

CZY ZWOLNIENIE LEKARSKIE MOŻE BYĆ PRZYCZYNĄ ZWOLNIENIA Z PRACY?

STR. 7

EXPRESS

ilustrowany



**CHODZI DO KOŚCIOŁA
NIE DLA KSIĘŻY,
A DLA BOGA**

● Roxie Wegiel wraca
do sprawy zapłaty za ślub

STR. 18

Tramwaje stanęły



**WLAZŁ KOTEK
POD SILNIK**

STR. 4

POLITYKA



**SZARA
EMINENCJA
POZA PIS**

STR. 4

Aleja Włókniarzy



**ZMIANY
PRZY KALISKIEJ**

STR. 5



UPALNY POZĄTEK WAKACJI

- Temperatura w Łodzi sięgnęła 38 stopni w cieniu. W pełnym słońcu, gdzie brakuje zielni, termometry mogły pokazać nawet ponad 60!
- Pełne kąpieliska i klimatyzowane galerie handlowe, za to pustki na ulicach i odwołane imprezy. To był prawdopodobnie najgorętszy weekend tego lata.

STR. 3, 6



UKROP LEJE SIĘ Z NIEBA

EXPRESSOWO

PORT ŁÓDŹ. Nagrody dla Czytelników „Expressu”
Pierwsze sto osób, które pojawiły się w punkcie info w niedzielę z piątkowym wydaniem „Expressu Ilustrowanego” i pokazały w nim reklamę Portu Łódź dostało prezent - do wyboru była: torba termiczna lub torba płócienna z logo Portu.
- Czytam „Express” od wielu lat. Fajnie, że są takie akcje doceniające czytelników. Pamiętam, jak 40 lat temu stałam z mamą w kolejce do kiosku po „Expressiaka”. Trzeba było się spieszyć, żeby nie wykupili - wspomina pani Elżbieta, Czytelniczka, którą spotkaliśmy w Porcie Łódź.

(EK)

POW. PABIANICKI. Sarna wbiegła przed samochód
Chwile grozy przeżył 29-letni kierowca mini coopera, który w nocy z czwartku na piątek (z 25 na 26 czerwca) wjechał samochodem w sarnę. Zwierzę wbiegło niespodziewanie na ul. Bełchatowską w Dłutowie (fragment drogi wojewódzkiej nr 485), gdy 29-latek wracał do domu.
- Kierowcy mini coopera nic się stało. Ale auto zostało odholowane. Policjanci zatrzymali dowód rejestracyjny rozbitego auta - informuje podkom. Agnieszka Jachimiek z Komendy Powiatowej Policji w Pabianicach.
„Apelujemy do kierowców o dostosowanie prędkości do warunków panujących na drodze oraz zachowanie wzmożonej czujności, szczególnie w miejscach oznaczonych znakiem ostrzegawczym A-18b „zwierzęta dzikie” - czytamy w policyjnym komunikacie.

(LS)

Bląkała się na ulicy Milionowej

Ta trzyletnia suka została znaleziona na ul. Milionowej. 25 czerwca trafiła do łódzkiego schroniska dla zwierząt. Waży ok. 5 kg. Nie ma czypa. Jej właściciel lub osoba, która chciałaby ją przysiągnąć, może zadzwonić pod numery telefonów: 501 437 232, 724 402 447 lub 500 099 995.



FOT. SCHRONISKO-ŁÓDŹ.PL

POW. ZGIERSKI. Włamywacz-romantyk miał pecha
Dwa razy włamał się do kwiatomatu i ukradł bukiety kwiatów. Romantyczny złodziej miał pecha, bo nagrała go kamera w urzędzeniu. Kradł w Strykowie, wpadł w Głownie. Grozi mu do 10 lat więzienia
Policja poinformowała, że doszło do tego 20 i 23 czerwca. Jak się okazało, nie była to jego pierwsza kradzież.
- Od pewnego czasu na ulicach naszych miast spotkać możemy tzw. kwiatomaty. Dzięki temu sprytnemu pomysłowi każdy zapominalski może szybko kupić bukiet i uniknąć nieprzyjemnych konsekwencji. Jedno z takich urządzeń stało się celem 36-lata. Po sforsowaniu zamka elektromagnetycznego i zniszczeniu drzwiczek zabrał bukiety kwiatów. Jego wizerunek został zarejestrowany przez monitoring, a policjanci z komisariatu w Strykowie rozpoczęli poszukiwania - informuje sierż. sztab. Bartłomiej Arcimowicz z Komendy Powiatowej Policji w Zgierzu.
- Tego samego dnia był on już w ich rękach. Niczego nie świadomy został zatrzymany na jednej z ulic w Głownie. Po dokładnej analizie innych spraw prowadzonych przez funkcjonariuszy okazało się, że 36-latek ma sporo na sumieniu. Dokonywał on bowiem licznych kradzieży artykułów drogerii z sklepów w Głownie i Strykowie. Trafił do policyjnej celi. Usłyszał łącznie pięć zarzutów kradzieży, kradzieży z włamaniem i zniszczenia mienia. Grozi mu do 10 lat pozbawienia wolności - dodaje sierż. sztab. Bartłomiej Arcimowicz.

(JN)

Postanowiła zawrócić na autostradzie A1

51-letnia kobieta kierująca toyotą wjechała na pas awaryjny i jechała nim pod prąd. Policjantom tłumaczyła, że winna jest nawigacja.

Lila Sayed

Niebezpieczny manewr zauważyła załoga transportu medycznego, która natychmiast powiadomiła policjantów. Kobieta była trzeźwa, a za popełnione wykroczenia odpowie przed sądem.

- 23 czerwca 2026 roku, kilka minut przed godz. 17, policjanci z komisariatu w Kamieńsku otrzymali zgłoszenie o kierującej, która porusza się pod prąd na autostradzie A1 w rejonie węzła Kamieński. Informację przekazała załoga transportu medycznego, która jechała autostradą w kierunku Katowic - poinformował aspirant Dariusz Kaczmarek, oficer prasowy KPP w Radomsku.

Badanie trzeźwości wykazało, że 51-letnia mieszkanka woj.



Wyczyni 51-latkę nagrała kamera. Na zdjęciu moment wjazdu pod prąd na pasie awaryjnym.

FOT. KPP W RADOMSKU

łódzkiego nie znajdowała się pod wpływem alkoholu. W rozmowie z policjantami wyjaśniła, że na węźle autostrady A1 w Kamieńsku pomyliła zjazdy. Gdy zorientowała się, że nawigacja prowadzi ją w kierunku Katowic, zamiast do Łodzi, postanowiła zawrócić, znajdując się na pasie włączenio-

wym autostrady. Potwierdziła również, że po wykonaniu tego manewru wjechała na pas awaryjny i jechała nim pod prąd do zjazdu w Kamieńsku.

Policjanci zatrzymali 51-latekce prawo jazdy oraz skierowali do sądu wnioski o ukaranie za popełnione wykroczenia.

TRAGEDIA NA WIDZEWIE WSCHODZIE

Lila Sayed

54-letni mężczyzna wypadł z VI piętra wieżowca przy ul. Lermontowa na Widzewie Wschodzie. Do tragedii doszło ok. godz. 3.30 w nocy z soboty na niedzielę (z 27 na 28 czerwca). 54-latek zginął na miejscu.

Po tym, jak do Centrum Powiadomienia Ratunkowego w Łodzi wpłynęło zgłoszenie dotyczące zakrwawionego, nieprzytomnego mężczyzny, na miejsce przybyły policja, pogotowie i strażacy. Ekipa pogotowia podjęła reanimację. Walka o życie 54-lata trwała kilkadziesiąt minut. Niestety, lekarz stwierdził zgon.

Jak ustalili policjanci, 54-latek wypadł z okna na VI piętrze wieżowca. Jakże były okoliczności tragedii? Czy to był nie-



Służby na miejscu tragedii.

szczęśliwy wypadek, czy mężczyzna targnął się na swoje życie, czy ktoś go wypchnął



Mężczyzna wypadł z VI piętra.

przez okno? Sprawdzają to funkcjonariusze łódzkiej policji pod nadzorem prokuratury.

FOT. GOOGLE MAPS, CZYTELNIK

POLICJA

Wyludzali pieniądze
z firm medycznych

FAŁSZYWE FAKTURY I SZKODY NA 12 MLN ZŁ

Magdalena Jach

Ponad stu policjantów, 37 zatrzymanych, blisko 1,26 mln zł zabezpieczonej gotówki i straty szacowane na co najmniej 12 mln zł - to bilans szeroko zakrojonej akcji przeprowadzonej przez funkcjonariuszy Komendy Miejskiej Policji w Łodzi pod nadzorem Prokuratury Regionalnej w Łodzi. Śledztwo dotyczy działalności grupy, która mogła wyprowadzać pieniądze z trzech spółek z branży medycznej poprzez zawieranie fikcyjnych umów zlecenia.

Według śledczych, proceder trwał od lipca 2023 r. do stycznia 2026 r. Do przestępstw dochodziło przede wszystkim w Łodzi i Krakowie, ale też w innych miejscowościach w kraju. Osoby odpowiedzialne za reprezentowanie podmiotów gospodarczych zawierały pozornie umowy zlecenia dotyczące wykonywania określonych prac i zadań. W rzeczywistości zlecane czynności nie były realizowane, a część środków wypłacanych w formie wynagrodzeń wracała do organizatorów procederu. Potem pieniądze były rozdzielane między inne osoby zaangażowane w przestępczy mechanizm.

Działania te doprowadziły do strat finansowych wynoszących co najmniej 12 mln zł. Śledczy podkreślają, że szacowanie pełnej wysokości szkody trwa, a jej wartość może sięgnąć nawet 30 mln zł.

Zatrzymania nastąpiły pod koniec czerwca w Krakowie, dokąd pojechali łódzcy policjanci. Wszyscy zatrzymani usłyszeli już zarzuty, przede wszystkim dotyczące wyrządzenia szkody w obrocie gospodarczym.

Na wnioski prokuratora sąd zdecydował o zastosowaniu tymczasowego aresztowania wobec czterech podejrzanym. Wobec kolejnych 30 osób prokurator zastosował środki wolnościowe w postaci dozoru policyjnego oraz poręczeń majątkowych. Niewykluczone są kolejne zatrzymania oraz rozszerzenie zakresu zarzutów.

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 Reklam 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 Gałuszka
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@polskapress.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 uzyskaniu zgody z cennikiem zamieszczonym na stronie <http://www.expressilustrowany.pl/tresci> i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Rekordowe upały na początek wakacji

Pełne kąpieliska i klimatyzowane galerie handlowe, za to pustki na ulicach i odwołane imprezy. To był prawdopodobnie najgorętszy weekend tego lata. Temperatura w Łodzi sięgnęła 38 stopni w cieniu, a w pełnym słońcu termometry mogły pokazać nawet ponad 70!

Emila Kutlu, Lila Sayed, Matylda Witkowska

Oblężone były Stawy Jana. Mimo upału, niektórzy zdecydowali się nawet rozpalić grilla. Na siatkówkę jednak nie było chętnych - boiska świeciły pustkami.

Aktywność fizyczną zastąpiło plażowanie. Na tych, którzy szukali ratunku przed słońcem, czekały budki z lodami. Za chwilę lodowej przyjemności trzeba było zapłacić aż 9 zł za gałkę.

Aquapark Fala także pękał w szwach. W niedzielny poranek przed wejściem na baseny ustawiała się gigantyczna kilkudziesięciometrowa kolejka. Dojście do kasy trwało nawet godzinę.

- Zanim wejdę do wody, to tu umrę z przegrzania. Nie będę stał w tym słońcu - powiedział nam pan Grzegorz, który

chciał się ochłodzić na fali, ale zrezygnował.

Na spacer w centrum miasta zdecydowało się niewielu. Ulice praktycznie były puste, podobnie jak tramwaje i autobusy MPK. Nie wszystkie tramwaje i autobusy są wyposażone w działającą klimatyzację - a łodzianie dobrze o tym wiedzą.

Wczoraj w ciągu dnia w Parku na Zdrowiu nie było żywej duszy. Za to z głośników leciał komunikat straży miejskiej z ostrzeżeniem, by nie przebywać na otwartej przestrzeni, bo słońce jest dziś szczególnie niebezpieczne. Chętnych nie było także na zwiedzanie łódzkiego zoo. Świadczył o tym przede wszystkim pusty parking.

Odwołane imprezy

W Strykowie w sobotę tuż przed południem miały się zacząć zawody motocyklowe

strefy centralnej Polski Moto-cross 2026. Ze względu na zapowiadane upały i w trosce o bezpieczeństwo zawodników zostały odwołane, a tor motocrossowy zamknięty do odwołania.

Z kolei w Manufakturze odwołano wizytę uczestników powstania warszawskiego, którzy w południe mieli być gośćmi Pikniku Weterana.

Na wcześniejsze godziny przeniesiono sobotnie zawody sportowo-pożarnicze OSP na stadionie w Brzezinach.

Alarmy i ryzyko utonięcia

Upały i tłumy na plażach zwiększają ryzyko utonięcia. W sobotę o godz. 19.46 dyżurny PSP w Łodzi otrzymał zgłoszenie, że potrzebna jest pomoc strażaków na Stawach Jana w Łodzi. Chodziło o poszukiwania plażowicza, który zaginął podczas wypoczynku na kąpielisku.



Po pomoc zadzwoniła żona. Kobieta straciła go z oczu. Bała się, że zaginął pod taflą wody. Strażacy wyposażeni w

sprzęt służący do prowadzenia akcji ratowniczych na wodzie i pod wodą ruszyli natychmiast. Wszystko zakończyło się, bo mężczyzna odnalazł się na brzegu cały i zdrowy. Okazało się, że... był pijany.



To nie widokówka z lat 70. XX w. Tak pusto było w ten weekend na ulicach Łodzi.

FOT. HUBERT KUBIAK



Wiele osób korzystało z handlowej niedzieli, by spędzić kilka godzin w klimatyzowanych galeriach. Tłumy były m.in. w Manufakturze.

FOT. GRZEGORZ GALASINSKI



Kolejka przed kasami Fali była wczoraj bardzo długa.

AKCJA CHARYTATYWNA

0011543850

EXPRESS ILUSTROWANY

DZIENNIK ŁÓDZKI

GAWUSZ FUNDACJA

PARTNER OGÓLNOPOLSKI

POLREGIO

PARTNER OGÓLNOPOLSKI

SKARBIEC

PARTNER OGÓLNOPOLSKI

DRZAZGA CLINIC
LASEROTERAPIA & MEDYCYNA ESTETYCZNA

PARTNER OGÓLNOPOLSKI

SKY QUANT

PARTNER OGÓLNOPOLSKI

KLESZCZÓW
FUNDACJA ROZWOJU GMINY

● A na imię ma Szynek

Schował się pod silnikiem



Filip Kijewski

W sobotę, 27 czerwca, na ul. Aleksandrowskiej ruch tramwajowy stanął w miejscu. A było to tak:

Wracałem z pracy, gdy zobaczyłem, że tramwaje przy Szparagowej stoją. Kręcili się przy nich pracownicy MPK, którzy próbowali ustalić przyczynę usterki. Podejrzewali uszkodzenia podwozia. Tymczasem ja, chociaż myślałem, że słuch mnie myli, usłyszałem... miauczenie.

I jakie było zdziwienie wszystkich, gdy okazało się, że miałem

rację i pod jednym ze składów ukrył się mały kot. Zwierzę wcisnęło się pod silnik i nie reagowało na próby wyciągnięcia go.

Na miejsce przyjechał animal patrol straż miejskiej, a nawet policja. Technicy rozkręcili obudowę przy silniku tramwaju, żeby dostać się do zwierzęcia. Przez kilka godzin pasażerowie linii 2, 5 i 8 musieli korzystać z autobusów zastępczych oraz linii 78 i 84.

- Kot dostał się pod wagon tramwaju na ul. Aleksandrowskiej. Początkowo morderczy próbowała go wydo-

stać spod podwozia, jednak nie było to możliwe. Na miejsce wezwano służby - nadzór ruchu i straż miejską. Mimo ich interwencji zwierzę nadal było zaklinowane i nie chciało wyjść, dlatego rozważano wezwanie specjalistycznego pojazdu technicznego. Ostatecznie nie było to konieczne, kota udało się bezpiecznie wydostać - mówi rzecznik MPK Łódź.

Wraz ze służbami wdrapałem się pod tramwaj i próbowałem wyciągnąć przestraszonego kociaka. W końcu jakoś z pracownikami MPK i animal

patrolem wyciągnęliśmy kociaka. Po całej akcji wyglądałem jakbym właśnie wyszedł z całonocnej szyci w kopalni, ale było warto!

Kot wyszedł bez szwanku. Co ważniejsze - nie bez opieki. Zgłosiła się kobieta, która chce go przysiąść.

- Jak tylko zobaczyłam, co się dzieje, wiedziałam, że muszę go wziąć - powiedziała nowa właścicielka kota, mieszkanka Łęczycy, pasażerka zablokowanego przez kota tramwaju. - Taki dzielny kociak zasługuje na to. Już mu nawet wybrałam imię - Szynek.

Janina Goss poza PiS. To decyzja Agnieszki Wojciechowskiej van Heukelom

Matylda Witkowska

Janina Goss, szara eminencja łódzkiego Prawa i Sprawiedliwości, nie jest już członkiem tej partii. Taką decyzję podjęła pełnomocniczka okręgu łódzkiego poseł Agnieszka Wojciechowska van Heukelom. Powód? Niepłacenie składek członkowskich.

- Nasz statut mówi, że członkostwo w partii ustaje w przypadku niepłacenia składek przez sześć miesięcy - wyjaśnia poseł Agnieszka Wojciechowska van Heukelom, pełnomocnik partii w okręgu łódzkim. - W przypadku pani mecenas Janiny Goss trwało to już kilkanaście miesięcy. W związku z tym członkostwo ustało, co ja, jako pełnomocnik okręgu stwierdzam - dodaje.

Agnieszka Wojciechowska van Heukelom wyjaśnia, że decyzja wynika z konieczności

zrobienia porządku w dokumentach.

- Przepisy statutu obowiązują wszystkich. Natomiast pani Janina jest prawnikiem i zna zapisy statutu - zaznacza Wojciechowska van Heukelom.

Trudno mówić tu o zapomnieniu. Janina Goss była w siedzibie PiS w poniedziałek (22 czerwca). Występowała jako świadek przed sądem dyscyplinarnym partii, który zajmował się sprawą usunięcia z partii radnych Radosława Marca oraz Krzysztofa Stasia.

83-letnia Janina Goss przez lata była szarą eminencją w łódzkim PiS i jedną z najbardziej wpływowych osób wśród łódzkiej prawicy. Blisko przysięgała się z Jarosławem Kaczyńskim, zasiadała w radach nadzorczych TVP, Polskiego Radia, później Orlenu i PGE. Głośna była sprawa jej pożyczki dla Jarosława Kaczyńskiego, a także pasja zielarska.



FOT. ADAM JANKOWSKI

AUTOREKLAMA

2311460967

Plebiscyt MISTRZOWIE URODY

Głosuj na **najlepszych specjalistów** branży beauty!



EXPRESS
ILUSTROWANY

Zagłosuj na kandydatów do nagrody: www.expressilustrowany.pl/uroda

● **Remont**

Utrudnienia przy Kaliskim



Dziś drogowcy zamykają zachodnią część wiaduktu na al. Włókniarzy. Roboty mogą potrwać nawet półtora roku!

FOT. GRZEGORZ GALASINSKI

KOLEJNE FUNDAMENTY KAMIENIC W DZIELNICY, KTÓREJ JUŻ NIE MA

Jacek Zemła

Podczas budowy ciągu pieszo-rowerowego wzdłuż ul. Nowomiejskiej i parku Staromiejskiego odkryto fundamenty kamienic. Podobne artefakty ujawniły się podczas przebudowy ul. Północnej, a całkiem niedawno natrafiono na fundamenty kamienic także pod ul. Franciszkańską.

To kolejne świadectwo przedwojennej zabudowy Łodzi. Nie istniał wtedy park Staromiejski, kwartał ulic pomiędzy Północną, Franciszkańską, Zachodnią i Starym Rynkiem oraz Podrzeczną zabudowany był gęsto kamienicami, w których w większości mieszkali Żydzi.

Kamienice te zostały zburzone podczas okupacji niemieckiej. Jednak ślady, pamiętki i przedmioty codziennego użytku są w tym rejonie wykopywane podczas niemal każdego remontu ulic. Archeolodzy zbadają także i odkryte obecnie pozostałości.

Po zakończeniu badań wzdłuż parku Staromiejskiego pojawi się nowa, asfaltowa droga dla rowerów, wymienione zostaną chodniki, a ponadto po obu stronach ulicy pojawią się zatoczki postojowe, których wcześniej tu nie było. Po wschodniej stronie drogi będą to dwie zatoczki, w każdej zmieści się po kilka aut. Natomiast po stronie zachodniej powstanie zatoczka z miejscami dla osób niepełnosprawnych. Łącznie pomieszczą one około 15 pojazdów.

To nie wszystkie inwestycje w okolicy Starego Rynku i parku Staromiejskiego. Latem rozpocznie się remont ul. Podrzecznej, odnowiona zostanie także ul. Łagiewnicka na najbardziej zniszczonym odcinku - ul. od Zawiszy Czarnego do ul. Wojska Polskiego. Na Zachodniej trwa z kolei przebudowa ciągów pieszo-rowerowych i przystanków autobusowych, natomiast wiosną zakończył się remont ul. DREWnowskiej pomiędzy Zachodnią i Zgierską.

Jacek Zemła

Kierowcy muszą zwracać baczniejszą uwagę w okolicy dworca Łódź Kaliska. Od dziś zamknięta jest zachodnia część estakady na al. Włókniarzy (ta od strony dworca). Ruch aut w obie strony został skierowany na część wschodnią wiaduktu oraz na jezdnię dolne. To oznacza, że będzie ciasno, choć na początku wakacje mogą uratować sytuację.

Po ostatniej inspekcji stanu estakady drogowcy zdecydowali, że trzeba ją pilnie poddać

renowacji. Jeszcze się nie sypie, ale - jeśli od razu nie zostaną przeprowadzone prace zabezpieczające - to będzie taka sama sytuacja, jak na ul. Przybyszewskiego, gdzie ze względu na zły stan techniczny wiaduktu trzeba było ograniczyć przejazd do jednego pasa ruchu.

