



Sportowy weekend
Co się dzieje? - str. 12



GŁOS

DZIENNIK POMORZA

POMORZA

Sobota-niedziela 24-25 kwietnia 2021



**Wulgarny lekarz
musi przeprosić
pacjentkę,
a szpital przeszkolić
personel**

STRONA 4

**W usteckim Stawku
Upiorów aż roi się
od pływających
gadów.
Czy są groźne?**

STRONA 7

**Szpital apeluje
o pomoc dla swojej
pracownicy.
Pożar strawił
dobytek**

STRONA 7

magazyn *rodzinny*



Kuchnia

Zbliża się
majówka, a więc
czas na grilla!
Polecamy
przepisy
na przysmaki
z rusztu

strony 06-07

Temat dnia

Rodzeństwo
Sienkiewicz
podbija polską
scenę. Kwiat Ja-
błoni to rodzina
w muzyce
i życiu **strona 04**



Spoleczeństwo

Depresja
dopada coraz
więcej osób.
Coraz częściej
sięgamy
po używki **strona 09**



Znana marka kończy produkcję w Słupsku

strona 3

REKLAMA

**SPECJALISTYCZNY
GABINET
PROTEZOWANIA
SŁUCHU**

○ COREKTON ○

Rok założenia 1989

APARATY SŁUCHOWE

Wysoka jakość
światowego producenta
Słupsk, PL. DĄBROWSKIEGO 6

codz. w godz. 8.00-16.00
Informacja tel. 59 840 24 35

OFERUJEMY:

- profesjonalną obsługę
- bezpłatne przymiarki aparatów
- bezpłatne badania słuchu
- serwis
- PROMOCJA baterie na cały rok
- najtańsze baterie / 12 zł

UBEZPIECZENI – ZNIŻKA NFZ



009992914

Pogoda w regionie

Dzisiaj

8°C
2°CWiatr
pn.-zach. 30 km/hUwaga
nad ranem
przymrozki

Niedziela

8°C 2°C



Poniedziałek

9°C 3°C



Wtorek

10°C 3°C



Uwaga: od środy deszczowo

Kosze w kształcie serca
stały przy szkole

Nnakrętki, które pozostawimy w metalowym sercu, zostaną sprzedane, a dochód przeznaczony zostanie na szczytne cele. Kosze w kształcie serca stoją przed szkołą w Kwakowie

Gmina Kobylnica

Anna Czerny - Marecka

anna.marecka@polskapress.pl

Przy budynku Szkoły Podstawowej im. Polskich Olimpijczyków w Kwakowie stały dwa metalowe serca, do których wrzucać można plastikowe nakrętki. Dochód z ich sprzedaży przeznaczony zostanie na wsparcie różnych akcji charytatywnych.

To duże, czerwone serce ma prawie 1,5 metra. Kosze ustawione zostały tuż przy głównym wejściu do budynku miejscowej szkoły. Każdy może wrzucić do niego plastikowe nakrętki, które przecież są nieodłącznym elementem wielu produktów wykorzystywanych w naszym codziennym

życiu. Różnica polega jednak na tym, że nakrętki, które pozostawimy w metalowym sercu, zostaną sprzedane, a dochód przeznaczony zostanie na szczytne cele.

Jedno z serc zostało ufundowane przez państwa Judytę i Jacka Sibilów, natomiast środki na zakup drugiego zebrali rodzice uczniów. Pomimo że serca dopiero co stały w tym miejscu, to już niemal w całości jedno z nich jest wypełnione. - Choć pojemniki zrobione są z chłodnego metalu, to dobroć mieszkańców gminy Kobylnica może rozgrzać je do czerwoności. Pomaganie potrzebującym już na stałe wpisało się w życie naszej placówki - mówi Andrzej Wojszek, dyrektor Szkoły Podstawowej w Kwakowie.

Posprzątał Lasek
Południowy. Brawo!

Ekologia

127 osób posprzątało Lasek Południowy i okolice Trzech Stawków. Była to pierwsza inicjatywa w ramach „Maratonu dla Ziemi”, który organizują Fundacja Wspierania Inicjatyw Niekonwencjonalnych „Sub ventum” i Nadleśnictwo „Leśny Dwór”.

„Maraton dla Ziemi” to dwa wydarzenia proekologiczne. Pierwsze z nich odbyło się w czwartek, 22 kwietnia, czyli w Międzynarodowy Dzień Ziemi. Teren Lasku Południowego w Słupsku, a także park Trendla i okolice Trzech Stawków sprzątało aż 127 osób. Do czwartkowej akcji przyłączyło się bardzo dużo młodzieży.

Każdy otrzymał zaświadczenie z przeprowadzonej akcji w formie wolontariatu, które są ważne dla dzieci i młodzieży w szkole. Bardzo dużo młodych ludzi pojawiło się ze szkoły SP 5 z ulicy Hubalczyków, były dzieci ze szkoły SP 3, SP 2, SP 1, SP 7, SP-6, a także ze szkół z Zagórzycy oraz z Żukowa i Sławoska. W akcji pojawiła się także młodzież z I LO na Szarych Szeregach, II LO na Mickie-



FOT. KRZYSZTOF PIOTKOWSKI

127 osób posprzątało Lasek Południowy i okolice Trzech Stawków. Była to pierwsza inicjatywa w ramach „Maratonu dla Ziemi”. Kolejna ekologiczna akcja - 30 kwietnia

wicza, Szkoły Wojskowej, SP Kobylnica, SP Katolickiej, przedszkola z Gwiazdowa. Pojawiły się także harcerki z 32 IDH Różowe Pantery, a także młodzież z Technikum Agrotechnicznego i „Elektryka” oraz „Drzewniaka”. W akcji uczestniczyło 15 rodzin. Łącznie w akcji obywatelskiej brało udział 127 osób - podsumował Dariusz Kloskowski, prezes Fundacji Wspierania Inicjatyw Niekonwencjonalnych „Sub ventum”.

Druga część maratonu

W piątek, 30 kwietnia, wszyscy zainteresowani mieszkańcy regionu słupskiego będą mogli

posadzić swoje drzewo w nowym lesie, który zlokalizowany jest za strzelnicą garnizonową, a dokładniej za stawkami w Parku Trendla. - Zaproszenie kierowane jest do każdego, w szczególności do rodzin. Planujemy teren nowych nasadzeń nazwać „Lasem Przyjaźni” - podkreśla Darek Kloskowski. - Razem z Pracownikami Nadleśnictwa liczymy na dużą frekwencję.

Aby ją zapewnić organizatorzy planują zaangażować szkoły, aby w ekologię zarażać dzieci i młodzież. Akcja sadzenia ma rozpocząć się o godz. 10 i skończyć o godz. 18. (kis)

Wypadek na ścieżce rowerowej
w Ustce. Rowerzysta w szpitalu

Z policji

W piątek rano 71-letni rowerzysta został potrącony na ścieżce rowerowej na ulicy Darłowskiej.

- Około godziny 9 doszło do zdarzenia drogowego. Na miejscu pracują ustępcy policjanci - mówi Monika Sadur-

ska, rzeczniczka słupskiej policji. - Ze wstępnych ustaleń wynika, że 65-latek kierujący pojazdem marki Renault Megane, wyjeżdżając z ulicy Polnej na ulicę Darłowską, uderzył w 71-letniego rowerzystę korzystającego ze ścieżki rowerowej.

71-letni rowerzysta został odwieziony do szpitala. Policjanci ustalają okoliczności

zdarzenia. To już kolejny wypadek z udziałem rowerzystów i pieszych na wyremontowanej niedawno drodze wojewódzkiej 203.

Policjanci apelują do kierowców o ostrożną jazdę, zwłaszcza w pobliżu przejść dla pieszych i ścieżek rowerowych. ©©

(BER)



FOT. MARIUSZ JASOWSKI

Ze wstępnych ustaleń wynika, że 65-latek kierujący pojazdem marki Renault Megane, wyjeżdżając z ul. Polnej na Darłowską, uderzył w 71-letniego rowerzystę na ścieżce rowerowej

DYŻURNY GP

Na Czytelników „Głosu Pomorza” czeka redaktor dyżurny pod numerem telefonu 510 026 884. Ze względu na pandemię nie spotykamy się w redakcji.

Aleksander Radomski
aleksander.radomski@gp24.pl

KALENDARIUM

24 kwietnia

1655

Potop szwedzki: szwedzcy żołnierze zdewastowali Najstarszą Synagogę w Pile.

1885

Prof. Jan Mikulicz-Radecki przeprowadził w Krakowie pierwszą na świecie operację zszycia pękniętego wrzodu żołądka.

1894

W warszawskiej Zachęcie Władysław Podkowiński pociął nożem swój obraz Szał uniesień.

1945

W Puławach ugrupowanie organizacji Zrzeszenie Wolność i Niezawisłość pod dowództwem Mariana Bernaciaka ps. Orlik rozbiło Powiatowy Urząd Bezpieczeństwa Publicznego, uwalniając 107 więźniów oraz zabijając pięciu ubeków i dwóch milicjantów.

1982

Odbyło się pierwsze notowanie Listy Przebojów Programu Trzeciego.

1998

W gdyńskiej agencji towarzyskiej Las Vegas zastrzelono gangstera Nikodema Skotarczaka ps. „Niko”.

LOTTO

22.04.2021 r., godz. 21.50

Lotto: 1, 10, 11, 26, 30, 44

Lotto Plus: 5, 23, 25, 27, 35, 45

Multi Multi: 9, 11, 12, 15, 20, 29, 30, 33, 35, 43, 47, 57, 58, 59, 60, 62, 65, 69, 76, 77 plus 43

Ekstra Pensja: 20, 25, 30, 33, 35+2

Ekstra Premia: 20, 25, 27, 29, 32+4

Mini Lotto: 9, 13, 29, 31, 34

Kaskada: 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 14, 16, 17, 21

Super Szansa: 8, 5, 0, 3, 1, 2, 4

23.04.2021 r., godz. 14

Multi Multi: 1, 5, 6, 10, 14, 26, 41, 42, 45, 48, 51, 52, 56, 57, 60, 64, 68, 73, 74, 78 plus 78

Kaskada: 1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 14, 16, 23, 24

Super Szansa: 8, 3, 9, 2, 1, 9, 0

WALUTY 23.04.2021

USD	3,7855 (+)
EUR	4,5649 (+)
CHF	4,1354 (+)
GBP	5,2521 (+)

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

Prenumerata ☎ Zadzwoń!

94 340 11 14

prenumerata.gdp@polskapress.pl

prenumerata.gp24.pl

Fabryka Gino Rossi w Słupsku kończy działalność. Produkcja trwa tylko do lipca

Wojciech Frelichowski
wojciech.frelichowski@gp24.pl



Słupsk

Jeszcze tylko do lipca będzie działała fabryka obuwia Gino Rossi w Słupsku. Jej właściciel, Grupa CCC, zdecydował o przeniesieniu produkcji do Polkowic. W słupskim zakładzie redukcją zostanie objętych do 235 osób.

Jak się dowiedzieliśmy, 16 kwietnia zakończyły się konsultacje pomiędzy Grupą CCC, właścicielem Gino Rossi, a przedstawicielami pracowników fabryki, podczas których zostały uwzględnione postulaty załogi.

„Spotkania z przedstawicielami pracowników pomogły w wypracowaniu optymalnych rozwiązań dotyczących liczby i zakresu redukcji, dokładnego czasu ich trwania, a także pakietu świadczeń gwarantowanych w ramach odpłatności” - czytamy w komunikacie, który



W 2015 roku produkcja w hali Gino Rossi na ul. Owocowej w Słupsku szła pełną parą

otrzymaliśmy od Grupy CCC. Właściciel Gino Rossi informuje, że „Gino Rossi to ważna marka w portfolio Grupy CCC, z której jesteśmy bardzo dumni. Od 2019 roku, kiedy to spółka weszła w skład Grupy, przeprowadziliśmy w niej wiele zmian strategicznych, takich jak rozwinięcie sprzedaży poprzez kanały e-commerce, poszerzenie oferty produktowej,

optymalizacja i zmiana koncepcji sieci stacjonarnej oraz konsolidacja i restrukturyzacja produkcji. Dzięki temu dziś możemy pochwalić się świetnymi wynikami i dalej rozwijać tę lubianą przez klientów polską markę. Dla przykładu: sprzedaż Gino Rossi na eobuwie.pl wzrosła rdr o 75%, a na ccc.eu wolumen sprzedaży wzrósł aż 13-krotnie. Marka cieszy się rów-

nież ogromną popularnością w sieci detalicznej CCC, gdzie dbamy o jej bardzo dobrą widoczność”.

