie X republikański kongresmen Don Bacon, emerytowany generał i weteran wojen w Iraku i Afganistanie, częsty krytyk polityki zagranicznej administracji Donalda Trumpa.

„Mówiąc jako były ambasador USA, polski rząd powinien uznać naszego tak zwanego ambasadora za persona non grata

i wykopać jego żałosny zadek z kraju” - to Luis Moreno, wieloletni zawodowy dyplomata i ambasador USA na Jamajce.

Steven Pifer, były ambasador USA w Kijowie, ocenił natomiast, że gdyby amerykańscy dyplomaci przestali by spotykać się z osobami, które nie nominują Donalda Trumpa od Pokojowej Nagrody Nobla, „mieliby dużo wolnego czasu”.

- Amerykańscy dyplomaci czasami wpadają w kłopoty z urzędnikami państw gospodarzy kiedy formułują politykę USA krytyczną wobec jakichś działań tego kraju. Ale to jest zupełnie niepotrzebna sprzeczka, do której nie musiało dojść - dodał w rozmowie z Polską Agencją Prasową.

„Zerwanie stosunków dyplomatycznych z sojusznikiem z powodu małostkowej i niezasłużonej kampanii Trumpa w sprawie Pokojowej Nagrody Nobla... w zasadzie tylko potwierdza tezę o jego „transakcyjności” i „nastawieniu na siłę” - napisali demokraci z Komisji Spraw Zagranicznych Izby Reprezentantów USA.

Wściekłość ambasadora Rose'a nie przestraszyła Czarzastego. W każdym razie poinformował, że swojej decyzji nie zmieni.

„Zgodnie ze swoimi wartościami stanąłem w obronie polskich żołnierzy walczących na misjach i nie poparłem kandydatury prezydenta Donalda Trumpa do pokojowej nagrody Nobla” - napisał marszałek Sejmu. „Niezmienne szanuję USA jako kluczowego partnera Polski. Dlatego z ubolewaniem przyjmuję deklarację ambasadora Toma Rose'a, ale nie zmienię stanowiska w tych fundamentalnych dla Polek i Polaków sprawach” - dodał.

Podczas spotkania z polskimi mediami w Polskim Muzeum w Ameryce w Chicago, wicepremier i szef polskiej dyplomacji Radosław Sikorski nie krył zaniepokojenia ostatnimi wypowiedziami ambasadora Rose'a.

- Nie zamierzam się odnosić do tego, będąc w Stanach Zjednoczonych. Rozważę to po powrocie do kraju. Natomiast będę chciał wiedzieć, na ile to było stanowisko władz amerykańskich, a na ile osobiste pana ambasadora i czy tu była jakaś koordynacja z opozycją - mówił Sikorski.

Szef polskiej dyplomacji odmówił jednak sprecyzowania, co miał na myśli, mówiąc o możliwej koordynacji z opozycją. Pewnie chodzi o to, że według niektórych, to politycy PiS, także ci z otoczenia prezydenta Nawrockiego podburzyli Thomasa Rose'a i donieśli o konferencji Czarzastego, na której ten powiedział, co powiedział.

Sikorski pytany o to, czy starania administracji Trumpa, by wpływać na politykę wewnętrzną w Polsce i innych krajach, zagrożają politycznemu sojuszu z Ameryką, odparł: - Rzeczywiście w przeszłości tak bywało, że wśród sojuszników nie ingerowaliśmy w procesy rywalizacji partyjnej w swoich krajach nawzajem i mnie się to bardziej podobało.

Wicepremier nie odpowiedział jednoznacznie dopytywany o to, czy decyzja marszałka Sejmu o odmowie poparcia wniosku o nagrodę Nobla dla Donalda Trumpa była konsultowana z rządem. Oznajmił jedynie, że „jest zawsze do dyspozycji najwyższych władz państwowych, a więc i prezydenta, i drugiej osoby w państwie, jaką jest marszałek”.



Czarzasty zapowiedział, że nie poprze wniosku o przyznanie pokojowego Nobla Donaldowi Trumpowi.

FOT. ADAM JANIKOWSKI

Medycyna - łatwo wpaść w pułapkę ciągłych porównań

- Nie da się być dobrym lekarzem bez pewnego „pierwiastka naukowca”, choćby po to, by sprawnie poruszać się w wytycznych i badaniach naukowych - mówi Agnieszka Kaczmarzka-Such, lekarz, rezydentka dermatologii w Klinice Dermatologii w Rzeszowie.



Agnieszka Kaczmarzka-Such:
- Skończyły się czasy, kiedy wystarczyło raz przeczytać podręcznik i przez kolejne dziesięć lat leczyć według tej samej wiedzy.

FOT. BARBARA GALAS

Marlena Bogdan-Marut

2025 rok był dla ciebie wyjątkowo udany. Zdobyłaś grant marki La Roche-Posay, jedyny przyznany w Europie. Na świecie rozdano zaledwie sześć takich grantów, a komisja oceniła aż 218 projektów. Do tego trafiłaś do rankingu „Forbesa” - 50 kobiet 2025 roku w kategorii Nauka. Jak na 28 lat to imponujące. Czujesz, że to sukces? A może pojawia się też myśl: po co mi to było?

To było ogromne zaskoczenie. W lutym ubiegłego roku byłam w Berlinie na trzymiesięcznym stażu w Instytucie Alergologii w Charité. To potężny szpital z historią sięgającą XVIII wieku, powstały jeszcze w czasie epidemii dżumy. Dla lekarzy Charité jest trochę jak Sorbona dla studentów - miejsce z ogromnym prestiżem. Pamiętam, że wtedy jednocześnie czułam wielkie

możliwości i spore przytłoczenie. Myślałam: „Wszystko jest w zasięgu ręki, ale czy mój pomysł naprawdę jest wystarczająco dobry?”.

W Charité pracuje wielu wybitnych naukowców, w tym nobliści. Tam zrozumiałam, że współczesna nauka to przede wszystkim praca zespołowa - duże projekty powstają w grupach, a nie w pojedynkę. Po powrocie do Polski dowiedziałam się o grantie La Roche-Posay. Zgłosiłam projekt zatytułowany „No pain is a gain”. Badam świąd i ból - bardzo subiektywne odczucia, które zna każdy z nas - i sprawdzam, jak są ze sobą powiązane. Udało się zdobyć grant, a chwilę później pojawiła się nominacja do „Forbesa”. To było kolejne, zupełnie nieoczekiwane wyróżnienie. Czy czuję presję? Trochę tak. Te sukcesy wprawiły wszystko w ruch. Widzę, że temat, którym się zajmuję, budzi coraz większe zainteresowanie, więc chcę to dobrze wykorzystać. Ale prawdziwe

rozliczenie przyjdzie pewnie dopiero za 10-15 lat, kiedy okaże się, czy faktycznie dowiodłam konkretne rezultaty.

Tytuł twojego projektu to gra słów. Mówi się „no pain, no gain” - bez bólu nie ma efektów - a u ciebie wychodzi raczej „brak bólu jest zyskiem”. Czego dotyczy grant? Co właściwie badasz?

W dermatologii jednym z podstawowych objawów, z którymi zgłaszają się pacjenci, jest świąd. W praktyce często sprowadza się to do prostego komunikatu: swędzi albo nie swędzi. Jeszcze do niedawna - i w pewnym zakresie nadal - niektóre choroby różnicowano właśnie na tej podstawie. Problem w tym, że świąd jest doznaniem niezwykle uciążliwym i bardzo subiektywnym. Każdy zna to z codziennego doświadczenia. Po ukąszeniu komara drapie się tak długo, aż pojawia się

ból. Paradoksalnie to właśnie ból bywa łatwiejszy do zniesienia i opisania niż świąd. Z bólem potrafimy sobie radzić, natomiast świąd prowokuje do nieustannego drapania. Zwykle po kilkunastu godzinach zapominamy o ukąszeniu, chyba że rozdrapiemy skórę do krwi i zostanie po nim ból. Są jednak pacjenci, którzy zmagają się ze świądem przewlekłym, trwającym bez przerwy. Oni nie mogą drapać się bez końca. Dlatego tak ważne staje się zrozumienie, co tak naprawdę odczuwają: czy to świąd, ból, czy może inne, trudne do jednoznacznego nazwania doznanie. Ponieważ mówimy o doświadczeniach skrajnie subiektywnych, próbujemy je uporządkować, opisać i ustrukturyzować, a czasem także znaleźć ich mniej oczywiste przyczyny. Właśnie to pytanie badawcze najbardziej mnie zainteresowało.

Ale co dokładnie chcesz badać w kontekście pacjen-

tów? Chodzi o skalowanie świądu?

Tak.

A jak w praktyce będzie można wykorzystać wyniki tych badań?