Mosty wracają po 30 latach

Przez ostatnie dwa tygodnie wykonane zostały tzw. przewiązki, czyli przejazdy z jednej jezdni al. Włókniarzy i Jana Pawła II na drugą przed wjazdami na estakadę. Od ponie-

działku zmienia się organizacja ruchu na tym odcinku. Wszystkie samochody podążające zarówno w kierunku Górnej jak i w kierunku Bałut będą skierowane na jeden wiadukt. Drugi zostanie zamknięty i pojawią się tu ekipy firmy Mosty Łódź, która obiekt ten budowała w połowie lat 90. ubiegłego wieku.

- Estakada biegnąca wzdłuż al. Włókniarzy oraz al. Jana Pawła II to jedno z najważniejszych miejsc na komunikacyjnej mapie Łodzi. Po trzech dekadach użytkowania przyszła pora na jej remont, który jest

konieczny, aby obiekt mógł dalej bezpiecznie służyć mieszkańcom przez kolejne długie lata - informuje Wiktor Stańczyk, rzecznik Zarządu Dróg i Transportu w Łodzi. - Zaplanowany zakres prac zakłada m.in. remont odwodnienia, wzmocnienie i remont filarów oraz zabezpieczenie stalowych elementów przed korozją. Na czas prac wprowadzona zostanie tymczasowa organizacja ruchu. Przejazd będzie możliwy jedną jezdnią, bez zmian kursować będą natomiast tramwaje i autobusy MPK.

Na razie jeden, jak będą pieniądze to drugi też

Remont ma potrwać do jesieni 2027 r., czyli około półtora roku. Na razie nie ma decyzji, czy zaraz po zakończeniu jednej części wiaduktu Mosty Łódź przystąpią do remontu drugiej. Jej stan jest podobno lepszy od tej od strony dworca, a poza tym trzeba zapewnić finansowanie kolejnych prac.

Czy remont spowoduje korki na al. Włókniarzy? Remont rusza w pierwszym dniu wakacji, kiedy ruch w mieście jest znacznie mniejszy, może więc nie będzie tak źle. Przynajmniej na początku.



Ekipa pracująca na ul. Nowomiejskiej odkryła pod powierzchnią ziemi fundamenty kamienic.

FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK



Zachodnia część estakady od dziś jest zajęta przez ekipy remontowe.

FOT. GRZEGORZ GALASINSKI

AKCJA CHARYTATYWNA

0011543790



Rekordy temperatur, a potem burze

Przez Polskę i inne kraje europejskie przechodzi fala upałów. W wielu miejscach padły rekordy temperatur, obowiązuje zagrożenie pożarowe. Mogą wystąpić burze.

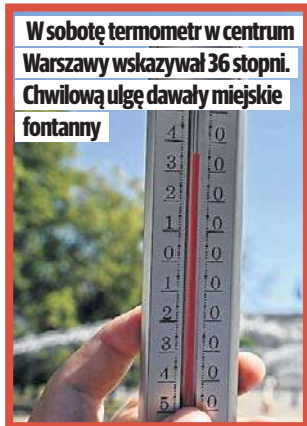
Karolina Wrońska, PAP

Pierwszy rekord, jaki padł, zanotowały w sobotę Słubice. Grzegorz Duniec, dyrektor Centrum Meteorologicznej Osłony Kraju IMGW-PIB, przekazał na antenie TVN24, że w sobotę na tamtejszej stacji meteorologicznej zmierzono temperaturę 38,9 stopnia Celsjusza, najwyższą, jaką kiedykolwiek odnotowano w czerwcu w Polsce.

Historyczny rekord to 40,2 stopnia w Prószkowie pod Opolem. Było to 29 lipca 1921 roku. Niewykluczone, że w tę niedzielę rekord ten został pobity, bo w wielu miejscach kraju słupki sięgały 40 stopni.

Upały to nie wszystko - z zachodu nadciąga zimniejsze powietrze, które może przynieść gwałtowne burze. IMGW wydał w niedzielę ostrzeżenia II stopnia przed burzami w znacznej części województw: lubuskiego, zachodniopomorskiego, wielkopolskiego, pomorskiego, kujawsko-pomorskiego oraz warmińsko-mazurskiego.

W niedzielę na terenie całego kraju obowiązywał także



FOT. RADEK PIETRUSZKA / PAP

alert Rządowego Centrum Bezpieczeństwa. „Uwaga! Prognozowany upał. Unikaj przebywania na słońcu i wysiłku fizycznego. Nawadniaj się. Noś nakrycie głowy i lekką odzież”.

RCB wydało też alert w związku z dużym zagrożeniem pożarowym lasów w pięciu województwach. Ale według mapy opublikowanej w niedzielę przez Instytut Badawczy Leśnictwa wynika zaś, że zagrożenie pożarowe - duże i średnie - obowiązuje na terenie całego kraju.

Wiele interwencji

Lekarze w całym kraju mają ręce pełne roboty w związku

ku z upałami, również nad morzem. Rzecznik prasowy spółki Szpitala Pomorskie (zarządzającej m.in. SOR-ami w Gdyni i Wejherowie) Krzysztof Piotrowski powiedział, że personel medyczny pracuje obecnie pod ogromnym obciążeniem. - Mamy dziś do czynienia z pełną paletą przypadków powiązanych z wysokimi temperaturami. Odnotowujemy zdecydowanie więcej zaszłań, poparzeń oraz zaburzeń rytmu serca i zawałów - przekazał Piotrowski.

Wzrost liczby zgłoszeń w związku z falą upałów odnotowano też np. w Kielcach, gdzie ruch jest co najmniej o 50 proc. większy niż zwykle, a do południa operatorzy odebrali tyle zgłoszeń, ile zazwyczaj wpływa do godz. 17. Wśród zgłoszeń przeważają sprawy wymagające interwencji medycznej, zwłaszcza dotyczące zaszłań.

Zwiększoną liczbę zgłoszeń odnotowano również w Poznaniu: między innymi chodziło o zaszłań czy problemy kardiologiczne. Także i w Katowicach zaobserwowano zwiększoną liczbę zgłoszeń związanych z omdleniami i problemami wynikającymi z upałów.

O 30 proc. więcej zgłoszeń odnotowywanych jest we Wrocławiu i Legnicy. W przypadku stolicy województwa najczęściej są to zaszłań w miejscach publicznych. Z kolei w Legnicy ratownicy i lekarze częściej muszą pomagać pacjentom podczas wizyt domowych.

Również ratownicy TOPR informują, że w weekend mieli dużo zgłoszeń i akcji związanych z gorszym samopoczuciem turystów przez upały - zdarzają się m.in. omdlenia.

Nie wychodźcie z domów

W opublikowanym nagraniu na portalu X premier Donald Tusk zaapelował o ostrożność w związku z pogodą. „Moja dobra rada dla wszystkich - jeśli nie musicie wychodzić na słońce dzisiaj, szczególnie po południu, to nie wychodźcie i dbajcie przede wszystkim o najmłodszych i najstarszych” - powiedział.

O ostrożność w związku z upałem apelują też służby - w tym ratownicy Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego. Ratownik bieszczadzkiej grupy GOPR, Jerzy Godawski zauważył, że klu-

czowe w takich warunkach jest osłonięcie się przed słońcem, nakrycie głowy oraz duża ilość płynów.

Czerwono w całej Europie

Polska to jedno z wielu państw Europy mierzących się z wysokimi temperaturami.

Z piątku na sobotę duńskie służby meteorologiczne odnotowały najcieplejszą czerwową noc w historii pomiarów - w Nordby na wyspie Fanoe, w południowo-zachodniej Danii, temperatura wyniosła 22,5 stopnia Celsjusza. Przekroczenie 20 stopni oznacza, że była to noc tropikalna, co jest rzadkim zjawiskiem dla Skandynawii. Poprzedni rekord, 22,4 stopnia Celsjusza, odnotowano w Sandvig na Zelandii w 1917 roku oraz w Roenne na Bornholmie w 2022 roku.

Również sąsiadująca z Polską Słowacja wprowadza zmiany w związku z wysokimi temperaturami. Chodzi o obowiązek zmniejszenia prędkości pociągów, które przejeżdżają przez miejsca z najwyższymi alertami dotyczącymi wysokich temperatur. Pociągi te będą musiały zwolnić do 80 km/godz. Może to doprowadzić do opóźnień,

w tym pociągów jadących do i z Polski.

We Francji natomiast fala upałów trwa od tygodnia i przyniosła ze sobą niespotykane wcześniej wysokie temperatury - w ciągu dnia i w nocy. Jak zapowiedział urząd Meteo France, czerwony, najwyższy alert pogody z powodu upałów zostanie odwołany w niedzielę wieczorem. Obowiązuje on nadal w 37 departamentach, w tym w regionie paryskim, i oznacza, że lokalnie temperatury wciąż mogą sięgnąć 40-42 stopni Celsjusza. Natomiast odczuwalny jest spadek temperatur przed świtem i rankiem.

Szpitala publiczne w regionie paryskim w sobotę podały, że służby ratownicze SAMU odebrały w mijającym tygodniu o 80 proc. więcej zgłoszeń telefonicznych niż zwykle.

Zwracając uwagę na falę upałów we Francji, dziennik „Le Figaro” ocenił, iż „przy każdym szczycie wysokich temperatur kraj zauważa, że jest nieprzygotowany”. Zauważa jednak, że istnieją „ambitne plany”, ale fundusze są okrajane i ani państwo, ani samorządy nie wypracowały odpowiedzi na miarę zmian klimatu.

AUTOREKLAMA

Nekrologi

zamówisz tutaj:
Łódź, ul. Skorupki 17/19, 42 665 94 55
reklama.lodz@polskapress.pl

REKLAMA

0011457249

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

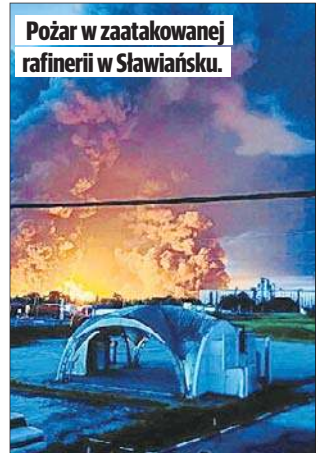
Ukraina zaatakowała kolejne rafinerie w Rosji. Zełenski: To „sankcje dalekiego zasięgu”

Grzegorz Kuczyński, PAP

W nocy z 27 na 28 czerwca ukraińskie „sankcje dalekiego zasięgu” dotknęły dwie rafinerie ropy naftowej w Rosji. Poinformował o tym prezydent Wołodymyr Zełenski.

Według Zełenskiego ucierpiały rafineria „Słowiańska” w Kraju Krasnodarskim (300 kilometrów od linii frontu) oraz rafineria w obwodzie jarosławskim (700 km od granicy).

„Kontynuujemy nasze działania, które osłabiają zdolność Rosji do prowadzenia tej wojny. Każda z naszych daleko idących sankcji oznacza zmniejszenie zasobów zasilających rosyjską maszynę wojenną i kolejny krok w kierunku pokoju” - napisał ukraiński prezydent.



FOT. TOX

Do uderzenia doszło w Dniu Konstytucji, obchodzonym w Ukrainie 28 czerwca. Zełenski dodał, że zaatakowana została także rafineria w rosyjskim obwodzie jarosławskim.

„Nasi żołnierze rozpoczęli Dzień Konstytucji Ukrainy bardzo celnymi uderzeniami. Tej nocy nasze dalekosiężne sankcje dosięgły dwóch rafinerii ropy naftowej w Rosji” - napisał w serwisach społecznościowych.

Atak w Kraju Krasnodarskim

Wpis Zełenskiego potwierdza wcześniejsze doniesienia o udanym ataku ukraińskim na rafinerię w mieście Słowiańsk nad Kubaniem w Kraju Krasnodarskim w południowo-zachodniej Rosji.

„W rosyjskim Słowiańsku nad Kubaniem płonie rafineria po nocnym ataku Ukrainy” - poinformował portal Ukraińska Prawda z powołaniem na rosyjskie kanały w komunikatorach

internetowych. „W sztabie operacyjnym Kraju Krasnodarskiego potwierdzono atak na rafinerię” - napisał portal. Według sztabu do pożaru doszło na skutek upadku odłamków bezzałogowca.

Płonie ogromna rafineria

Ukraińska Prawda wyjaśnia, że rafineria Słowiańsk EKO jest jednym z największych tego typu zakładów w Rosji.

Moce przerobowe rafinerii wynoszą około 4-5 mln ton ropy rocznie. Zakład odpowiada za około 9 procent przerobu ropy naftowej w Południowym Okręgu Federalnym Rosji. Rafineria ta należy również do największych eksporterów produktów naftowych wysyłanych przez porty nad Morzem Czarnym.

Gdzie brakuje schronów? Aplikacja pokazuje białe plamy w gminach

Polskie samorządy otrzymały bezpłatne narzędzie do planowania rozmieszczenia budowli ochronnych i miejsc doraźnego schronienia, oparte na rzeczywistych drogach dojazdu.

Wojciech Mąka

Większość gmin wciąż nie ma planu rozmieszczenia obiektów zbiorowej ochrony, który pokazywałby, gdzie powinny powstać schrony i którzy mieszkańcy są w ich zasięgu.

Od 29 maja 2026 ta zaległość przestała być teorią. Nowelizacja ustawy o ochronie ludności i obronie cywilnej (art. 95a) daje wójtom, burmistrzom lub prezydentom 45 dni na wydanie postanowienia o pojemności i kategorii odporności budowli ochronnej w każdym nowym budynku użyteczności publicznej. Bez planu, który pokazuje stan pokrycia, decyzja zapada w pośpiechu i łatwo ją podważyć.

Warto rozróżnić dwa pojęcia, które w mowie potocznej się zlewają. Obowiązek dotyczy budowli ochronnej, a jej najniższa kategoria, ukrycie U-1, to formalnie budowla ochronna, lecz realnej ochrony daje niewiele więcej niż zwykła piwnica. Gdy samorząd nie rozstrzy-

gnie w terminie, inwestor może zaprojektować właśnie takie ukrycie, o pojemności zaledwie 30 osób, zamiast potrzebnego dla mieszkańców schronu S-1 dla 500 osób. Różnica między ukryciem a schronem z prawdziwego zdarzenia to różnica między formalnym spełnieniem przepisu a realnym bezpieczeństwem mieszkańców.

MSWiA przygotowało projekt Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej na lata 2027-2031, zapowiadane jako wieloletnie, liczone w miliardach złotych wsparcie budowy i modernizacji obiektów zbiorowej ochrony, w tym schronów i miejsc doraźnego schronienia. Samorządy mają być głównym adresatem tych planów zagospodarowania. - Plan rozmieszczenia obiektów ochronnych to fundament, podobnie jak miejscowy plan zagospodarowania. bez niego nie da się sensownie

wydawać postanowień z art. 95a ani planować własnych inwestycji gminy. Narzędzie udostępniamy za darmo, bo na zwłokę nie ma już czasu. Polska pilnie potrzebuje schronów, a najefektywniej można je zbudować, mając wizję całości” - mówi Piotr Jarosz z Holdfort.

Według analizy Holdfort Polska potrzebuje co najmniej 32 tys. budowli ochronnych. Liczba ta nie bierze się z teoretycznych okręgów na mapie, lecz z rzeczywistego zasięgu dojazdu pieszego liczonego po sieci ulic, bo mieszkaniowiec idzie chodnikiem, a nie w linii prostej przez łąkę czy rzekę. W praktyce w większości polskich miast realne pokrycie jest dziś bliskie zeru, więc problemem nie jest znalezienie pojedynczych luk, lecz zaplanowanie, gdzie w ogóle zacząć.

- Gdyby dziś nałożyć rzeczywiste zasięgi schronów na mapę Polski, zobaczylibyśmy niemal pustą kartkę - mówi Piotr Jarosz. - To nie jest błąd narzędzia, lecz obraz stanu faktycz-

nego. Nie chodzi o to, żeby znaleźć pojedyncze luki, ale żeby bez zwłoki zaplanować pokrycie od podstaw.

Narzędzie powstało na własne potrzeby inżynierskie Holdfort, ale tej skali potrzeb nie domknie żadna pojedyncza firma, dlatego trafia ono bezpłatnie w ręce samorządów, które znają swój teren najlepiej. Aplikacja PROZO, dostępna pod adresem prozo.pl, pokazuje izochrony, czyli rzeczywiste obszary zasięgu dojazdu pieszego (na przykład 500 metrów) wokół Obiektów Zbiorowej Ochrony, i odsłania białe plamy, czyli rejon pozostające poza zasięgiem. To jednak nie tylko podgląd stanu obecnego. Wczytując istniejące i planowane obiekty, samorząd może budować plan rozmieszczenia krok po kroku: dokładać kolejne lokalizacje, sprawdzać, jak rośnie pokrycie, i widzieć, które białe plamy wciąż zostają do domknięcia. Wynik dla dowolnego miejsca w Polsce można wyeksportować do własnego geoportalu lub systemu GIS

i włączyć do dokumentów planistycznych.

Wskazanie miejsc to pierwszy krok. Drugim jest ustalenie, jakiej kategorii i jakiej pojemności ma być obiekt w danym punkcie, a tego polskie przepisy jednoznacznie nie rozstrzygają. Rozporządzenie wymienia kategorie budowli ochronnych, od ukrycia U-1 po schron S-3, ale nie wiąże żadnej z nich z liczbą mieszkańców, których obiekt ma chronić. To jest właśnie luka w sercu systemu: prawo mówi, że ochrona ma być, lecz nie mówi, jaka i dla ilu osób. Samorządy muszą tę lukę wypełnić samodzielnie, bez jasnej podstawy.

Piotr Jarosz opisał ten problem i zaproponował rozwiązanie w białej księdze „Luka w sercu systemu ochrony ludności”. Dokument pokazuje, jak dobrać kategorię i pojemność obiektu do liczby mieszkańców w jego zasięgu, oraz zestawia polskie inwestycje w najtańsze ukrycia z rozwiązaniami stosowanymi za granicą, żeby unaocznić, jak daleko

formalna budowla ochronna potrafi być od realnej ochrony. To naturalne uzupełnienie narzędzia: PROZO odpowiada na pytanie gdzie, a biała księga na pytanie jaki obiekt i dla kogo.

Samej lokalizacji nie zaplanuje za gminę nikt z zewnątrz, bo to samorząd zna swoje priorytety inwestycyjne i strukturę własnościową działek. Pierwszy krok najlepiej zrobić u siebie. Dopiero kolejne etapy, czyli dobór kategorii i pojemności, program funkcjonalno-użytkowy i projekt, to praca inżynierska, przy której warto sięgnąć po wsparcie wyspecjalizowanego zespołu. Dostęp do PROZO jest bezpłatny dla samorządów, dziennikarzy i organizacji pozarządowych. Samorząd może przygotować koncepcję pokrycia, a dziennikarze i organizacje analizę swojego miasta lub regionu, z wynikami do pobrania jako dane do dalszej pracy. Podmioty komercyjne, np. inwestorzy i projektanci, korzystają z narzędzia na warunkach ustalanych indywidualnie.

Częste nieobecności mogą stanowić przyczynę wypowiedzenia umowy o pracę

Agnieszka Domka-Rybka

PIP podkreśla, że częste, nieprzewidywalne nieobecności mogą stanowić uzasadnioną przyczynę wypowiedzenia umowy o pracę, jeśli dezorganizują funkcjonowanie przedsiębiorstwa.

Jak wskazuje Conperio, największa polska firma doradczą specjalizującą się w problematyce absencji chorobowych, zdarzają się przypadki pracowników korzystających ze zwolnień lekarskich nawet kilkadziesiąt razy w ciągu roku. W jednej z analizowanych przez firmę sytuacji pracownica była nieobecna w pracy aż 28 razy w ciągu dziewięciu miesięcy.

- Przy takiej skali absencji trudno mówić o realnej możliwości planowania pracy czy przewidywalności. Problemem nie jest sama choroba, bo ta może dotknąć każdego z nas, ale sytuacje, w których nieobecno-

ści stają się permanentne i wpływają na funkcjonowanie całego zespołu, a nawet przedsiębiorstwa - mówi Mikołaj Zająć, ekspert rynku pracy i prezes Conperio.

Jak przypomina Państwowa Inspekcja Pracy, pracownik korzystający ze zwolnienia lekarskiego jest chroniony, jednak ochrona ta nie ma charakteru bezwzględego.

Pracodawcy mają prawo reagować na nadużycia

- L4 i leczenie to święte prawo pracownika, jednak częste nieobecności w pracy mogą stanowić podstawę do wypowiedzenia umowy o pracę - wskazuje Marcin Stanecki, Główny Inspektor Pracy.

PIP podkreśla, że dotyczy to przede wszystkim sytuacji, w których absencje są długotrwałe, powtarzające się i nieprzewidywalne, a dodatkowo dezorganizują pracę przedsiębiorstwa, wymuszają zatrud-

nianie zastępstw lub wykonywanie pracy w godzinach nadliczbowych.

W przypadku małych i średnich firm nawet jedna nieprzewidywalna absencja może oznaczać konieczność reorganizacji pracy całego zespołu.

Eksperti podkreślają jednocześnie, że pojedyncze, a nawet dłuższe zwolnienia lekarskie nie powinno być podstawą do wyciągania pochopnych wniosków. Znacznie większe znaczenie mają powtarzalność, nieprzewidywalność oraz wpływ absencji na organizację pracy i koszty ponoszone przez przedsiębiorstwo.

- Stanowisko Państwowej Inspekcji Pracy pokazuje, że przedsiębiorcy mają prawo reagować, jeśli absencje zaczynają realnie wpływać na organizację pracy. Kluczowe jest jednak to, aby decyzje nie były podejmowane pod wpływem emocji czy pojedynczych zdarzeń, ale

na podstawie danych pokazujących dynamikę absencji i jej rzeczywisty wpływ na organizację pracy - podkreśla Mikołaj Zająć.

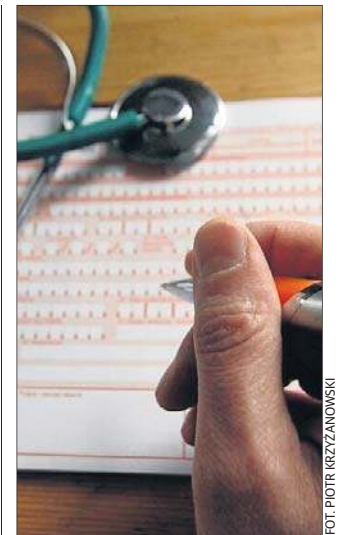
28 zwolnień w 9 miesięcy? Można wychwycić takie przypadki

Coraz więcej firm analizuje wzorce nieobecności i podejmuje decyzje w oparciu o dane, a nie pojedyncze przypadki.