W przekazanym komunikacie Grupa CCC dodaje, że właśnie finalizuje proces wspólnianych wcześniej zmian. „Jedną z nich, którą zapoczątkowaliśmy w 2020 r., jest przeniesienie wraz z końcem lipca br. całości produkcji Gino Rossi

do fabryki w Polkowicach. Tym samym wygaszamy działalność zakładu w Słupsku. Chcielibyśmy zaznaczyć, że dokładamy wszelkich starań, aby proces ten przebiegał w sposób spokojny, profesjonalny, z poszanowaniem praw i troską o pracowników”.

Obecnie zakład zatrudnia 290 osób. Grupa CCC zaznacza, że „aby wesprzeć osoby zatrudnione w znalezieniu nowego miejsca pracy, podjęliśmy współpracę z Powiatowymi Urzędami Pracy, a także planujemy zorganizować serię spotkań z lokalnymi firmami”.

Fakt zgłoszenia zwolnień grupowych w fabryce Gino Rossi potwierdza Paweł Kądziała, dyrektor Powiatowego Urzędu Pracy w Słupsku.

„Generalnie od czasu, kiedy wybuchła pandemia nie było większych zwolnień grupowych w powiecie, nie licząc zakładu z branży spożywczej w gminie Dębica Kaszubska. Ale tam dotyczyło to znacznie mniejszej liczby osób - mówi Paweł Kądziała, i przypomina, że pierwsze duże zwolnienia grupowe w Gino Rossi miało

miejsce na początku 2020 roku. Wtedy redukcją objęto 190 pracowników zakładu w Łosinie i magazynu w Bolesławicach.

Grupa CCC zdecydowała też o zamknięciu firmowych salonów Gino Rossi. To ponad 40 sklepów znajdujących się w kraju i zagranicą. Właściciel uznał, że nie opłaca się utrzymywać salonów butikowych i nie mają one przyszłości, ze względu na ograniczoną ofertę i wysokie koszty utrzymania. Natomiast będzie rozwijana sprzedaż obuwia marki Gino Rossi w internecie oraz salonach CCC.

Firma i fabryka Gino Rossi powstały w 1992 roku. Pierwszy sklep firmowy marki został otwarty dwa lata później. W 2006 r. spółka weszła na Giełdę Papierów Wartościowych w Warszawie. W najlepszych latach firma miała prawie 200 salonów firmowych.

W 2018 roku jej sytuacja finansowa Gino Rossi zaczęła się pogarszać. Na początku 2019 roku spółkę w całości przejęła Grupa CCC i wycofała ją z obrotu giełdowego.

©GP

Na dodatki covidowe czeka w słupskim szpitalu 557 medyków. Szpital podkreśla, że nie jest winny opóźnieniom. Obarcza NFZ

Wróćmy do tematu
Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Pracownicy oddziałów covidowych w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Słupsku zaalarmowali nas, że nie otrzymali na czas dodatków należnych im za pracę w tych oddziałach. Dodatki otrzymuje łącznie 557 osób. Po naszym artykule szpital podkreśla, że wszyscy zatrudnieni wynagrodzenia związane z wykonywaną pracą otrzymują regularnie i bez opóźnień. Dodatki są wypłacane później ze względu na opóźnienia w rozliczaniu faktur przez NFZ, ale nie ma żadnych regulacji prawnych, które wskazywałyby, że mają być one wypłacone do danego dnia miesiąca.

Pracownicy trzech oddziałów covidowych w szpitalu w Słupsku nie otrzymali należnych im dodatkowych pieniędzy za pracę. Twierdzą, że opóźnienia są co miesiąc, ale nigdy tak długie. Obawiają się, że pieniędzy nie dostaną. Zarząd szpitala zapewnia, że pieniądze będą w przyszłym tygodniu a winą za opóźnienie obarcza na NFZ.

Ten z kolei odbija piłeczkę, tłumacząc, że faktury ze szpitala przychodzą z opóźnieniem.

O sprawie już pisaliśmy. Przypomnijmy

Z informacją o braku pieniędzy za marzec zadzwonili pracownicy oddziału covidowego w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Słupsku.

- Jesteśmy naprawdę zdesperowani i bezsilni. Dodatkowe pieniądze za pracę na oddziałach covidowych, czyli tzw. dodatkowe 100 procent do pensji powinny być zawsze do 17 dnia każdego miesiąca. Tymczasem jest już 21 kwietnia, a my ich nie otrzymaliśmy - mówi pielęgniarka z oddziału covidowego w Słupsku. - Opóźnienia są praktycznie co miesiąc, ale nigdy tak długie.

To samo powtarza kolejna pielęgniarka z oddziału.

- Naprawdę ciężko pracujemy. Kilka godzin w kombinezonach i maskach. Z najtrudniejszych pacjentami, ciężko w krytycznym stanie. Jesteśmy przemęczeni, odwodnieni i czujemy się niedoceniani - mówi kobieta.

Szpital wyjaśniał:

- Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Słupsku informuje, że do dnia dzisiejszego nie otrzy-

mał środków na wypłatę dodatkowych wynagrodzeń dla pracowników oddziałów izolacyjnych i osób zatrudnionych przy obsłudze pacjentów z koronawirusem. Pomimo zaistniałej sytuacji Zarząd szpitala podjął decyzję o wypłacie dodatków dla pracowników oddziałów izolacyjnych kosztem innych bieżących płatności oczekując na uregulowanie należności przez NFZ. Wskazane płatności zostaną zrealizowane na początku przyszłego tygodnia - przekazuje Marcin Prusak, rzecznik prasowy szpitala w Słupsku.

Po naszym wczorajszym artykule, otrzymaliśmy bardziej precyzyjne wyjaśnienie:

- Szpital Specjalistyczny w Słupsku wyjaśnia w jaki sposób przeprowadzana jest procedura naliczania dodatków dla pracowników oddziałów tzw. covidowych. Zgodnie z prawem do dnia 10 każdego miesiąca naliczane jest wynagrodzenie podstawowe każdego pracownika. Wskazany dodatek dla pracowników tzw. oddziałów covidowych jest pochodną wynagrodzenia podstawowego i jest naliczany na jego podstawie. Wysokość dodatku dla każdej osoby jest wyliczana oddzielnie.



557 osób pobiera w szpitalu w Słupsku dodatki za pracę w oddziałach covidowych. Niestety, co miesiąc są opóźnienia

W Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Słupsku wspomniane dodatki otrzymuje łącznie 557 osób. Szpital podkreśla, że wszyscy zatrudnieni wynagrodzenia związane z wykonywaną pracą otrzymują regularnie i bez opóźnień. Jednocześnie zwracamy uwagę, że opublikowane w artykule stwierdzenie (od red. cytowana wypowiedź pielęgniarki), iż dodatki za pracę na tzw. oddziałach co-

vidowych powinny być wypłacane do 17 dnia miesiąca są niezgodne z prawdą. Nie ma żadnych regulacji prawnych, które wskazywałyby taki termin płatności. Niemniej jednak, Zarząd Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku dopęła starań, aby wskazane dodatki były wypłacane pracownikom jak najszybciej - pisze Marcin Prusak, rzecznik prasowy szpitala w Słupsku.

NFZ wyjaśnia

NFZ przyznaje, że nie wszystkie faktury są rozliczone, ale wynika to ze zmian - komu należą się te dodatki - oraz z faktu, że faktury przychodzą późno.

- Według stanu na dziś, czyli 21 kwietnia 2021 roku, rozliczonych ze szpitalem nie zostało jeszcze dodatkowych 7 faktur wystawionych przez szpital w dniach 30 i 31 marca, obejmujących okres od października 2020 roku do stycznia 2021 roku, na łączną sumę 3 470 020, 67 zł. Faktury te są skutkiem ponownej weryfikacji przez szpital osób uprawnionych do otrzymania dodatkowego świadczenia pieniężnego z tytułu Covid-19, w wyniku której poszerzono krąg osób uprawnionych do otrzymania dodatku, a także zmieniono podstawy wymiaru dodatków. Te dodatkowe faktury są aktualnie weryfikowane przez pomorski NFZ i o ile nie zostaną stwierdzone w nich żadne nieprawidłowości powinny być zrealizowane w najbliższym czasie - wyjaśnia Mariusz Szymański, rzecznik prasowy Pomorskiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia. ©GP

Lekarz musi przeprosić za wulgaryzmy, a szpital przeszkolić pracowników

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@gp24.pl



Wracamy do tematu

Rzecznik Praw Pacjenta stwierdził, że bezdyskusyjnie prawo pacjenta zostało naruszone i nakazał lekarzowi przeproszenie kobiety za obraźliwe słowa, które usłyszała będąc z dzieckiem na wizycie w ramach Nocnej Opieki Chorych w szpitalu w Słupsku. Dodatkowo szpital ma przeprowadzić szkolenie wśród pracowników z poszanowania godności pacjenta.

Artykuł o lekarzu, który miał być wulgarny podczas dyżuru świadczonego w ramach Nocnej Opieki Chorych w szpitalu w Słupsku, odbił się głośnym echem w całym kraju. Zainteresowała Rzecznik Praw Pacjenta oraz rzecznik rządu Piotr Müller. W efekcie prezes szpitala w Słupsku, zawiesił współpracę z firmą świadczącą usługi w ramach NOCh, co oznacza, iż do czasu wyjaśnienia sprawy lekarz nie będzie świadczył usług w NOCh.

Rzecznik Praw Pacjenta

W środę otrzymaliśmy pismo z Biura Rzecznika Praw Pacjenta, w którym czytamy:

"Rzecznik Praw Pacjenta po zapoznaniu się z artykułem Lekarz w szpitalu w Słupsku:



FOT. ARCHIWUM

W dniu 14 marca 2021 r. lekarz na zapytanie czy matka z chorym dzieckiem może wejść do poczekalni powiedział: „wypierd... za szklane drzwi z tym małym skur...ynem z mutacją..

wypier... za szklane drzwi z tym małym skur... z mutacją. Matka dziecka wstrząśnięta z uwagi na skandaliczne zachowanie lekarza szpitala", podjął z urzędu, postępowanie wyjaśniające, w kierunku sprawdzenia, czy do doszło do naruszenia praw pacjenta, do poszanowania godności.

Po przeanalizowaniu sprawy, Rzecznik Praw Pacjenta stwierdził, że bezdyskusyjnie prawo pacjenta zostało

naruszone, w dniu 19 kwietnia 2021 r. wydał stwierdzenie naruszenia prawa pacjenta do godności małoletniego Kevina przez Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janusza Korczaka w Słupsku.

W dniu 14 marca 2021 r. lekarz szpitala na zapytanie czy matka z chorym dzieckiem może wejść do poczekalni powiedział: „wypierd... za szklane drzwi z tym małym skur...synem z mutacją... Ty myślisz, że szczepionka mnie

uchroni? Takie małe skur...syny są najgorsze".

Należy pamiętać, że pacjent ma prawo do poszanowania intymności i godności, w szczególności w czasie udzielania mu świadczeń zdrowotnych. Tymczasem lekarz godność pacjenta naruszył. Wyjątkowo niestosowne, wulgarne słowa nigdy nie powinny zostać wypowiedziane w stosunku do żadnego pacjenta. Niezwykle bulwersującym jest fakt, że

wypowiedziane zostały one w stosunku do wyjątkowego pacjenta, jakim jest każde dziecko. Na obecnym etapie sprawy Rzecznik Praw Pacjenta wniosł o: 1. Pisemne przeproszenie matki dziecka, zaś kopię przeprosin szpital ma przesłać do wiadomości Rzecznika.

2. Przeprowadzenie szkolenia podległego personelu z zakresu praw pacjenta do godności. Poproszono, aby listę osób obecnych na szkoleniu przesłać do wiadomości Rzecznika.