Przede wszystkim chciałabym, żeby ten grant zwrócił uwagę na sam problem świądu. Przez długi czas traktowano go wyłącznie jako objaw towarzyszący innym chorobom, trochę tak, jak kiedyś postrzegano ból. Dziś wiemy, że to zjawisko znacznie bardziej złożone. Coraz częściej mówimy o świądzie nie tylko jako o symptomie, ale jako o odrębnym problemie zdrowotnym, który sam w sobie może być źródłem cierpienia, podobnie jak w przypadku atopowego zapalenia skóry czy łuszczycy. To oznacza, że wymaga szerszego, bardziej całościowego spojrzenia oraz odpowiedniego podejścia diagnostycznego i terapeutycznego. Właśnie ta-

kie kompleksowe myślenie o świądzie - nie jako dodatku do choroby, lecz jako osobnym wyzwaniu medycznym - najbardziej mnie interesuje.

Jesteś doktorantką Uniwersytetu Rzeszowskiego - tu pracujesz i prowadzisz zajęcia dydaktyczne - a jednocześnie pracujesz w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym. Masz więc kontakt zarówno ze studentami, jak i z pacjentami. Wspomniałaś też wcześniej, że dziś lekarz nie odnosi sukcesu w pojedynkę. To już nie są czasy samotnych geniuszy odkrywających leki w odosobnieniu - współczesna medycyna to praca zespołowa, gra całej drużyny.

Tak, i to było dla mnie jedno z większych zaskoczeń po studiach. Często powtarza się, że lekarz wykonuje wolny zawód. I rzeczywiście tak jest: mamy

prawo wykonywania zawodu, samodzielnie podejmujemy decyzje, wystawiamy recepty. Ale jednocześnie coraz wyraźniej widać, że na co dzień funkcjonujemy w dużych zespołach.

Nawet na jednym oddziale pracuje wiele osób o różnych kompetencjach: specjaliści, rezydenci, pielęgniarki. Tych ogniw jest naprawdę dużo, także w dermatologii, która w porównaniu z chirurgią nie wymaga aż tak rozbudowanej współpracy interdyscyplinarnej. W oddziałach zabiegowych dochodzi przecież całe zaplecze bloku operacyjnego i zaangażowanie lekarzy wielu specjalizacji. Dlatego umiejętność pracy zespołowej jest dziś absolutnie kluczowa i trzeba się jej po prostu nauczyć. Dotyczy to również nauki, badania także powstają w zespołach. Casy samotnych odkrywców, którzy dokonują przełomu w pojedynkę, właściwie już minęły.

To ciekawe, bo dziś trudno byłoby tak z marszu wymienić nazwisko powszechnie znanego lekarza. Współczesne sukcesy medycyny nie mają jednej twarzy, to raczej efekt pracy zespołu. No i jest jeszcze pacjent, bez którego ten sukces w ogóle nie byłby możliwy.

Zdecydowanie. Pacjent jest kluczowym elementem całego procesu. Informacja zwrotna, którą od niego dostajemy - poprawa stanu zdrowia, ulga w objawach - dają ogromną satysfakcję i są najbardziej namacalnymi sukcesami w medycynie.

Oczywiście my, lekarze, potrafimy wskazać nazwiska wybitnych postaci. Uczymy się z ich podręczników, znamy autorów ważnych badań, podczas studiów poznajemy dorobek konkretnych osób. Ale dziś coraz rzadziej mówi się o indywidualnych bohaterach, a znacznie częściej o zespołach i wspólnej pracy. To właśnie współpraca, a nie pojedyncze nazwisko, stoi za większością medycznych osiągnięć.

W tym kontekście można już mówić o sukcesie - twoje nazwisko stało się w Rzeszowie rozpoznawalne dzięki informacjom w mediach o grancie i rankingu „Forbesa”. Na takie efekty wielu lekarzy pracuje latami, a niektórzy nie doczekują ich nigdy. Jak chcesz ten sukces wykorzystać, skoro mówisz, że czujesz potrzebę, by go dobrze spożytkować?

Cały czas myślę o tym, że to dopiero początek drogi. Ten sukces jest bardzo miły, ale nie chciałabym na nim poprzestać.

Wolę, żeby był dla mnie motywacją do dalszej pracy. Chciałabym, żeby za dziesięć lat, patrząc wstecz, móc powiedzieć, że naprawdę dobrze wykorzystałam tę szansę. Moje badania wciąż trwają, więc jeszcze nie przekładają się bezpośrednio na poprawę zdrowia pacjentów. Mam jednak nadzieję, że z czasem będą nie tylko wartościowe naukowo, ale też realnie pomogą zwrócić uwagę na problem świada i wesprą osoby, które się z nim zmagają. Praca naukowa bywa wymagająca i nie zawsze przynosi szybkie efekty, czasem na wyniki czeka się latami. Wiem też, że wielu lekarzy w pewnym momencie rezygnuje z badań, bo tych wyzwań jest naprawdę dużo. Dlatego zależy mi, żeby nauka nadal dawała mi satysfakcję i radość - tak jak teraz - i naturalnie łączyła się z pracą kliniczną. Chcę zachować równowagę między byciem lekarzem a badaczem i z obu tych ról czerpać jak najwięcej.

Czyli jesteś albo naukowcem, albo lekarzem?

Kiedyś tak o tym myślałam, ale dziś uważam, że te role trzeba połączyć, choć to wcale nie jest proste. Teoretycznie próbujemy je rozdzielać, w praktyce jednak one cały czas się przenikają. Nie da się być dobrym lekarzem bez pewnego „pierzastka naukowca”, choćby po to, by sprawnie poruszać się w wytycznych i badaniach naukowych. Trzeba być na bieżąco, bo skończyły się czasy, kiedy wystarczyło raz przeczytać podręcznik i przez kolejne dziesięć lat leczyć według tej samej wiedzy. Medycyna zmienia się z roku na rok. Solidne zaplecze naukowe daje szybszy i łatwiejszy dostęp do najnowszych informacji, a to bezpośrednio przekłada się na lepszą pracę z pacjentami.

Lekarz powinien dziś być wszechstronnie wykształcony i znać wiele dziedzin medycyny, czy raczej mocno się specjalizować?

Zdecydowanie zmierzamy w stronę coraz większej specjalizacji. Pojawiają się nowe specjalizacje lekarskie, których jeszcze kilkanaście lat temu w ogóle nie było. To pokazuje, jak bardzo medycyna się rozrasta i jak szczegółowa staje się wiedza. W efekcie, żeby naprawdę dobrze wykonywać swoją pracę, trzeba stać się ekspertem w konkretnej, często bardzo wąskiej dziedzinie. Myślę jednak, że to nie dotyczy wyłącznie medycyny. W wielu zawodach widać podobny trend - zamiast wiedzieć „po trochu o wszystkim”, coraz częściej wybieramy jeden ob-

szar i rozwijamy się w nim naprawdę głęboko.

Okej, ale trafiając na pogotowie, liczymy na to, że lekarz potrafi spojrzeć na pacjenta całościowo.

Tak, dlatego w medycynie ratunkowej tak ważne jest szerokie, całościowe spojrzenie na pacjenta. Istnieje specjalizacja lekarza medycyny ratunkowej, która właśnie do tego przygotowuje. Taki lekarz musi mieć wiedzę z wielu dziedzin i doświadczenie zdobywane latami. Samo czytanie o chorobach nie wystarczy, wiele z nich naprawdę poznaje się dopiero wtedy, gdy zobaczysz je w praktyce. W tej pracy kluczowe jest szybkie wychwycenie tego, co najpilniejsze i natychmiastowe działanie. Lekarz koncentruje się przede wszystkim na zabezpieczeniu życia i zdrowia pacjenta, a sprawy mniej pilne przekazuje dalej, do odpowiednich specjalistów. To wymaga nie tylko szerokiej wiedzy, lecz także refleksu, odporności na stres i umiejętności podejmowania decyzji pod presją czasu.

Twoja mama jest lekarzem, więc medycyna pewnie była dość naturalnym wyborem. Skąd jednak dermatologia?

Myślę, że zdecydowało przede wszystkim moje zainteresowanie nauką. Już w czasie studiów działałam w kole naukowym i to doświadczenie mocno mnie ukierunkowało. Dermatologia spodobała mi się też dlatego, że jest bardzo „wizualna” i konkretna, większość chorób można zobaczyć gołym okiem, wdrożyć leczenie i stosunkowo szybko ocenić jego efekt. To daje dużą satysfakcję. Po części był w tym też element ambicji. To specjalizacja, na którą trudno się dostać, więc chyba chciałam sobie udowodnić, że dam radę. Dziś już wiem, skąd jej popularność, to naprawdę fascynująca i bardzo różnorodna dziedzina medycyny.

Pewnie ta ciekawość i ambicja mają też związek z tym, że trenowałaś sport - szermierkę - i startowałaś w zawodach. Mam wrażenie, że sport i nauka mają ze sobą sporo wspólnego: w obu przypadkach dużo pracy, a efekt nigdy nie jest pewny.