Conperio stworzyło pierwszą tego typu w Polsce aplikację webową Pulpit Absencji, która automatycznie oblicza wskaźniki absencji chorobowej, w tym wskaźnik Bradford, analizuje trendy nieobecności, identyfikuje powtarzające się schematy L4 oraz typuje do kontroli przypadki o podwyższonym ryzyku nadużyć na podstawie autorskiego algorytmu. Narzędzie pozwala także porównywać poziom absencji między zespołami i działami, wskazując obszary wymagające szczególnej uwagi

Menedżerowie i działy HR (Human Resources - dział odpowiedzialny za zarządzanie zasobami ludzkimi i politykę kadrową firmy) mogą dzięki temu szybciej identyfikować źródła problemów, oceniać skuteczność działań podejmowanych przez kadrę zarządzającą oraz podejmować decyzje w oparciu o konkretne dane, a nie intuicję. Pozwala to szybko wychwytywać sytuacje takie, jak choćby 28 zwolnień lekarskich w 9 miesięcy.

Menedżerowie i działy HR mogą dzięki temu szybciej identyfikować źródła problemów, oceniać skuteczność działań podejmowanych przez kadrę zarządzającą oraz podejmować decyzje w oparciu o konkretne dane, a nie intuicję. Pozwala to szybko wychwytywać sytuacje takie, jak choćby 28 zwolnień lekarskich w 9 miesięcy.



Państwowa Inspekcja Pracy podkreśla, że pracownik korzystający ze zwolnienia lekarskiego jest chroniony, jednak ochrona ta nie ma charakteru bezwzględego.

Niewidzialne pułapki w Bałtyku

Człowiek ma wpływ na środowisko - czasem destrukcyjny. Jednym z miejsc, które znajduje się pod ogromną presją ludzkiej działalności, jest Morze Bałtyckie. Sinice, zanieczyszczenia przemysłowe i wycieki substancji ropopochodnych to tylko niektóre z całej gamy zagrożeń.

Martyna Kucybała

Mało kto jednak wie, że pod powierzchnią wody kryją się znacznie większe zagrożenia, czyli zagubione lub w inny sposób utracone narzędzia połowowe. Tak zwane sieci widmo zabijają zwierzęta i przyczyniają się do niszczenia całego ekosystemu.

Morze Bałtyckie należy do najbardziej specyficznych akwenów na świecie. Jest morzem stosunkowo młodym, płytkim i niemal całkowicie otoczonym lądem. Z oceanem łączy je jedynie wąskie cieśniny duńskie, co oznacza bardzo ograniczoną wymianę wód. To sprawia, że wszelkie zanieczyszczenia pozostają w Bałtyku znacznie dłużej niż w wielu innych morzach świata. W efekcie jest on uznawany za jeden z najbardziej zanieczyszczonych akwenów globu.

Problemem są nie tylko ścieki, nawozy spływające rzekami czy plastikowe odpady. Istotnym zagrożeniem są również pozostałości po działalności rybackiej. I to pomimo tego, że spada intensywność połowów.

Sieci widmo to zagubione lub zerwane narzędzia połowowe. Mogą dryfować w wodzie, zalegać na dnie morza lub opłatać wraki statków. Co istotne, są aktywne nawet po tym, gdy już zostaną porzucone. Przez wiele lat mogły łowić zwierzęta, nawet jeśli nikt ich już nie używa. Współcześnie produkowane są głównie z nylonu i innych tworzyw sztucznych. Są niezwykle wytrzymałe, odporne na działanie słonej wody i procesów biologicznych, co jest katastrofale z punktu widzenia środowiska. Wszystko dlatego, że nie tylko dłużej zalegają w morzu, ale również rozpadając się uwalniają do wody niebezpieczny mikroplastik.

Niewidzialne dla zwierząt

Największym problemem związanym z porzuconymi sieciami jest to, że nie są widoczne dla niektórych mieszkańców morza. Zwierzęta wpływają w nie przypadkowo i nie są w stanie się wydostać. Dotyczy to nie tylko ryb, ale także fok, ptaków nurkujących czy morswinów. Szczególnie dramatyczna jest sytuacja tych ostatnich.

- Morswiny wykorzystują echolokację do orientowania się w przestrzeni, jednak jeśli na ich drodze znajdzie się sieć wykonana z cienkich włókien, nie zostanie ona przez nie zarejestrowana - wyjaśnia w rozmowie z „Dziennikiem Bałtyckim” Sylwia Migdał-Leszczynska, specjalista ds. ochrony ekosystemów morskich w WWF Polska.

Dla zwierzęcia oznacza to powolną śmierć przez uduszenie, wycięcie lub głód. Co więcej, sieci te wywołują brutalny mechanizm. Martwe zwierzęta uwięzione w sieci przyciągają kolejne organizmy, które szukają łatwego pożywienia. One również wpadają w pułapkę. W ten sposób jedna zagubiona sieć może przez wiele miesięcy lub nawet lat generować kolejne ofiary.

Śmiertelne pułapki na dnie morza

Skala tego problemu jest ogromna. Każdego roku na świecie do mórz i oceanów trafia wiele tysięcy ton narzędzi połowowych. To ilość porównywalna z masą ponad sześciu tysięcy płetwali błękitnych, czyli największych zwierząt żyjących na Ziemi. Według WWF skuteczność połowowa świeżo utraconych sieci może wynosić nawet 20 procent skuteczności normalnych połowów. Oznacza to, że nawet bez udziału człowieka przyczyniają się do śmierci ogromnej liczby organizmów.

Bardzo dużym problemem Bałtyku jest także ogromna liczba wraków zalegających na dnie. Tworzą idealne miejsce zaczepiania się sieci rybackich, oplatając pozostałości po II wojnie światowej niczym pajęczyny. Ich usunięcie jest wyjątkowo trudne. Wymaga zaangażowania wykwalifikowanych nurków i specjalistycznych jednostek. Nurkowie muszą ręcznie wycinać sieci z wraków, nie uszkadzając jednocześnie historycznych konstrukcji.

Zresztą, zwierzęta to niejedynie organizmy żywe, które cierpią przez sieci. Te, podobnie jak inne odpady plastikowe, z upływem czasu tracą swoje właściwości i rozpadają się na coraz mniejsze fragmenty, aż do formy najdrobniejszych, czyli mikroplastiku. Te drobne cząsteczki są połykane przez



WWF Polska od ponad dekady prowadzi działania na rzecz rozwiązania problemu sieci widmo w Morzu Bałtyckim.

ryby, skorupiaki i inne organizmy morskie. Tym samym ryby spożywane przez ludzi mogą zawierać mikroplastik, który pochodzi z rozpadających się narzędzi połowowych. Sieci są także zagrożeniem dla nurków nurkujących we wrakach.

Walka z bardzo ciężkim przeciwnikiem

WWF Polska od ponad dekady prowadzi działania, które mają na celu systemowe rozwiązanie problemu sieci widmo w Morzu Bałtyckim. Początkowo były to działania nastawione przede wszystkim na wyłowienie jak największej ilości sieci widmo z Bałtyku. Dziś WWF skupia się na wszystkich aspektach problemu, wykorzystuje nowoczesne technologie, takie jak np.

sonar, a także korzysta ze sztucznej inteligencji w celu optymalizacji działań.

- W ciągu tych lat udało się usunąć z polskiej części Bałtyku ponad 300 ton sieci widmo - mówi Sylwia Migdał-Leszczynska.

Warto jednak podkreślić, że wydobywanie niebezpiecznych narzędzi połowowych to niejedyny problem. Drugą sprawą jest to, żeby z wydobytych sieci tworzyć coś nowego i przydatnego. Dlatego coraz większy nacisk kładzie się na kwestię odpowiedniego zagospodarowania tego typu odpadów już na lądzie. W wielu krajach odzyskany nylon wykorzystywany jest do produkcji nowych przedmiotów, na przykład od elementów wyposażenia po sprzęt sportowy

i części wózków dziecięcych. Również w Polsce potrzebny byłby skuteczny przykład działania związanego z gospodarką obiegu zamkniętego, która może ograniczyć ilość odpadów trafiających do środowiska.

Bałtyk przeżywa kryzys

Jakub Milczarek z WWF Polska zwraca uwagę, że ochrona Bałtyku jest dziś jednym z kluczowych wyzwań środowiskowych.

- Współcześnie środowisko morskie poddawane jest bardzo silnej presji. Mamy do czynienia z przełowieniem wielu gatunków ryb, a także z eksploatacją zasobów naturalnych, która często odbywa się bez odpowiedniego poszanowania środowiska i prowa-

dzi do licznych zanieczyszczeń - mówi nam dyrektor Działu Ochrony Przyrody w WWF.

Sieci widmo są tylko jednym z wielu problemów, jakie dotykają Bałtyk. Są one nie tylko zagrożeniem dla zwierząt, które w nim żyją, ale i poprzez uwalnianie mikroplastiku - mogą wpływać na nasze zdrowie. Niestety wiedza o ich istnieniu wciąż jest niewystarczająca, a rozwiązanie tej kwestii wymaga wielopoziomowych działań, obejmujących nie tylko wydobywanie ich z wody, ale również systemowe zaopiekowanie tych odpadów. Pamiętajmy, że Bałtyk to nie tylko plaża, ma on do zaoferowania dużo więcej, ale w związku z tym wymaga od nas działań również w jego sercu.

Pokolenia różnią nawyki, priorytety i poziom cyfrowej pewności siebie

Jak różni się podejście do zakupów online dwudziestolatka i pięćdziesięciolatka? Odpowiedzi dostarcza kolejna edycja badania „(Nie)Świadomy konsument”.



Czterech na pięciu (79 proc.) silversów robi zakupy online samodzielnie. To najwyższy wynik spośród wszystkich badanych grup wiekowych.

Polska Press

Kto mądrzej kupuje online? Pokolenie Z (18-29 lat) czy silwersi (50+). Jak różni się podejście do zakupów online dwudziestolatka i pięćdziesięciolatka? Odpowiedzi dostarcza kolejna edycja badania „(Nie)Świadomy konsument”.

Koniec mitu cyfrowego wykluczenia. Kto naprawdę potrzebuje wsparcia w e-zakupach?

Jedno z najbardziej zaskakujących odkryć badania dotyczy silversów. Czterech na pięciu (79 proc.) robi zakupy online samodzielnie. To najwyższy wynik spośród wszystkich badanych grup wiekowych, wyższy nawet niż wśród generacji Z (69 proc.). Młodzi konsumenci, gdy potrzebują wsparcia, najchętniej proszą o pomoc znajomych (20 proc.) lub rodzinę (18 proc.). millenials (30-49 lat) plasują się - nomen omen - pomiędzy nimi: samodzielnie kupuje 77 proc. z nich, a zakupy online co najmniej raz w miesiącu robi 80 proc. - więcej niż w jakiegokolwiek innej badanej grupie.

Pomimo największej samodzielności to właśnie silwersi najniżej oceniają swoje kompetencje zakupowe. Tylko co trzeci (33 proc.) uważa swoją wiedzę konsumencką za dobrą. Ten paradoks - robię sam, ale sobie nie ufam - tłumaczy wiele zachowań starszych konsumentów. Niska samo-

ocena przekłada się na większą ostrożność. Silwersi budują zaufanie do sprzedawców przede wszystkim przez bezpieczne metody płatności (71 proc.) i programy ochrony kupujących (58 proc.). Generacja Z podchodzi do zakupów z większą pewnością siebie. Jednak i dla nich bezpieczne metody płatności pozostają ważne (56 proc.), a na drugim miejscu plasuje się pewność, że sprzedawcy są zweryfikowani (53 proc.).

„Silwersi nie potrzebują pomocy w samym zakupie, potrzebują pewności, że jest on bezpieczny. Ich ostrożność to nie słabość, to strategia: wiedzą, że w sieci łatwo kupić, ale kryje się tam sporo pułapek, w które łatwo wpaść. Chcą mieć pewność, że bezproblemowo będą mogli dochodzić swoich praw, gdy coś pójdzie nie tak.

Prawie co trzeci (29 proc.) przedstawiciel gen Z przyznaje, że dokonał kiedyś zakupu w internecie, który okazał się oszustwem, czyli np. produkt był podróbką, nie zgadzał się z opisem albo w ogóle nie dotarł. Wśród silversów ten odsetek jest niższy (22 proc.). Zarówno młodsze (35 proc.), jak i starsze pokolenie (39 proc.) wskazują niską cenę jako główną przynętę, która skusiła ich do zakupu będącego oszustwem. Gen Z również mocno przyciągają atrakcyjne zdjęcia produktów (35 proc.), podczas gdy silwersi kierują się raczej okazyną obniżką ceny (35 proc.).

Prawdziwy kontrast ujawnia się po oszustwie. Gdy dojdzie do straty, silwersi częściej podejmują próbę odzyskania pieniędzy (61 proc.) niż gen Z (53 proc.). Wśród millenialsów (osoby urodzone między 1981 a 1996 r.) odsetek ten jest najwyższy i wynosi 72 proc. Młodych zniechęca zbyt niska utracona kwota (63 proc.). Dla silversów to mniejsza bariera (33 proc.), ale za to aż 44 proc. z nich przyznaje, że „nie sądzili, że coś uzyskają”. W generacji Z taką bezradność deklaruje zaledwie 6 proc. Co ciekawe, millenials są tu bliżsi swoim rodzicom niż dzieciom: poczucie, że i tak nic nie uzyskają, hamuje aż 42 proc. z tych, którzy zrezygnowali z walki o zwrot. To wyraźnie pokazuje kontrast między cyfrowym optymizmem młodych a przekonaniem starszych konsumentów o skuteczności w egzekwowaniu swoich praw.

Różne drogi, wspólny cel. Co łączy pokolenia w e-zakupach?

Choć kryteria wyboru produktu mogą się różnić, zaufanie do sprawdzonych e-sklepów pozostaje kluczowe dla obu grup. Aż 64 proc. gen Z i 72 proc. silversów czuje się tam bezpiecznie - niezależnie od wieku, komfort zakupów opiera się na sprawdzonych kanałach i korzystnej cenie.

Jednym z najsilniejszych łączników okazuje się proces zwrotów. Możliwość bezpłatnego oddania produktu jest szczególnie ważna dla gen Z (63

proc.). silwersi skupiają na tym uwagę nieco mniej (45 proc.), ale łatwe zwroty przyciągają obie generacje. Aż 67 proc. młodych i 63 proc. starszych konsumentów deklaruje, że to właśnie ten czynnik decyduje o powrocie do danego sprzedawcy. Millenials potwierdzają ten trend: 66 proc. z nich wskazuje łatwy zwrot jako decydujący argument za powrotem do sprzedawcy. To jeden z punktów, gdzie wszystkie trzy pokolenia są praktycznie zgodne. Łatwy zwrot to nie tylko wygoda, to fundament zaufania.

„Niezależnie od wieku, konsumenci oczekują tego sa-

mego - poczucia, że jeśli coś pójdzie nie tak, sprzedawca okaże wsparcie, aby rozwiązać problem. Możliwość zwrotu, jasne zasady i brak zbędnych procedur są tu kluczowe. Z moich obserwacji wynika, że silwersi to klienci wyjątkowo lojalni i odpowiedzialni finansowo, ale ta lojalność nie jest dana raz na zawsze. Tak jak w przypadku młodszych konsumentów buduje się ją każdą transakcją. Firma, która przyzna rację, weźmie odpowiedzialność i nie postawi konsumenta przed ścianą procedur - zyskuje. Ta zasada działa tak sa-

mo w każdym pokoleniu” - mówi Małgorzata Miś, prezeska Stowarzyszenia Ochrony Konsumentów Aquila.

Pokolenia różnią nawyki, priorytety i poziom cyfrowej pewności siebie. Łączy je natomiast oczekiwanie bezpiecznych zakupów, korzystnej ceny i łatwych zwrotów. W e-zakupach Polacy podążają różnymi ścieżkami, ale zmierzają w tym samym kierunku. Jedni robią to odważnie, drudzy ostrożnie. Cel pozostaje wspólny: kupować mądrze, wygodnie i bez nieprzyjemnych niespodzianek.

Źródło informacji: Amazon




Z sądu
**Wenezuelczyk oskarżony jest
o bestialskie zabójstwo
24-letniej Klaudii.**

Zbrodnia, Wenezuelczyk i hejt na adwokata

11 czerwca rozpoczął się proces Wenezuelczyka oskarżonego o zabójstwo 24-letniej Klaudii w parku „Glazja” w Toruniu. Zbrodnia do dziś budzi emocje. Obrońcą oskarżonego z urzędu jest adwokat Mateusz Chodziak. Wylał się na niego niesamowity hejt, ale murem stanęła za nim adwokatura. - Zdarzenia, jakie miały miejsce w Toruniu, są idealną pożywką dla niektórych partii politycznych - mówi prof. Michał Wróblewski, socjolog UMK.

Małgorzata Oberlan

Dokładnie po roku od zbrodni w parku „Glazja”, 11.06.2026 r., Sąd Okręgowy w Toruniu rozpoczął proces młodego Wenezuelczyka, który odpowiada za zabójstwo 24-letniej Klaudii, dokonane ze szczególnym okrucieństwem.

Obrońcą przyznanym oskarżonemu z urzędu - przez sąd - od blisko roku jest adwokat Mateusz Chodziak. Reprezentuje Yomeykerta R.-S. od momentu zatrzymania i posiedzenia aresztowego. Zna język hiszpański, ale obcokrajowcowi zapewniono też od początku tłumacza.

W sieci i realu osoba Wenezuelczyka budzi silne emocje. Środowiska skrajnie prawicowe zbrodnię tę próbują wykonywać jako swoiste pali-

wo polityczne. Ale adwokat został zaatakowany werbalnie właśnie przy okazji początku procesu.

„Jak możesz bronić mordercy?” - te słowa padają już na sali sądowej, rzucone w kierunku prawnika przez aktywistów skrajnej prawicy, którzy weszli tutaj jako publiczność, na listę wpisując się jako przedstawiciele organizacji pozarządowej.

Prawdziwa fala hejtu wylewa się jednak w internecie - na różnych forach i w komentarzach pod medialnymi relacjami z procesu. „Jaką trzeba być szmatą, żeby kogoś takiego bronić” i „za pieniądze zrobi wszystko” - to jedne z łagodniejszych obelg.

Po tym hejcie murem za obrońcą stanęła natychmiast Okręgowa Rada Adwokacka, przypominając o podsta-

wach, czyli prawie do obrony i tym, że obrońca z czynem czy osobą oskarżonego się nie identyfikuje.

Adwokat Mateusz Chodziak mówi dziś, że bardzo to docenia i ufa w wymiar edukacyjny oświadczenia adwokatury. Sam od początku zachowuje pełen profesjonalizm i stara się emocje nie ulegać. - Nie miałem momentu zawahania podejmując się wyznaczonej mi przez sąd roli obrońcy. Nie miałem też myśli, że czegoś żałuję - mówi, gdy rozmawiamy po dziesięciu dniach.

Socjolog: Zdarzenia w Toruniu pożywką dla partii politycznych

Sam Mateusz Chodziak, jak i większość ludzi, dobrze zdaje sobie sprawę z faktu, że u podłoża hejtu leży sama osoba oskarżonego. Emocje byłyby przynajmniej o połowę mniej

gorące, gdyby nie chodziło o ciemnoskórego emigranta z Wenezueli. Dodatkowo, jak się szybko okazało, w momencie zbrodni już „nielegalnego” w Toruniu (nie przedłużył pozwolenia na pobyt).

Brutalne zabójstwo młodej doktorantki UMK, która krytycznej nocy wracała skrajem parku „Glazja” do domu po pracy w pubie, spotkałoby się z ogromnym sprzeciwem wobec zła - to oczywiste. Emocje towarzyszące całej sprawie miałyby jednak inne barwy i nie byłyby wykorzystywane w dyskursie o polityce wobec emigrantów etc. A podpalić te emocje wobec każdego „obcego” nie tylko w Toruniu jest dziś dość łatwo...

Skąd w nas taka agresja wobec „innego”?

- Inność często postrzegana jest przez społeczeństwo

jako niebezpieczeństwo, głównie ze względu na potencjalne zagrożenie i obcość. W antropologii opisany jest mechanizm kozła ofiarnego, który polega na obarczaniu winą określonej osoby bądź grupy. Tego typu praktyki mają miejsce głównie w czasie nieporządku społecznego, kiedy określone wartości stają się niepewne, a światem społecznym zaczyna rządzić chaos. Obarczanie kogoś winą, chociaż brzmi to nieco dziwnie, ma zadanie rozładować negatywne emocje społeczne i przywrócić pewien porządek. Mówiąc nieco inaczej, ludzie czują, że ich świat jest bardziej uporządkowany, kiedy mogą obarczyć winą kogoś za zło, którego konsekwencje mniej lub bardziej bezpośrednio doświadczają - wskazuje dr hab. Michał Wróblewski, prof. UMK, dyrektor

Instytutu Socjologii Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu.

Jak objaśnia socjolog, tego typu emocje i postawy społeczne mogą być wzmacniane przez określone zjawiska czy działania niektórych grup, podmiotów czy instytucji. W przypadku reakcji na wydarzenia, jakie miały miejsce w Toruniu, należy, zdaniem naukowca, wspomnieć o kilku kwestiach.

- Po pierwsze, żyjemy w czasach niebezpiecznych, straszy się nas wojną i różnymi zagrożeniami. Społeczeństwo funkcjonuje niejako w ciągłym alercie, a każde zdarzenie łatwo może zostać wyolbrzymione i stać się potencjalnie źródłem dużych niepokojów społecznych. Zagrożenie wojenne wyczula naszą uwagę na różne zagrożenia, przez co funkcjonuje-

my w trybie nieustannego napięcia. Po drugie, żyjemy w mocno spolaryzowanym społeczeństwie, w którym silne emocje społeczne są głównym paliwem politycznym. Zdarzenia, jakie miały miejsce w Toruniu, są idealną pożywką dla niektórych partii politycznych, które nie tylko wykorzystują naturalny do pewnego stopnia lęk przed obcością, ale jeszcze wzmacniają negatywne emocje społeczne, podsycając nienawiść wobec innego i strach przed zagrożeniem porządku społecznego - podkreśla prof. Michał Wróblewski.