Szpital ma 30 dni na poinformowanie Rzecznika Praw Pacjenta o podjętych działaniach lub zajętych stanowisku w tej

„Wypierd... za szklane drzwi z tym małym skur...em z mutacją... Ty myślisz, że szczepionka mnie uchroni? Takie małe skur...syny są najgorsze”.

sprawie. W przypadku, gdy Rzecznik nie będzie podzielał stanowiska szpitala, zwróci się z wnioskiem do właściwego organu nadziedzego o zastosowanie środków przewidzianych w przepisach prawa" - pisze Bartłomiej Chmielowiec, Rzecznik Praw Pacjenta.

Spital przeprosi

- Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Słupsku informuje, że zastosuje się do zaleceń

Rzecznika Praw Pacjenta i zgodnie z przysłanymi wytycznymi wystosuje pisemne przeprosiny dla matki pacjenta za niestosowne zachowanie lekarza oraz przeprowadzi szkolenia podległego personelu z zakresu prawa do godności. Zgodnie z zaleceniem Rzecznika Praw Pacjenta działania te zostaną przeprowadzone w ciągu 30 dni od daty doręczenia pisma. Jednocześnie Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Słupsku informuje, że Zarząd Szpitala wypowiedział umowę współpracy firmie zewnętrznej zatrudniającej lekarza w sprawie, którego wnoszone były zarzuty odnośnie zajęcia w NOCh słupskiego szpitala. Tym samym Szpital wykluczył możliwość wykonywania świadczeń przez wskazanego lekarza - wyjaśnia Marcin Prusak, rzecznik prasowy szpitala w Słupsku.

Zła passa doktora

Zła passa doktora trwa. Po opisanej sytuacji odebraliśmy wiele telefonów i maili, w których nasi czytelnicy skarżą się na złe traktowanie pacjentów, czy też brak pomocy z jego strony. Jedną z tych historii opisałyśmy. Kobieta zmarła na schodach szpitala w Sławnie, gdzie także pracuje doktor Wiktor J. Zdaniem córek zmarłej, to ten sam doktor nie udzielił na czas pomocy ich mamie. Sprawa została zgłoszona do prokuratury. Bada ją także Rzecznik Praw Pacjenta. Będziemy informować o jej przebiegu. ©©

0010124888

0010122227

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”

Ks. Jan Twardowski

Z głębokim żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Henryka Kossackiego

Rodzinie i Bliskim

przekazujemy słowa wsparcia.

Łączymy się w braterskiej modlitwie z wszystkimi, którzy przeżywają czas próby i rozłąki z najbliższą osobą.

Jest to wielka strata, która jeszcze długo będzie napełniać smutkiem nasze serca.

Dlatego łącząc się w żałobie, składamy wyrazy głębokiego współczucia po stracie Naszego Przyjaciela.

Zarząd i pracownicy

Grupy Kapitałowej Jantar Sp. z o.o. w Słupsku

„Ciężko wyrazić ból słowami po Kimś, z Kim zrobiło się tak wiele”.



Pani Dyrektor Iwone Sudakiewicz
wyraży głębokiego współczucia z powodu śmierci

Córki Julii

składają

pracownicy Miejskiego Przedszkola nr 5 w Słupsku

0010121237

„Ci, których kochamy, nie umierają nigdy,
bo miłość to nieśmiertelność”.

Emily Dickinson

Naszej Drogiej Koleżance

Iwone Sudakiewicz

wyraży głębokiego współczucia
i słowa wsparcia w tych trudnych chwilach
po stracie ukochanej

Córki Julii

składają

Dyrektorki i Dyrektorzy Przedszkoli Miejskich,
Szkół i Placówek Oświatowych w Słupsku
oraz Dyrektorka Wydziału Edukacji
wraz z Pracownikami

Izba Dyscyplinarna SN tym razem po stronie sędziego Igora Tulei

Warszawa

Maciej Badowski

maciej.badowski@polskapress.pl

Izba Dyscyplinarna Sądu Najwyższego nie wyraziła zgody na zatrzymanie i przymusowe doprowadzenie na przesłuchanie do prokuratury sędziego Igora Tulei. Prokuratura za skarży tę decyzję.

Izba Dyscyplinarna przez dwa dni rozpatrywała wniosek prokuratury o doprowadzenie siłą sędziego Igora Tulei na przesłuchanie. Ostatecznie w czwartek w nocy Izba odmówiła wydania na to zgody.

- W kontekście zezwolenia na zatrzymanie, brak jest możliwości uznania podejrzenia popełnienia przestępstwa przez Igora Tuleyę za dostatecznej uprawdopodobnione - powiedział sędzia Adam Roch w uzasadnieniu. Jednocześnie zaznaczył, że spełnione zostały „przesłanki formalne” do złożenia takiego wniosku.

- Pamiętamy, że kiedy był uchylany immunitet, to też w pierwszej instancji Izba Dyscyplinarna nie uchylila go i na skutek zażalenia prokuratury w drugiej instancji Izba Dyscyplinarna już ten immunitet uchylila - mówił w czwartek wieczorem sędzia Tuleya zaraz po ogłoszeniu orzeczenia.

- Jeszcze raz dziękuję, przede wszystkim we własnym imieniu, ale i w imieniu wszystkich sędziów, za wsparcie - mówił Tuleya. - To wszystko tak naprawdę dzięki państwu - mówił do zgromadzonych przed SN osób, które skandowały „Murem za Tuleyą”. - Prawnicy, sędziowie bez wsparcia obywateli nic by nie zrobili, także jeszcze raz bardzo dziękuję - dodał.

- W orzeczeniu, które dzisiaj usłyszeliśmy, pod każdym słowem mogę się podpisać. Przyzwyczajenie prawa i rozsądku została przywrócona - powiedział

mecenas Jacek Dubois, obrońca sędziego Tulei. - Usłyszeliśmy to, co powiedziałyby każdy uczciwy prawnik na podstawie tych zdarzeń - mówił.

Czesław Stanisławczyk z Prokuratury Krajowej przekazał, że prokuratura złoży zażalenie na decyzję Izby.

- Na prokuraturze ciąży obowiązek postawienia podejrzanemu zarzutów. Dotyczy to wszystkich podejrzanych, bez względu na to, czy sprawują godność sędziowską, czy nie - podała w piątek Prokuratura Krajowa.

Jak wyjaśnił dział prasowy Prokuratury, cytowany przez PAP, „Sędzia podejrzany jest o bezprawne rozpowszechnianie informacji z postępowania przygotowawczego. Odrzucając wniosek prokuratora, Izba

Usłyszeliśmy to, co powiedziałyby każdy uczciwy prawnik na podstawie tych zdarzeń, mówił mecenas Jacek Dubois

Dyscyplinarna paraliżuje postępowanie, na które sama wyraziła zgodę, uchylając immunitet Igorowi T.”.

Prokuratura chce ukarania sędziego Igora Tulei za ujawnienie mediom zeznań świadków z postępowania przygotowawczego w sprawie głosowania w sali kolumnowej Sejmu w 2016 r. Posłowie opozycji uznali, że doszło wtedy do nieprawidłowości i złożyli zawiadomienie do prokuratury. Ta zajęła się sprawą, ale ostatecznie odmówiła wszczęcia śledztwa. Wnioskodawcy odwołali się, sędzia Tuleya, który rozpatrywał sprawę, nakazał prokuraturze ponownie zająć się sprawą. ©©

Epidemia słabnie. Rząd szykuje odmrażanie gospodarki w maju

Maciej Badowski

maciej.badowski@polskapress.pl

Warszawa

Minister zdrowia Adam Niedzielski poinformował, że „z całą pewnością można już powiedzieć, że III fala słabnie”. Rzecznik rządu zapowiada, że w przyszłym tygodniu zostanie zaprezentowany kompleksowy plan odmrażania gospodarki.

- Szczyty III fali dla zakażeń, hospitalizacji i zgonów następowały po sobie w odstępach około tygodnia - poinformował na Twitterze minister zdrowia Adam Niedzielski. I dodał, że „z całą pewnością można już powiedzieć, że III fala słabnie we wszystkich trzech zakresach”. Jednocześnie zaznaczył, że liczba zgonów nadal jest na wysokim poziomie.”

W piątek Ministerstwo Zdrowia poinformowało o 10 858 osobach zakażonych koronawirusem i śmierci 539 chorych. Podczas piątkowej konferencji prasowej rzecznik Ministerstwa Zdrowia Wojciech Andrusiewicz przyznał, że „jeżeli porównalibyśmy dzisiejszy wynik do zeszłotygodniowego, to mamy spadek rzędu 39 proc.”.

Andrusiewicz stwierdził, że „pozytywną informacją jest zejście poniżej 12 tys. przypad-



Minister edukacji zapowiada powrót uczniów do szkół w maju. Warunkiem jest utrzymanie się trendu spadku liczby zakażeń

ków zakażeń dobowo oraz opadająca fala w szpitalach”. Jak wyliczył, w ciągu ostatniej doby „zwolniło się ponad 800 łóżek, zaś ostatniego tygodnia spadek zajętości łóżek to jest rząd 3 tys. 800”.

Jak możemy odbierać te „pozytywne informacje” w kontekście „majówki”? Rzecznik Ministerstwa Zdrowia przyznał, że „przed weekendem majowym na pewno odbędzie się konferencja prasowa ministra zdrowia”. - Minister zdrowia na linii z premierem, rządowym Zespołem Zarządzania Kryzysowego wypracowuje pewne rozwiązania, pewien plan, żeby każdy z obywateli wiedział, jaki plan jest przed nami - mówił.

Tymczasem rzecznik rządu Piotr Müller zapowiedział

w Radiu Gdańsk, że w połowie przyszłego tygodnia rząd przedstawi plan odmrażania gospodarki. Ma być on kompleksowy i szczegółowy.

- Będzie pokazywał, w jakich terminach i pod jakimi warunkami - przy jakich limitach zakażeń, obłożenia łóżek, itd., będą otwierane poszczególne gałęzie. Ważny będzie też program szczepień, liczba zaszczepionych osób także będzie brana pod uwagę - mówił rzecznik rządu.

- Chcemy pokazać plan dotyczący zarówno hotelarstwa i gastronomii, jak i handlu i usług - mówił Piotr Müller.

Tymczasem z ustaleń dziennikarzy RMF FM wynika, że „do końca majówki nie będzie już żadnego dodatkowego luzowania obostrzeń”. Rząd ma

powstrzymać wysoka liczba zgonów notowana w ostatnim czasie. Do tego wkrótce w pełni otwarty zostanie Narodowy Program Szczepień. Dlaczego jest to argument przeciwko odmrażaniu gospodarki?

Odpowiedź jest bardzo prosta: aby każdy chętny mógł się zaszczepić, musi być zdrowy. Zniesienie lockdownu przed „długim weekendem” zachęciłoby wiele osób do podróżowania i spotkania się w większych grupach, a to z kolei mogłoby przełożyć się na liczbę nowych zakażeń, co w konsekwencji wydłuży proces szczepienia o kolejne miesiące.

Z kolei minister edukacji i nauki Przemysław Czarnek w Polskim Radiu powiedział, że „jeśli dynamika spadkowa pandemii utrzyma się przez kolejne dni, to maj będzie tym miesiącem, kiedy wszyscy uczniowie będą mieli szansę wrócić do nauczania stacjonarnego”. - W przyszłym tygodniu będziemy podawać w tej sprawie informacje - dodał.

Szef Ministerstwa Edukacji i Nauki podkreślił, że do otwierania szkół resort podchodzi ostrożnie, ale sytuacja też jest w tej chwili inna, bo zaszczepionych jest ponad 500 tys. nauczycieli, a jednocześnie prowadzone są szczepienia populacyjne. Czarnek stwierdził, że „do zaszczepiania pozostało jeszcze około 120 tys. personelu administracji szkolnej”. ©©

Szczyt klimatyczny. Prezydent Duda o energii jądrowej i odnawialnej

Warszawa

Kazimierz Sikorski

kazimierz.sikorski@polskapress.pl

W piątek na szczycie klimatycznym zwołanym przez prezydenta USA przemawiał prezydent Andrzej Duda. Mówił, że Polska będzie budować „zrównoważony i niskoemisyjny miks energetyczny w oparciu o energetykę jądrową i odnawialną oraz gaz”.