Tak, dokładnie. Przygotowujesz się, eksperymentujesz, sprawdzasz różne rozwiązania, a wyniki wcale nie muszą się pojawić. Czasem hipoteza się nie potwierdza i trzeba zacząć od nowa. Wtedy po prostu wstajesz i próbujesz dalej. Dopiero z perspektywy czasu widać, że wytrwałość i dyscypli-

nę wypracowałam już na treningach szermierki. To sport, w którym równie często się przegrywa, jak wygrywa, więc uczysz się radzić sobie z jedynymi i drugimi emocjami. Kiedyś myślałam, że sport i nauka to dwa różne światy, dziś wiem, że przygotowały mnie do tej pracy dużo lepiej, niż przypuszczałam. Nie poddaję się łatwo, choć oczywiście boję się porażek, choćby w kontekście mojego grantu. Ale wiem też, że bez nich nie ma rozwoju. Sukcesy warto celebrować, a porażki po prostu przyjąć i iść dalej.

Wspominałaś wcześniej o ogromnej liczbie materiałów, które lekarze muszą przeglądać i z których się uczą. To ciekawe, że można studiować chorobę przez lata, a nigdy nie zobaczyć jej w praktyce. Coraz częściej w tym kontekście mówi się o sztucznej inteligencji - systemach, które potrafią w kilka chwil przeanalizować historię chorób i literaturę, przez którą człowiek nie byłby w stanie przebrnąć. Myślisz, że za 10 lat AI realnie pomoże lekarzom, czy może już pomaga?

Już pomaga i myślę, że będzie robić to coraz bardziej. Traktuję ją po prostu jak kolejne narzędzie pracy. Kiedyś mieliśmy papierowe teczkę pacjentów, dziś korzystamy z elektronicznej dokumentacji - AI jest następnym etapem tej samej zmiany, do której jako lekarze musimy się przystosować. Może przede wszystkim oszczędzać czas: szybciej przeglądać dokumentację, porządkować dane, analizować ogromne ilości informacji, któ-

rych człowiek sam nie byłby w stanie przejrzeć. Ale to wciąż tylko narzędzie. Trzeba korzystać z niego rozsądnie i nie ufać mu bezkrytycznie, odpowiedziałność za decyzje nadal spoczywa na lekarzu. Algorytmy uczą się rozpoznawać zmiany i diagnozować je, na przykład pod kątem raka skóry, ale ostateczną decyzję - na przykład, czy daną zmianę należy usunąć - zawsze podejmuje lekarz. Ludzki pierwiastek wciąż jest więc niezwykle istotny. Jednocześnie na pewno zmieni to medycynę i sama jestem ciekawa, w jakim kierunku to wszystko będzie się rozwijać.

Zastanawiam się, czy w przyszłości z pacjentami nie będzie trudniej, bo będą po prostu lepiej wyedukowani. Sama czasem wrzucasz wyniki badań do sztucznej inteligencji i proszę o wyjaśnienie, co mogą oznaczać w kontekście objawów. Spotykasz się z tym, że pacjenci przychodzą na wizytę z listą pytań przygotowaną przez ChatGPT i mówią: „Mój asystent medyczny podpowiedział mi, o co zapytać”?

Aż tak dosłownie jeszcze nie, ale rzeczywiście widać, że wielu pacjentów wcześniej samodzielnie szuka informacji, być może także z pomocą AI. Często przychodzą z bardzo konkretnymi pytaniami, na przykład o nowe leki albo ich działania niepożądane. Kiedyś jedynym źródłem wiedzy była ulotka, dziś narzędzia takie jak ChatGPT potrafią szybko zebrać i uporządkować najważniejsze informacje. I pacjenci naprawdę z tego korzystają. Myślę, że to może działać

na korzyść obu stron. Pacjenci są bardziej świadomi i zaangażowani w leczenie, a lekarze muszą być jeszcze lepiej przygotowani merytorycznie. Jeśli podczas wizyty nie da się wszystkiego szczegółowo omówić, takie narzędzia mogą pomóc uzupełnić wiedzę i poprawić komunikację. Ostatecznie to po prostu wsparcie - nie zastępstwo rozmowy z lekarzem.

Na koniec: dla wielu młodych osób z Podkarpacia możesz być dowodem, że sukces jest możliwy także poza największymi ośrodkami akademickimi. Jaką radę dałabyś tym, którzy dopiero zaczynają swoją drogę?

Chyba najważniejsze jest to, żeby porównywać się przede wszystkim z samym sobą, a nie z innymi. Bardzo łatwo wpaść w pułapkę ciągłych porównań, zwłaszcza dziś, w czasach mediów społecznościowych, kiedy widzimy głównie cudze sukcesy, a nie ich codzienną pracę i potknięcia. Lepiej zastanowić się, gdzie chcę być za kilka lat i co naprawdę chcę osiągnąć i być wobec siebie szczerym. Mamy dziś ogromne możliwości. Wiele rzeczy można zrobić z dowolnego miejsca: aplikować o granty, brać udział w kursach, szkoleniach, stażach. To sprawia, że lokalizacja przestaje być aż taką barierą. Reszta to już cierpliwość i konsekwencja. Efekty rzadko przychodzą od razu. Z zewnątrz widać tylko końcowy „błysk” sukcesu, a nie całą drogę, która do niego prowadzi. Dlatego warto skupić się na samym procesie, na tym, co daje satysfakcję każdego dnia. To właśnie to pomaga wytrwać najdłużej.



Dziś pacjenci często przychodzą z bardzo konkretnymi pytaniami, na przykład o nowe leki albo ich działania niepożądane.

Podlaską radziuszkę przenosi z wiejskich chat na salony

- Odbiorcę moich tkanin zapraszam, aby sobie wyobraził, jak dotyka stopami rozgrzanego piasku na wydmach lub ociera się o trzciny na biebrzańskim szlaku - mówi Anna Lewczuk, tkaczka z Białegostoku, która zdobyła tytuł Dobry Design 2026 za dekoracyjne panele akustyczne.

Grzegorz Okoński

Tkasz ponoć dopiero od kilku lat, a już udało Ci się zrobić kilka ciekawych projektów. Jak zaczęła się Twoja przygoda z krosnami?

To prawda, że tkąć zaczęłam stosunkowo niedawno. W 2022 roku za namową koleżanki zgłosiłam się na warsztaty tkackie organizowane przez Podlaski Instytut Kultury. To był niezapomniany czas tkania chodników z mistrzynią Martą Barbarą Bajko. Chodniki i splot płócienny to najprostsza technika tkacka. Kiedy już się jej nauczyłam, zapragnęłam dowiedzieć się więcej. Pojawił się zatem warsztat u Eugeniusza Markiewicza, gdzie uczyłam się tkąć radziuszkę (tkaninę przetykaną - przyp. red.). Następnie były kilimy, perebory nadbużańskie, a ostatnio zgłębiałam tajniki tkaniny broszowanej. Zanim jednak pierwszy raz usiadłam przy krosnie, musiałam przygotować osnowę i warsztat do pracy, co było bardzo żmudne. Pamiętam, że pomyślałam wtedy: „To absolutnie nie dla mnie!”.

Jednak nie zrezygnowałaś.

To, że nie zrezygnowałam, zawdzięczać Marcie Bajko, która przywiozła krosno do mojego mieszkania, a potem pomogła mi je osnuć. Dzięki temu po warsztatach nie przerwałam nauki. Aktualnie mam własny warsztat. Krosno zajmuje centralne miejsce w pokoju dziennym i jest ważniejsze od kanapy, zatem musiała mu ustąpić miejsca. (śmiech) Nie wyobrażam sobie, że mogłoby być inaczej!

Tym bardziej że Twoje prace są zauważane i doceniane! Ostatnio, podczas finału 15. edycji konkursu Dobry Design, towarzyszącego targom 4 Design Days, które odbyły się w dniach 22-23 stycznia w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach, otrzymałaś

tytuł Dobry Design 2026 w kategorii Dekoracje za dekoracyjne panele akustyczne firmy Fovere. Jak zaczęła się Twoja współpraca z tą marką?

Jestem dziennikarką, od lat piszę o urządzaniu wnętrz, prowadzę też spotkania dla architektów Laboratorium Dobrej Marki, gdzie firma Fovere prezentowała swoje filce akustyczne. Barbara Łukasiak, prezes tej marki, dużo mówiła o ekologii i świadomym podejściu do projektowania. Podczas prezentacji dla projektantów wspomniała, że filcowe ścinki poprodukcyjne są wysyłane do szkół i przedszkoli, gdzie dzieci mogą je wykorzystywać w kreatywny sposób.

Spodobał Ci się ten pomysł?

Bardzo! Szybko dotarło do mnie, że przecież to jest świetny materiał do tkania! Zapytałam, czy mogłabym dostać trochę filcowych ścinków, bo chciałam sprawdzić, jak zachowują się na krosnie. Realizowałam wtedy projekt FotoSploty, czyli rok fotograficzno-tkacki na Podlasiu, i poszukiwałam nieoczywistych wątków.

To projekt, który realizowałaś w ramach stypendium artystycznego marszałka województwa podlaskiego.