Po trzecie wreszcie, kwestia polityki migracyjnej od wielu już lat wywołuje duże niepokoje społeczne. - Po cząwszy od europejskiego kryzysu migracyjnego z 2015 roku po wydarzenia na granicy polsko-białoruskiej, polskie społeczeństwo jest mocno rozgrzane tematem uchodźców, migrantów czy kulturowej obcości - wskazuje socjolog.

W takich właśnie okolicznościach toczy się teraz proces Wenezuelczyka w Toruniu, a na jego obrońcę z urzędu wylewa się hejt. Tym jednak, co na pewno okazało się budujące, była błyskawiczna i zdecydowana reakcja adwokatury.

Dziekan ORA: „Obrońca nie utożsamia się z czynem czy oskarżonym”

Dziekan Okręgowej Rady Adwokackiej w Toruniu i jego koledzy stanowczo i natychmiast po rozpoczęciu procesu wyrazili sprzeciw przeciwko podważaniu prawa do obrony każdego człowieka i wezwali do opanowania. W Toruniu ogłoszono specjalny apel w związku z opisywaną sytuacją.

„Prawo do obrony jest jedną z podstawowych zasad demokratycznego państwa prawa. Przysługuje każdej osobie oskarżonej, niezależnie od charakteru stawianych jej zarzutów, społecznych emocji towarzyszących sprawie czy oceny opinii publicznej. Nie jest ono przywilejem oskarżonego, lecz gwarancją procesową służącą ochronie praw i wolności wszystkich obywateli” - podkreśla w wydanym oświadczeniu mecenas Jan Kwietnicki, Dziekan Okręgowej Rady Adwokackiej w Toruniu.

Dalej zwraca uwagę na to, że adwokat podejmujący się obrony - zarówno z wyboru, jak i z urzędu - nie utożsamia się z osobą oskarżonego ani zarzucanym mu czynem. Jego rolą jest czuwanie, aby postępowanie toczyło się zgodnie z prawem, proces był uczciwy, a oskarżony został wysłuchany. „Realizowanie tych obowiązków stanowi

istotę zawodu adwokata” - tłumaczy dziekan ORA.

„Nie może istnieć kategoria osób pozbawionych prawa do obrony”

Adwokat Jan Kwietnicki podkreśla też, że z głębokim niepokojem adwokatura przyjmuje sugestie, że obrońca omawianego oskarżonego winien był odmówić podjęcia się tego obowiązku - z uwagi na charakter zarzutów czy społeczne oburzenie.

„Oczekiwanie takie pozostaje w sprzeczności z fundamentami państwa prawa. W systemie nie może istnieć kategoria osób pozbawionych prawa do obrony” - stanowczo podkreśla adwokat Jan Kwietnicki.

Odezwe toruńskiej adwokatury kończy stanowczy sprzeciw przeciwko hejtowi, mowie nienawiści i publicznemu piętnowaniu adwokatów wykonujących swoje obowiązki oraz apel o opanowanie.

„Apelujemy o powściągliwość w formułowaniu ocen, poszanowanie konstytucyjnych gwarancji procesowych oraz umożliwienie sądowi wydania rozstrzygnięcia wyłączenie na podstawie zgromadzonych dowodów i obowiązującego prawa” - kończy adwokat Jan Kwietnicki.

Nowelizacja prawa w Sejmie. Hejt na adwokatów będzie ścigany z urzędu

Problem jest szerszy. W całym kraju adwokaci i radcy prawni skarżą się, że coraz częściej w swojej pracy narażeni są na hejt, agresję, znieważanie i stalking. Chodzi nie tylko o działania w Internecie, ale i całkiem realne - bywa, że agresorów nie powstrzymują nawiątywane do obecności sędziów.

Z tego powodu prawnicy chcą, by w ustawach ich dotyczących wprowadzony został przepis, zgodnie z którym podczas i w związku z wykonywaniem obowiązków zawodowych będą objęci ochroną przewidzianą dla funkcjonariuszy publicznych i wynikającą z Kodeksu karnego.

Radcy prawni swój zapis wywalczyli w nowelizacji przyjętej już przez Sejm. Z kolei odpowiednia poprawka do „Prawo o adwokaturze” zdaje się mieć szeroką akceptację posłów i spore szanse na przyjęcie. Oczywiście, wszystkich problemów zhejtowanych adwokatów to nie rozwiąże, ale - jak sami wskazują - zapis byłby podstawą, na którą przynajmniej mogłyby się powoływać oczekując ścigania hejterów, osób ich znieważających etc.

- Osobiście jestem zdecydowany za tą nowelizacją, jak zapewne większość moich koleżanek i kolegów. Hejter-

skimi komentarzami pod adresem adwokata Mateusza Chudziaka jestem oburzony. Takie zachowania są nieakceptowalne i dobrze się stało, że ORA w Toruniu natychmiast zareagowała - mówi adwokat Adam Wygala. On był obrońcą „Anioła Śmierci z Torunia” (z wyboru), czyli nieprawomocnie skazanego na dożywocie Macieja B., przedsiębiorcy, który ubezpieczał ludzi, był uposażonym do odbioru odszkodowania w razie ich zgonu i starał się go wykorzystać. Karę dożywocia toruński sąd wymierzył mu za kilka czynów, ale kwalifikowało się na to już samo wywołanie pożaru, w którym zginęła seniorka pani Maria. „Zabił, by zainkasować pieniądze z ubezpieczenia na życie” - do tego sprowadzać miała się jego motywacja.

Tylko pod naszymi publikacjami o tej sprawie i procesie toczącym się w pierwszej instancji (niebawem ruszy proces apelacyjny w Gdańsku) pojawiały się zaczepne komentarze wobec jego obrońcy. Adwokat Wygala ich jednak nie śledził. Ich liczba i natężenie emocji były jednak nieporównywalnie mniejsze niż przy sprawie Wenezuelczyka.

Proces za zamkniętymi drzwiami. Czy to obniży poziom emocji?

Jak dalej potoczy się proces Wenezuelczyka w Toruniu? Druga rozprawa odbyła się 18 czerwca, kolejne są zaplanowane. Proces toczy się już za zamkniętymi drzwiami - jawność wyłączono.

W praktyce oznacza to m.in. brak możliwości wejścia na salę rozpraw zarówno przedstawicieli mediów, jak i innych osób w charakterze publiczności. A tam, gdzie błysku fleszy i światła kamer brak, żaden „aktywista” już nie zaistnieje. Już to powinno obniżyć nieco poziom emocji narosłych wokół procesu, osoby oskarżonego i jego obrońcy.

Oczywiście nie zmienia to faktu, że opinia publiczna będzie wyczekiwać finału procedowania, wyroku i kary. Pamięć o zbrodni w parku „Głazja” i jej ofierze trwa - zwykli mieszkańcy do dziś zatrzymują się w miejscu tragedii. Stoją tam krzyż, znicze, kwiaty.

Okoliczności zbrodni w Toruniu. Liczne ciosy nożem i próba gwałtu

Przypomnijmy krótko okoliczności opisywanej zbrodni w Toruniu. W nocy z 11 na 12 czerwca 2025 roku mający wówczas 19 lat Wenezuelczyk brutalnie zaatakował w parku „Głazja” młodą kobietę. Rzucił się z nożem

na 24-letnią Klaudię, która wracała wtedy do domu po pracy w pubie na starówce. Usiłował ją zgwałcić, zadał liczne i silne ciosy nożem po całym ciele.

Młoda kobieta rozpaczliwie wzywała pomocy. Na pomoc ruszył jej pan Błażej, mieszkający okolicy. Spłoszył napastnika, wezwał „112”. Potem w miejskim szpitalu trwała dramatyczna walka o życie ofiary. Niestety, 24-letnia Klaudia zmarła.

Yomeykert R.-S szybko został zatrzymany. Do Polski przybył legalnie, do mieszczącej już tutaj i pracującej matki. Ale potem pozwolenia nie przedłużył i jego pobyt stał się nielegalny. Wiadomo, że będąc w Toruniu nie uczył się i nie pracował.

Wenezuelczyk od roku jest nieprzerwanie tymczasowo aresztowany. Zapewniono mu obrońcę z urzędu i tłumacza języka hiszpańskiego już na etapie posiedzenia aresztowego, w czerwcu 2025 roku. Identyfikacja jest w procesie sądowym.

Mężczyźnie oskarżonemu o zabójstwo dokonane ze szczególnym okrucieństwem grozi kara dożywotniego więzienia.

Oświadczenie Okręgowej Rady Adwokackiej w Toruniu

Stanowisko Okręgowej Rady Adwokackiej w Toruniu związku z komentarzami dotyczącymi wykonywania obowiązków obrońcy w postępowaniu karnym:

„W związku z pojawiającymi się w przestrzeni publicznej, w szczególności w mediach społecznościowych, komentarzami dotyczącymi

udziału adwokata wyznaczonego z urzędu do obrony oskarżonego w toczącym się postępowaniu karnym, Okręgowa Rada Adwokacka wyraża stanowczy sprzeciw wobec wypowiedzi podważających istotę prawa do obrony oraz godzących w niezależność wykonywania zawodu adwokata.

Prawo do obrony jest jedną z podstawowych zasad demokratycznego państwa prawa. Przysługuje każdej osobie oskarżonej, niezależnie od charakteru stawianych jej zarzutów, społecznych emocji towarzyszących sprawie czy oceny opinii publicznej. Nie jest ono przywilejem oskarżonego, lecz gwarancją procesową służącą ochronie praw i wolności wszystkich obywateli.

Adwokat podejmujący się obrony - zarówno z wyboru, jak i z urzędu - nie utożsamia się z zarzucanym czynem ani z osobą oskarżonego. Jego rolą jest czuwanie nad tym, aby postępowanie przebiegało zgodnie z prawem, z poszanowaniem zasad rzetelnego procesu, prawa do wysłuchania oraz prawa do sprawiedliwego osądzenia sprawy przez niezawisły sąd. Realizowanie tych obowiązków stanowi istotę zawodu adwokata i służbę na rzecz wymiaru sprawiedliwości.

Przypominamy, że w demokratycznym państwie prawa o winie lub niewinności rozstrzyga wyłącznie sąd po przeprowadzeniu postępowania dowodowego. Publiczne przesądzanie odpowiedzialności karnej przed wydaniem prawomocnego wyroku pozostaje sprzeczne z zasadą domnie-

mania niewinności, która chroni każdego obywatela.

Z niepokojem odnotowujemy pojawiające się w debacie publicznej sugestie, że adwokat powinien odmówić prowadzenia obrony ze względu na charakter zarzutów lub społeczne oburzenie. Oczekiwanie takie pozostaje w sprzeczności z fundamentami państwa prawa. W systemie sprawiedliwości nie może istnieć kategoria osób pozbawionych prawa do profesjonalnej obrony.

Podkreślamy również, że adwokaci każdego dnia reprezentują nie tylko oskarżonych, ale także osoby pokrzywdzone przestępstwami, ich rodziny oraz świadków. Misją adwokatury jest stanie na straży praw człowieka i obywatela oraz zapewnianie każdej stronie postępowania profesjonalnej pomocy prawnej.

Okręgowa Rada Adwokacka stanowczo sprzeciwia się wszelkim przejawom mowy nienawiści, personalnym atakom, próbom publicznego napiętnowania adwokatów wykonujących swoje ustawowe obowiązki oraz działaniom mogącym podważyć zaufanie do wymiaru sprawiedliwości. Debata publiczna, nawet w sprawach budzących silne emocje, powinna opierać się na szacunku dla drugiego człowieka, faktów oraz zasad państwa prawa.

Apelujemy o powściągliwość w formułowaniu ocen, poszanowanie konstytucyjnych gwarancji procesowych oraz umożliwienie sądowi wydania rozstrzygnięcia wyłącznie na podstawie zgromadzonych dowodów i obowiązującego prawa”.



Z prawej adwokat Mateusz Chudziak, obrońca, po lewej - tłumaczka języka hiszpańskiego przyznana oskarżonemu.

Wywiad



Paweł Kowal: W gospodarce idziemy do przodu, ale w historii długo nie znajdziemy zgody

„Historia jest ważna dla tożsamości, ale nie może zablokować przyszłości Polski i Ukrainy”. Paweł Kowal mówi o konferencji ws. odbudowy Ukrainy w Gdańsku, o Wołyniu, ekshumacjach i o tym, dlaczego pamięć nie może być wymierzona przeciwko przyszłości.

Anita Czapryn

Po co Polsce Konferencja Odbudowy Ukrainy w Gdańsku? Co konkretnie ma z niej wyniknąć?

Formuła tej konferencji jest taka: politycy pracują nad pokojem, a równolegle biznes planuje odbudowę. Konferencje URC Ukraina corocznie organizuje wspólnie z krajem goszczącym, w tym wypadku z Polską. Zaproszenia podpisywali polski premier i prezydent Ukrainy. Ukraina jest współgospodarzem tego wydarzenia. Praktycznie przez cały czas trwania obrad będą jeden po drugim podpisywane dokumenty. W trakcie zapowiedziano podpisanie około 200 porozumień i umów dotyczących współpracy ekonomicznej i roli poszczególnych państw w od-

budowie Ukrainy. Przynajmniej w kilkunastu z nich uczestniczy Polska. Wśród konferencji, które odbywały się dotąd na świecie, ta jest więc wyjątkowa ze względu na skalę i na gospodarczy konkret, który jest jej istotą. Na czele ukraińskiej delegacji stanie premier Svyrydenko, „matka chrzestna” idei URC, która ją wymyśliła jeszcze przed Lugano. To nada konferencji bardziej gospodarczy, pragmatyczny charakter.

Polska ma własną strategię odbudowy Ukrainy?

Polska ma strategię opartą na trzech elementach. Pierwszy to rozwój eksportu. Mamy historycznie bardzo duży eksport na Ukrainę, wynoszący około 14 mld euro, czyli mniej więcej jedną trzecią całego eks-

portu Unii Europejskiej na Ukrainę. Drugi filar naszego podejścia do odbudowy, ze względu na nasze położenie, to wszystko, co wiąże się z transportem i łącznością. Słyszę o szykujących się nowych projektach w tej dziedzinie. Trzeci ważny element to inwestycje. Idą one różnymi drogami. Główny program to Ukraine Facility, czyli Instrument na rzecz Ukrainy, który polega na dostarczaniu odpowiednich instrumentów finansowych tym, którzy chcą brać udział w odbudowie Ukrainy. To są dobrze oprocentowane pożyczki, zabezpieczone przez Komisję Europejską i dodatkowo ubezpieczone. W tej chwili pierwsze kilkanaście polskich projektów jest już w trakcie przygotowania. Finansowanie długoterminowe, inwestycyjne, nawet do 15 lat. Kluczowe sektory,

w których składane są projekty, to: energetyka, transport i logistyka, produkcja różnych materiałów. Doszły rozwiązania dual use, czyli takie z zastosowaniem w cywilu i dla wojska. Wielkość projektów, które możemy finansować, to od 1 do 50 mln euro. To są już poważne kredyty inwestycyjne, konkretne osiągnięcie rządu Donalda Tuska. Oprócz tego Polska wchodzi dziś na Ukrainę z dużymi inwestycjami; najbardziej znana jest inwestycja PZU, czyli budowanie pozycji jednego z liderów rynku ubezpieczeń na Ukrainie. Mamy szansę zyskać tam prawie milion klientów.

Kto ma być najważniejszym adresatem tej konferencji? Czy są to rządy, czy samorządy, czy ukraińskie firmy, polskie firmy? A może opi-

nia publiczna, którą trzeba przekonać, że pomoc Ukrainie nie jest sprzeczna z polskim interesem?

Myślę, że ci, którzy patrzą na rzeczywistość przez pryzmat interesów, a nie tylko emocji, doskonale wiedzą, że teraz jest ten moment, kiedy zgromadzenie polskiego biznesu w Gdańsku, razem z przedstawicielami najważniejszych instytucji biznesowych świata, jest kluczowe dla przygotowania odbudowy. To pierwszy raz, kiedy ta konferencja odbywa się poza głównymi krajami Zachodu i G7. Pierwsza była w Lugano, potem w Londynie, Berlinie i Rzymie. Ta w Gdańsku jest piąta. Sam fakt, że odbywa się właśnie w Polsce, że Polska wchodzi do takiego grona - do elitarnego grona głównych sił gospodarczych w Eu-

ropie - pokazuje naszą siłę w procesie przygotowania odbudowy.

Polscy przedsiębiorcy często mówią: chcemy pomagać, ale chcemy też zarabiać. Nie chcą jednak wchodzić tam, gdzie jest chaos, korupcja i ryzyko wojenne. Jak państwo może im pomóc? No i jak zabezpieczyć polski interes, żebyśmy nie ponosili kosztów pomocy, a zyski do odbudowy nie trafiały do większych zachodnich graczy?

Doświadczenia są różne. Z jednej strony są bardzo dobre doświadczenia polskich firm, z drugiej są też przypadki trudne. Natomiast jestem pewien, że jeżeli ktoś korzysta ze środków z Ukraine Facility, to zwiększa szansę, że inwestycja

będzie bezpieczna, także ze względu na fundamentalne dla tego programu gwarancje Komisji Europejskiej. To są pieniądze dobrze oprocentowane, dobrze zagwarantowane. Kiedy rozmawiałem z Adamem Góralem o roli polskiego biznesu w odbudowie Ukrainy, powiedział mi: „Nie przejmuj się, ty nie podejmiesz decyzji za przedsiębiorców”. Chodzi o to, żeby warunki, które mają polscy przedsiębiorcy, nie były gorsze niż te, które mają francuscy. Dzisiaj mogę powiedzieć, że rząd Donalda Tuska doprowadził do tego, że warunki dla polskich przedsiębiorców są takie same, a nawet lepsze niż dla przedsiębiorców zachodnich. Oprócz tego konferencja w Gdańsku przyniesie dodatkowy zastrzyk środków na bezpieczne inwestycje w ramach programu, który nazywamy Funduszem Flagowym Unii Europejskiej. Ten flagship fund to dodatkowy instrument finansowy. To będą pieniądze na inwestycje przygotowane między innymi z naszej inicjatywy, z inicjatywy moich współpracowników. Będą miały charakter europejski, co oznacza, że są dodatkowo politycznie ubezpieczone. Finalizujemy już powstanie tego funduszu, który także będzie używany do projektów odbudowy Ukrainy.

Konferencja odbędzie się w momencie, gdy relacje polsko-ukraińskie są trudniejsze niż na początku wojny. Jak Pan widzi tę sytuację? Co się między nami popsulo?

Nasze relacje są dobre w wielu dziedzinach: w handlu, w przygotowaniach do odbudowy, także w niektórych technologiach dronowych, które Ukraińcy w dużym stopniu kupują również od nas, bo to działa w dwie strony. Jest jednak obszar, w którym się nie zgadzamy i w którym różnice są znaczące. To kwestie dotyczące interpretacji historii. Myślę, że czas na dojrzałość. Trzeba sobie powiedzieć, że w tych sprawach jeszcze długo, a może zawsze nie będziemy się zgadzać i będziemy mieć różne poglądy. Jeśli chodzi o historyczną ocenę konfliktu polsko-ukraińskiego czy ludobójstwa dokonanego przez nacjonalistów ukraińskich na mieszkańcach ziem wschodnich II Rzeczypospolitej, niełatwo znajdziemy wspólne stanowisko. Dochodzi do nas, że to jest obszar, w którym zgody długo nie będzie. Trzeba pójść po rozum do głowy i zainwestować więcej we wspólne badania historyczne. W tym roku już zaczęliśmy, organizując pierwszy tak duży polsko-ukraiński kongres historyczny. Myślę, że także na Ukrainie powoli dojrzeje świadomość, że historia UPA

nie jest historią, na której można zbudować mentalną łączność z państwami europejskimi. Podobne procesy przemyslenia własnej historii przeszły już praktycznie wszystkie państwa Europy Środkowej, od państw bałtyckich po Bałkany, gdzie poważnym problemem było zmaganie się z tradycją faszystowską, nacjonalistyczną czy z kolaboracją z Niemcami w czasie II wojny światowej. Wpływ zewnętrznych graczy, sąsiadów, na taką zmianę jest ograniczony. Może dotyczyć tylko tych elementów polityki historycznej, które są w rękach rządu, prezydenta czy wojska. Trudno wpływać na wszystkie decyzje samorządowe u sąsiada. Ale czas będzie tutaj działał na korzyść. Wspólne badania historyczne i dyskusja o faktycznej spuściźnie UPA to proces, który wciąż jest przed nami. Ważne tylko, żeby dobrze podchodzić do konfliktów historycznych. Podobno sekretarz generalny ONZ powiedział kiedyś, że wiele państw ma większy problem z historią niż z przyszłością. Trzeba pamiętać, że historia jest ważna dla tożsamości i dla współczesności, ale jednocześnie nie wolno zablokować się w myśleniu o przyszłości, o tym, co przed nami.

Ukraina wydała zgodę na ekshumację. Dlaczego to, co przez lata było niemożliwe, teraz zaczęło być możliwe? I czy można wprost powiedzieć, że obecny rząd osiągnął w tej sprawie przełom?

Jeżeli ktoś jest uczciwy, to w oczywisty sposób powie, że kwestia ekshumacji jest przełomem. Unikam nazywania ekshumacji sprawami historycznymi, bo w tym przypadku chodzi o coś, co określiłbym jako „prawo do godnej pamięci o bliskich”. Jest to kwestia uniwersalna i niezależna od opinii na tematy historii czy polityki. Ludzie mają prawo poszukiwać swoich zmarłych, ekshumować ich, pochować i dać sobie możliwość modlitwy czy medytacji. Tak rozumiane prawo do godnej pamięci o bliskich ma też pewne umocowanie w prawie międzynarodowym. Faktycznie jest tak, że ten rząd pierwszy raz od kilku dekad doprowadził do tego, że ekshumacje mają w zasadzie charakter systemowy. Właściwie głównym ograniczeniem dzisiaj nie jest liczba zgód ze strony ukraińskiej, tylko nasze możliwości prowadzenia tych prac w warunkach wojennych. Ekshumacje, nawet w tak trudnych miejscach, jak Huta Pieniacka, gdzie na razie trwały poszukiwania, a akcja ekshumacyjna jest już przygotowywana i odbędzie się w tym albo w przyszłym roku, jeszcze kilka lat temu uważano

u nas za niemożliwe. Znam ludzi, którzy mówili mi, że nigdy się to nie uda. A dzisiaj mogę powiedzieć, że rząd Donalda Tuska doprowadził do przełomu w tej dziedzinie. Czasem myślę, że to nadmiernie podsycane napięcie jest reakcją tych środowisk, które nie wierzyły, że w trudnych sprawach można dochodzić do porozumienia. Dla mnie najważniejsze jest to, że udało się rozpocząć ekshumacje. Najpierw były Puźniki, później kolejne miejsca, poszukiwania w Uglach, Ostrówkach, Hucie Pieniackiej. Coraz więcej jest miejscowości, które znamy jako te, które przestały istnieć w wyniku zbrodni wołyńskiej. Dzisiaj często wracamy tam po to, żeby wypełnić obowiązek, ten archetyp Antygony: odnaleźć i pochować bliskich. To sprawa konkretnych rodzin, ale też sprawa narodowa.