Prezydent Andrzej Duda wziął udział w szczycie klimatycznym na zaproszenie prezydenta Stanów Zjednoczonych Joe Bidena. Z powodu epidemii koronawirusa liderzy ok. 40 krajów debatowali za pośrednictwem internetu.

- Unia Europejska jako pierwsza światowa gospodarka przyjęła cel neutralności klimatycznej do 2050 r. oraz zwię-

żyła cel redukcji emisji do 2030 r. do co najmniej 55 proc. - oświadczył w przemówieniu prezydent.

Andrzej Duda zapowiedział, że w Polsce w ciągu najbliższych dwóch dekad zamierzamy zbudować nowy zeroemisyjny system energetyczny, dzięki czemu udział węgla zmniejszy się z obecnych 70% do nawet 11% w roku 2040.

- W czwartek doszło w Polsce do zawarcia porozumienia pomiędzy społecznością górników a przedstawicielami polskiego rządu dot. wyłączenia węgla z produkcji energii elektrycznej do 2049 r. - mówił Andrzej Duda.

- Polska będzie budować zrównoważony i niskoemisyjny miks energetyczny w oparciu o energetykę jądrową i odnawialną oraz gaz - zapowiadał prezydent.

Zwracając się do prezydenta USA Joe Bidena, prezydent przypomniał, że Polska podpisała porozumienie z USA w sprawie wspólnych inwestycji w sektor jądrowy.

Przypomniał, że Polska postawiła na elektromobilność zarówno w transporcie publicznym, jak i prywatnym. Mówił, że nasz kraj jest europejskim liderem w produkcji baterii litowo-jonowych.

Szczyt klimatyczny online został zwołany przez prezydenta USA Joe Bidena. Piątkowa debata dotyczyła zagadnień wzrostu gospodarczego i tworzenia miejsc pracy w połączeniu z ambitną polityką klimatyczną.

Za przykładem prezydenta Joe Bidena, który w czwartek zapowiedział, że Stany Zjednoczone ograniczą szkodliwe emisje gazów o 50-52 proc.

w ciągu dziewięciu lat w porównaniu z poziomami z roku 2005, poszły inne kraje, które biorą udział w internetowym szczycie klimatycznym.

Justin Trudeau, premier Kanady, zobowiązał swój kraj do redukcji dwutlenku węgla o 40 do 45 proc. poniżej poziomów z 2005 roku, choć wcześniej zapowiadał redukcje 300-procentowe.

Wielka Brytania zapowiada 78-procentowe cięcia emisji gazów do 2035 roku w stosunku do poziomów z 1990 roku.

Japoński premier Yoshihide Suga znacząco podniósł cele drugiej co do wielkości rozwiniętej gospodarki na świecie, polegające na obniżeniu emisji o 46 proc. w 2030 roku w porównaniu z 2013 rokiem.

Prezydent Brazylii Jair Bolsonaro zapowiedział, że jego kraj będzie dążył do neutralności węglowej do 2050 roku, a więc o dekadę wcześniej niż planowano wcześniej. Zobowiązał się również do wyeliminowania nielegalnego wylesiania w Brazylii do 2030 r. ©©



Izba Dysplinarna Sądu Najwyższego wcześniej na wniosek prokuratury uchylila immunitet sędziowski Igora Tulei

Rosja wydała pięciu pracowników polskiej ambasady w Moskwie

Moskwa

Kazimierz Sikorski
kazimierz.sikorski@polskapress.pl

Krzysztof Krajewski, polski ambasador w Moskwie, został wezwany w piątek do rosyjskiego MSZ. Poinformowano go o wydaleniu pięciu polskich dyplomatów. To odpowiedź na podobny ruch polskich władz z połowy kwietnia.

Ambasador Rzeczypospolitej Polskiej w Moskwie Krzysztof Krajewski został wezwany w piątek do rosyjskiego ministerstwa spraw zagranicznych.

Jak twierdzi agencja RIA Novosti, ambasadora wezwano w związku z decyzją polskich władz o wydaleniu rosyjskich dyplomatów z 15 kwietnia.

Władze rosyjskie poinformowały polskiego ambasadora o decyzji w sprawie wydalenia pięciu pracowników polskiej placówki z kraju z jednoczesnym podaniem imiennej listy polskich dyplomatów.

W oświadczeniu rosyjskiego MSZ podano, że „Warszawa świadomie realizuje kurs na dalszą degradację i niszczenie relacji dwustronnych” - oświadczyło rosyjskie MSZ. Polscy dyplomaci mają czas na opuszczenie Rosji do 15 maja.

Taką decyzję zapowiadano już wcześniej w odpowiedzi na wyrzucenie pracowników Ambasady Rosji z Polski. W połowie kwietnia polskie władze

nakazały trzem rosyjskim dyplomatom opuszczenie kraju, uznając je za osoby niepożądane. „Podstawą takiej decyzji było naruszenie przez wskazane osoby warunków statusu dyplomatycznego oraz prowadzenie działań na szkodę Rzeczypospolitej Polskiej” - podało wtedy w komunikacie polskie Ministerstwo Spraw Zagranicznych.

W ostatnim czasie podobne decyzje o wydaleniu rosyjskich dyplomatów podjęło pięć państw, uznając ich działalność za sprzeczną ze statusem dyplomatycznym. Była to Polska oraz Stany Zjednoczone, Czechy, Bułgaria i Słowacja.

Praga podjęła taką decyzję w związku z wynikami śledztwa w sprawie wybuchu w składzie amunicji koło Ostrawy w 2014 roku, którego sprawcami mieli być agenci rosyjskiego wywiadu GRU. Solidaryzując się z Czechami Słowacja wydała trzech dyplomatów Rosji.

Dyplomatyczna „wojna” zaczęła się od starcia Moskwy z Waszyngtonem. Po tym, jak Amerykanie nałożyli kolejne sankcje na Rosję w reakcji na ataki hakierskie i próby wpływania na wybory prezydenckie w USA w ubiegłym roku, doszło do redukcji personelu dyplomatycznego tych krajów w Moskwie i Waszyngtonie. Polska wydała wtedy rosyjskich dyplomatów w ramach solidarności z USA. ©P

Putin wycofuje wojska, chce rozmawiać z Zeleńskim



Moskwa

Przez trzy tygodnie Rosja koncentrowała wojska w pobliżu granicy z Ukrainą. Dziś je wycofuje, a prezydent Putin zaprasza prezydenta Zeleńskiego na rozmowy do Moskwy.

Dwa dni po tym, jak ukraiński prezydent zaprosił przywódcę Rosji na spotkanie w Donbasie, Władimir Putin zaproponował spotkanie, ale w Moskwie.

Rosyjski prezydent dodał, że od Wołodymyra Zeleńskiego zależy, w jakim czasie mogłoby dojść do spotkania, ale postawił jeden warunek: przedmiotem ich rozmów nie byłaby sytuacja w Donbasie. O tym Zeleński powinien najpierw rozmawiać tylko z przywódcami dwóch „niezależnych” republik, Ługańskiej Republiki Ludowej i Donieckiej Republiki Ludowej, a dopiero potem ewentualnie z innymi partnerami.

Wspomnianymi regionami rządzą prorosyjscy separatyści. Reakcji strony ukraińskiej na to zaproszenie ze strony Kremla jeszcze nie było. Widać jednak, że sytuacja na linii Kijów-Moskwa zmienia się. Ostatnie decyzje Kremla zaskoczyły wielu. Najpierw bowiem przez trzy tygodnie Rosjanie koncentrowali



Prezydent Rosji Władimir Putin zaprosił prezydenta Ukrainy Wołodymyra Zeleńskiego na rozmowy do Moskwy

swoje oddziały wojskowe w pobliżu granicy z Ukrainą. Moskwa twierdziła, że ich obecność nie jest niczym szczególnym, że chodzi tylko o rutynowe ćwiczenia.

Tymczasem Moskwa rozpoczyna wycofywanie swoich wojsk. Jak oświadczył w czwartek rosyjski minister obrony Siergiej Szojgu, oddziały wykonały już swoje zadania i mogą wracać do macierzystych baz.

Zdaniem zachodnich źródeł, w szczytowym okresie koncentracji wojsk Rosja mogła mieć u granic Ukrainy nawet sto tysięcy żołnierzy. W sieci pojawiały się filmy o ciągnących transportach czołgów, przewożonych na kolejowych lawetach oraz sznurach ciężarówek wojskowych, które kierowały się w rejon granic z Ukrainą.

Nie brakowało głosów, że Rosja może zaatakować w każdej chwili swojego sąsiada. W ten sposób Putin miałby odwrócić uwagę od problemów, z jakimi się boryka w kraju. Chodzi o możliwość zablokowania rurociągu Nord Stream 2, czy coraz trudniejszą sytuację gospodarczą kraju, szczególnie w okresie pandemii, która pogorszyła warunki życia milionom Rosjan.

To dlatego podczas niedawnego orędzia do narodu Putin ostrzegł. - Nie chcemy palić mostów, ale jeśli ktoś nasze dobre zamiary uznaje za słabość i sam chce je palić, musi wiedzieć, że odpowiedź Rosji będzie asymetryczna, szybka i zdecydowana. Poza tym, jak dawno niczego nie żałowali - mówił rosyjski prezydent.

Ale w tle tej manifestacji rosyjskiej siły mogła być, zdaniem niektórych zachodnich analityków, próba zmuszenia Kijowa do wznowienia dostaw wody na Krym. Dla Rosjan to wielki problem, bo po zajęciu półwyspu siedem lat temu, Ukraina zbudowała tam, co oznaczało zakreślenie kurka z wodą dla Krymu.

Sytuacja pozostaje wciąż napięta w tym rejonie, bo Rosjanie mogą w każdej chwili z powrotem przerzucić swoje wojska pod granice z Ukrainą. Kiedy ukraiński prezydent naciska na Moskwę, by podpisano kolejne porozumienia w sprawie zawieszenia walk na wschodzie Ukrainy (poprzednie nie jest respektowane), ze strony Rosji nie ma żadnego odwetu.

Zeleński wzywał niedawno Ukraińców do zjednoczenia się w obliczu rosyjskiego zagrożenia. Ukraina i Rosja, mimo wspólnej przeszłości, inaczej patrzą w przyszłość. Oskarżył Rosję o brak wsparcia pomysłu przywrócenia pełnego zawieszenia broni na wschodzie Ukrainy.

Kilka dni temu, poprzez łącza wideo, rozmawiał z prezydentem Francji Emmanuelem Macronem i kanclerz Niemiec Angelą Merkel o pogarszającej się sytuacji na wschodzie Ukrainy. Spotkanie zakończyło się wezwaniem Rosji do wycofania żołnierzy zgromadzonych na granicy ukraińskiej. ©P

W KRAJU I NA ŚWIECIE



Beatyfikacja prymasa Wyszyńskiego we wrześniu w Warszawie

Zawieszona z powodu pandemii beatyfikacja kard. Stefana Wyszyńskiego odbędzie się w Warszawie 12 września postanowił papież Franciszek. „Pragnę z radością zakomunikować, że Ojciec Święty Franciszek zdecydował, iż uroczystości beatyfikacji kard. Stefana Wyszyńskiego oraz s. Róży Marii Czackiej odbędą się 12 września 2021 roku w Warszawie, o godzinie 12” - przekazał kard. Kazimierz Nycz. Beatyfikację Prymasa 1000-lecia wcześniej planowano w czerwcu 2020 roku. (AIP)

Warszawa

Prezydent Andrzej Duda zarejestrował się na szczepienie

Prezydent Andrzej Duda poinformował w piątek, że zarejestrował się na szczepienie. - Dzisiaj dzień naszego rocznika, właśnie zarejestrowałem się na szczepienie, a Ty? - napisał na Twitterze. Do wpisu prezydent Duda dołączył swoje zdjęcie w koszulce z napisem „Vintage 1972”, co ma symbolizować rok, w którym się urodził. (AIP)

Rzeszów

Wybory w Rzeszowie zostają przełożone?