Dokładnie tak. Drugą moją pasją, obok tkania, jest fotografia. Chciałam je połączyć i zatrzymane w kadrach pejzaże przedstawić również w formie tkanin. Szukałam sposobów na pokazanie różnorodności faktur, które zatrzymują mój wzrok podczas wędrówek z aparatem. Świetnie się złożyło, ponieważ filc Fovere przysłało mi zarówno w formie twardych płyt akustycznych, jak i miękkich ścinków pociętych w paski. Ten nietypowy wątek o różnej strukturze i twardości pomógł mi wyrazić za pomocą tkaniny to, co wcześniej sfotografowałam, jeżdżąc po Podlasiu, przebywając wśród przyrody i do-

świadczając jej wszystkimi zmysłami. Zależało mi, aby zatrzymać te wrażenia nie tylko w kadrach, ale też wpieść między nici osnowy zapamiętane faktury, kolory, ruch i pracę światła. Najczęściej nie są to dosłowne pejzaże, ale wąsko kadrowane fragmenty rzeczywistości. Zapraszam odbiorcę, aby sobie wyobraził, jak dotyka stopami rozgrzanego piasku na wydmach lub ociera się o trzciny na biebrzańskim szlaku.

Udało się, o czym świadczy chociażby zdobyta nagroda. Zachwyca mnie też fakt, że Twoje tkane panele są nie tylko piękne, nie tylko pełnią rolę dekoracyjną, ale też akustyczną.

Tak, to jest filc używany do wyciszania pomieszczeń i zapewnienia komfortu akustycznego np. w hotelach lub biurach. Można go wykorzystywać w formie okładzin ściennych i sufitowych. Świetnie sprawdzi się też jako parawan czy element ścianki działowej.

Właśnie z użyciem tego filcu utkałaś radziuszkę...

Wytktałam dwie tkaniny. W pierwszej użyłam twardych płyt filcowych, które pocięłam na węższe paski. Tkanina powstała techniką płócienną i inspirowana jest krajobrazem nadnarwiańskich wydm. Chciałam zaprezentować graficzne rysunki, jakie wiatr układa na piasku, a jednocześnie podkreślić rolę słońca w budowaniu tej scenarii. Wykorzystałam w tkaninie złotą, dekoracyjną nitkę i bawełnę z recyklingu. Główną rolę odgrywa tu jednak filc w piaskowym kolorze. Został wysunięty poza osnowę, dlatego przy odpowiednim oświetleniu rzuca charakterystyczne cienie. Wyliczalne jest wyrazista struktura tego materiału, a nierówności na brzegach pokazują, że w naturze też nie wszystko jest doskonałe. Druga z tkanin to właśnie radziuszka, czyli tkanina wielonicielnicowa, utkana



Anna Lewczuk na tle tkanych paneli nagrodzonych w konkursie Dobry Design 2026.

na czarnej osnowie bawełnianej. Głównym wątkiem są miękkie filcowe paski o trójkątnym przekroju, które uwypukliły wzór, pogłębiając trójwymiarowy efekt.

Czy ta nagroda w jakiś sposób otwiera drzwi na dalsze działania?

W tym momencie bardzo się cieszę, że tradycyjne tkactwo zostało zauważone i docenione. To pokazuje, że tradycja zajmuje w naszym życiu ważne miejsce. Cieszy mnie ogromnie, że projektanci wnętrz docenili rękodzieło. Mam nadzieję, że będzie to sprzyjało współpracy producentów z artystami, tkaczami, rękodzielnikami. W czasach masowej produkcji rękodzieło jest nie tylko unikatowe i prestiżowe, ale przede wszystkim niesie autentyczną wartość. Jako tkaczka między nimi osnowy zostawiam zachwyt podlaską przyrodą, ale też mnóstwo dobrych emocji, które towarzyszą mi podczas pracy.

Nagrodę odbierałaś w wyjątkowym stroju...

zwalają mi się wyrazić artystycznie i przetworzyć swoje wrażenia. To też odpoczynek od pracy umysłowej, chociaż trzeba podkreślić, że tkactwo też wymaga skupienia przy liczeniu nitek osnowy, nawlekaniu i pilnowaniu wzoru.

Lubisz wyrażać siebie przez łączenie kolorów, wątków, faktur?

Każdy rodzaj przędzy, np. len, jedwab, wełna czy bawełna ma inną grubość i fakturę. Dotykając ich, czujesz miękkość i szorstkość, ciepło lub zimno, chropowatość albo poślizg. Tkanie - tak jak przyroda - jest bardzo haptyczne (z greckiego haptikos oznacza dotykowy - przyp. red.). To ostatnio często powtarzane słowo w branży wyposażenia wnętrz, co pokazuje, że chcemy odbierać otoczenie nie tylko za pomocą wzroku, ale przez wszystkie zmysły: dotyk, słuch, węch, smak, a nawet intuicję! To wpływa na nasze emocje, ale też pozwala być bliżej siebie.

Jesteś dziennikarką, tkasz, fotografujesz, ale prowadzisz też profil Hej Podlasie w social mediach.

Zaczynałam od pokazywania zdjęć i ciekawostek z Podlasia, a teraz wprowadziłam również wątek tkacki, co pozwala mi na promowanie uroków naszego regionu w różnorodny sposób.

Co cię na Podlasiu najbardziej zachwyca?

Oprócz jego wielokulturowości i bogatych tradycji są to przede wszystkim niezapomniane, magiczne chwile w przyrodzie. Urzekają mnie tak ulotne zjawiska, jak poranne mgły nad rzeką, trzcinowiska pokryte szronem lub szadzią, pajęczne nici obwieszone kropkami rosy albo babie lato kołysane wiatrem niczym morskie fale. Światło na Podlasiu też jest wyjątkowe. To tutaj widziałam najpiękniejsze wschody i zachody słońca. Ciągłe jeszcze możemy cieszyć się zmiennością pór roku - najpierw brodzić w śniegu, a potem podziwiać wiosenne przeloty ptaków i spektakularne rozlewiska rzek. Już nie mogę się doczekać, aż włożę kalosze!

Miasto Mikołaja Kopernika i piernika

Toruń został założony przez Krzyżaków w XIII wieku, dlatego dużo jest tu budynków z charakterystycznej czerwonej cegły, nadając miastu niepowtarzalny klimat.

Toruń to pełne uroku miasto, które łączy bogatą historię z klimatyczną atmosferą. Nie przytłacza swoim ogromem, oferuje liczne trasy do spacerów oraz urokliwe kawiarenki i restauracje. W sam raz na krótki city break.

Patrycja Seklecka

Toruń, ze względu na swoje położenie, był miastem niezwykle ufortyfikowanym. Do dziś na jego terenie można podziwiać około 150 elementów zabudowy obronnej, m.in. pruską Twierdzę Toruń oraz baszty o oryginalnych nazwach: Krzywa Wieża, Koci Łeb, Gołębnik czy Monstrancja.

Toruń to, obok Bydgoszczy, jedna ze stolic województwa kujawsko-pomorskiego. Malowniczo usytuowany nad rzekami Wisłą i Drwęcą, jest jednym z ważniejszych ośrodków kulturalnych, akademickich i turystycznych w Polsce.

Polska perła UNESCO, czyli zabytkowy zespół miejski Torunia

W naszym kraju nie brakuje zachwycających miejsc, jednak tylko 17 z nich zostało docenionych przez komitet UNESCO - wyspecjalizowaną organizację ONZ, której jednym z zadań jest ochrona miejsc o wyjątkowym znaczeniu dla całej ludzkości. Wpis obiektu na prestiżową listę zawsze jest ogromnym wyróżnieniem, którego Toruń doczekał się już w 1997 roku za sprawą średniowiecznego zespołu staromiejskiego. To najstarsza część miasta, w której do dziś można podziwiać wiekowe budowle pamiętające burzliwe dzieje regionu. W XII wieku Krzyżacy postavili tam zamek (jego ruiny można oglądać także obecnie), a przynależność miasta do Hanzy, czyli średniowiecznego związku kupców, znacznie przyspieszyła rozwój Torunia, dając początek pięknej zabudowie, która do dziś zachwyca przyjezdnych z całego świata.

Atrakcje Starego Miasta. To trzeba zobaczyć

Chociaż większość terenów Torunia robi na turystach spore wrażenie, zdecydowanie najpiękniejszą architekturę można podziwiać właśnie na Starym Mieście. Do najważniejszych elementów zabudowy starówki należą m.in.: ratusz, bramy, baszty, mury obronne, kamienice (m.in. Dwór Artusa, przy ul. Rynek Staromiejski 9, 19, 20 i 33, Kamienica pod Gwiazdą) kościoły (Świętych Janów, Świętego Jakuba, Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny, Ducha Świętego) oraz dwory. Jeżeli chcesz poznać Toruń od podszewki, na jego zwiedzanie zarezerwuj sobie co najmniej dwa dni - idealną okazją może okazać się np. wolny weekend.

Ratusz Staromiejski w Toruniu. Dlaczego jest tak wyjątkowy?