Rozmawiał Pan z rodzinami ofiar Wołynia? Co z tych rozmów w Panu zostało?

Rozmawiałem między innymi z rodzinami ofiar z Puźnik. Byłem z nimi na pogrzebie w tamtym roku. To był pierwszy taki pogrzeb. Na tym pogrzebie większość polityków chciała usiąść w pierwszym rzędzie. Intuicyjnie czułem, że powinienem być z boku. Znalazłem się w gronie dzieci i bliskich ofiar. Z nimi spędziłem trochę czasu: najpierw podczas mszy, a później jeszcze chwilę rozmawialiśmy. To zostało mi w głowie, ale uderzyły mnie pokora i cisza tych ludzi. Oni czekali na ten moment, ale nie robili z tego polityki. Nie miało dla nich znaczenia, jakie barwy polityczne ma ktoś, kto z nimi współpracuje. Szybko się zorientowałem, że oni sami mają różne poglądy polityczne. Ale wobec majestatu śmierci byli wyciszeni i być może po prostu wdzięczni Polsce, że po tych ośmiu dekadach stało się możliwe pochowanie bliskich. Gdzieś tam na cmentarzu we wsi, która już nie istnieje. Ta rozmowa z rodzinami ofiar z Puźnik, dotknięcie tego wszystkiego, co ich poruszyło, zostały mi mocno w pamięci.

Czy Ukraińcy rozumieją, czym dla Polaków jest Wołyń? Nie dyplomatycznie, ale rzeczywiście, emocjonalnie i moralnie?

Są dwie odpowiedzi, które czasami się krzyżują. Z jednej strony coraz więcej Ukraińców zaczyna to rozumieć i zdaje sobie sprawę z tego, że w momencie, kiedy chcą wejść do Unii Europejskiej i do NATO, mając na sztywnym przywódców UPA, nie będzie to proste. Wartości, które stały za czystką etniczną, za ludobójstwem, nie mieszczą się w kanonie zachodnim, do którego Ukraińcy aspirują. Z drugiej strony wielu

Ukraińcom wydaje się, że UPA jest najlepszą formą dodania siły, że ta tradycja jest jakąś formą wzmocnienia żołnierzy na froncie. Wydaje mi się to złudne. Myślę też, że tam, gdzie na pewne rzeczy nie możemy się zgodzić, trzeba mówić jasno: decyzja prezydenta Zełenskiego była strategicznym błędem, bo obniża poparcie dla wojennego wspierania Ukrainy w polskim społeczeństwie. Nie jest w interesie Ukrainy, nie jest też w interesie Europy Środkowej, żeby obywatele dużego kraju Unii Europejskiej, jakim jest Polska, zachowywali dystans wobec dzisiejszej polityki Ukrainy. W tym sensie to jest błąd strategiczny, nie tylko polityczny i historyczny, ale odnoszący się do samej istoty legitymacji tych rządów u nas, które chciałyby udzielać Ukrainie wsparcia.

A decyzja prezydenta Nawrockiego o odebraniu prezydentowi Ukrainy Orderu Orła Białego? Jak ją Pan ocenia?

Zostawiam ją bez komentarza. Ostatnią rzeczą, której bym chciał, jest dalsze nakręcanie napięcia, które powstało. Myślę, że relacje polsko-ukraińskie, tworzone przez dekady, i zawsze się do tego odwołuję, bo to jest dla mnie jasne, z ogromnym udziałem Jana Pawła II, zasługują na to, żeby je w trudnym momencie chronić. Ta ochrona polega także na tym, żeby unikać wyostrzania komentarzy. W Polsce zgadzamy się, jeśli chodzi o ocenę UPA i jej spuścizny, ale w polityce kluczem jest skuteczność. Chodzi o to, czy narzędzia, których używamy, prowadzą do celu, który chcemy osiągnąć, czyli zmniejszenia gloryfikacji UPA.

Co jest dzisiaj najtrudniejsze w rozmowie z Ukraińcami? Interesy gospodarcze czy historyczne emocje?

Relacje polsko-ukraińskie są jak relacje polsko-niemieckie. Mają właściwie wszystkie możliwe wymiary. Trudno znaleźć jakiś element rzeczywistości, który nie miałby swojego odzwierciedlenia w relacjach polsko-ukraińskich. Musimy się przygotować na to, że one zawsze będą złożone. W jednej sferze będą udane, a w innej, na przykład w sferze pamięci historycznej, musimy się pogodzić z tym, że długo jeszcze nie znajdziemy wspólnego stanowiska.

Wróć do konferencji. Czy odbudowa Ukrainy nie powinna zaczynać się przede wszystkim od bezpieczeństwa? Co z tego, że odbudujemy elektrownię

czy szkołę, jeśli Rosja znowu je zniszczy?

Oczywiście. Dlatego tego-roczna konferencja odbudowy Ukrainy jest prawdopodobnie największą z dotychczasowych i dlatego istotnym elementem jest kwestia obronna, której wcześniej nie było. Wszystko zaczyna się od powstrzymania Rosji. Dlatego tak mocno skupiamy się na sprawach dronowych. Prekonferencja w Rzeszowie była poświęcona właśnie tej tematyce. Dzisiaj bardzo istotne są kwestie dronowe, obronne, udział Polski w ukraińskim doświadczeniu dronowym, a także udział Polski w tej technologicznej gorączce dronowej, która trwa na świecie. Właśnie dlatego tak ważne jest, że Komisja Europejska we współpracy z Bankiem Gospodarstwa Krajowego znalazły dodatkowe pieniądze na produkcję podwójnego przeznaczenia. Chodzi dokładnie o technologie dronowe, które mogą być wykorzystywane w warunkach bojowych, ale jednocześnie są przygotowywane do celów cywilnych: rolnictwa, leśnictwa, transportu, logistyki. Badania nad dronami obejmują dziś wszystkie aspekty tej rewolucji: nowoczesne materiały, optykę, sztuczną inteligencję. Nie ma jednej technologii dronowej, chociaż niektórzy tak to nazywają. Jest wiązka technologicznych osiągnięć, które razem dają efekt nowoczesnego drona. Do tego potrzebna jest jeszcze jedna rzecz: doświadczenie bojowe. Dzisiaj ma je Ukraina i ta sfera jest dla naszej współpracy niezwykle istotna.

Czy Ukraińcy naprawdę widzą Polskę jako strategicznego partnera odbudowy, czy raczej jako sąsiada, przez którego wygodnie przechodzi logistyka, pomoc i dyplomacja?

Pani redaktor, między nami jest dokładnie tak jak między sąsiadami. Sąsiada zawsze postrzega się jako kogoś bliższego, wobec kogo można sobie pozwolić na więcej, na przykład coś powiedzieć, czasami zbyt ostro. I to prowadzi do napięć. Ale nie mam wątpliwości, że wśród polityków i ludzi opiniotwórczych na Ukrainie większość naprawdę zdaje sobie sprawę z tego, jak istotna jest łączność z Polską. Bo sąsiad to też ten, z którym łączą nas najmocniejsze pozytywne emocje.

Pan występuje w podwójnej roli: z jednej strony jako polityk odpowiedzialny za współpracę z Ukrainą, z drugiej jako historyk, który wie, jak ważna jest pamięć i że ona nie zniknie, bo jest dla kogoś niewygod-

na. Która z tych ról jest dziś dla Pana trudniejsza?

Jest takie pojęcie, po angielsku contemporary history, po niemiecku Zeitgeschichte. Po polsku nazywamy to po prostu historią współczesną. To specyficzna historia, która mieści się jeszcze w ludzkiej pamięci, mniej więcej trzy pokolenia wstecz, około stu lat. Tyle mamy czasu na zadbanie o pamięć. Potem staje się ona już częścią twardej, odległej historii, już prawie bez żywych emocji. Myślę, że zawsze, kiedy jesteśmy około stu lat od tragicznych wydarzeń, one po raz ostatni tak mocno nabrzmiewają. Tak jest teraz z pamięcią o Wołyniu. Pamiętam, że kiedy zaczynałem zajmować się stosunkami polsko-ukraińskimi, takim nabrzmiałym tematem była wojna polsko-ukraińska z 1918 roku, czyli wojna o Lwów. Dzisiaj już mało kto, poza zawodowymi historykami, pamięta, o co tam chodziło. Myślę, że teraz jest czas, kiedy trzeba zbudować dobre, mądre muzeum wołyńskie. Trzeba zebrać relacje tam, gdzie jeszcze nie zostały zebrane. Trzeba zadbać o pamięć o Wołyniu. I nie po to, żeby była przeciwko komuś, ale po to, by była przestrogą dla kolejnych pokoleń. Ludobójstwo, czystka etniczna, zbrodnie wojenne - one domagają się od każdego polityka jasnego stanowiska. Polityk nie ma prawa dzielić tu włosa na czworo ani unikać odpowiedzi. To nie jest tylko historia dla historii, to się robi po to, żeby pokazać kolejnym pokoleniom, do czego prowadzi współpraca niezwykle istotna.

Wierzy Pan, że konferencja o odbudowie Ukrainy w Gdańsku może zapoczątkować odbudowę polsko-ukraińskiego zaufania?

Myślę, że trzeba to czynić. To są relacje międzynarodowe, w których interesy przeplatają się z emocjami. Może potrzebujemy bardziej języka interesów, języka społeczno-gospodarczego, więcej racji gospodarczych. Może to nam pomoże - bardziej pragmatyczne myślenie o tym, co przed nami.

Nawet jeśli nie będzie przełomu, to po czym poznamy, że mimo wszystko idziemy w polsko-ukraińskich stosunkach w dobrą stronę?

Jestem pewien, że tak będzie. Wydarzenie na taką skalę i ogromny wysiłek organizacyjny Polski zostaną zauważone przez wiele osób, szczególnie w środowiskach gospodarczych na Ukrainie, ale także w całej Europie i w USA. Tak wynika z moich ostatnich rozmów prowadzonych w Waszyngtonie.

Polak, który zainspirował Hemingwaya

Czy fanatyczny polski komunista był pierwowzorem postaci Roberta Jordana z „Komu bije dzwon”?

Wojciech Rodak

Wrześniowa noc 1937 r. Przez Góry Iberyjskie wędruje grupa około 30 republikańskich żołnierzy. Są uzbrojeni, większość nie sie na plecach pakunki z dynamitem. Kolumnę prowadzi miejscowy chłop, który zna tu każdy kamień, krzak, drzewo. Tylko dzięki niemu, mimo nieprzeniknionych ciemności, wędrowcy nie tracą orientacji w aragońskiej dzicy.

Tej nocy zadaniem źródłowego forsownym marszem komanda dowodzonego przez kapitana Antoniego Chrosta (ps. „Pepe”), było wysadzenie jednego z mostów na tej właśnie linii. Oddział przekradł się w pobliże celu. Minerzy założyli ładunki dynamitu na przęsłach mostu, po czym, z resztą swoich kolegów, ukryli się w pobliskich krzakach. Dywersanci zastygli w pełnym napięciu wyczekiwaniu na nadjeżdżający pociąg.

Wtem do kpt. Chrosta przybiegł jeden z podwładnych. Doniósł mu, że zwalisty, wosaty dziennikarz, którego zabrali ze sobą na misję, nerwowo szuka czegoś w swoim plecaku. Polak przeszedł kilka metrów, by osobiście zbadać sprawę. Wkurzył się, widząc w ręku journalisty... aparat z lampą błyskową. „Panie Hemingway, zamierzam nas pan wydać w ręce faszystów? Przecież błysk może zdradzić naszą pozycję. Partole kręcą się wszędzie. Jak chce pan mieć zdjęcie pociągu, to niech pan poczeka do eksplozji” - upomniął pisarza oficer. Ernest Hemingway, niezbyt zadowolony, podporządkował się rozkazom podejrzliwego Polaka. Schował lampę.

Z daleka dało się słyszeć nadjeżdżający pociąg. Gdy pierwsze wagony wtoczyły się na most, nastąpiła pierwsza eksplozja. W świetle serii wybuchów widać było, jak stalo-

wa konstrukcja rozpada się na kawałki. Spadający z kilku-nastu metrów parowóz uderzył o ziemię, wśród huku i jęku miażdżonej stali. Zadanie było wykonane. Republikanie rozpoczęli pośpieszny odwrót.

Chrost ojcem Jordana?

Robert Jordan jest amerykańskim żołnierzem z Brygad Międzynarodowych. Specjalistą od dywersji. W związku z planowaną ofensywą republikanów gen. Golz zleca mu zadanie specjalne: wysadzenie mostu. Tak, w dużym skrócie, rozpoczyna się najsłynniejsza powieść Hemingwaya pt. „Komu bije dzwon”, wydana w październiku 1940 r. W kontekście opowieści Chrosta wydaje się, że wydarzenia z książki były czymś więcej niż tylko wytworem wyobraźni autora.

Przez lata badacze odnosili się podejrzliwie do świadectwa „Pepe”. Wydawało im się dziwne, że oficer po raz pierwszy wspominał o spotkaniu z Hemingwayem dopiero w 1967 r., czyli sześć lat po śmierci Amerykanina, kiedy ten nie mógł już potwierdzić tej wersji wydarzeń. W pismach i dokumentach pisarza nie znalaziono żadnej wzmianki o tym spotkaniu. Brak twardych dowodów nie wyklucza, że do tego spotkania Chrosta z Hemingwayem jednak doszło. Adam Hochschild, autor książki o wojnie w Hiszpanii „Spain in our hearts”, wskazuje na kilka poszlak podnoszących wiarygodność Polaka. Martha Gellhorn, ówczesna kochanka Hemingwaya, odnotowała w swoim dzienniku, że we wrześniu 1937 r. zatrzymali się na dłużej w Alfambrze. Co więcej, prof. William Braasch Watson, badacz twórczości „Hema”, potwierdził, że oddziały dywersyjne Brygad Międzynarodowych, w których służył Chrost, operowały w tym okresie właśnie z Alfambry. Poza tym znalazł przepustkę pisarza uprawniającą go

do przejazdu na linię frontu, zapobiegając na niespotykane wysokim szczeblu - przez głównodowodzących dwóch republikańskich armii. Czy zatem zezwalała ona na udział pisarza w ekspedycji za linię wroga? Jest to bardzo prawdopodobne. Adam Hochschild podkreśla, że nie znaleziono bezpośredniego dowodu podważającego wersję „Pepe”.

Z Polski do Hiszpanii

Antoni Chrost (jakiś czas po wojnie przywrócił polską pisownię swojego nazwiska - Chróst) urodził się 28 grudnia 1910 r. w Wielkopolsce. Jego rodzice byli biednymi chłopami. W poszukiwaniu lepszego życia wyemigrowali, jeszcze przed I wojną, do Niemiec, a potem do północnej Francji, gdzie potrzeba było rąk do pracy w kopalniach departamentów Nord i Pas de Calais. Chrost ukończył siedem klas szkoły podstawowej i dwa lata szkoły technicznej. Pracował już od 15. roku życia jako mechanik w Valenciennes. Tam też, w 1934 r., został aktywnym członkiem Komunistycznej Partii Francji (CPF).

17 lipca 1936 r. w Hiszpanii rozpoczął się pucz wojskowy. Oddziały wiernie generałom Franco i Moli próbowały obalić lewicowy rząd Frontu Ludowego. Komuniści i socjaliści z całej Europy, zachęceni i koordynowani przez Moskwę, zaczęli napływać za Pireneje, by wziąć udział w antyfaszystowskiej krucjacie. Bić się, jak deklarowali, za „wolność dla uciemiężonego ludu hiszpańskiego”. Wśród tych „krzyżowców” spod znaku sierpa i młota mogło się znaleźć nawet 7 tys. Polaków.

CPF rozpoczęło kampanię pomocy republikanom już w kilka dni po frankistowskim przewrocie. Polskie sekcje w tych organizacjach nie próżnowały. Już pod koniec sierpnia wysłały do Hiszpanii pierw-

szych ochotników, którzy zasilili szeregi organizujących się Brygad Międzynarodowych. Nazywano ich, od liczebności, Grupą 36. W niej znalazł się właśnie Antoni Chrost. Polacy utworzyli oddział pod dowództwem Stanisława Ulanowskiego ps. „Bolek”. Stanowili załazek słynnej Brygady im. Jaro-sława Dąbrowskiego - kuźni kadr dla przyszłych resortów siłowych PRL.

Polacy przeszli swój chrzest bojowy na froncie pod Tavera de la Reina na zachód od Madrytu. Tam Chrost przeprowadził pierwszą akcję dywersyjną. Mimo małych sukcesów republikańskie musieli się wycofać w kierunku stolicy pod naporem ofensywy lepiej uzbrojonych i wyszkolonych frankistów. Polacy trafili na linię obronną na północ od Madrytu, pod Las Rozas. Potem uczestniczyli także w walkach na zachodnich przedmieściach stolicy.

W czasie pierwszych miesięcy walk „Pepe” wyróżnił się na tyle, że w grudniu 1936 r. trafił na przeszkolenie oficerskie prowadzone przez sowieckich doradców wojskowych. Po jego zakończeniu nie trafił z powrotem do Brygad Międzynarodowych. Od wiosny 1937 r. do końca 1938 r. dowodzi 236. brygadą partyzancką (dywersyjną) w 14. korpusie armii republikańskiej. Na czele 30-100 ludzi, w zależności od charakteru działań, dokonywał aktów sabotażu na tyłach wojsk Franco. Szybko awansował. Już latem 1937 r. został kapitanem. Niestety, poza tą jedną anegdotą o spotkaniu z Hemingwayem niewiele wiemy o jego działalności.

Powrót do Polski

Pod koniec 1938 r. Chrost trafił z powrotem między swoich - do XIII Brygady im. Dąbrowskiego. Wtedy Republika już dogorywała. W lutym 1939 r. Polacy przeszli przez Pireneje

do Francji. Wracali z poczuciem klęski. Francuzi nie powitali ich z otwartymi ramionami. Chrost trafił do okrytego złą sławą Le Vernet. „Pepe” przebywał za drutami, gdy Polska poniosła klęskę w kampanii wrześniowej. Także z zła nych oglądał porażkę Francji w czerwcu 1940 r. Wcześniej organizująca się nad Sekwaną polska armia nie odpowiedziała na jego zgłoszenie. Widocznie był uznawany za szczególnie fanatycznego komunistę.

W marcu 1941 r. Antoni Chrost został wywieziony na roboty przymusowe do Duisburga. Po ponad roku, w czerwcu 1942 r., udało mu się uciec i przedostać do północnej Francji. Tam od razu zaangażował się w działalność ruchu oporu w ramach komunistycznej organizacji. Kapitan „Pepe” kilkakrotnie, z sukcesami, przeprowadzał zasadzki na hitlerowskie konwoje. Jesienią 1944 r. z polskich komunistycznych partyzantów utworzono przy armii francuskiej dwa Zgrupowania Piechoty Polskiej (ZPP). Polacy brali udział w walkach ostatnich miesięcy wojny na terenie Niemiec. W listopadzie 1945 r. przyjechali do Polski. Władze odmienionej, ludowej ojczyzny powitały ich z wielką pompą. Właśnie takich ludzi - ideowych i zasłużonych komunistów - tu potrzebowano.

Antoni Chrost, tak jak wielu dąbrowszczaków, zgłosił się do służby w resortach siłowych, utrwalających władzę ludową. Już 1 grudnia 1945 r., kilkanaście dni po przybyciu do kraju, podpisał zobowiązanie współpracownika Ministerstwa Bezpieczeństwa Publicznego. Został szefem PUBP w Wysokiem Mazowieckiem. Był to trudny teren. Wykłym, który intensywnie działał w tym rejonie, był kpt. Kazimierz Kamiński ps. Huzar. Tylko za „rządów” Chrosta dokonał napadu na po-

ciąg w Kitach (rozbrojono żołnierzy, rozstrzelano trzech oficerów NKWD), pokonał ubecków (może pod wodzą Chrosta) pod wsią Wiśniówek, wygrał potyczki z grupami ubecko-milicyjnymi we wsiach Osse-Bagno i Rzepki. Było widać jak na dłoni, że były dywersant zupełnie nie radzi sobie z powierzonym zadaniem. Major Józef Pluta, szef WUBP w Białymstoku, zasypywał centralę prośbami o przeniesienie „niezorientowanego w realiach kraju” oficera na mniej zagrożoną placówkę. Dopiął swego. W sierpniu 1946 r. Chrost obejmuje szefostwo PUBP w Olecku, a niedługo potem, w październiku, zaczyna kierować PUBP w Nowym Tomyślu. Z Podlasia, oprócz zapewne niezbyt miłych wspomnień, zabiera Hali-nę Wojciechowską, maszynistkę z PUBP w Wysokiem Mazowieckiem, z którą wziął ślub. Miał z nią trójkę dzieci (syna i dwie córki).

W Wielkopolsce, terenie praktycznie pozbawionym zbrojnego podziemia niepodległościowego, Chrost także za bardzo się nie wykazuje. Do centrali wpływały donosy o jego lenistwie, nieumiejętności pozyskiwania agentury i konfliktach z podwładnymi. W dodatku 25 listopada 1947 r. dostał naganę za „nielegalny zabór rzeczy”. Sytuacja w Nowym Tomyślu musiała być mocno zadrażniona, skoro w lutym 1948 r. został znów przeniesiony. Tym razem do PUBP w Obornikach Wielkopolskich. Tutaj także nasz bohater musiał popełniać te same błędy. Znów do centrali trafiają raporty negatywnie oceniające jego bezpieczeństwie kompetencje. Coraz częściej w raportach o nim pojawiało się słowo „kompromitacja”. Cierpliwość jego przełożonych się wyczerpała. Z terenu został przeniesiony do Warszawy, gdzie do 1955 r. piastował różne mało wymagające funkcje w MBP.