9 maja w Rzeszowie miały odbyć się przedterminowe wybory prezydenta miasta. Przyczyną jest rezygnacja dotychczasowego prezydenta Tadeusza Ferensa. Jednak Główny Inspektor Sanitarny w wydanym w piątek oświadczeniu rekomenduje przełożenie ich na drugą dekadę czerwca „z powodu wciąż nieustabilizowanej sytuacji epidemicznej”. Głosowanie odbędzie się prawdopodobnie 13 czerwca. (AIP)

Moskwa

Aleksiej Nawalny zakończył głodówkę

Aleksiej Nawalny zakończył prowadzony od 31 marca protest głodowy. Przebywa obecnie na oddziale więziennego szpitala. Opozycjonista poinformował o tym, prosząc o wsparcie, bo, jak opublikowano na jego Instagramie, „Zajmie to również 24 dni i mówią, że jest nawet trudniejsze”. Czołowy rosyjski opozycjonista rozpoczął głodówkę 31 marca w protestie wobec zakazu zbadania stanu jego zdrowia przez niezależnych lekarzy. Grożono mu przymusowym karmieniem. W końcu, gdy jego stan się pogorszył, przeniesiono go z kolonii karnej w miejscowości Pokorowo do pobliskiego więzienia, gdzie trafił do szpitala. Współpracownicy Nawalnego alarmowali w ostatnich dniach, że uwięziony opozycjonista jest wycieńczony, jego stan się pogarsza i w każdej chwili może umrzeć. W środę na ulicach rosyjskich miast odbyły się protesty przeciwko prześladowaniu Nawalnego, nazywanego głównym przeciwnikiem Putina. (AIP)

Statek NASA i firmy Elona Muska w drodze na stację kosmiczną

Przegląd Cnn

Kazimierz Sikorski
kazimierz.sikorski@polskapress.pl

NASA i firma Elona Muska wysłała czteroosobową załogę na Międzynarodową Stację Kosmiczną. Misja wykorzystwała w tym locie rakietę, która była już wcześniej w kosmosie i taką samą kapsułę. W sobotę przycumują do Międzynarodowej Stacji Kosmicznej.

To historyczny moment, mówili naukowcy amerykańscy o piątkowej misji Crew-2 na Międzynarodową Stację Kosmiczną. Start był udany i statek Crew Dragon jest już na orbicie okołoziemskiej z czterema astronautami na pokładzie.

Kierownikiem załogowej misji, która została przygotowana przez NASA i firmę Spa-

ceX Elona Muska, jest Amerykanin Shane Kimbrough, pilotem Megan McArthur, w załodze są też Francuz Thomas Pesquet i Japończyk Akihiko Hoshide.

Jeżeli wszystko pójdzie zgodnie z planem, w sobotę 24 kwietnia Dragon zostanie przycumowany do Międzynarodowej Stacji Kosmicznej, astronauta pozostaną tam pół roku. Start nastąpił z Centrum Kosmicznego NASA im. Kennedy'ego na Florydzie. To trzeci już start załogi SpaceX w ciągu ostatnich 12 miesięcy, ale po raz pierwszy wykorzystana została rakietą, która już odbyła podróż w kosmos, jak i używana wcześniej do lotów kapsuła.

- Fajnie jest mieć możliwość zrobienia tego tak szybko. W rzeczywistości... za niecały rok będziemy latać tak często w ramach partnerstwa z NASA,

ile w programie Mercury - powiedział dyrektor SpaceX Benji.

Mercury, rozpoczęty w 1958 roku, był pierwszym amerykańskim programem lotów kosmicznych z udziałem ludzi. W ramach programu Mercury wysłano w kosmos sześć osób w ciągu pięciu lat.

- Misja SpaceX Crew-2 jest w pewnym sensie rewolucyjna, ponieważ wykorzystuje kapsułę Dragon, która była wykorzystywana w ubiegłym roku i wykorzystuje rakietę Falcon 9, która również już była w kosmosie. Kapsuła została wypuściana, ale gdy widzimy Falcona, to widać, że jest zupełnie brudny i nie opłaca się go czyścić - mówi astronom dr Leszek Błaszkiwicz z Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, cytowany na stronie RMF24.pl. ©P

Spalone samochody w Słupsku. Szpital apeluje o pomoc finansową dla pracownicy

Bogumiła Rzeczkowska
bogumila.rzeczkowska@gp24.pl



Pomagamy

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Słupsku apeluje o wsparcie finansowe pani Michaliny z Oddziału Otolaryngologii.

- W kilka chwil utracili dorobek życia i możliwość zarabiania na rodzinę. Teraz Michalina i Krzysztof proszą o pomoc w tym, aby znów mogli normalnie żyć i pracować... - czytamy w komunikacie Marcina Prusaka, rzecznika słupskiego szpitala. Oto jego dalsza treść:

„W tegoroczne Święta Wielkanocne w Słupsku podpalono pięć samochodów transportowych 9-osobowych, a tydzień wcześniej ich właścicielom spalono prywatne auto. Tuż pod domem! Wszystkie samochody spłonęły i nie nadają się do jazdy. W parę chwil rodzina Michaliny Murach - pracownicy Oddziału Otolaryngologii



Wszystkie samochody spłonęły i nie nadają się do jazdy. W parę chwil rodzina Michaliny Murach straciła narzędzia do pracy, a zatrudniani przez nich kierowcy - pracę

Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku - straciła narzędzia do pracy, a zatrudniani przez nich kierowcy - pracę.

Pani Michalina jest przez wiele osób kojarzona, ponieważ na oddziale wykonuje badania słuchu i błędnika. Teraz pozostała jedynym żywicie-

lem Rodziny. Spalone auta były ubezpieczone, ale ponieważ były leasingowane, odszkodowanie trafi do leasingodawcy.

- Bardzo ciężko jest nam wrócić do normalnej codzienności po tej tragedii - mówi pani Michalina. - Jednak żyjemy i to jest najważniejsze! Musimy powstać, wrócić na trasę - to uchroni nas przed całkowitym załamaniem nerwowym. Jeśli udałoby się nam kupić używany bus, to byłby pierwszy mały krok do podniesienia się z tego dramatu.

Podpalono pięć samochodów transportowych 9-osobowych, a tydzień wcześniej ich właścicielom spalono prywatne auto. Tuż pod domem! Wszystkie samochody spłonęły i nie nadają się do jazdy.

Jeśli chcesz wspomóc rodzinę Michaliny Murach możesz wziąć udział z zbiorce pieniędzy prowadzoną na portalu internetowym [zbieram.pl: https://zbieram.pl/k7nfn4](https://zbieram.pl/k7nfn4).

Bardzo ciężko jest nam wrócić do normalnej codzienności po tej tragedii. Jednak żyjemy i to jest najważniejsze! Musimy powstać, wrócić na trasę - to uchroni nas przed całkowitym załamaniem nerwowym.

- Warto wesprzeć naszą pracownicę i jej rodzinę w trudnych dla nich chwilach - mówi Andrzej Sapiński, prezes Zarządu Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku. - Wpłacenie choćby drobnej sumy dla każdego z nas nie będzie odczuwalne, a dla rodziny doświadczonej przez los zbierze się kwota, która pozwoli na powrót do normalnego życia”.

Dodajmy, że w sprawie podpalenia samochodów Prokuratura Rejonowa w Słupsku prowadzi śledztwo. ©©

Ustka dopłaci do budowy węzła komunikacyjnego. Koniec w czerwcu

Ustka
Bogumiła Rzeczkowska
bogumila.rzeczkowska@gp24.pl

O ponad milion złotych będzie droższy węzeł komunikacyjny w Ustce. Inwestycja ma zostać zakończona przed sezonem.

- Zakończenie realizacji umowy związanej z robotami przy budynkach dworcowych jest planowane na 1 czerwca, wraz z uzyskaniem pozwolenia na użytkowanie. Natomiast zakończenie robót na ulicy Portowej planowane jest na 25

czerwca - odpowiada na nasze pytania Eliza Mordal, rzeczniczka ustckiego ratusza.

Do tej pory zmiany wprowadzone do umów zwiększyły koszt budowy węzła o 1 100 000 złotych brutto.

To oznacza, że miasto, które jest inwestorem, zgodziło się na przedłużenie terminów, wy-

nikających z umów z wykonawcami, odpowiednio o miesiąc i 25 dni. Wyraziło też zgodę na dodatkową zapłatę w związku ze zmianą technologii. Wartość całej inwestycji obliczono na ok. 44 mln zł, w tym infrastruktury drogowej - 16,5 mln zł, z czego prawie 25 mln zł to pieniądze unijne. Teraz będzie drożej.

- Do tej pory zmiany wprowadzone do umów zwiększyły koszt budowy węzła o 1 100 000 złotych brutto - mówi Eliza Mordal. ©©

W usteckim Stawku Upiorów aż roi się od pływających gadów

Ustka
Bogumiła Rzeczkowska
bogumila.rzeczkowska@gp24.pl

Zaskrońce upodobały sobie Stawek Seekenmore, potocznie zwany Stawkem Upiorów. Te niejadowite węże doskonale czują się w wodzie i na podmokłym terenie z obfitą roślinnością. Właśnie obudziły się z zimowego snu.

Zaskrońce są świetnymi pływakami i nurkami. Śmigają w wodzie, zostawiając na jej powierzchni charakterystyczne kręgi. A czasami płyną wolno z wystawioną głową. Właśnie na tej części ciała, czyli „zaskroniami” mają charakterystyczne żółte plamy, którym zawdzięczają swoją nazwę i dzięki którym te węże można odróżnić od ich jadowitych koleżanek żmij. Zaskrońce polkują płazy, rybki i gryzonie żywcem - nie tracą czasu na ich uśmiercanie. A okolice Stawku Upiorów takie menu mają bogate. Jeśli dobrze się rozejrzemy, na pewno wypatrzymy jakąś wypasioną ropuchę.

Zaskrońce, objęte częściową ochroną, dla człowieka są zupełnie bezpieczne. Wręcz schodzą mu z drogi. Syczą, gdy



Ustcki Stawek Upiorów jest ulubionym miejscem zaskrońców

same się boją, by odstraszyć przeciwnika. Zaatakowany zaskrońiec udaje martwego i dodatkowo wydziela cuchnącą ciecz.

W tej części Ustki można też spotkać mniej sympatycznego gada, którego ukąszenie jest niebezpieczne. W nadmorskim zachodnim lesie żmije były niejednokrotnie widziane.

Te sympatyczne niejadowite węże, których długość ciała w przypadku samicy może nawet przekraczać półtora metra, w tej części Ustki są zoologiczną atrakcją. Na bagnistym terenie już pojawiło się spore towarzystwo. W czerwcu i lipcu samice złożą nawet po 40 jaj. Po dwóch miesiącach na świat przyjdą młode. To dopiero będzie kłębowski! Ale uważaj! W tej części Ustki można też spotkać mniej sympatycznego gada, którego ukąszenie jest niebezpieczne. W nadmorskim zachodnim lesie żmije były niejednokrotnie widziane. ©©



Wartość całej inwestycji obliczono na ok. 44 mln złotych

Karina Obara
karina.obara@polskappress.pl



Czarnobyl 1986

26 kwietnia minie 35 lat od tragedii, której skutki Ziemia ponosi do dziś. Pamiętam ją często jak przez mgłę. Jednak każdy z ówczesnie żyjących został nią doświadczony. Każdy ma szczególne wspomnienia z tego czasu.

Iona Dąbrowska, mieszkanka Świerczynek, miała wtedy 10 lat. Bawiła się z siostrą i dziećmi sąsiadów w piaskownicy na podwórku.

- Gdy zawołała nas mama, wiedziałam, że stało się coś złego - wspomina. - Zawsze rozpoznawałam po jej twarzy trudne emocje. Tym razem było to przerażenie. Rodzice próbowali nam wytłumaczyć w sposób zrozumiały dla dzieci, co się stało. Jakoś czułam wtedy, że nie mówią nam całej prawdy. Postanowili wywieźć nas na dwa tygodnie do babci w okolicach Poznania. Mama chciała nas umieścić jak najdalej od granicy. Babcia mieszkała w lesie, a wtedy to miejsce wydało się moim rodzicom lepsze do przetrwania. Wcześniej musieliśmy wypić ampułkę Lugola, której smak pamiętam do dziś.