Przyozdobiony masywną wieżą ratusz to najważniejsze miejsce w mieście i jeden z największych ceglanych budynków tego typu na całym kontynencie. Ratusz został zbudowany w XIV wieku i choć prawie zawsze był siedzibą miejskich władz, w pozostałych częściach okazałej budowli, na przestrzeni lat, mieściły się m.in. skarbiec, więzienie, sala sądowa czy - w czasach wojen - szpital dla żołnierzy. W 1703 roku część budynku, w wyniku oblężenia i bombardowania miasta przez Szwedów, strawił pożar. Na szczęście większość murów ocalała - zabytkowy ratusz udało się odbudować, jednak ślady tamtego wydarzenia pozostają widoczne do dziś.

Obecnie w ratuszu mieści się siedziba Muzeum Okręgowego z Galerią Sztuki Gotyckiej i wystawami dotyczącymi rozbudowanej historii miasta. Na tamtejszej wieży ulokowany jest także taras widokowy,

codziennie otwarty dla zwiedzających.

Szczegółowy cennik znajdziesz na stronie internetowej Muzeum Okręgowego w Toruniu. W środy możliwe jest darmowe obejrzenie wystaw stałych. Muzeum jest czynne od wtorku do niedzieli. W zależności od sezonu godziny otwarcia różnią się od siebie: od 1 października do 30 kwietnia 10.00-16.00, od 1 października do 30 kwietnia 10.00-18.00.

Podobnie jest w przypadku godzin otwarcia tarasu widokowego na wieży, który można zwiedzać w godzinach: od 1 stycznia do 31 marca oraz od 1 listopada do 31 grudnia 10.00-16.00, od 1 do 30 kwietnia i od 1 do 31 października 10.00-18.00, od 1 maja do 30 września 10.00-20.00.

Krzywa Wieża. Boska kara czy symbol złamania ślubów?

Niektórzy twierdzą, że toruńska Krzywa Wieża, której odchylenie od pionu to aż 1,4 m (będąca basztą obronną), została wzniesiona jako symbol złamania ślubów czystości przez jednego z członków zakonu krzyżackiego, który miał spotykać się z córką jednego z tamtejszych kupców. Kolejna teoria, w którą wierzone dawniej, skrzywienie baszty tłumaczy karą boską za „bluznierczą teorię” Mikołaja Kopernika. Jak jest naprawdę? Zakrzywienie murów prawdopodobnie spowodowane jest osunięciem podłoża, na którym wzniesiono wieżę.

Mury obronne, bramy i baszty

Średniowieczny zespół staromiejski Torunia tworzą także wspomniane wcześniej mury, bramy i baszty. Do dawnego Torunia prowadziło aż 8

bram, jednak współcześnie możemy zobaczyć tylko (a może aż?) trzy z nich: Klasztorną, Żeglarską i Mostową (reszta została rozebrana w XIX wieku). Toruń, ze względu na swoje położenie, był miastem niezwykle ufortyfikowanym - do dziś na jego terenie można podziwiać około 150 elementów zabudowy obronnej, m.in. pruską Twierdzę Toruń oraz baszty o oryginalnych nazwach: wspomnianą Krzywą Wieżę, Koci Łeb, Gołębnik czy Monstrancja.

Miasto Mikołaja Kopernika

Wspominając o dziedzictwie miasta, nie sposób pominąć Mikołaja Kopernika - wielkiego uczonego, który głosił, że to Ziemia krąży wokół Słońca, a nie odwrotnie. Urodzony w Toruniu Kopernik dzieciństwo i młodość spędził właśnie w tym mieście. Współcześnie

wiele miejsc przypomina turystom o pochodzeniu astronoma - należą do nich m.in.: Dom Kopernika, Pomnik Mikołaja Kopernika obok Ratusza Staromiejskiego, Uniwersytet im. Mikołaja Kopernika.

Wiele o jego odkryciu dowiedzieć się w toruńskim Planetarium, znajdującym się przy ul. Franciszkańskiej 15-21. W XIX-wiecznych budynkach dawnej gazowni przedniej zabawy doświadczać nie tylko najmłodsi, ale również ci, co już sporo przeżyli. System rzutników oraz projektorów umieszczonych pod kopułą głównego budynku pozwala pokazać gwiazdne konstelacje i odległe galaktyki.

Najsłynniejszy toruński przysmak

Na całym świecie Toruń kojarzony jest z piernikiem. Ten przysmak, który jest wizytów-

ką miasta, doczekał się kilku muzeów.

Jeśli chcecie poznać tradycyjny sposób przygotowania piernika, przenosząc się przy tym w czasie, wybierzcie się do Żywego Muzeum Piernika. Jeśli dodatkowo lubicie bywać chłostani słownie i przynaglani do pracy, to tym bardziej jest to atrakcja dla Was. Muzeum znajdziecie na ul. Rabskiej pod numerem 9.

Innym miejscem, gdzie natraficie na intensywny, piernikowy zapach jest Muzeum Toruńskiego Piernika - oddział Muzeum Okręgowego w Toruniu. Mieści się ono przy ulicy Strumykowej 4. W XIX-wiecznej fabryce pierników zlokalizowano obszerną ekspozycję dotyczącą dziejów toruńskiego piernikarstwa. Wystawa jest interaktywna i przystosowana także dla najmłodszych.



Na całym świecie Toruń kojarzony jest z piernikiem.

Bliskość drugiej osoby wpływa zarówno na nasze samopoczucie psychiczne, jak i na stan zdrowia

Marta Siesicka-Osiak

Eksperti od dawna badają korzyści zdrowotne wynikające z bycia w małżeństwie. W zdecydowanej większości pozostawanie w stałym związku wychodzi na zdrowie szczególnie osobom starszym.

W najnowszym badaniu sprawdzono powiązanie stanu cywilnego i jakości małżeństwa ze średnim poziomem cukru we krwi u seniorów. Czy życie z ukochaną osobą wpłynęło pozytywnie na stan ich zdrowia?

Małżeństwo i konkubinaty mają wpływ na poziom cukru we krwi

Na poziom cukru we krwi, a tym samym na rozwój cukrzycy typu 2, ma wpływ wiele czynników, m.in. dieta, aktywność fizyczna, stres i niektóre leki. Naukowcy poszli o krok dalej i sprawdzili, jak na poziom glukozy wpływa bycie w stałym związku.



FOT. MART PRODUCTIONS/PEXELS

Badaczki z Uniwersytetu w Luksemburgu obserwowały przez dziewięć lat (od 2004 roku) 3300 osób mieszkających w Anglii, będących w wieku od 50 do 89 lat, które

nie chorowały wcześniej na cukrzycę. Wzięły pod uwagę ich:

- stan cywilny,
- wsparcie ze strony współmałżonka,

- napięcia pomiędzy partnerami.

Wyniki badań zostały opublikowane w czasopiśmie medycznym „BMJ Open Diabetes Research & Care”.

Jak się okazuje, bycie w stałych związkach było związane ze spadkiem poziomu HbA1c (hemoglobiny glikowanej, monitorowanej w leczeniu cukrzycy) o 0,21 procent. Oznacza to, że u badanych występowało mniejsze prawdopodobieństwo zachorowania na cukrzycę typu 2. Wyniki wcześniejszych badań sugerują, że spadek średniej wartości HbA1c o 2,1 proc. zmniejszyłby liczbę nadprogramowych zgonów o 25 proc.

Czy jakość związku ma znaczenie w kontekście naszego zdrowia?

Wraz z wiekiem ilość relacji społecznych zaczyna być ograniczona, a rola partnera życiowego zaczyna mieć dla osób starszych coraz większe znaczenie. Badaczki sprawdzili, czy jakość relacji ma wpływ na poziom glukozy we krwi.

- Relacje małżeńskie lub w konkubinacie były od-

wrotnie proporcjonalne do poziomu cukru we krwi, niezależnie od charakteru wsparcia małżeńskiego lub pojawiających się napięć - powiedziała jedna z autorek badania Katherine Ford i dodała, że osoby samotne powinny otrzymać wsparcie, aby zmniejszyć ryzyko wystąpienia cukrzycy.

Co ciekawe, Paul Dolan z London School of Economics w swojej książce „Happy Ever After” opublikował wyniki ankiety, z której wynikało, że żonaci mężczyźni żyją dłużej i są zdrowsi, ale w przypadku kobiet sytuacja wygląda odwrotnie - to wolne panie są szczęśliwsze od zamężnych koleżanek i tych, które zostały matkami. Zakłada się także, że to singielki będą żyły dłużej.

Mając to na uwadze, warto zadbać o to, aby związek był równie wartościowy dla obu stron, a kobiety czerpały z niego tyle samo dobrego, co panowie.