Antoni Chrost tuż po wojnie.

FOT. ARCHIWUM

Kto jest najbardziej narażony na wystąpienie zakrzepicy?

Zakrzepica potrafi rozwijać się po cichu, a jej skutki mogą zagrażać życiu. O tym, jak skutecznie chronić się przed tą chorobą, opowiada dr n. med. Wojciech Słowiński.

Zakrzepica jest groźna dlatego, że skrzeplina może zamknąć światło naczynia albo oderwać się i doprowadzić do zatorowości płucnej.

FOT. POLSKA PRESS

Marianna Dufek

Zakrzepica jest groźna dlatego, że skrzeplina może zamknąć światło naczynia albo oderwać się i doprowadzić do zatorowości płucnej, która stanowi bezpośrednie zagrożenie życia.

Zacznijmy od podstaw - czym właściwie jest zakrzepica i dlaczego bywa tak groźna dla życia?

Zakrzepica to sytuacja, w której krew zamiast swobodnie przepływać przez naczynia, zmienia swoją konsystencję z płynnej na stałą i tworzy skrzeplinę. Taka skrzeplina zaburza przepływ krwi i może doprowadzić do bardzo poważnych powikłań. W chirurgii naczyniowej mówimy o tzw. triadzie Virchowa, czyli trzech głównych czynnikach sprzyjających powstawaniu zakrzepicy. Pierwszym jest spowolnienie lub zatrzymanie przepływu krwi, na przykład podczas długotrwałego unieruchomienia po urazie. Drugim czynnikiem jest uszkodzenie ściany naczynia, które uruchamia mechanizmy krzepnięcia. Trzecim elementem to zmiana składu krwi, czyli jej nadkrzepliwość. Taka sytuacja występuje m.in. w niektórych chorobach układu krwiotwórczego, na przykład w trombofilii. Zakrzepica jest groźna dlatego, że skrzeplina może zamknąć światło naczynia albo ode-

rwać się i doprowadzić do zatorowości płucnej, która stanowi bezpośrednie zagrożenie życia.

Czy zakrzepica rozwija się nagle, czy organizm wcześniej wysyła jakieś sygnały ostrzegawcze?

Zakrzepica jest chorobą ostrą i najczęściej rozwija się w ciągu kilku dni. Jeśli porównamy układ żylny do autostrady, to skrzeplina działa jak wypadek powodujący ogromny korek. Zaburzony przepływ krwi uruchamia lawinę kolejnych problemów zdrowotnych, które nieleczone mogą prowadzić nawet do śmierci pacjenta. Po wielu latach pracy w chirurgii naczyniowej widzę, że jednym z najważniejszych objawów alarmowych jest asymetria kończyn. Zakrzepica bardzo rzadko rozwija się symetrycznie. Jeśli jednej nodze towarzyszy obrzęk, ból, tkliwość lub zaczerwienienie, trzeba zachować czujność. Pacjenci często opisują ból jako nasilający się podczas chodzenia lub uczucie rozpierania łydki. Często pojawia się także tkliwość w przebiegu żyły i obrzęk podudzia. Jeśli takie objawy utrzymują się od kilku dni i wcześniej nie występowały, powinny być sygnałem do pilnej konsultacji ze specjalistą.

Wiele osób mówi: „to mnie nie dotyczy”. Kto dziś jest

najbardziej narażony na zakrzepicę?

Tak naprawdę problem dotyczy nas wszystkich. Na rozwój zakrzepicy wpływa zarówno genetyka, jak i czynniki środowiskowe oraz styl życia. Jeśli chodzi o czynniki genetyczne, mówimy przede wszystkim o zaburzeniach krzepnięcia, takich jak trombofilia. Często pacjenci dowiadują się o niej dopiero po pierwszym epizodzie zakrzepicy. Dotyczy to nierzadko ludzi młodych. Natomiast czynniki środowiskowe obejmują praktycznie każdego z nas. Otyłość, palenie papierosów, choroby nowotworowe, przebyte operacje czy siedzący tryb życia znacząco zwiększają ryzyko. Jeśli krew płynie wolniej, łatwiej dochodzi do jej krzepnięcia. Długie siedzenie w pracy, wielogodzinne podróże samochodem czy samolotem powodują wyłączenie tzw. pompy mięśniowej łydek, która odpowiada za wspomaganie krążenia żylnego. Gdy mięśnie nie pracują, dochodzi do zastój krwi, a zastój sprzyja tworzeniu się skrzeplin.

Czy młodzi ludzie również chorują na zakrzepicę, czy to problem głównie seniorów?

Ryzyko rzeczywiście wzrasta po 60. roku życia, ponieważ naczynia żyłne stają się mniej elastyczne i bardziej po-

datne na uszkodzenia. Dodatkowo osoby starsze są zwykle mniej aktywne fizycznie. Nie oznacza to jednak, że młodzi są bezpieczni. Coraz częściej obserwujemy zakrzepicę u osób młodych, zwłaszcza przy współistnieniu trombofilii, otyłości, palenia papierosów, stosowania antykoncepcji hormonalnej czy siedzącego trybu życia. Każdy krok to inwestycja w zdrowe naczynia żyłne.

Czy hormonalna antykoncepcja rzeczywiście zwiększa ryzyko zakrzepicy i które kobiety powinny szczególnie uważać?

Tak. U kobiet dodatkowymi czynnikami ryzyka są ciąża, połóg, hormonalna terapia zastępcza oraz antykoncepcja hormonalna. Wszystkie te sytuacje zwiększają krzepliwość krwi i tym samym podnoszą ryzyko zakrzepicy. Szczególną ostrożność powinny zachować kobiety palące papierosy, z nadwagą, obciążonym wywiadem rodzinnym lub zaburzeniami krzepnięcia.

Otyłość, palenie papierosów, stres - które z tych czynników są dziś największym zagrożeniem?

Palenie tytoniu pozostaje jednym z najgroźniejszych czynników uszkodzających zarówno naczynia żyłne, jak i tętnicze. Nikotyna i sub-

stancje zawarte w dymie papierosowym uszkadzają śródbłonek naczyń i nasilają procesy krzepnięcia. Drugim ogromnym problemem cywilizacyjnym jest otyłość. Każdy dodatkowy kilogram zwiększa obciążenie układu żylnego i sprzyja zastojowi krwi. Stres pośrednio również ma znaczenie, ponieważ wpływa na styl życia, aktywność fizyczną i inne czynniki ryzyka.

Jak wygląda diagnostyka zakrzepicy? Jakie badania wykonuje się najczęściej?

Obecnie diagnostyka jest bardzo dobrze rozwinięta. Złotym standardem pozostaje badanie USG Dopplera żył kończyn dolnych. Nowoczesne aparaty ultrasonograficzne są dziś dostępne praktycznie w każdym szpitalu. USG pozwala nam dokładnie zbadać naczynia i ocenić, czy znajduje się w nim skrzeplina. Tzw. test uciskowy wykonywany głowicą umożliwia określenie lokalizacji zakrzepu oraz stopnia zająęcia żyły. Pomocniczo wykonujemy również badania laboratoryjne, przede wszystkim oznaczenie poziomu D-dimerów. Jeśli wynik jest prawidłowy, praktycznie możemy wykluczyć zakrzepicę. Trzeba jednak pamiętać, że podwyższone D-dimery nie są badaniem swoistym i mogą występować także w innych stanach chorobowych.

Pacjenci często boją się leczenia przeciwzakrzepowego. Czy słusznie?

Po przebytych epizodach zakrzepicy leczenie przeciwkrzepliwe jest bardzo często konieczne. Na szczęście współczesna medycyna dysponuje nowoczesnymi lekami, które są skuteczne, stosunkowo bezpieczne i zwykle nie wymagają częstych kontroli laboratoryjnych. Obawy pacjentów wynikają głównie z ryzyka krwawień czy częstszego powstawania siniaków. Rzeczywiście, leki przeciwzakrzepowe zwiększają skłonność do krwawień, ale odpowiednio prowadzone leczenie znacząco zmniejsza ryzyko groźnych powikłań zakrzepicy. Kluczowe jest regularne pozostawanie pod kontrolą lekarza i przestrzeganie zaleceń.

Czy po przebytych epizodach zakrzepicy można wrócić do całkowicie normalnego życia?

W większości przypadków tak, ale wymaga to dyscypliny i zmiany pewnych nawyków. Bardzo ważnym elementem profilaktyki po zakrzepicy jest leczenie uciskowe, czyli noszenie pończoch lub podkolanówek kompresyjnych. Pomagają one poprawić przepływ żylny i zmniejszają ryzyko nawrotu choroby. Kluczowe jest również aktywność fizyczna i świadomość własnego organizmu.

Dlaczego letnia aktywność fizyczna może grozić próchnicą?

Wiosną i latem chcemy się więcej ruszać, ale aktywności na świeżym powietrzu mogą mieć zgubny wpływ na nasze zęby.

Emil Hoff

Pogoda jest upalna, co zachęca z jednej strony do planowania urlopów, a z drugiej do większej aktywności na świeżym powietrzu jeszcze przed jakimkolwiek wyjazdem.

Spacery, bieganie czy jazda na rowerze wracają do stałego rozkładu dnia. Oczywiście sport to zdrowie, ale nie wszystkie elementy organizmu znoszą aktywność tak sa-

mo dobrze. Dentyści ostrzegają: latem często zapominamy o zębach.

Kiedy więcej się ruszamy, nasze zęby cierpią przede wszystkim na dwa sposoby: przez cukry i kwasy zawarte w suplementach diety przeznaczonych dla aktywnych osób, i przez niedobór śliny.

Szczególnie szkodliwe są niektóre składniki napojów izotonicznych, którymi być może raczysz się nawet w czasie zwykłego spaceru, bo mają świetnie uzupełniać elektroli-

ty. To może prawda, ale przy okazji wiele z tych specyfików prowadzi do erozji szkliwa i próchnicy zębów.

- Badania pokazały, że wiele izotoników i energetyków ma odczyn pH w okolicach 3, czyli definitywnie kwasowy, a zatem z potencjałem erozyjnym - przestrzega lek. dent. Paweł Szczegielniak z Medicover Stomatologia. - Przypomnijmy, że szkliwo ulega erozji już przy odczynie poniżej 4,5.

Jeśli picie izotoniku jest dla nas stałym elementem treningu, powtarzanym regularnie, to długofalowo nie pozostanie bez znaczenia dla zdrowia zębów: szybko pojawią się odwapnienia i nadwrażliwość, a później próchnica.

Szkodliwe dla zębów są nie tylko kwasy i cukry proste, zawarte w napojach, ale też inne ich składniki, które laikom trudno jest rozpoznać na etykietach. Np. maltodekstryna nie jest cukrem prostym, tylko wielocukrem, ale też ma potencjał próchnicowy.

Czasem w napojach stosowane są też - zamiast zwykłego cukru - inne słodziki:

- Produkty opisywane jako „bez dodatku cukru” mogą zawierać jego spore dawki pod postacią naturalnych składników: miodu lub syropu



Kiedy więcej się ruszamy, nasze zęby cierpią przede wszystkim na dwa sposoby: przez cukry i kwasy zawarte w specjalnych suplementach diety dla aktywnych osób, i przez niedobór śliny.

FOT. MAGNIFIC.COM

z agawy, często też spotykanych w przekąskach czy batonach proteinowych. Dla przykładu: w szklance mlecznego napoju proteinowego mogą być nawet trzy lub więcej łyżeczek cukru. Kolorowa etykieta i sugestie produktu zdrowego „dla sportowców” nie powinny nas zmylić. To konkretne ryzyko próchnicy - mówi doktor Szczegielniak.

Ważną rolę w utrzymaniu zdrowia całej jamy ustnej pełni ślina, która zabezpiecza zęby i śluzówki, a także remineralizuje szkliwo. W czasie wysiłku często oddychamy przez usta, co prowadzi do osuszenia jamy ustnej. Wysoka temperatura także powoduje, że śliny jest mniej. A to ma poważne konsekwencje dla naszego zdrowia:

- Kiedy biegamy lub intensywnie ćwiczymy, nasz organizm przełącza się w tryb pełnej mobilizacji. Wtedy produkcja śliny schodzi na dalszy plan, bo ciało skupia się na pracy mięśni i chłodzeniu. W efekcie w ustach robi się sucho, a ta niewielka ilość śliny, która zostaje, staje się lepka i gęsta. Zamiast naturalnie opłukiwać zęby, ślina zaczyna działać jak lep

na cukry i bakterie - mówi ekspert. - To sprawia, że nawet pozornie zdrowa przekąska zjedzona na trasie na długo przylega do szkliwa, a brak płynnej śliny uniemożliwia neutralizację kwasów.

Jak zapobiec przykrym konsekwencjom przesuszenia ust i niedoboru śliny? Na szczęście to akurat łatwe: należy pić dużo wody. W ten sposób uzupełnimy płyny, płuczemy zęby, przywracamy normalne pH jamy ustnej i stymulujemy wydzielanie śliny.

A więc następnym razem, gdy wybierasz się na dłuższy spacer czy bieganie, by skorzystać z ładnej pogody, zwróć uwagę na to, co zamierzasz jeść i pić w czasie wycieczki. Unikaj izotoników zakwaszających zęby i batoników energetycznych pełnych słodzików. Pij raczej dużo wody, dzięki czemu oczyścisz szkliwo i zapewnisz odpowiednie nawilżenie zębów i całej jamy ustnej.

Proste triki, które poprawiają higienę jamy ustnej

Po umyciu zębów najlepiej wypłuć resztki pasty, a usta jedynie przemyć wodą od zewnątrz. Przyczyna jest bardzo

prosta. W zalecanej paście stężenie fluoru to około 1400 ppm, z kolei w typowym płynie do płukania ust to już tylko około 200 do 250 ppm, w płukance specjalnego przeznaczenia już więcej, bo 400 ppm, ale w typowych, tańszych, to zaledwie 100 ppm lub wcale. Natomiast w wodzie kranowej stężenie fluoru jest śladowe. Im dłuższej fluorki z pasty będą działały na szkliwie, tym lepiej je zabezpieczą.

Pasty wybielające, a także te przeznaczone dla palaczy czy miłośników kawy, mogą zbyt intensywnie ścierać szkliwo. Lepiej używać past zawierających enzymy roślinne, jak papaina i bromelaina, oraz inne: z enzymem o nazwie amylglikozydaza. Z badań wynika, że dobrze radzą sobie z rozkładaniem płytki nazębnej, a te pochodzące z papai czy ananasa nawet w niewielkim stopniu rozjaśniają szkliwo zębów.

Nitkowanie zębów ma ogromne znaczenie, nie tylko dla jamy ustnej. Badania pokazują, że może zmniejszać ryzyko poważnych chorób, takich jak udary, zawały czy nawet choroba Alzheimera.

DROBNE

Praca

ZATRUDNIĘ

Brurkarza ogrodnika, 793-515-313

BRUKARZA, pomocnika, 515-282-626

FIRMA zatrudni opiekunki do pracy w Niemczech, 790-480-590

HYDRAULIKA, 601-895-666

MURARZY, pomocników budowlanych, zbrojarzy. 889-444-946

PAKOWACZ - praca przy pakowaniu. Od Zaraz! WTS, Łódź, Sienkiewicza 85/87, IIp, lok 3, 515-121-450

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

w Twojej gazecie
zlecisz
bez wychodzenia
z domu
przez Internetowe
Biuro Ogłoszeń

ibo.polskapress.pl

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 - foto, książki - 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	- instalacyjne - biurowo - projektowe - komputerowe - krawiectwo - montażowe - ogrodnicze - porządkowe - przeprowadzki - reklamowe - stolarskie - radio taxi - transportowe - rozrywka - uroczystości - zabezpieczające - inne	TURYSTYKA - agroturystyka - kraj - świat - biura podróży - oazy 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

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

23M² Widzew 1350zł, 506-592-529

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

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

Auta uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

AUTOSKUP - każdą markę. Najlepsze ceny!! Zadzwoni i Sprawdź!!!, 503-747-835

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

INTERNA

WIZYTY domowe - dr Matusiak, 601-266-571

WIZYTY domowe, 695-412-061

Usługi

AGD RTV FOTO

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

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

ANTENY taniutko, 733-955-881

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

TELE - audiovideo naprawa, 602-687-803

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACH tanio solidnie VAT, 787-337-426

DACHY krycie, naprawy, 602-281-064

GŁADŹ, mal. glazura, 510-322-848

MALOWANIE, itp., 693-278-268

ROZBIÓRKI koparki wynajem + mini, 502-061-012, 513-149-330

INSTALACYJNE

Elektryk - 24h, 663-210-045

ELEKTRYK, 693-741-682

Hydraulik A-Z, 721-933-455

Hydraulika - awarie, 509-721-995

HYDRAULIKA tanio, 788-289-668

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew - rębak, 789-605-290

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus 7dniowy od 1050zł. Ful opcja, cisza spokój, natura, miodowyraj.pl 501642492.

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

KRAJ - MORZE

ŁEBA - tanie pokoje z łoż. 603-471-715.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: **ibo.polskapress.pl**

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI,, 668-571-329

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

AUTOREKLAMA

Polecamy →

motofakty.pl

Motoryzacja na wysokich obrotach

motofakty.pl



Z życia celebrytów



Piosenkarka nie rozstaje się ze swoim mężem.



CHODZI DO KOŚCIOŁA NIE DLA KSIĘŻY, A DLA BOGA

Joanna Bonne

Roxie Węgiel znalazła bezpieczną przystań u boku Kevina Mgleja. Dwa lata temu zostali małżeństwem. Czy to prawda, że piosenkarka nie zapłaciła księdzu za ślub kościelny? Roxie skomentowała krążące doniesienia.

Roxie Węgiel nie tylko dorosła na oczach swoich fanów, ale także mogą oni śledzić, jak zaczynała się i trwa jej relacja z Kevinem Mglejem. Choć producent muzyczny jest od niej starszy o 8 lat, łączy ich

silne uczucie, które sprawiło, że stanęli na ślubnym kobiercu.

Najpierw złożyli przysięgę w urzędzie stanu cywilnego, potem wypowiedzieli sakramentalne „tak” w świątyni Michała Archanioła i św. Anny w Dydnii (wieś w woj. podkarpackim). Pannę młodą do ołtarza odprowadził jej ojciec Rafał Węgiel. Świadcami tych wzruszających scen byli goście, wśród których nie brakowało nazwisk z pierwszych stron gazet.

Temat ślubu kościelnego Roxie i Kevina wrócił podczas ostatniej

Wielkanocy. Jeden z duchownych powiedział, że „artystka nie rozliczyła się za ceremonię”. Podobno pieniędzy mieli nie otrzymać też organista i kościelny. Gdy Pudelek skontaktował się z parafią, to usłyszał krótki komentarz: „Nie upominałem, tylko zwróciłem uwagę, ale to już nie ma znaczenia. Do widzenia”.

W niedawnym wywiadzie dla *Vivy.pl* Roxie wróciła do sprawy. Powiedziała, że „zapłaciła za uroczystość” i wyjaśniła, jak wyglądało to z jej perspektywy: „Oczywiście, że

zapłaciłam, to po pierwsze. Po drugie, w kościele nie ma czegoś takiego jak cennik i on, mówiąc coś takiego po prostu, niestety, stawia kościół w złym świetle. Przez takich księży kościół faktycznie dużo traci, to jest fakt”.

Okazuje się także, że wspomniany duchowny skontaktował się z piosenkarką, która powiedziała, że nie żywi do niego urazy:

„On później poszedł po rozum do głowy i już się z nami skontaktował. Było dużo zamieszania w tej sprawie. Takie sytuacje mają krót-

kie nogi i wszystko wychodzi na jaw od razu, więc nie ma co zaczynać takich spekulacji i wprowadzać chaos”.

Gwiazda dodała też, że chodzi do kościoła nie dla księży, a dla Boga: „W pewnym momencie, po prostu, powiedziałam i wbiłam to sobie bardzo mocno w głowę, że chodzę do kościoła dla Boga. Jeśli mi ten Kościół, to Słowo Boże, które słyszę na mszy św. daje spokój i daje taką pewność, że po prostu jest ten Bóg, to to jest dla mnie idealna droga. I mnie nie interesują księża”.

Obrońca z Widzewa cieszy się na mundialu



Steve Kapuadi z numerem 3



Abdullah al-Amri z Arabii Saudyjskiej i Nuno z Zielonego Przylądka

Broniąca tytułu Argentyna zagra z debiutującą w piłkarskich mistrzostwach świata Republiką Zielonego Przylądka w 1/16 finału mundialu w Ameryce Północnej.

Dariusz Kuczmara

Kibiców Widzewa najbardziej interesuje mecz, który rozegrany zostanie 1 lipca.

W ósmej parze 1/16 finału Anglia zmierzy się z Demokratyczną Republiką Konga, której obrońcą jest piłkarz Widzewa Steve Kapuadi.

Gdyby jakimś cudem afrykańskiej drużynie udało się wygrać, w 1/8 finału zmierzy się z lepszym z pary Meksyk - Ekwador. Droga do ćwierć-

nału stoi otworem. To byłaby największa sensacja w historii mundialu.

Terminarz fazy pucharowej (godziny meczów według czasu polskiego):

1/16 finału

- 28 czerwca, niedziela (1): RPA - Kanada
- 29 czerwca, poniedziałek (2): Brazylia - Japonia (19)
- (3): Niemcy - Paragwaj (22.30)
- 30 czerwca, wtorek (4): Holandia - Maroko (3)
- (5): WKS - Norwegia (19)

- (6): Francja - Szwecja (23)
- 1 lipca, środa (7): Meksyk - Ekwador (3)
- (8): Anglia - DRKonga (18)
- (9): Belgia - Senegal (22)
- 2 lipca, czwartek (10): USA - Bośnia i Herc. (2)
- (11): Hiszpania - Austria (21)
- 3 lipca, piątek (12): Portugalia-Chorwacja (1)
- (13): Szwajcaria - Algieria (14): Australia - Egipt (20)
- 4 lipca, sobota (15): Argentyna - Republika Zielonego Przylądka (0)

- (16): Kolumbia - Ghana (3.30)
- 1/8 finału**
- 4 lipca, sobota (I): zwyc. 1 - zwyc. 4 (19)
- (II): zw. 3 - zw. 6 (23)
- 5 lipca, niedziela (III): zw. 2 - zw. 5 (22)
- 6 lipca, poniedziałek (IV): zw. 7 - zw. 8 (2)
- (V): zw. 12 - zw. 11 (21)
- 7 lipca, wtorek (VI): zw. 10 - zw. 9 (2)
- (VII): zw. 15 - zw. 14 (18)
- (VIII): zw. 13 - zw. 16 (22)
- Ćwierćfinały od 9 lipca.