Blokada informacji

Hanna Wittstock z Torunia: - To było, zdaje się, dzień przed 1 maja, poszliśmy do innej szkoły do gabinetu pielęgniarki i tam każdy dostawał coś do wypicia. To był płyn Lugola. Chyba nawet zwolnili nas z ostatniej lekcji. Pamiętam, że było ciepło, a po wypiciu tego płynu kazali nam wracać do domu i nie wychodzić na podwórko. Rodzice w domu mówili, że to i tak za późno, że nas okłamują i nie wiadomo, czy to pomoże. Sami jednak próbowali szukać tego preparatu w aptekach, ale nigdzie go nie było.

Jan Wyrowiński, były senator pamięta, że najgorszy był brak wiarygodnych informacji i świadomość, że niebezpieczeństwo jest niewidoczne.

- Przy początkowej całkowitej blokadzie informacji przez władze radzieckie, zdani byliśmy wyłącznie na spekulacje i pogłoski zachodnich - mówi. - Decyzja o podaniu dzieciom płynu Lugola, mającego zablokować wchłanianie radioaktywnego izotopu jodu była sygnałem, że wbrew uspokajającym komunikatom i wręcz bagatelizowaniu skutków tego, co miało miejsce w Czarnobylu, wreszcie pojawiła się nazwa tej miejscowości i wiążąca Polaków po raz pierwszy dowiedzieliśmy się, że jest tam elektrownia atomowa. Uznaliśmy, że zagrożenie jest poważne. Moja żona, lekarz pediatra, była na pierwszej linii ługolowego frontu. Naszym córkom, w wieku 12 i 5 lat ograniczyliśmy do minimum czas przebywania na „świeżym

powietrzu. Pozostało czekanie, liczenie na łut szczęścia i przyjazne wiatry, które rozpędzą śmiercionośne chmury idące z nad Czarnobyla. No i uśmiech przez łzy z kawałków, które mnożyły się jak grzyby po radioaktywnym deszczu, a związane były głównie z rozpoczętym na początku maja w Kijowie Wyścigiem Pokoju i manifestacjami z okazji 1 Maja. Do udziału w nim władze zachęcały i przymuszały.

Jan Wyrowiński przyznaje jednak, że skalę dramatu z kwietnia 1986 r. w Czarnobylu i niebezpieczeństwa, na jakie zostaliśmy wtedy narażeni, uświadomił mu dopiero w 2019 roku znakomity serial „Czarnobyl” produkcji HBO.

Prof. Lechowi Witkowskemu, filozofowi i pedagogowi z Bydgoszczy, katastrofa długo nie mieściła się w głowie. Nie zdawał sobie sprawy, podobnie jak wielu innych, jaka jest jej rzeczywista skala.

- Pamiętam tylko, że nasza jedyna telewizja długo bagatelizowała wydarzenie - wspomina. - Jakies chmury radioaktywne szły podobno bokiem, wszystko było rzekomo pod kontrolą. Jak przez mgłę pamiętam zalecenia, żeby ograniczyć przebywanie na zewnątrz. Martwiłem się trochę o dzieci wyprowadzane przez mamy na „świeże powietrze”. Ludzie mieli nieufność wobec uspokajających komunikatów władzy. Natomiast skala katastrofy i dramatu dotarła do mnie, gdy spojrzałem na in-

formacje dostępne czytelnikom prasy zachodniej. A już zupełnym szokiem była dla mnie informacja znanego włoskiego profesora filozofii, zwolennika racjonalizmu. Na wieść o katastrofie tak się przeraził, że uciekł z Włoch na dwa tygodnie najdalej jak mógł w Europie, czyli aż do... Portugalii. Największe wrażenie natomiast wywarło na mnie świadectwo tego dramatu z perspektywy czasu. Chodzi o niedawno pokazany dokument w TVN24 o nielicznych osobach, zwykle już bardzo starych i samotnych „babuszkach”, wymierających bez pomocy państwa ukraińskiego. Postanowiły wrócić do swoich domostw w rejonach przyległych do elektrowni i próbują żyć w strefie zakazanej. Traktowane są jednak jako „nielegalne niebyty”. Obrazy obecnego stanu tego regionu Ukrainy robią na mnie naprawdę wstrząsające wrażenie, przewyższające to, co w świecie kojarzy się z katastrofą japońskiej elektrowni atomowej. To wszystko jest ostrzeżeniem na przyszłość.

Przecież nic się nie stało

Prof. Dariusz Dąbrowski, historyk, opowiada o całym zdarzeniu ze swadą.

- Nie pamiętam daty wybuchu w Czarnobylu, choć refleksje związane z tym wydarzeniem tkwią mi w głowie, i gdy spotykam coś „czarnobylskie-

go”, zawsze budzi to moje zainteresowanie - przekonuje. - Choćby taki pomnik ofiar, przywołany kiedyś, stosunkowo niedawno, w Beregowie na Zakarpaciu. Pamiętam za to, że była wówczas wyśmienita pogoda. Przed zajęciami w dawnym Instytucie Historii przy Placu Teatralnym w Toruniu - dziwnym trafem, kojarzy mi się, że była to filozofia - z grupą znajomych chodziliśmy się opalać i podczytywać jakieś teksty. Potem, ze zdecydowanym opóźnieniem, wałęsała wiadomość o wybuchu, pojawiła się lekka panika i plotki, że idzie chmura, że zamknięto liczniki Geigera na Wydziale Fizyki UMK, że będzie krucho, a rząd nas olewa i próbuje na rozkaz Wielkiego Brata sprawę wyciszyć. Pamiętam kawały związane z puszczaniem Wyścigu Pokoju, jakże ważnego wydarzenia sportowego, transmitowanego nawet swego czasu w moim rodzinnym Briesen z megafonów. Nie z jednej z trzech stolic, jak zwykle, lecz z Kijowa, dla pokazania, że przecież nic się nie stało. Jeden z tych dowcipów brzmiał mniej więcej tak: „Teraz lider wyścigu nie będzie nosił koszulki żółtej, lecz ołowianej”. Niedługo po tym, jeden ze sławnych ówczesnych kabaretów wpłatał w program stwierdzenie, że wałęsało „u Potockich”. Ogólnie, sam jakoś sprawy nie brałem sobie do głowy, było się młodym i miało swoje nieodpowie-

dzialne poglądy. W mojej karierze zawodowej i życiu wybuch czarnobylski pojawił się po wielu latach w sposób kompletnie nieoczekiwany.

Okazało się, że ceniony przez prof. Dąbrowskiego ówczesny, pochodzący z Ukrainy doktorant, uczestniczył w produkcji filmu dokumentalnego BBC o tej tragedii. - Ot, zabawy losu z „człowiekami” - dodaje z przy-mrużeniem oka.

Tarczyca dała popalić później

Bożena Skulmowska, kulturoznawczyni i literaturoznawczyni też z trudem przypomina sobie dzień wybuchu elektrowni jądrowej w Czarnobylu.

- 26 kwietnia minie trzydzieści pięć lat! Natomiast dni, tygodnie, miesiące, lata następujące po tej katastrofie, przynoszące coraz to nowe informacje, budzą przerażenie do dziś - przyznaje. - Tamtego dnia dezinformacja w naszym kraju była totalna. Początkowo cisza, nic nik nie wie, nie ma niebezpieczeństwa, tylko płynę wszystko załatwi. Po kilku dniach napływają informacje z Austrii, Niemiec, Szwecji, Danii, że radioaktywna fala dotarła do nich. A co - Polskę „przeskoczyła”? Najbardziej się bałam o moje małe dziecko w wieku przedszkolnym. Skutki wyszły po latach, zaburzenia w działaniu tarczycy i inne. W dniu wybuchu było upalnie, więc mieliśmy pootwierane okna, nieświadomi niebezpieczeństwa, wychodziliśmy na ze-

wnątrz, lekko ubrani. Informacje przyszły o wiele za późno i bardzo nieprofesjonalne.

Panią Bożeną bardzo wzruszyła książka Swietłany Aleksijewicz „Krzyk Czarnobyla”. - Obejrzałam kilka filmów dokumentalnych i przeczytałam mnóstwo reportaży - dodaje. - Mimo tych potworności wciąż brak konstruktywnych wniosków.

Adam Banaszak, radny województwa kujawsko-pomorskiego pamięta cztery sprawy z tamtego czasu. Płyn Lugola - każdy musiał go pić, chociaż media mówiły, że nic się nie stało - ot, mała awaria była.

- Druga sprawa to BBC, bo u nas w domu słuchało się BBC, które mówiło, że skala katastrofy jest nieznana, ale bardzo duża - wspomina Adam Banaszak. - Skandynawowie myśleli, że to u nich jest awaria, tak duże skażenie pokazywała ich aparatura. No i pochod pierwszomajowy, który nakazywała władza. Zbuntowaliśmy wtedy 90 proc. klasy, żeby nie iść. A czwarta sprawa, to Wyścig Pokoju, który startował z Kijowa. Hardcore dla odważnych. W upale w Kijowie, zaraz po wybuchu. Część ekipy powiedziała nie, reszta jechała jak na skazanie. Poza tym, co... młodzi ludzie nie myślą o konsekwencjach zdrowotnych na starość. Traktowaliśmy jednak ZSRR jak okupanta i uważaliśmy, że znowu kłamia. A ich elektrownie są tak samo beznadziejne, jak ich samochody. ©



Centrum kierowania elektrownią atomową w Czarnobylu wygląda tak samo od 35 lat. Zatrzymane w czasie. Mogą tutaj wejść wycieczki organizowane w tzw. zonie. Promieniowanie jest już na tyle bezpieczne, że da się w niej przebywać

FOT. KAROL KOPCZYŃSKI

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska
@polskapress.pl



Dramaty

- To nie była wielka miłość, ale on wydawał mi się porządnym - tak opowiadała Magdalena V. o swoim mężu Elżbiecie Jaworowicz, która nagrywała kolejny odcinek cyklu „Sprawa dla reportera”. Gdy program został wyemitowany na antenie TVP Magdalena już nie żyła. Odebrała życie swoim dzieciom oraz sobie.

Męża poznała poprzez matkę, która wyjechała do pracy, do Niemiec, gdzie opiekowała się babcią Jochena. Na początku wszystko się układało. Urodziła im się dwójka dzieci - Julcia (6 lat) i dwa lata młodszy Mateuszek.

- Przyjeżdżali do Rudnika na wakacje. Madzia nawet budowała tu dom, żeby mieli jakiś własny kąt - opowiada nam mieszkanka Rudnika nad Sanem na Podkarpaciu.

Niemiec i Polka żyli razem, mimo że pochodzili z dwóch tak różnych od siebie środowisk. On był bogaty i wyrwał ją z małej miejscowości na Podkarpaciu. Z dnia na dzień podjął decyzję o ślubie. Matka Magdalena, Danuta, małżeństwo jej odradzała: Z Niemcem nie wytrzymasz. Oni są bardzo skąpi, oszczędni. Despotyczni i zimni.

Zakochana kobieta myślała jednak, że przecież z jej Jochenem będzie inaczej.

- Był sympatyczny. Ciepły. Na początku miły - opisywała 41-latką.

Magdalena zgodziła się na szybki ślub. W marcu 2020 roku para się rozstała. Ich dzieci będą żyły jeszcze przez rok.

Zakładał kobiece piersi

Magdalena z dziećmi przyjechała do Polski. To miał być wyjazd tylko na jakiś czas. Chwila jednak się przedłużała. Kobieta nie wracała do Niemiec.

- Pracowała tu w pobliskim sklepie. Często ją widziałam, jak robiłam zakupy. Zawsze miła i pomocna. Zastanawialiśmy się tu z koleżanką, po co jej praca sklepowej, skoro wyszła za jakiegoś bogatego Niemca - opowiada pani Zofia, mieszkanka Rudnika nad Sanem. - A teraz wiemy, że on był skąpy i podobno nawet pościel musiała z Polski wieźć do Niemiec.

Co takiego zazgrzytało między małżonkami, że Magdalena postanowiła zostawić Jochena, ojca ich wspólnych dzieci? Jak dowiadujemy się ze „Sprawy dla reportera”, mąż Magdaleny miał mieć dość nietypowe zainteresowania: zakładał sobie kobiece piersi. Sili-



Na grobie Magdaleny leży góra wieńców. Nie została pochowana z dziećmi, z którymi tak rozpaczliwie nie potrafiła się rozstać

Matka zabiła dzieci i siebie. Czy tego dramatu można było uniknąć?

konowe wkładki trzymał w pudełkach w szafie, w domu, gdzie mieszkali dzieci. Chodził też w różowych szpilkach, które zamówił sobie przez internet.