DROBNE

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

Kierownik działu ogłoszeń: **Magdalena Śliwińska**,
m.sliwinska@polskapress.pl
tel. 502 499 114

ŁÓDŹ, ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 502 499 448, 502 499 127

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH			
NIERUCHOMOŚCI • mieszkania - sprzedam • mieszkania - kupię • mieszkania - do wynajęcia • mieszkania - wynajmę • mieszkania - zamienię • domy - sprzedam • domy - kupię • domy - do wynajęcia • domy - wynajmę • domy - zamienię • lokale użytkowe - sprzedam • lokale użytkowe - kupię	• lokale użytkowe - do wynajęcia • lokale użytkowe - wynajmę • lokale użytkowe - zamienię • działki, grunty - sprzedam • działki, grunty - kupię • gospodarstwa • garaże • pośrednictwo • inne • bank stancji HANDLOWE • AGD • RTV	• elektronika, komputery • telefony • car audio • antyki • kolekcjonerstwo, sztuka • jubilerstwo • filmy, muzyka • instrumenty muzyczne • lombardy • sport i rekreacja • maszyny urządzenia • materiały budowlane • materiały opałowe MOTORYZACJA • samochody osobowe • ciężarowe, dostawcze • busy autobusy • rolnicze • przyczepy, naczepy • zabytkowe • uszkodzone, rozbite • motocykle • części i akcesoria	• zamienię • motofinanse • motousługi • inne FINANSE BIZNES • kredyty, pożyczki • usługi finansowe • usługi prawne • biura rachunkowe • ubezpieczenia • oferty • inne NAUKA • szkoły • kursy/szkolenia
• języki obce • korepetycje • inne PRACA • zatrudnię • urzędy pracy • szukam pracy • inne ZDROWIE • apteki • pomoc całodobowa • chirurgia • ginekologia • interna • neurologia	• pediatria • psychologia • psychiatria • stomatologia • urologia • inne specjalizacje • przychodnie, kliniki • laboratoria • zabiegi • opieka • sprzęt medyczny • uroda • inne USŁUGI • agd rtv foto • budowlano-remontowe	TURYSTYKA • agroturystyka • kraj • świat • biura podróży • obozy i kolonie • wycieczki • przewozy • inne ZWIERZĘTA • lecznice • usługi • inne MATRYMONIALNE • RÓŻNE	KOMUNIKATY • ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA GASTRONOMIA • dania na telefon • usługi • inne ROLNICZE • maszyny rolnicze • ogrodnictwo • plody rolne • zwierzęta hodowlane • inne TOWARZYSKIE • USŁUGI KAMIENIARSKIE • USŁUGI POGRZEBOWE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 883-402-202

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

1 - 001 absolutnie autokup wszystkie, 533-232-606

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

ROLNICZE KUPIĘ

1 - 001 skup ciągników i maszyn rolniczych, 533-232-606

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

0 - 2h. Pożyczka lombardowa, 42-658-86-44

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

ALKOHOL - ciagi, odtrucia, 501-063-660

INTERNA

WIZYTY domowe - dr Matusiak, 601-266-571

WIZYTY domowe, 695-412-061

Usługi

AGD RTV FOTO

AGD - pralki szybko, tanio, 504-556-016

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

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

TELE - audiovideo naprawa, 602-687-803

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

INSTALACYJNE

ELEKTRYK, 693-741-682

Hydraulika - awarie, 509-721-995

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

MONTAŻOWE

Żaluzje - Plisy. Rolety 50zł. Moskietery. Produkcja, montaż, naprawa. Drewnowska 88. Promocje! Grátisy!, 42-654-84-84, 501-380-619

Strona Kuchni

Wszystkie smaki kuchni

stronakuchni.pl

AUTOREKLAMA

Z życia gwiazd

W końcu lat 90. huczało od plotek o romansie pięknej Renaty Dancewicz i Rafała Maćkowiaka.



GŁOŚNY ROMANS RENATY DANCEWICZ

Redakcja Telemagazynu

Gdy Renata Dancewicz była na początku aktorskiej kariery, na jej drodze stanął sporo młodszy mężczyzna, który zawrócił jej w głowie.

Młodziutki aktor nie spodziewał się wówczas, że tak atrakcyjna kobieta może zwrócić na niego uwagę. A jednak! Niedługo później ich związkiem żyła cała Polska. Wszystko trwało do czasu, aż początkowe uczucie między dwojgiem popularnych aktorów zaczęło się wypalać.

Renata Dancewicz to postać, której z pewnością nikomu nie trzeba przedstawiać. Urodzona 7 lutego 1969 roku aktorka od lat uchodzi nie tylko za jedną z najpopularniejszych, ale pomimo 57 lat na karku, również najpiękniejszych w branży. Piękna artystka już w bardzo młodym wieku zaczęła budować aktorską karierę. Jej początki sięgają jeszcze wczesnych lat 90., czyli czasów, gdy studiowała na łódzkiej filmówce. To właśnie wtedy piękna aktorka poznała swoją pierwszą wielką miłość.

W 1997 roku los skrzyżował ze sobą drogi Renaty Dancewicz i Rafała

Maćkowiaka. Ona miała wówczas 28 lat, on 22 i był studentem Akademii Teatralnej. Aktorka zwróciła na niego uwagę, gdy pojawił się na planie filmu „Gniew”, w którym ona grała jedną z głównych ról. Młodziutki aktor niemal natychmiast został oczarowany urodą starszej koleżanki po fachu. Jak się później okazało, ta również była nim zainteresowana. Jak finalnie udało mu się ją poderwać?

- Rafał przez cały czas nie mógł oderwać wzroku od Renaty. Chodził jak zahipnotyzowany. W końcu postawił wszystko na jedną kartę, prze-

mógł swą nieśmiałość i zaczął ją adorować. Okazało się, że on również nie jest jej obojętny - wspominała jedna z osób odpowiedzialnych za produkcję filmu w rozmowie z „Dobrym Tygodniem”.

Niedługo później Dancewicz i Maćkowiak zaczęli się ze sobą spotykać, a aktorka złożyła młodemu partnerowi propozycję nie od odrzucenia - poprosiła, żeby razem z nią zamieszkał. Niedługo później media zaczęły huczeć od plotek na ich temat. Renata Dancewicz nie ukrywała swojego uczucia do sporo młodszego kolegi po fachu i regularnie pokazywała się

z nim publicznie, nie unikając błysku fleszy. Ich związek wydawał się być idealny... jednak do czasu.

Aktorską parę zaczął mocno poróżniać stosunek do ich pracy. Gdy Renata Dancewicz uważała aktorstwo głównie za źródło zarobku i wystarczała jej gra w serialach, Rafał Maćkowiak widział w tym coś więcej. Interesowała go gra w teatrze, a aktorstwo traktował jak misję. Z czasem zakochani zaczęli tracić sobą zainteresowanie, aż w końcu postanowili się rozstać. Zrobili to jednak z klasą i powstrzymywali się przed publicznym komentowaniem tej sprawy.

PREMIE FINANSOWE I NIE TYLKO DLA NASZEGO MEDALISTY

Dariusz Kuczmera

Kacper Tomasiak, który w poniedziałek w Predazzo został wicemistrzem igrzysk w skokach narciarskich, zapewnił sobie nie tylko nagrody przewidziane przez PKOl oraz resort sportu, ale i tzw. emeryturę olimpijską. MSiT poinformowało PAP, że w 2026 roku to świadczenie wynosi 5116,99 złotych netto.

Emerytura olimpijska przysługuje medalistom igrzysk, zawodów „Przyjaźń 84” oraz olimpiady szachowej, którzy ukończyli 40 lat, mają polskie obywatelstwo, są niekarani i nie byli zdyskwalifikowani za doping w wymiarze większym niż 24 miesiące lub więcej niż raz. Otrzymują ją byli zawodnicy, którzy nie kontynuują kariery sportowej poprzez uczestnictwo w zawodach organizowanych przez polskie związki sportowe.

W celu otrzymania świadczenia należy złożyć wniosek do MSiT. Rodzaj i liczba zdobytych medali nie mają wpływu na jego wysokość, która jest stała dla wszystkich uprawnionych. Za srebrny medal Toma-



FOT. PAP/PAUL SINGER

siak otrzyma także nagrody z Polskiego Komitetu Olimpijskiego i MSiT.

Premie finansowe dla wicemistrzów olimpijskich z PKOl wynoszą 400 tys. zł w gotówce oraz 200 tys. w tokenach. Ponadto młody skoczek otrzyma obraz, voucher na wakacje oraz biżuterię o wartości do 2000 zł. Łączna premia z resortu sportu, również częściowo rozłożona na 24 raty stypendialne po 15 427,26 zł, wyniesie 448 495,92 zł. Jednorazowa nagroda to 78 241,68 zł.

Całkiem niezłe pieniądze za olimpijski krążek...

Olimpijskie medale się psują. Złamane krążki i reklamacje do Mennicy



Francuzki zdobyły złote medale w biathlonowym biegu 4x6km

FOT. PAP/PIERRE TEYSSOT

Dariusz Kuczmera

Od kilku dni do organizatorów zimowych igrzysk Mediolan-Cortina docierają informacje o kłopotach niektórych zdobywców medali olimpijskich.

Gospodarze szybko ustalili przyczynę, nie podając jednak szczegółów. Medalistom po odrywaniu się m.in. uchwytu mocujące wstążkę.

- Natychmiast zajęliśmy się tym przypadkami, istnieje rozwiązanie. Podjęliśmy odpowiednie kroki - powiedział rzecznik komitetu organizacyjnego, nie podając szczegółów.

Kilku olimpijczykom, w tym amerykańskiej mistrzyni w zjeździe Amerykance Breezy Johnson, niemieckiemu biathloniście Justusowi Strelowowi i szwedzkiej biegaczce narciarskiej Ebbie Andersson zerwały się medale ze wstążek.