Szok dla trenera owiniętego we flagę

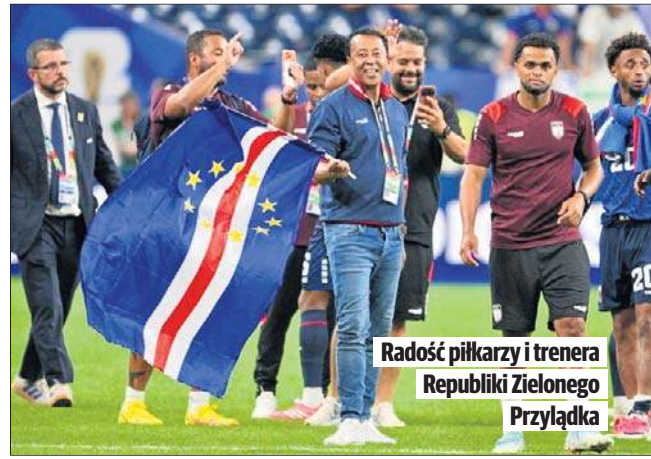
Dariusz Kuczmara

Trener reprezentacji Republiki Zielonego Przylądka nazwał awans jego piłkarzy do 1/16 finału mistrzostw świata „trochę szokującym”.

Debiutująca na mundialu drużyna z Afryki przypieczętowała sukces remisując 0:0 z Arabią Saudyjską. Pedro Leita Brito, znany jako Bubista, wszedł na konferencję prasową owinięty we flagę swojego kraju. - Jestem dumny z tego, co osiągnęliśmy. Zakończyli-

śmy pierwszą fazę turnieju bez porażki i musimy być zadowoleni. Nasi kibice na to zasługują. Brakowało nam jednego gola, by być jeszcze szczęśliwszymi - powiedział Bubista.

Wyniki ostatnich meczów fazy grupowej: Grupa G: Egipt - Iran 1:1 (1:1). Sędzia: Szymon Marciniak (Polska). Nowa Zelandia - Belgia 1:5 (0:1). Grupa H: Urugwaj - Hiszpania 0:1 (0:1). Republika Zielonego Przylądka - Arabia Saudyjska 0:0. Grupa I: Norwegia - Francja 1:4 (1:3). Senegal - Irak 5:0 (1:0).



Radość piłkarzy i trenera Republiki Zielonego Przylądka

TYM RAZEM STEVE KAPUADI NIE GRAŁ. WYSTĄPI PRZECIW ANGLII?

Dariusz Kuczmara

W Łodzi kibice Widzewa cieszą się z awansu do drugiej rundy obrońcy klubu z al. Piłsudskiego. Steve Kapuadi i jego koledzy z Demokratycznej Republiki Konga przygotowują się do meczu z Anglią.

O awansie zdecydowało zwycięstwo nad Uzbekistanem. W dwóch poprzednich meczach DR Konga - zremisowanym 1:1 z Portugalią i przegranym 0:1 z Kolumbią - w podstawowym składzie afrykańskiej drużyny wybiegał obrońca Widzewa Łódź Steve Kapuadi. Tym razem nie zagrał.

Do przerwy Uzbekistan prowadził 1:0, ale po zmianie stron nastąpił koncert drużyny z Afryki. W 68. minucie Yoane Wissa z Newcastle United pewnie wykorzystał rzut karny. Dziesięć minut później gola - bardzo sprytnym uderzeniem - strzelił stojący tuż przed bramkarzem rywali Fiston Mayele, a w doliczonym czasie gry Wissa popisał się precyzyjnym uderzeniem z dystansu. Drużyna widzewiaka



Steve Kapuadi walczy na mundialu

wygrała 3:1. To drugi występ DR Konga na mundialu - poprzedni miał miejsce w 1974 roku, jeszcze pod nazwą Zair.

W innym meczu grupy K: Kolumbia - Portugalia 0:0.

W grupie J: Algieria - Austria 3:3 (1:1). Jordania - Argentyna 1:3 (0:2). Argentyńczyk Lionel Messi z sześcioma golami liderem klasyfikacji strzelców po fazie grupowej piłkarskich mistrzostw świata.

Ostatnie mecze w grupie L: Panama - Anglia 0:2 (0:0). Chorwacja - Ghana 2:1 (1:0). Anglicy są faworytami w starciu z drużyną obrońcy z Widzewa.

Amerykanie dali grać dublerom



Fanka w niepewności

Dariusz Kuczmara

Ciekawe były ostatnie mecze mundialu w grupach D, E i F.

W grupie D Amerykanie, po dwóch zwycięstwach, zapewnili sobie nawet pierwsze miejsce. Nic więc dziwnego, że przed potyczką w Inglewood koło Los Angeles - podobnie jak Turcy - dokonali licznych zmian w składzie.

Gospodarze już w 3. minucie objęli prowadzenie, a ten gol przeszedł do historii. Auston Trusty został bowiem zdobywcą rekordowej, 173. bramki trwającego turnieju. Dotychczas najwięcej trafień było przed czterema laty w Katarze - 172.

Kilka godzin wcześniej ustanowiony został też rekord łącznej liczby kibiców na trybunach - pierwsze 56 spotkań

obejrzało na stadionie 3 605 357 widzów. Dotychczas najwięcej było także w USA, w 1994 roku - 3 587 538. Wówczas cała impreza składała się z 52 spotkań. Mimo szybkiej straty bramki Turcy opanowali nerwy, nie przestraszyli się ogłuszającego dopingu fanów gospodarzy i do przerwy prowadzili 2:1, a ostatecznie zwyciężyli 3:2, strzelając decydującego gola już po upływie doliczonego czasu - w zamieszaniu podbramkowym dokonał tego Kaan Ayhan, zapewniając drużynie pierwsze punkty.

W innym spotkaniu grupy D Paragwaj zremisował 0:0 z Australią.

W grupie E: Curaçao - Wybrzeże Kości Słoniowej 0:2 (0:1), Ekwador - Niemcy 2:1 (1:1), w grupie F: Japonia - Szwecja 1:1 (0:0), Tunezja - Holandia 1:3 (0:2).

LEGIA DLA ŁKS, A ŁKS DLA LEGII!

Jan Hofman

Konia z rzędem temu, kto zrozumie działania i decyzje piłkarskich działaczy. Wydawać by się mogło, że koszula bliższa ciału, a tymczasem...

Działacze piłkarskiej spółki ŁKS kilka miesięcy temu postawili na Grzegorza Szokę. Trener zawodowców zdobywał w Legii Warszawę, gdzie był szkoleniowcem młodzieży, a następnie opiekunem drużyny U-19.

Dziś stołeczna drużyna poinformowała, że jej drugi zespół, który awansował do drugiej ligi, ma nowego szkoleniowca. Został nim Marcin Matysiak. Zapewne sylwetki 42-latkę nie trzeba przybliżyć sympatykom ŁKS.

Marcin Matysiak przez wiele lat był związany z klubem z Al. Unii.

Pierwszy zespół prowadził na poziomie ekstraklasy w sezonie 2023/24 (prowadził drużynę w 14 meczach), a wcześniej pracował z drużynami młodzieżowymi - od kategorii U-15 do zespołu rezerw, z którym awansował do II ligi. Ostatnio pełnił funkcję szkoleniowca pierwszoligowego Znicza Pruszków.

Jak widać w Warszawie nie potrzebują Grzegorza Szoki, podobnie jak w Łodzi Marcina Matysiaka.

Taka futbolowa rzeczywistość i jak pisał bajkopisarz i pedagog, Stanisław Jachowicz: „Cudze chwalicie, Swego nie znacie, Sami nie wiecie, Co posiadacie”.



FOT. LEGIA

Nowy piłkarz w ŁKS?



FOT. SYLVIA DIEROWA

Filip Kijewski

Filip Rejczyk, środkowy pomocnik GKS-u Katowice, przebywa na zgrupowaniu z ŁKS-em Łódź.

Klub testuje 20-lletniego piłkarza i rozważa jego pozyskanie. To zawodnik, którego chwala za wielki talent.

Trener Rafał Górak potwierdził informację w rozmowie dla Mecz24.pl. Szkoleniowiec GKS-u powiedział, że jeśli ŁKS wyrazi zainteresowanie zawodnikiem, klub jest gotowy go wypożyczyć. Górak nie wyklucza jednak transferu definitywnego.

Filip Rejczyk urodził się 20 kwietnia 2006 roku w Stalowej Woli. Gra na pozycji defensywnego lub środkowego pomoc-

nika. Swoją przygodę z piłką na wysokim poziomie rozpoczął w akademii Legii Warszawa, gdzie zaliczył sześć występów w Ekstraklasie. W debiucie przeciwko... ŁKS-owi zastąpił kadrowicza Bartosza Slisza.

Latem 2024 roku przeszedł do Śląska Wrocław, a w lipcu 2025 roku podpisał kontrakt z GKS-em Katowice obowiązujący do końca sezonu 2027/28 z opcją przedłużenia. W przeszłości regularnie pojawiał się w młodzieżowych reprezentacjach Polski, w kadrze U17 rozegrał sześć meczów i strzelił dwa gole.

Decyzja należy teraz do ŁKS-u Łódź. Jeśli klub zdecyduje się zatrzymać piłkarza po testach, negocjacje z GKS-em Katowice powinny ruszyć szybko.

Ósemka da bogactwo, kibice ŁKS zadowoleni?



Piłka w siatce Pogoni Siedlce. Takie sytuacje chcemy oglądać

Piłkarze ŁKS rozpoczęli już przygotowania do nowego sezonu. Wczoraj drużyna wyjechała na zgrupowanie do Buska-Zdroju. Pierwszy sparing 1 lipca z Dinamo Bukareszt.

Jan Hofman

W zespole prowadzonym przez trenera Grzegorza Szokę jest ośmiu nowych piłkarzy. Bez wątpienia nie są to nazwiska z pierwszych stron gazet, ale w klubie liczą, że nowi dodadzą jednak jakości drużynie dwukrotnych mistrzów Polski.

W poprzednim sezonie sparowano się w ŁKS i to poważnie. Płacono hurtowo za nazwiska i teoretyczne wielkie piłkarskie

możliwości, a skończyło się wielką sportową kląpą i poważnym wydrenowaniem portfela Dariusza Melona, większościowego akcjonariusza spółki.

Teraz ŁKS poszedł inną drogą i wypada wierzyć, że słuszną i skuteczną.

Ósemka w chińskiej kulturze uznawana jest za najszcześniejszą liczbę. Jej wymowa w języku mandaryńskim brzmi podobnie do słowa „bogactwo”, a w Biblii oznacza nowy początek, zmartwychwstanie oraz nowy porządek.



FOT. WIDZEW

Kibice ŁKS czekają na silną drużynę

Do ŁKS-u przybyli już Damian Węglarz, Julian Keiblinger, Bartosz Farbiszewski, Marcel Błachewicz, Karol Podliński, James Rhodes, Kacper Nowakowski oraz Dominik Sokół.

Wczoraj rozpoczęło się zgrupowanie drużyny ŁKS w Busku-Zdroju, gdzie ŁKS rozegra pierwszy sparing 1 lipca z Dinamo Bukareszt.

W drodze powrotnej, 4 lipca, elkaesiacy zatrzymają się w Radomiu, gdzie zmierzą się z przedstawicielem ekstraklasy - Radomiakiem.

11 lipca elkaesiacy zagrają sparing z beniaminkiem pierwszej ligi - Unią Skierniewice. W planach sztabu szkoleniowego znalazł mecz kontrolny z Wisłą Płock (17 lipca na stadionie w Płocku i spotkanie potrwa 2x60 minut). Inauguracja sezonu I ligi została zaplanowana na weekend 24-26 lipca.

W pierwszej kolejce piłkarze ŁKS rozegrają wyjazdowy mecz z Pogonią w Siedlcach. W drugiej serii na Stadionie Króla przy al. Unii dojdzie do meczu ŁKS - Polonia Bytom.

Syn Ireneusza Jelenia w Polonii Bytom

Dariusz Kuczmera

Garść informacji z klubów pierwszoligowych.

● 27 zawodników weźmie udział w zgrupowaniu Odry Opole w austriackim Linzu. Na obóz pojedą m.in. Kacper Jureczko (ostatnio wypożyczony z Rakowa Częstochowa do MKS-u Kluczbork), Sofiane Khiri (Broń Radom) oraz Jan Zatajski z rezerw. Do Austrii nie pojedzie Michał Feliks, który podczas jednego z treningów doznał urazu mięśnia dwugłowego

uda i w Polsce będzie realizował indywidualny plan treningowy.

● Jakub Jeleń, syn byłego reprezentanta Polski Ireneusza Jelenia, rozpoczął dziś treningi z pierwszą drużyną Polonii Bytom. 22-letni napastnik w rundzie wiosennej Betclac II ligi rozegrał 14 spotkań i strzelił pięć bramek w KKS-ie 1925 Kalisz.

● Alan Rybak rozpoczął dziś testy sportowe w Chrobrym Głogów. 19-letni napastnik w poprzednim sezonie Betclac I ligi rozegrał 10 spotkań w Pogoni Siedlce.



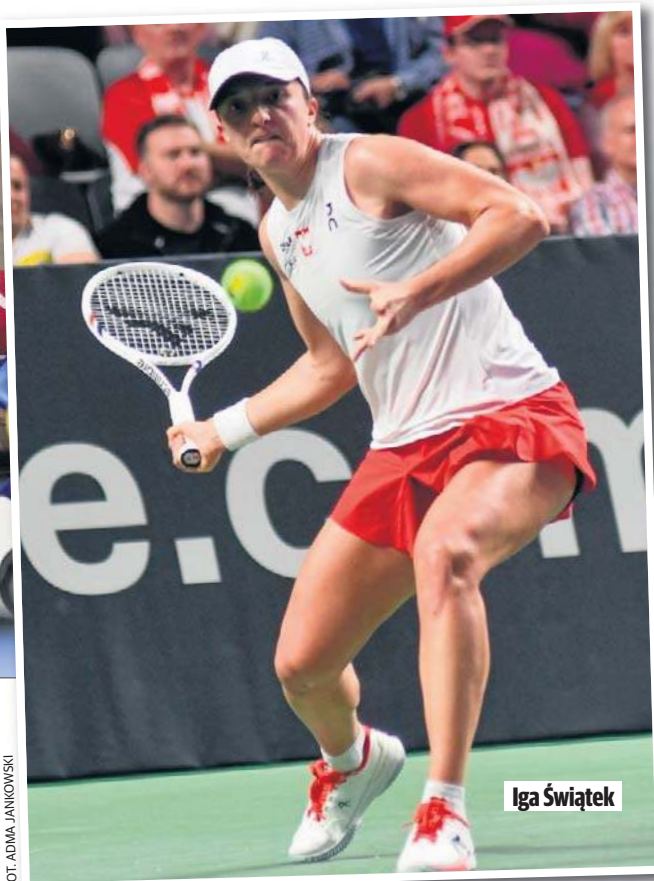
Ireneusz Jeleń w meczu reprezentacji Polski z Ukrainą

FOT. WOJCIECH MATYSIK

Dziś pierwsze mecze na trawie Wimbledonu



Maja Chwalińska



Iga Świątek

Mecze pierwszej rundy Wimbledonu zaplanowano na dziś i wtorek. Pierwszego dnia z Polaków zagrają: Chwalińska, Linette, Fręch i Hurkacz, a drugiego Świątek i Majchrzak.

Dariusz Kuczmara

Iga Świątek obroni tytułu w Wimbledonie rozpocznie dziś od meczu z amerykańską tenisistką Taylor Townsend.

Na mistrzynię French Open Mirrę Andriejewą trafiła Magda Linette. Rozstawionych rywali mają też Hubert Hurkacz, Kamil Majchrzak i Magdalena Fręch. Maja Chwalińska zagra z Mananchayą Sawangkaew.

Iga Świątek jest rozstawiona z numerem trzecim, a jej pierwszą rywalką w światowym rankingu zajmuje 81. miejsce. 30-letnia Townsend nigdy w Wimbledonie nie przebrnęła 2. rundy. Do tej pory ze sobą nie grały.

W 2. rundzie zwyciężczyni zagra z lepszą pojedynku dwóch generacji czeskiego tenisa - albo z 34-letnią Karoliną Pliskową, albo z 15 lat młodszą Terezą Valentovą. Pliskowa to finalistka Wimbledonu

w 2021 r.. W 2017 była liderką rankingu. Z powodu kontuzji straciła cały sezon 2025.

Teoretycznie najłatwiejszą rywalkę ma Chwalińska. Polka po finale French Open dostała od organizatorów Wimbledonu tzw. dziką kartę i została rozstawiona z numerem 20. Sawangkaew jest 161. na liście WTA.

Łódzianka Fręch (43. WTA) trafiła na grającą z numerem 19. Annę Kalinską. Z Rosjanką ma bilans 2-1. Hurkacz nato-

miast zmierzy się z rozstawionym z numerem 11. Casperem Ruudem. Okazję do rewanżu będzie miał Majchrzak (46. ATP), który trafił na grającego z numerem 30. Alejandro Tabilo. W maju przegrał z Chilijczykiem na otwarcie French Open.

Polak przyjechał do Londynu opromieniony pierwszym turniejowym zwycięstwem w ATP Tour. Finał zmagani kobiet 11 lipca, a mężczyzn dzień później.

POLSCY SIATKARZE AWANSUJĄ DO FINAŁU LIGI NARODÓW?

Dariusz Kuczmara

Trwa rywalizacja w siatkarskiej Lidze Narodów.

Japońscy siatkarze pokonali w Orleanie USA 3:2 i z kompletem zwycięstw prowadzą w tabeli Ligi Narodów siatkarzy. Polska po wygranej z Niemcami 3:1 w Gliwicach zajmowała piąte miejsce. Nasi w pierwszym spotkaniu pokonali Belgię 3:2, zaś w kolejnym Turcję, także 3:2.

Wilfredo Leon uważa, że białoczerwoni są bardzo daleko od optymalnej formy. Siatkarz przypomniał, że w sobotę po raz pierwszy zagrał podczas trwającej imprezy. Musiał się przyzwyczaić do warunków panujących w hali. Jednak od początku starał się zagrywać czy atakować z pełną mocą: - Lubię to co robię, to jest moja pasja. - Dziś wygraliśmy, mamy trzy punkty i to jest najważniejsze - powiedział siatkarz.

Potwierdził, że zwycięstwo w dużej mierze było spowodowane dobrą grą Polski na zagrywce i blokiem.

W kadrze białoczerwonych na mecz z Niemcami znalazł się nowy rozgrywający Marcel Bakaj. Zastąpił on Jana Firleja, któ-



Trener reprezentacji Polski Nikola Grbic

ry ma problemy zdrowotne. Do zespołu - zgodnie z zapowiedziami - dołączyli też Jakub Popiwczak (libero), Wilfredo Leon (przyjmujący) i Kewin Sasak (atakujący).

W niedzielę białoczerwoni zmierzyli się z Argentyną. Po turnieju w Gliwicach wystąpią jeszcze w Chicago (15-20 lipca). Tam ich rywalami będą Bułgaria, Brazylia, Francja i USA. Do turnieju finałowego, który drugi rok z rzędu zostanie rozegrany w chińskim Ningbo (29 lipca - 2 sierpnia), awansuje siedem najwyższej sklasyfikowanych zespołów po fazie grupowej, a także gospodarz.

Żużlowcy Orła bez szans



Zawodnicy i trener mają o czym dyskutować

Jan Hofman

W spotkaniu dziesiątej kolejki żużlowej pierwszej ligi rozegranym w Rybniku, miejscowy Innpro ROW pewnie pokonał H. Skrzydłowska Orzeł Łódź 56:34, w dwumeczu 93:87.

Dzięki tak wysokiej wygranej drużyna z Rybnika odrobiła straty z pierwszego spotkania (16 punktów) i zapewniła sobie punkt bonusowy, decydujący o układzie tabeli. ROW wyprzedził Orła i jest trzeci, a łódzka drużyna spadła na czwarte miejsce.

● ROW Rybnik - H. Skrzydłowska Orzeł Łódź 56:34

Innpro ROW: 9. Nicolai Klindt - 7+4 (2*,2*,1*,1*), 10. Patryk Wojdyło - 13+1

(3,3,2,3,2*), 11. Jakub Jamróg - 12+1 (3,1*,3,3,2), 12. Jesper Knudsen - 6 (3,2,1,0), 13. Jan Kvech - 13+2 (2*,3,3,2*,3), 14. Paweł Wyczyszczok - 2 (2,0,-), 15. Jakub Żurek - 3+2 (1*,0,2*), 16. Kacper Tkocz - 0 (0)

H.Skrzydłowska Orzeł Łódź: 1. Marcin Nowak - 10+2 (1,1*,3,2*,3,0), 2. Oliver Bern-tzon - 3 (0,2,0,1,-), 3. Szymon Szlauderbach - 5+1 (0,3,1*,1,-), 4. Dan Thompson - 0 (-,-,-,-), 5. Zach Cook - 4 (1,1,2,0), 6. Kacper Halkiewicz - 4+1 (3,1*,w,0), 7. Krzysztof Lewandowski - 0 (0,0,-), 8. Villads Nagel - 8 (2,0,2,3,0,1)

● Mecze w następnej kolejce 5 lipca: H.Skrzydłowska Orzeł Łódź - Hunters PSŻ Poznań (13.00), Polonia Piła - Cellfast Wilki Krosno (15.15). 12 lipca: Stal Rzeszów - ROW Rybnik (14.00), Polonia Bydgoszcz - Moonfin Ostrów Wlkp. (16.30)

Nie żyje były selekcjoner Daniel Castellani

Dariusz Kuczmara

W wieku 65 lat, po długiej i ciężkiej chorobie, zmarł były trener reprezentacji Polski siatkarzy Argentyńczyk Daniel Castellani - poinformowała tamtejsza federacja.