- Były takie sytuacje, że ten biustonosz zakładał sobie do śniadania - wspomina na nagraniu Magdalena V.

Skarżyła się też, że mąż skąpi na utrzymanie rodziny, a pieniądze trzyma w „sejfie u rodziców”.

Przez pierwsze pół roku Jochen nie przyjeżdża do Polski, gdzie przebywają jego żona i dzieci. W kolejnych miesiącach odwiedza rodzinę.

- Przywoził zabawki. Dzieci się bawiły, a jak wracał, to zabierał je ze sobą. Plakały, że muszą je oddać. Chciał, żeby za tymi zabawkami pojechały - opowiadała w wyemitowanym programie „Sprawa dla reportera” babcia maluchów.

Bieg zdarzeń przyspiesza, gdy mąż Magdaleny wszczyna sprawy w niemieckich sądach. Jedną o rozwód, drugą o uprowadzenie dzieci (w Niemczech jest to sprawa karna), a trzecią o pozbowienie Magdaleny praw rodzicielskich.

Decyzja o zabraniu dzieci matce zapada w październiku 2020 roku w sądzie w Rzeszowie. Wnosi o nią ojciec.

Niemiec chce zabrać mi dzieci

Mając przeciwko sobie sądy polski i niemiecki, 41-letnia Magdalena chwytą się ostatniej deski ratunku. Pisz list do Elżbiety Jaworowicz: Pomocy!!! Mąż, Niemiec, chce zabrać mi dwójkę dzieci.

W materiale telewizyjnym 41-latką pokazuje dziennikarce zabawki dzieci i zdjęcia męża w różowych szpilkach. Cały czas płacze. Jej matka przekonuje, że dla dobra Julci i Mateuszka będzie lepiej, jak zostaną w Polsce.

- Dzieci przez ten rok bardzo się uspokoiły. Na początku to się w nocy zrywały, że będzie się mama z tatą kłócić. Mówiłam tej starszej, że nic jej nie grozi - opowiada babcia dzieci w „Sprawie dla reportera”.

Odmienne zdanie ma Sąd Okręgowy w Rzeszowie.

„Sąd ustalił, w oparciu o opinie psychologiczne, że małoletni otwarcie i naturalnie deklarują chęć powrotu do Niemiec. Dzieci takie stanowisko

uzasadniały przebywaniem tam ojca, za którym tęsknią oraz innych ważnych dla nich osób. Biegli wskazali, że deklaracje te są autonomiczne, poparte autentycznymi emocjami” - czytamy w oświadczeniu wydanym przez rzeszowski sąd.

- Powiedzieli, że wszelkich praw córka może sobie dochodzić w sądach niemieckich. To po co ten polski sąd jest? - dopytuje w reportażu babcia Julci i Mateuszka.

Magdalena nie dożywa emisji programu „Sprawa dla reportera”, z którego cała Polska dowiaduje się o trudnej sytuacji jej rodziny. 30 marca 2021 roku przed drzwiami jej domu pojawia się ojciec dzieci w asyście policji, kurator sądowej i bie-

Magdalena nie dożywa emisji programu „Sprawa dla reportera” (...) zamyka się w łazience. Nożem odbiera życie dzieciom, a następnie sobie

głego sądowego z zakresu psychologii. Mają odebrać kobiecie dzieci. Taką decyzję podjął Sąd Okręgowy w Rzeszowie.

Kobieta zamyka się w łazience. Nożem odbiera życie dzieciom, a następnie sobie.

Dlaczego zabiła?

- Ona przeżyła horror. Jeśli podjęła tak straszną decyzję, to co tam się mogło dziać, że ona nie chciała wracać do Niemiec? Po co ojcu dzieci bez matki, skoro ma skłonności takie, jakie ma? - pyta pogrążona w smutku matka kobiety po emisji programu.

Na te pytania odpowiedzieć mogła tylko Magdalena. Okoliczności dramatu starają się zgłębić eksperci zaproszeni do telewizyjnego studia.

- Matka, Polka, z małej miejscowości, niemająca ma przeciwko sobie wielką międzynarodową kancelarię prawną, wynajętą przez męża. Mogła mieć poczucie, że sobie z tym nie poradzi - zauważa mec. Eliza Kuna.

Jak podano w programie, kancelaria Jochena V. podliczyła, że na przyjazd do Rudnika nad Sanem mężczyzna

wydał... 159 tys. zł. Obciążono nimi żonę.

Sąd polski oddał dzieci ojcu zgodnie z założeniami konwencji dotyczącej cywilnych aspektów uprowadzenia dziecka za granicę, sporządzonej w Hadze dnia 25.10.1980 r.

„Postępowanie, jakie toczy się w oparciu o konwencję haską, nie rozstrzyga kwestii władzy rodzicielskiej, w tym również tego, który z rodziców ma przyznaną nad nimi opiekę. Rozstrzyga jedynie kwestię, czy doszło do bezprawnego zatrzymania dzieci w kraju niebędącym miejscem ich stałego pobytu i czy w związku z tym należy nakazać powrót małoletnich do ich miejsca zamieszkania” - czytamy dalej w oświadczeniu rzeszowskiego sądu.

Zwrócono też uwagę, że przedstawiciel Rzecznika Praw Dziecka „na każdym etapie postępowania popierał wniosek ojca dzieci”, a także „nie ujawniono informacji, które wskazywałyby na problemy zdrowotne matki dzieci”.

- Jeżeli matka wyjechała z dziećmi z kraju dobrowolnie, a spór się zaczął później, to nie powinno się stosować konwencji haskiej - uważa Janusz Wojciechowski, komisarz UE. - I tego trybu, gdzie po dzieci się przyjeżdża jak po meble. Państwo nie powinno doprowadzać ludzi do rozpacz. Od rozpacz jest tylko krok do szaleństwa, a od szaleństwa krok do tragedii.

- Polskie sądy chcą być świętsze od papieża i bardziej europejskie niż Europa - oburza się mecenas Eliza Kuna. - To jest samotność człowieka wśród paragrafów.

Prokuratura w Tarnobrzegu bada, czy podczas przekazywania dzieci od matki do ojca nie doszło do błędów.

- Prowadzone jest śledztwo, czy obecni na miejscu funkcjonariusze w osobach kuratora zawodowego oraz funkcjonariuszy policji zachowali wszystkie niezbędne standardy, jakie wymagane są w takich przypadkach - podaje Andrzej Dubiel, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Tarnobrzegu.

Rozdzieleni na zawsze

Na grobie Magdaleny, pogrzebanej pod niemieckim nazwiskiem męża, leży góra wieńców. Nie została pochowana z dziećmi, z którymi tak rozpaczliwie nie potrafiła się rozstać. Dzieli ją od nich wiele kilometrów, bo ojciec zabrał ciała dzieci do Niemiec.

W niemieckiej gazecie Jochen umieszcza nekrolog dla „najukochańszej żony”.

- Nic nie usprawiedliwia zabrania życia dzieciom - stwierdza prof. Zbigniew Lew Starowicz, seksuolog. - Nie mamy żadnych danych, że ten ojciec był sadystą, oprawcą, okrutnikiem. Dzieci go kochały. ©©

Składka zdrowotna pójdzie wkrótce w górę?

Finanse

Agnieszka Kamińska

agnieszka.kaminska@polskapress.pl

Czy składka zdrowotna może zostać podwyższona? Rząd nie potwierdza, że bierze to pod uwagę. W przestrzeni publicznej pojawiają się jednak dyskusje na ten temat. Niektórzy ekonomiści twierdzą, że obecny system jest niewydolny finansowo i bez podwyżki się nie obejdzie. Związkowcy z OPZZ są powściągliwi: pandemia nie jest dobrym czasem na zmiany w ubezpieczeniach zdrowotnych.

Obecnie składka zdrowotna wynosi 9 procent wynagrodzenia (choć realnie płacimy mniej niż 8 proc. ze względu na odliczenie podatkowe). Przykładowo, osoba zarabiająca 3000 zł brutto oddaje co miesiąc 232 zł na rzecz Narodowego Funduszu Zdrowia. Podwyżka składki zdrowotnej oznaczałaby mniejszą pensję na rękę i wzrost kosztów pracy. Gdyby składka wzrosła do 10 proc., NFZ zyskałby 10 mld zł rocznie.

W większości krajów UE składka zdrowotna już teraz wynosi ponad 10 proc. - Na ochronę zdrowia trzeba wydawać więcej i składka musi być podwyższona, ale pod warunkiem jednoczesnego przeprowadzenia gruntownych reform służby zdrowia - uważa prof. Witold Orłowski, główny doradca ekonomiczny PwC w Polsce. - Problem w tym, że wśród części ludzi panuje przekonanie, że nawet jeśli będą oni odprowadzać wyższą składkę, to i tak nic się nie zmieni w służbie zdrowia. Nie może tak być. Za ewentualną zmianą w składce musi iść zmiana jakości leczenia. Powinniśmy wiedzieć, za co płacimy, a nie tylko ponosić większe koszty.

Natomiast Andrzej Sadowski z Centrum im. Adama Smitha twierdzi, że składki zdrowotne są źle wykorzystywane i to przede wszystkim trzeba poprawić:

- W obecnym systemie są one najzwyczajniej marnowane, nie przynoszą efektu dla



FOT. 123RF

Obecnie składka zdrowotna wynosi 9 proc. wynagrodzenia, ale wkrótce może nie wystarczyć...

pacjenta, i to wymaga zmiany. Obawiam się, że sama tylko decyzja o podniesieniu składki, czyli podatku, oznaczałaby brak jakiegokolwiek naprawy i zmiany w tym obszarze - twierdzi ekonomista.

Na ten temat przeprowadzono sondaż. Według 24,7 proc. zapytanych Polaków, rząd powinien podnieść składkę zdrowotną i mógłby to zrobić nawet kosztem obniżenia pensji pracowników - dowiadujemy się z badania przeprowadzonego w marcu. Przeciwnego zdania jest 60,2 proc. badanych. Najwięcej zwolenników podniesienia składki jest wśród osób z wyższym wykształceniem - 25,9 proc. Rozwiązanie popierają Polacy mający 30-39 lat (27,3 proc.) oraz 40-49 lat (27 proc.), mieszkający w miastach liczących od 100 do 200 tys. mieszkańców - 33,3 proc.

Pojawiają się informacje, że podwyżka nie byłaby powszechna, a dotyczyłaby grupy przedsiębiorców - tych, którzy teraz płacą składkę zdrowotną ryczałtowo, a nie od pełnej zarobionej kwoty.

- Chodzi o firmy, które rozliczają się zarówno na zasadach ogólnych, jak i liniowo oraz płacą składki ryczałtowe. W tej grupie mamy samozatrudnionych. Dziś składka zdrowotna w ich przypadku wynosi minimum 381 zł. Od pewnego czasu mówi się o tym, że może wzro-

snąć stawka ryczałtowa albo też wysokość składki byłaby obliczana od dochodu firmy. Ci, którzy więcej zarabiają, musieliby więcej płacić na ochronę zdrowia - mówi ekonomista Tomasz Bardach.

Ekspert twierdzi, że rząd może sięgnąć po jeszcze inne rozwiązanie - bardziej obciążyć rolników ubezpieczonych w KRUS lub po prostu wciągnąć ich do systemu ZUS-owskiego.

- Rolnicy mogliby zostać oskładkowani na zasadach powszechnych. Coraz częściej słyszymy o potrzebie uszczelniania lub zmian w KRUS-ie, bo nie brakuje osób, które de facto rolnikami nie są, a korzystają z ubezpieczenia rolniczego. Pytanie tylko, czy rząd będzie gotów wprowadzić zmiany, które nie będą się podobały rolnikom. A jak wiemy, wśród nich jest najwięcej zwolenników partii rządzącej - dodaje Bardach.

Ekspert twierdzi, że wzrost nakładów na ochronę zdrowia ze środków publicznych jest koniecznością.