Podobny problem miała Holenderka Jutta Leerdam. Na filmiku zamieszczonym na Tik-Toku początkowo unosi swój medal do kamery z wyraźną radością, po czym nagle wykrzykuje: „Złamałam go!”.

Organizatorzy złożyli natychmiast reklamacje do Mennicy Państwowej Włoch, która wyprodukowała medale.

Jak rywale Widzewa zareagują w tej sytuacji



Czy Dominik Kun zagra przeciwko swojemu byłym koledze z Widzewa?



Kibice podkreślają swój widzewski charakter

FOT. KRZYSZTOF SZYMCHAK

Przed piłkarzami Widzewa wyjazd do Płocka na mecz z Wisłą. Oba kluby mają swoje problemy, dlatego też spotkanie ma duży ciężar gatunkowy i uchodzi do miana szlagieru.

Dariusz Kuczmera

W sobotę zmierzą się dwie drużyny, które ostatnio przegrały.

Trener Wisły Mariusz Misiura podkreślił po meczu z Piastem Gliwice (0:1), że jego zespół ostatnio nie przegrywał. Wisła miała serię 11 spotkań bez porażki.

- Dlatego jesteśmy w ważnym dla nas momencie. Musimy być zjednoczeni, blisko siebie, iść cały czas naszą drogą.

To będzie ciekawe doświadczenie zobaczyć, jak zareagujemy w tej sytuacji - stwierdził.

Trener Mariusz Misiura ma ciekawe pomysły na prowadzenie drużyny. W wyjściowym składzie na mecz z Piastem umieścił Dominika Kuna, bo uważał, że ten zawodnik ma rachunki do wyrównania z trenerem Piasta Danielem Myśliwcem. bo ten zrezygnował z usług Kuna w Widzewie.

Manewr dodatkowej motywacji się nie sprawdził. Dominik Kun zszedł w 62 minucie spotkania. Czy zagra przeciwko Widzewowi?

Widzew na razie zamiast komplementów zbiera cięgi za swą grę. Mówi były właściciel Widzewa Andrzej Grajewski dla sport.tvp.pl: - Za moich czasów była to drużyna grająca w piłkę, ale też walcząca do ostatniego gwizdka. W tej chwili nie można zauważyć,

żeby ci panowie oddali przysłówowo „życie” za ten klub. Nowi zawodnicy przyszli za wielkie pieniądze. Jeśli myśleli, że będą sobie grać w Widzewie w piłkę plażową i zarabiać sztangę pieniędzy, to dziwię się, że zostali wybrani do tej drużyny. Ja bym na pewno do tego nie dopuścił. Widzew potrzebuje natychmiast korzystnych wyników. Widzew powinien być i zawsze był przed Legią Warszawa.

Tym razem zabrakło metrów na skoczni

Dariusz Kuczmera

Polka Bełtowska, Paweł Wąsek, Anna Twardosz i Kacper Tomasiak zajęli 11. miejsce w olimpijskim konkursie drużyn mieszanych na normalnej skoczni w Predazzo.

Polska drużyna nie awansowała do finału. Wygrała Słowenia przed Norwegią i Japonią.

W zawodach uczestniczyło 12 ekip. Osiem drużyn awansowało do finałowej serii. Bełtowska skoczyła 82 m, Wąsek - 102,5 m, Twardosz - 92 m,

a Tomasiak - 100,5 m. Biało-czerwoni zgromadzili łącznie 447,4 pkt. Wyprzedzili jedynie Rumunię.

- To jest normalna skocznia. Jeśli jeden skok nie wyjdzie, to później trudno to jest nadrobić. Coś takiego mogło się zdarzyć - powiedział Tomasiak na antenie Eurosportu.

Zabrakło metrów, ale walczyliśmy do końca. Skoki chłopaków były naprawdę fajne. Paweł tego potrzebował. Kacper miał trudne warunki - ocenił trener polskiej kadry Maciej Maciusiak.



Kibice Finlandii w Mediolanie

FOT. PAP/PA

Prezes ŁKS już myśli o jubileuszu 120-lecia



Prezes ŁKS
Marcin Janicki



FOT. ŁKS ŁÓDŹ

ŁKS to coś więcej niż tylko piłka nożna, dlatego mocno otwieramy się na wspólne działania z łódzkim środowiskiem - mówi rzeczniczka klubu Marta Olżewska...

Dariusz Kuczmera

Ciekawy materiał o przyszłości klubu znalazł się na oficjalnej witrynie ŁKS: lkslodz.pl.

- Przerwę zimową wykończymy na rzetelną analizę tego, co w klubie wymaga naprawy. Sprawy dla nas kluczowe to między innymi poprawienie doświadczenia kibiców obecnych na Stadionie Króla, dywersyfikacja działań

biznesowych czy kontynuacja procesu digitalizacji klubu. Ostatnie tygodnie to czas wypracowania dokumentu wskazującego na główne aktywności w trakcie rundy wiosennej. Jest to dla mnie szczególnie ważne, bo jest to efekt pracy całego zespołu, który na wiosnę będzie odpowiedzialny za jego realizację. Wszystko po to, by ŁKS mógł się rozwijać i miał jasny kierunek działań. W końcu w per-

spektywie najbliższych dwóch lat będziemy obchodzili rocznicę 120-lecia klubu - mówi Marcin Janicki, Prezes Zarządu ŁKS Łódź.

Nasze cele pozasportowe sprowadzają się do jednego: budowania silnych i nowoczesnych fundamentów ŁKS-u. Chcemy, aby każdy z Was czuł się na naszym stadionie po prostu dobrze, dlatego kładziemy duży nacisk na poprawę organizacji i komfort.

- Nasz stadion ma tętnić życiem nie tylko w weekendy, dlatego intensywnie działamy w kwestii komercjalizacji powierzchni (...) Rozwijamy ofertę cateringową i komercyjną dostępną na co dzień. Całość spinamy nowoczesnymi rozwiązaniami wewnątrz klubu, które usprawnią sprzedaż biletów i codzienną obsługę, bo profesjonalny klub to przede wszystkim sprawnie działająca organizacja - dodaje Janicki.

UKS SMS ŁÓDŹ PODPISAŁ UMOWĘ PARTNERSKĄ Z KAPERKAMI PUCK

Dariusz Kuczmera

UKS SMS Łódź rozszerza sieć współpracy szkoleniowej w piłce nożnej dziewcząt. Łódzki klub podpisał umowę partnerską z Kaperkami Puck - zespołem z województwa pomorskiego, który od lat rozwija szkolenie młodych piłkarek.

Kaperki Puck działają od dziesięciu lat i regularnie uczestniczą w rozgrywkach organizowanych przez Pomorski Związek Piłki Nożnej. Obecnie w klubie trenuje około 60 zawodniczek w czterech kategoriach wiekowych - od żaczek po juniorki. Zespół może pochwalić się m.in. awansem do półfinałów Mistrzostw Polski U-13 oraz niedawnym udziałem w barażach o Centralną Ligę Juniorek U-16.

Kaperki Puck konsekwentnie rozwijają także zaplecze szkoleniowe poza strukturami klubowymi. W najbliższych latach ważną rolę w tym procesie odegra sport szkolny. W Szkole Podstawowej im. Jana III Sobieskiego w Żelistrzewie powstanie oddział sportowy o profilu piłki nożnej dziewcząt, który ma rozpocząć działalność w roku szkol-



FOT. KRZYSZTOF SZYMCAK

Trener Sebastian Papis
udziela wskazówek

nym 2026/2027. Rekrutacja prowadzona będzie od klasy IV szkoły podstawowej, a program szkolenia - realizowany zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz wytycznymi Polskiego Związku Piłki Nożnej - obejmie zarówno zajęcia piłkarskie, jak i działania wspierające ogólny rozwój fizyczny uczennic. Inicjatywa ta ma stworzyć dziewczętom warunki do łączenia nauki z regularnym treningiem.

Podpisana umowa zakłada współpracę szkoleniową pomiędzy klubami. Najbardziej wyróżniające się zawodniczki Kaperki Puck będą zapraszane na testy sportowe do UKS SMS Łódź.

Dawid Arndt wystąpi przeciwko drużynie ŁKS



Interweniuje Dawid Arndt

FOT. KRZYSZTOF SZYMCAK

Dariusz Kuczmera

Piłkarze ŁKS przygotowują się do sobotniego meczu z Chrobrym Głogów w Łodzi. Początek o godz. 19.30.

Chrobry Głogów, którego bramki strzegł były gołkiper ŁKS Dawid Arndt, na zakończenie 20. kolejki Betclia 1. Ligi zremisował bramkowo ze Stalą Rzeszów (1:1). Na bramkę dla gości w 19. minucie autorstwa Sebastiana Thilla z rzutu karnego odpowiedział z rzutu karnego Myrosław Mazur.

Wczoraj U2 ŁKS Store zamienił się w miejsce pełne emocji, spotkań i wyjątkowych okazji.