W Polsce pracował od 2006 roku, prowadząc do sukcesów na krajowych i zagranicznych parkietach Skrę Bełchatów przez trzy lata.

Od 2009 do 2010 roku był selekcjonerem reprezentacji Polski. Białoczerwoni zdobyli

pod jego wodzą pierwsze w historii mistrzostwo Europy - w Turcji w 2009 roku.

- Jestem jeszcze w chmurach. Nie do końca do mnie dociera, co takiego zrobiliśmy. Patrzę na medal, widziałem chłopców na najwyższym stopniu podium, ale ciągle nie mogę w to uwierzyć - mówił krótko po zdobyciu złota.

Ponadto był trenerem m.in. kadry narodowej Finlandii, Fenerbahce Stambuł, Sir Safety Perugia, Olimpiakosu Pireus i żeńskiej reprezentacji Argentyny.



WYZWANIEM BYŁA POGODA

Dariusz Kuczmera

Po meczu ze Stalą Rzeszów wypowiedzieli się trener Aleksandar Vuković i Sebastian Bergier.

Trener Aleksandar Vuković nie był bardzo rozmowny, ale musiał być zadowolony z wyniku. Powiedział: Tak jak zaplanowaliśmy, kończymy ten pierwszy tydzień pracy najlepszą formą treningu jaką znam, czyli sparingiem. Wiadomo, że wyzwaniem jest pogoda i to, że jest to pierwszy mecz, więc najważniejsze po było to, że wszyscy są zdrowi i dobrze przepracowali te 80 minut.

Mogliśmy to osiągnąć ze względu na liczbę zawodników,

jaką mieliśmy dostępną zarówno my, jak i Stal Rzeszów, więc super, że zrobiliśmy bardzo dobry trening, a także, że udało się wygrać.

Zdobywca trzech goli Sebastian Bergier powiedział (cytaty za widzew.com): - Na pewno po dzisiejszym meczu cieszą bramki, ponieważ dla napastnika to jest rzecz, która buduje. Jeśli chodzi o wynik, to tak naprawdę najważniejsze jest to, żebyśmy się wybiegali, zrobili swoją robotę, dlatego po dzisiejszym sparingu jeszcze biegaliśmy, mieliśmy trening. Ważne, że każdy jest zdrowy i musimy teraz przygotować się na cały sezon.

Pozostali piłkarze też byli zadowoleni, że przetrwali ten sparing w afrykańskich warunkach.



Trener Widzewa spogląda na zegarek

Urodziny i spotkanie mistrzów



Kazimierz Bukszyński, Andrzej Bek i Benedykt Kocot

Jan Hofman

Kolarskie przyjaźnie trwają latami, czego najlepszym przykładem jest spotkanie w Aleksandrowie Łódzkim.

W siedzibie firmy Kazimierza Bukszyńskiego, mistrza Polski w kolarstwie torowym, pojawili się nietuzinkowi goście. Wielkie trio kolarskie, Bukszyński, Benedykt Kocot i Andrzej Bek, świętowało 75. urodziny tego ostatniego. Wspomnieniom nie było końca.

Andrzej, przedstawiciel znanej rodziny kolarskiej z Łodzi, reprezentacyjny torowy sprinter i tandemista jest brązowym medalistą olimpijski z Monachium (1972, w parze z Kocotem), a później był cenionym szkoleniowcem w USA. Bek był torowcem (180 cm, 78 kg) łódzkich

klubów: Widzewa (1969-1971) i Społem (1972-1977) specjalizujący się w wyścigach sprinterskich: indywidualnie i w tandemach. Kontynuator pięknych tradycji kolarskich rodziny Beków i choć w krajowej rywalizacji nigdy nie dorównał ojcu (Jerzy był 17-krotnym mistrzem Polski, torowcem bardzo wszechstronnym i mając 37 lat jeszcze się ścigał), to na arenie międzynarodowej, a szczególnie w rywalizacji olimpijskiej, jako jedyny (a na torze startował jeszcze jego brat Jarosław) wzbogacił rodzinne trofea.

Jego największymi osiągnięciami były brązowe medale w konkurencji tandemów na igrzyskach w Monachium (1972) i mistrzostwach świata (1974) - w obu startach z Benedyktem Kocotem.

Trzy karne Widzewa zostały wykorzystane



Andi Zeqiri walczy z dwoma rywalami

Piłkarze Widzewa wygrali w sobotę z pierwszoligową Stalą Rzeszów 4:0 (1:0) w meczu sparingowym. Trzy gole dla gospodarzy w ciągu 11 minut zdobył Sebastian Bergier.

Dariusz Kuczmera

Rozegrane w Łodzi spotkanie dla obu drużyn było pierwszym sparingiem podczas przygotowań do nowego sezonu.

W drużynie gospodarzy nie wystąpił żaden nowy piłkarz. Jedyny pozyskany do tej pory reprezentacyjny napastnik Karol Świdorski treniingi z łódzkim zespołem rozpocznie w przyszłym tygodniu. Grali za to wracający z wypożyczenia do innych klubów Chorwat Tonio Teklić,

Kamil Cybulski i Antoni Klukowski oraz rekonwalescenci Norweg Christopher Cheng i Hiszpan Carlos Isaac.

Pierwszego gola Łódzianie zdobyli z rzutu karnego, podyktowanego za faul na Mariuszu Fornalczyku. Wykorzystał go Szwajcar Andi Zeqiri. W drugiej połowie trzy bramki zdobył Bergier. 26-letni napastnik do bramki trafił po dograniu piłki z rzutu wolnego, a następnie dwukrotnie z rzutów karnych.

W poniedziałek zespół trenera Aleksandra Vukovicia roz-



Uradowany Sebastian Bergier i koledzy

pocznie zgrupowanie w Bad Erlach w Austrii, które potrwa do 14 lipca. W trakcie obozu sztab szkoleniowy zaplanował pięć meczów kontrolnych. Pierwszym rywalem 4 lipca będzie DAC 1904 Dunajska Streda, dzień później widzewiaczy zmierzą się z amerykańskim New England Revolution. 10 lipca Widzew weźmie udział w minitur-nieju, podczas którego jej przeciwnikami będą turecki Besiktas Stambuł i austriacki Mattersburger SV 2020. Obóz zakończy się sprawdzianem ze słowen-

skim Brinje Grosuplje, zaplanowanym na 12 lipca.

● **Widzew Łódź - Stal Rzeszów 4:0 (1:0).**

Bramki: Andi Zeqiri (28-karny), Sebastian Bergier (74, 77-karny, 80+5-karny).

Widzew: Dragowski (41, Krzywański) - Krajewski (41, Baena), Issac (41, Tanżyna), Żyro, Cheng (65, Krajewski) - Selahi (65, Juśkiewicz), Teklić (41, Alvarez), Kornvig (71, Nawrocki) - Bukari (65, Klukowski), Fornalczyk (65, Cybulski) - Zeqiri (41, Bergier).

O Superpuchar Polski zagrają wcześniej

Dariusz Kuczmera

Polski Związek Piłki Nożnej w związku z informacją przekazaną przez TVP zmienił godzinę rozgrywania meczu o Superpuchar Polski, w którym mistrz kraju zmierzy się ze zdobywcą Pucharu Polski. Lech Poznań podejmie Górnika Zabrze 16 lipca o 19.00.

Mecz o Superpuchar na ogół odbywa się przed startem sezonu ekstraklasy na terenie mistrza Polski. Spotkanie Lecha

z Górnikiem pierwotnie miało rozpocząć się o godz. 20.45. Jednak po interwencji Telewizji Polskiej odbędzie się wcześniej.

„W związku z informacją przekazaną przez TVP Sport, Departament Rozgrywek Krajowych PZPN informuje o zmianie planów transmisyjnych dotyczących godziny rozegrania meczu o Superpuchar Polski 2026 pomiędzy Lechem Poznań a Górnikiem Zabrze. Spotkanie odbędzie się 16 lipca 2026 r. (czwartek) o godz. 19.00 w Poznaniu” - napisano w komunikacie PZPN na platformie X.



Mistrz Lech w czasie meczu z Widzewem w Łodzi

Korporacyjny Widzew bez szacunku dla historii



Marcin Pipczyński fetuje awans do elity



Legendarny kierownik pracuje w czasie pandemii

Z Widzewa odchodzi Marcin Pipczyński, który był z nim związany przede wszystkim jako kierownik pierwszej drużyny. To profesjonalista w każdym calu...

Jan Hofman

Przez ostatni rok koordynował pracami Działu Organizacji Sportu. Ta zmiana pokazuje, że korporacyjny maszyn klub z AL. Piłsudskiego nie ma sentymentów. Klub pozbywa się człowieka, który przez dziesięciolecie nosił Widzew w sercu i dobrze wie, co to widzewskie DNA.

- Na mecze Widzewa chodzę od siódmego roku życia - mówił Pipczyński w jednym

z wywiadów. - To był wielki zaszczyt piastować w Widzewie stanowisko, które kiedyś było zajmowane przez legendarnego kierownika drużyny - Tadeusza Gapińskiego.

Do ŁKS dołączyli Michael Chojnicki i tęgą tęgą życia i bliskich obok. Dokładnie tak jakx wszystkich wolnych miejsc.

Pipczyński przygodę z czterokrotnymi mistrzami Polski rozpoczął w drużynie juniorów starszych, w której występował jego syn. Kierowni-

kiem pierwszego zespołu był natomiast od 2016 roku (zastąpił na stanowisku Waldemara Krajewskiego), Widzew grał wówczas jeszcze mecze na obiekcie SMS przy ul. Milionowej. W tej roli zaliczył 330 oficjalnych meczów w latach 2016-2025 i pokonał drogę od III ligi na piłkarski szczyt, czyli do ekstraklasy.

Jak podkreśla Sektorwidzew 51-latek opuścił w tym czasie tylko jedno spotkanie, w 2019 roku. Z domowym starciem z GKS Bełchatów (0:0)

sędzia Rokosz ukarał czerwoną kartką nie tylko dwóch zawodników Widzewa, ale odeśłał do szatni również kierownika. W następnym meczu z Olimpią Grudziądz zastąpiła go Ewelina Bućko.

Aż się wierzyć nie chce, że dla człowieka tak doświadczonego i oddanego widzewskiej sprawie nie znalazło się żadne miejsce w strukturach futbolowego przedsięwzięcia prowadzonego przez Roberta Dobrzyckiego. To po prostu nie przystoi!

ZBIGNIEW BONIEK O BUKARIM I DECYZJACH W WIDZEWIE

Jan Hofman

Zbigniew Boniek, były piłkarz i współwłaściciel Widzewa, chętnie wypowiada się na temat spraw łódzkiego klubu.

Ostatnio popularny Zibi w rozmowie z Polsatem Sport powiedział:

- Ja panu Dobrzyckiemu nigdy nie doradzałem. Gdybym to robił, to w Widzewie nie byłoby nie tylko Bukarięgo, ale też Zeqiriego i Jovicevicia, a także Adamczuka i Burlikowskiego, tylko byłby jeden z nich. Z tego, co wiem, Bukari ma jakąś ofertę, Widzew się musi zastanowić, czy z niej skorzystać.

27-letni Bukari, grał w przeszłości dla Nantes, Crveneji zvezdy i Austin City, trafił do Widzewa za 5,5 miliona dolarów.

W trakcie rundy wiosennej niczym nie zaimponował. Zagrał zaledwie ośmiokrotnie, nie wpisując się ani razu na listę strzelców. Po zatrudnieniu Aleksandra Vukovicia w roli szkoleniowca pojawiał się na boisku sporadycznie.



Widzewiak nr 1 Zbigniew Boniek

- Dzisiaj jest wielki entuzjazm - dodaje Zbigniew Boniek. - Ale ten sam entuzjazm był, gdy był Nikolicus, a po nim przyszedł Adamczuk z Rafałowiczem i do tego wzięli jeszcze Burlikowskiego. Wtedy też było trzech dyrektorów. O dwóch za dużo. Podobnie jest dzisiaj. Jeżeli właściciel miał ochotę zatrudnienia Małowskiego w roli dyrektora sportowego, to on powinien odpowiadać za całą działkę, organizować sobie skauting. Tymczasem odpowiedzialność znówu się rozmywa. Nie jest łatwo funkcjonować w takim układzie.

Nowy klub widzewiaka



Bartłomiej Pawłowski ulubieniec kibiców

Jan Hofman

Właśnie pojawiły się informacje, że Bartłomiej Pawłowski, były już widzewiak, ma nowego pracodawcę,

Pomocnik został zawodnikiem Arki Gdynia, spadkowicz z ekstraklasy, z którą związał roczną umowę z opcją przedłużenia. Pawłowski był związany z łódzkim klubem od początku 2022 roku, ale ostatnim czasu oglądał spotkania Widzewa głównie z ławki rezerwowych. W minionym sezonie zaliczył dziewiętnaście występów w ekstraklasie, w których strzelił jednego gola i zanotował jedną asystę.

Arka bardzo chciała mieć w swoich szeregach pomocnika, który ma na koncie 268 spotkań w ekstraklasie. Pawłowski spotkał w gdyńskim klubu

byłego kolegę z Widzewa. Spadkowicz z ekstraklasy jest w trakcie wymiany kadr. Do tej pory do Arki trafiło aż dziewięciu nowych piłkarzy. Kontrakt w Gdyni podpisał m.in. Dominik Kun z Wisły Płock, który w przeszłości był piłkarzem Widzewa.

● Oskar Kubiak przeszedł ze spadkowicza ekstraklasy do Slavii Praga. Niespełna 20-letni skrzydłowy podpisał kontrakt z mistrzem Czech do 30 czerwca 2030 roku. Kwota transferu nie została podana.

Kubiak trafił do Arki w czerwcu 2025 roku z trzecioligowej Wdy Świecie. Następnie został wypożyczony do drugoligowego Sokoła Kleczew, w którym w rundzie jesiennej rozegrał 18 spotkań, zdobył 14 bramek i zaliczył pięć asyst.

Transfery i mecze w klubach ekstraklasy

Dariusz Kuczmera

Prace wre w klubach PKO Ekstraklasy.

● Piłkarze Wisły Kraków przegrali w sparingu z Termalicą Nieciecza 3:4. Spotkanie rozegrano w Woli Chorzelskiej, gdzie obydwie drużyny przebywają na zgrupowaniu. Bramki: dla Wisły - James Igbeke (65), były widzewiak Jordi Sanchez (67), Raoul Giger (73); dla Bruks-Betu: Kamil Zapolnik (14-karny), Oliwier Sławiński (53), Dominik Biniak (62), Ivan Durdov (85).

● Mający za sobą 11 występów w piłkarskiej reprezentacji Polski Kacper Urbański został zawodnikiem Górnika Zabrze. 21-letni pomocnik przed przyjściem do Górnika grał w Legii, a wcześniej w Lechii Gdańsk i we Włoszech (Bologna, Monza).

● Matus Vojtko został nowym piłkarzem Wieczystej. Słowacki obrońca poprzedni sezon spędził w Lechii.

● Manu został nowym zawodnikiem Radomiaka, z którym podpisał kontrakt do 30 czerwca 2029 roku.



Jordi Sanchez dynamiczny w koszulce Widzewa

Poniedziałek



Wschód słońca
4.29



Zachód słońca
21.03



Długość dnia
16 godz. 34 min.



Krótszy od najdłuższego o 4 minuty
i dłuższy od najkrótszego o 8 godz. i 43 min.

29

czerwca 2026

DZIS IMIENINY OBCHODZĄ

Beata, Emma, Kasjusz, Maria, Paweł, Piotr i Rajmund.

HOROSKOP

Baran



(21.03-19.04) Uważaj, by wybieczka i wyzwania nie zakończyły się w szpitalu. Zachowaj umiar.

Byk



(20.04-22.05) Może sam wyjdiesz z inicjatywą przyjemnego spędzenia razem czasu? Daj z siebie więcej.

Bliznięta



(23.05-21.06) Dzisiejszy poniedziałek może być monotonnym dniem. Pamiętaj, że zawsze możesz spróbować to zmienić.

Rak



(22.06-22.07) Nie próbuj dziś żadnych sztuczek. Nie wyjdzie ci to na dobre. Uważaj, by się nie skompromitować.

Lew



(23.07-23.08) Plotki nigdy nie przynoszą nic dobrego. Mogą namącić w głowie i pozbawić pewnej wielkiej szansy.

Panna



(24.08-22.09) Będziesz dziś w wyśmienitej formie. Spokojnie i bez stresu realizuj swoje letnie plany.

Waga



(23.09-22.10) Nie pozwól, by ktoś zniszczył ci humor przez to, że sam wstał dziś lewą nogą. Nie skupiaj się na tym, co czują inni.

Skorpion



(23.10-21.11) Bardzo możliwe, że spotkasz kogoś ważnego. Bądź czujny, bo okazja może przejść koło nosa.

Strzelec



(22.11-21.12) Nie możesz pozwolić, by ktoś inny decydował za ciebie. Nie przejmuj się tym, że ktoś się demonstracyjnie oburzy.

Koziorożec



(22.12-19.01) Twoja kreatywność będzie pracować dziś na najwyższych obrotach. Wpadniesz na mnóstwo pomysłów.

Wodnik



(20.01-18.02) Nie można zmusić kogokolwiek do odwzajemnienia uczuć. Musisz w tej materii zadziałać bardziej subtelnie.

Ryby



(19.02-20.03) Powinieneś dziś korzystać z życia, a nie zaprzętać sobie głowę drobiazgami, które zabierają jedynie czas i energię.

GARY BUSEY

Amerykański aktor kończy dziś 82 lata. W 1921 Wincenty Tymieniecki, przyjął sakrę biskupią. Jako pierwszy ordynariusz łódzki organizował kurie, seminarium duchowne, sąd kościelny i kapitułę katedralną. Nazywany był ojcem łódzkich robotników.



FOT. DOMENA PUBLICZNA

POGODA

Dzisiaj w Łodzi

maks. 39 °C
min. 20 °C



Jutro

maks. 30 °C
min. 19 °C



Środa

maks. 29 °C
min. 16 °C



Czwartek

maks. 26 °C
min. 15 °C



Piątek

maks. 24 °C
min. 12 °C



KALENDARIUM ŁÓDZKIE



Z ARCHIWUM JAKA BOGUSIAKA

W meczu zagrało czterech piłkarzy ŁKS - na zdjęciu stoją od lewej: Wawrzyniec Cyll, Władysław Karasiak, Zygmunt Otto i Karol Hanke.

POLACY POKONALI W ŁÓDZI TURCJĘ

29 czerwca 1924 reprezentacja Polski zmierzyła się Turcją na stadionie ŁKS. Polacy wygrali 2:0. Był to pierwszy w historii występ piłkarskiej reprezentacji narodowej na stadionie przy al. Unii. Turcy do Łodzi przyjechali po ciągim dwa dni przed meczem. Z dworca Fabrycznego udali się do Grand Hotelu. Na stadionie ŁKS zasiadło 8 tys. kibiców. W meczu zagrało czte-

rech piłkarzy ŁKS (na zdjęciu). Łódź była czwartym miastem w Polsce, w którym grała nasza reprezentacja po Krakowie, Lwowie i Warszawie. Przegląd Sportowy (2.07.1924) pisał: „Łódź dostąpiła nie lada zaszczytu, goszcząc u siebie Turków. A zasłużyła na zaszczytów w zupełności. Piłkarstwo lokalne rozwinęło się w amerykańskim tempie, jak samo miasto. Wystarczy przypomnieć, że kilka lat temu miała Łódź do dyspozycji jedynie, dziś zdyskwalifikowane, bo-

isko helenowskie, a każdy przyzna, że należy się uznanie tym, którzy stworzyli w kominowym grodzie warunki pozwalające na urządzenie spotkania międzypaństwowego. (...) Organizacja imprezy nie pozostawiała nic do życzenia, (...) przygotowano wszystko, co należało. Podczas zawodów panował na boisku ŁKS-u porządek wzorowy i rzecz dziwna, hałaśliwa i bardzo niekulturalna widownia łódzka zachowywała się »correct«, jak nigdy dotąd”. (dwoi)

KRZYŻÓWKA

Poziomo:

- 3) wstrząs psychiczny,
- 6) boisko dla Rogera Federera i Rafaela Nadala,
- 11) rezultat pracy,
- 12) indyjski biedak,
- 13) pręt służący do pieczenia kurczaków,
- 14) grecki bóg wojny,
- 15) samochód osobowy z Rosji,
- 16) zmiana kierunku jazdy przez kierowcę,
- 17) podział na składniki,
- 18) jadą w kuligu,
- 19) bardzo wesoła zabawa,
- 21) yerba ..., herbata z Paragwaju,
- 23) fragment meczu koszykówki,
- 26) sol na pięciolinii,
- 27) arkusz poprawek błędów w książce,
- 30) wyrób z firmy Wedel,
- 31) książkę zjedzony przez myszy,
- 34) wierzchnia szata Rzymianki,
- 38) centrum tarczy,
- 39) ruchome w dużej galerii handlowej,

- 40) tryskają z komina parowozu,
- 41) mówienie do ucha oblubienicy,
- 42) komputerowy nośnik danych.

Pionowo:

- 1) ojczyzna tequili,
- 2) poprzedza praktykę,
- 3) partyjny zbiór przepisów,
- 4) „Halka” Stanisława Moniuszki,
- 5) urządzenie do wkładania biletów autobusowych,

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				■						■		■	



- 6) pojemnik na atrament,
- 7) wioślarska czwórka bez sternika,
- 8) pracownik stoczni rysujący elementy statku,
- 9) azjatycka łódź,
- 10) telewizyjna na dachu,
- 20) zarazek do połknięcia,
- 22) odgłos budzika lub karabinu maszynowego,
- 24) wyprawa panny młodej,
- 25) łyżwy lub narty na kółkach,

- 28) zwój papieru, banknotów,
- 29) nie chciał jeść w wierszu Brzechwy,
- 31) leśna jadłodajnia dla zwierząt,
- 32) niewielka ryba słodkowodna,
- 33) już nie pracuje,
- 35) gest powitalny,
- 36) fryzura punka jak Indianin,
- 37) współudział piłkarza w zdobyciu gola.

PRZYSŁOWIA NA DZIŚ:

GDY PIOTR Z PAWŁEM W DESZCZ UDERZY, SŁOŃCE ZA MGŁĄ TYDZIEŃ LEŻY.

WIATR I LUDZIE CZERWCOWI DO ODMIANY WCIAŻ GOTOWI.