Z myślą o kibicach Łódzkiego Klubu Sportowego przygotowano specjalne wydarzenie - „Dzień Elkaesiaka”. To było spotkanie przed pierwszym meczem domowym i wspólnie rozpoczęcie rundy wiosennej na ŁKS-

„Dzień Elkaesiaka” to był kilkugodzinny event skierowany do wszystkich, którzy żyją ŁKS-em na co dzień i chcą poznać klub od środka. To nie tylko okazja, by spotkać swoich idoli z boiska, ale także by poznać nowości produktowe, szczegóły dotyczące nowego projektu skierowanego do przedsiębiorców oraz elementy naszej strategii sprzedażowej i komunikacyjnej.

Nagi tors mistrza dla „Herminatora”

Dariusz Kuczmera

Austriak Benjamin Karl po drugim z rzędu zwycięstwie olimpijskim w snowboardowym slalomie gigantycznym cieszył się z sukcesu ściągając strój i eksponując nagi tors.

Karl, który wywalczył złoto również cztery lata temu w Pekinie, po zwycięskim niedzielnym finale zjechał snowboardowy kombinezon, wykonał pozę sztangisty, a następnie upadł gołą klatką piersiową w śnieg.

„Cieszynka” mogła wydawać się spontaniczna, ale Austriak przyznał, że był to długo planowany hołd dla jego rodaka, legendy narciarstwa alpejskiego Maiera, który był nazywany „Herminatorem” i często świętował zwycięstwa w podobny sposób.

- Był jednym z najwybitniejszych narciarzy wszech czasów w Austrii i kiedyś zrobił coś takiego. Zawsze chciałem to powtórzyć - powiedział dwukrotny mistrz olimpijski.

I powtórzył w bardzo wyjątkowy sposób.



Benjamin Karl

FOT. DAWID PETER KLAUNER

Czwartek



Wschód słońca
6.55



Zachód słońca
16.44



Długość dnia
9 godzin i 49 minut



Krótszy od najdłuższego o 6 godz. i 57 min. i
dłuższy od najkrótszego o 2 godz. i 15 min.

12

lutego 2026

DZIŚ IMIENINY OBCHODZĄ
Eulalia, Ewa, Ludwik, Modest.

HOROSKOP

Baran



(21.03-19.04) Możesz być zmu-
szony do szybkiego myślenia.
Nie bój się zmian – traktuj je jako
możliwość nauki i rozwoju.

Byk



(20.04-22.05) Możesz odczuwać
większą wrażliwość na atmosferę
w pracy. Nie daj się temu zwario-
wać.

Bliznięta



(23.05-21.06) Postaraj się być
liderem, inspirującym innych
do działania. Twój entuzjazm
będzie zaraźliwy.

Rak



(22.06-22.07) Bądź pragmatycz-
ny i wykorzystaj swoje umiejęt-
ności analityczne do rozwiązywania
problemów.

Lew



(23.07-23.08) Twoja umiejętność
mediacji i rozwiązywania konflik-
tów może być dzisiaj bardzo przy-
datna.

Panna



(24.08-22.09) Twoja siła we-
wnętrzna i zdolność do koncentra-
cji będą dzisiaj kluczowe. Wykorzy-
staj te atuty.

Waga



(23.09-22.10) Bądź otwarty
na możliwości rozwoju i nauki.
Twoja optymistyczna postawa
będzie inspirująca dla innych.

Skorpion



(23.10-21.11) Bądź gotowy na po-
dejmowanie odpowiedzialności
i wykorzystaj swoje umiejętności
zarządzania czasem.

Strzelec



(22.11-21.12) Możesz być inspi-
racją dla innych poprzez swoją krea-
tywność i nietuzinkowe podejście
do rozwiązywania problemów.

Koziorożec



(22.12-19.01) Pamiętaj o dbaniu
o swoje zdrowie psychiczne i emo-
cjonalne. To stanie się podstawą
sukcesu w każdej dziedzinie.

Wodnik



(20.01-18.02) Pamiętaj, aby bez-
względnie zachować cierpliwość
i nie podejmować zbyt pochop-
nych decyzji.

Ryby



(19.02-20.03) Będziesz musiał
przeanalizować swoje cele i zapla-
nować, jak je osiągnąć. Bądź wy-
trwały.

WOJCIECH MODEST AMARO

Kucharz i restaurator,
kończy dzisiaj 54 lata.
W 1971 r. odbyła się premiera
1. odcinka serialu telewizyjnego
„Doktor Ewa” z Ewą
Wiśniewską w tytułowej roli.
W 1999 r. premiera filmu
„Ogniem i mieczem”
w reżyserii Jerzego Hoffmana.



FOT. LUKASZ BOBEK / POLSKA PRESS

POGODA

Dzisiaj w Łodzi

maks. 4°C
min. 2°C



Jutro

maks. 4°C
min. 3°C



Sobota

maks. 6°C
min. 2°C



Niedziela

maks. -3°C
min. -3°C



Poniedziałek

maks. -2°C
min. -6°C



UŚMIECHNIJ SIĘ



Czyżby król chodził tutaj piechotą?

FOT. JACEK ZEJMA

FELIETONIK

PREZENT DLA ŁÓDZIAN
CZY DLA DEWELOPERA?

Łódź ma gest. Urzędnicy ogło-
sili, że w połowie roku 2026
rozpocznie się budowa nowej
linii tramwajowej za 70 milio-
nów złotych. Można by się
tylko cieszyć, gdyby to była li-
nia prowadząca do jakiegoś
osiedla, gdzie dojazd jest
trudny, korki i brak parkin-
gów. Gdyby to oznaczało sko-
munikowanie jakiegoś odle-
głego krańca naszego miasta.
Ale nie. To będzie tramwaj

„do dewelopera”, czyli zbudowa-
ny po to, aby uatrakcyjnić
mieszkania sprzedawane
przez kolejne prywatne firmy
w tzw. Nowym Centrum Ło-
dzi. Tramwaj będzie jechał
od Kopcińskiego przez Aleję
Grohmanów, Wierzbową
do Węglowej i dalej po istnie-
jących torach do dworca Łódź
Fabryczna. Dokładnie taką
samą trasę można pokonać
tramwajem obecnie, tyle że
po drodze zahaczając o szpi-
tal Barlickiego, gdzie dojeżd-
ża mnóstwo Łódzian. Po co
więc kolejna linia, nieco tylko
inną trasą, za to kosztująca 70
baniek? Odpowiedź jest prosta. Po to,
aby mieszkania dewelope-
rów były jeszcze atrakcyjniej-
sze, a do prospektu reklamo-
wego można było wpisać „Bli-
sko do przystanku tramwajo-
wego, do dworca Łódź Fa-
bryczna 3 minuty jazdy”. Kto
na tym zyska? No cóż, miejmy
nadzieję że cała Łódź a nie
tylko deweloper.

Jan Wędrawniczek

KRZYŻÓWKA

Poziomo:

- idzie z góry,
- równość terenu,
- choroba zakaźna jak karma dla zwierząt,
- kraj arabski z Maskatem,
- poroże jelenia,
- powieść opisująca przygo-
dy Kmicica,
- stolica Albanii,
- laryngolog – słuch; okulista
-?,
- ociosany pień drzewa,
- pokój w wiejskiej chacie,
- abażur wiszącej lampy,
- gałgan w kuchni,
- pierwsza w liceum lub po-
ciągu,
- amunicja do broni myśliw-
skiej,
- kończy się w sylwestra,
- mały chłopiec,
- okres 10 dni,
- dziesiąte w wieżowcu,
- wielka siła, moc,
- pozycja społeczna danej
osoby,
- uczeń seminarium duchow-
nego,
- pretensja noszona w sercu,
- zarobkowo wozi pasażerów
po mieście.

Pionowo:

- przydatna rowerzyście,
- harcerska ekipa,
- na końcu zdania,
- z paprotką na parapecie,
- marynarka plus spodnie,
- nie postępuje tak jak inni,
cudak,

1		2		3		4			5			6		7		8
						9										
				10		11			12	13						
14						15						16				
				17					18							
19	20		21			22						23	24		25	
					26						27					
28					29								30			
31		32		33								34	35		36	37
38												39				
40													41			
				42												



- handlowa propozycja,
- buraczki z tartym chrza-
nem i octem
- wśród muszkieterów,
- enklawa zieleni na Saharze,
- słony akwen,
- kraj z inwokacji w „Panu Ta-
deuszu”,
- małe rudego ssaka leśnego,
- kod do złamania,
- celebrowana przez kapłana
w kościele,
- wymuszany przez kidnap-
erów,
- spacerowe miejsce w
mieście,
- nić chirurgiczna do zszy-
wania tkanek,
- Agnieszka, aktorka z seria-
lu „Niania”,
- nieproszony gość,
- artystyczny rysunek na
ciele,
- ograniczona przestrzeń.

DZISIEJSZE ŚWIĘTA:
OGÓLNOPOLSKI
DZIEŃ PISANIA
PIOREM

PRZYSŁOWIE NA DZIŚ:
NA LUDWIKA
NA GRUDZIE
KON UTYKA