Związkowcy uważają jednak, że wzrost składki zdrowotnej w czasie pandemii nie będzie społecznie akceptowany. Natomiast Forum Związków Zawodowych informuje, że ewentualna podwyżka składki musi być częścią szerokiej reformy obejmującej system podatkowy i Kodeks pracy. ©P

Drobne

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 35 16

Przez internet: ibo.polskapress.pl

W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24, 75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 16, 347 35 11, 347 35 12, fax 94 347 35 13

Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03, fax 59 848 81 56

Oddział Szczecin: ul. Nowy Rynek 3, 71-875 Szczecin, tel. 91 481 33 61, 481 33 67, fax 91 433 48 60

REKLAMA

1910099437

ABAKUS

najchętniej wybierane biuro nieruchomości

kupimy 1 lub 2 pok. mieszkanie

Klienci wrócili z zagranicy,

płacą GOTÓWKĄ

ZADZWOŃ 661-841-555

(obok Związkowca)
tel. 661-841-555
www.abakus-nieruchomosci.pl



3 pok. loggia z garażem
i miejscem post. rej. Staszica
458 000,- do negocjacji



1 p. loggia, 2 pok. 48 m²
263 000,- klucze w biurze



2 pok., 46 m² loggia
rej. Żeromskiego 233 000,-

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

M-2 na osiedlu "Wspólny Dom"
38,20m², 189tys.zł, 602-470-401

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ mieszkanie do remontu,
609-499-555.

MIESZKANIE 2-pok. w Jowiszu I, II p.
94/342-41-28

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

2-POK z aneksem. Tel. 602387813 GK

MIESZKANIA - WYNAJMĘ

3-POK, PARTER. Tel. 880-069-611

GARAŻE

GARAŻE blaszane, drewnopodobne,
798-710-329, www.partnerstal.pl

KUPIĘ GARAŻ tel. 600-029-882

Handlowe

FOTO, KSIĄŻKI

KUPIĘ książki, płyty z muzyką.
Dojazd.Gotówka 508-245-450,
509-675-586.

SPORT I REKREACJA

ROWERY różne tanio 508-436-420

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIĘ minikoparkę, 609-499-555.

MATERIAŁY BUDOWLANE

RYNNY najtaniej, tel. 507-308-660

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

OPEL Astra, 1.6 benz+gaz, 690417297

OSOBOWE KUPIĘ

Absolutny skup aut, 728773160

AUTO skup wszystkie 695-640-611

INNE

A do Z skup-skupujemy każde pojazdy,
płacimy nawet za wraki, oferujemy
najwyższe ceny, 536079721

Praca

ZATRUDNIĘ

B-3 sp. z o.o. Koszalin ul. Szczecińska
3 zatrudni panią na stanowisko
sprzątaczkę w biurze w Mielnie
z grupą niepełnosprawności
i doświadczeniem pracy w hotelu na
stanowisku pokojówki.
Oferty proszę składać mailowo na
adres : biuro.b3@gmail.com

DO opieki, do Niemiec do 1800 euro
730 49 77 71

FIRMA BUD-PROJEKT zatrudni
kadrową z doświadczeniem tel:
668-198-968.

PIEKARZA. Słupsk, 59/8428-276

ZOSTAŃ OPIEKUNEM OSÓB
STARSZYCH w Niemczech z Sentium.
Legalne zatrudnienie, darmowy
transport i stawki do 1600€.
Zadzwoń tel. 505 440 380. Sprawdź:
www.sentium.pl

Zdrowie

GINEKOLOGIA

A-Z GINEKOLOG, 795-719-104

INNE

ALKOHOLIZM - esperal 602-773-762

Usługi

AGD RTV FOTO

59/8430465 Serwis RTV, LCD, plazma

PRALKI Naprawa w domu.
603775878

PRALKI, urządz. elektryczne,
gastronomia. Chłodnictwo.
507380118

BUDOWLANO-REMONTOWE

GLAZURA, hydraulika, malowanie,
panele. Słupsk, 793051164

MALOWANIE dachów788-016-988

INSTALACYJNE

HYDRAULICZNE, tel. 607703135.

INSTALACJE fotowoltaiczne,
sprzedaż, montaż. Najlepsze ceny -
798 651 220

PORZĄDKOWE

SPRZĄTANIE strychów, garaży,
piwnic, wywóz starych mebli oraz
gruzu w big bagach, 607-703-135.

Różne

ZŁOM kupię, potnę, przyjadę
i odbiorę, tel. 607703135.

GŁOS
DZIENNIK POMORZA

www.gp24.pl
www.gk24.pl
www.gs24.pl

Prezes oddziału Polska Press
Piotr Grabowski, piotr.grabowski@polskapress.pl

Redaktor naczelny
Marcin Stefanowski, tel. 697 770 227
marcin.stefanowski@polskapress.pl

Zastępcy redaktora naczelnego
Ylona Husam-Sobecka, Szczecin, tel. 697 770 218
ylna.sobecka@polskapress.pl
Wojciech Frelichowski, Słupsk, tel. 519 503 638
wojciech.frelichowski@polskapress.pl
Dyrektor drukarni
Stanisław Sikora, tel. 602740087
s.sikora@pprint.pl
Dyrektor działu marketingu
Robert Gromowski, tel. 502 339 113
robert.gromowski@polskapress.pl
Dyrektor działu reklam
Ewa Żelazko, tel. 500 324 240
ewa.zelazko@polskapress.pl

Prenumerata, tel. 94 340 1114
Głos Koszaliński - www.gk24.pl
ul. Mickiewicza 24,
75-004 Koszalin, tel. 94 347 35 00, fax 94 347 35 13
tel. reklama: 94 347 35 72,
redakcja.gk24@polskapress.pl,
reklama.gk24@polskapress.pl
Głos Pomorza - www.gp24.pl
ul. Henryka Pobożnego 19,
76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 00, fax 59 848 81 04,
tel. reklama: 59 848 81 11,
redakcja.gp24@polskapress.pl,
reklama.gp24@polskapress.pl

Głos Szczeciński - www.gs24.pl
ul. Nowy Rynek 3,
70-533 Szczecin, tel. 91 481 33 00, fax 91 481 33 60,
tel. reklama: 91 481 33 92,
redakcja.gs24@polskapress.pl,
reklama.gs24@polskapress.pl

ODDZIAŁY
Szczecinek ul. Plac Wolności 6, 78-400 Szczecinek,
tel. 94 374 88 18, fax 94 374 23 89

Stargard ul. Wojska Polskiego 42, 73-110 Stargard,
tel. 91 578 47 28, fax 91 578 17 97,
reklama tel. 91 578 47 28

©P - umieszczenie takich dwóch znaków
przy Artykułach, w szczególności przy Aktualnym
Artykułach, oznacza możliwość jego dalszego rozpo-
wszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty
zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronach
www.gk24.pl/tresci, www.gp24.pl/tresci,
www.gs24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami
niniejszego regulaminu.

Polskie Badania Krytyczności

Nakład Kontrolowany ZKDP

PBC

POLSKA
PRESS
GRUPA

WYDAWCA

Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10

Wiceprezes zarządu Dariusz Świąder
Członek zarządu Dorota Kania
Członek zarządu Magdalena Chudzikiewicz

Dyrektor artystyczny
Tomasz Bocheński
Dyrektor marketingu
Sławomir Nowak, slawomir.nowak@polskapress.pl
Dyrektor zarządzający biura reklamy
Maciej Kossowski
maciej.kossowski@polskapress.pl
Dyrektor kolportażu
Karol Wlazło karol.wlazlo@polskapress.pl
Agencja AIP
kontakt@aip24.pl
Rzecznik prasowy
Joanna Pazio, tel. 22 201 44 38, joanna.pazio@polskapress.pl

Bytovia z Motorem. Zagrają już czwartoligowcy i okręgówka



W poprzednim sezonie w Bytowie Motor zwyciężył 2:1

Jarosław Stencel
jaroslaw.stencel@gp24.pl



Piłkarze

Nasze zespoły w ten weekend rozegrają spotkania w II i IV lidze oraz w klasie okręgowej.

W II lidze Bytovia w sobotę o godz. 18.00 podejmować będzie Motor Lublin. W kadrze na spotkanie z żółto-biało-niebieskimi znajdują się: Jakub Bach, Krzysztof Bąk, Maciej

Błaszowski, Matheus Camargo, Marcel Damaschke, Filip Dymerski, Piotr Giel, Michał Kieca, Oskar Krzyżak, Przemysław Lech, Eryk Moryson, Jakub Nowakowski, Adrian Olaszewski, Kacper Sezonienko, Marcin Stanisławski, Adam Szmidke, Mateusz Wrzesień, Paweł Zawistowski.

Wymuszona pauza w tym spotkaniu czeka Kubę Lizakowskiego. W meczu z Wigrami dostał on kolejno ósmą, oraz dziewiątą żółtą kartkę w tym sezonie i niestety nie może on znaleźć się w kadrze na to spotkanie. Do kadry meczowej wraca

już jednak Przemysław Lech. Podczas trwającego tygodnia kontuzji nabawił się Maciej Kozakowski.

Motor 12. miejsce w tabeli z dorobkiem 31 punktów. Bytovia jest 14. i ma 29 punktów. Najlepszym strzelcem Motoru jest Daniel Świdorski, który zdobył 8 bramek.

IV liga

Awansem 21. kolejkę rozegrają czwartoligowcy. Piłkarze Gryfa Słupsk w sobotę o godz. 13.30 grać będą w Sopocie na stadionie Ogniwa z Lechią II Gdańsk. W Ustce Jantar o godz. 17.30 po-

dejmuwać będzie Powiśle Dzierżoń.

Anioły Garczegorze w sobotę o godz. 15.00 wystąpią w Pelplinie przeciw Wierzy. Pogoń Lębork w sobotę o 12.00 zagra w Kowalach z GKS.

Klasa okręgowa

Dokończenie 21. kolejki: mecze odbędą się w sobotę o 17: Leśnik Cewice - Sokół Wyczechy, Myśliwiec Tuchomie - Jantaria Poblacie, Start Miastko - Bytovia II Bytów, Piast Człuchów - GTS Czarna Dąbrowka, Wybrzeże Objazda - Lipniczanka Lipnica. ©©

Grupa Sierleccy Czarni Słupsk zaczyna półfinały

Koszykówka

Kibiców koszykówki w naszym mieście czeka wielkie święto. Rozpoczynają się półfinały pierwszoligowych rozgrywek, w których Grupa Sierleccy Czarni zmierzą się z Sokołem Łańcut.

W grze pozostały już tylko cztery najlepsze drużyny zaplecza koszykarskiej ekstraklasy, a na tym etapie rozgrywek nie ma już miejsca nawet na najmniejsze błędy. Słupszczanie ćwierćfinał wygrali trzy do zera, jednak rywalizacja ze Zniczem wcale nie była łatwa. Pruszkowianie postawili naprawdę twarde warunki, ale paradoksalnie ma to swoje plusy. Czarni znakomicie przetrarli się przed serią z Sokołem Łańcut, która jak należy się spodziewać będzie piekielnie trudna.

Z Sokołem w sezonie zasadniczym ekipa ze Słupska mierzyła się dwa razy. W Słupsku lepsi okazali się gospodarze - nasi koszykarze wygrali 86:74, a najlepszy w barwach Czarnych Panter byli wtedy - Piotr Śmięgielski - autor 23 punktów oraz Adrian Kordalski, który zapisał na swoim koncie 21 oczek. W ekipie gości najsukuteczniejszy był Michał Jankowski (20 punktów). W kolejnym pojedynku w Łańcutie Czarni musieli już uznać wyższość rywala. Przeciwnicy Czarnych Panter zagrali bardzo skutecznie i pokonali Czarnych 86:77.

W słupskich barwach najlepszy mecz rozegrał wtedy Hubert Pabian.

Ekipę z Łańcuta mało kto remu kibicowi w Słupsku trzeba przedstawiać. Trzon tej drużyny tworzą zawodnicy, którzy jeszcze rok temu stanowili przecież o sile słupskich Czarnych. Mowa tu o Filipie Małgorzaciaku, Patryku Pełce oraz Wojciechu Frasiu. Nie można zapomnieć też o wcześniejszym wspomnianym Michale Jankowskim, który dla słupskiego klubu grał jeszcze za czasów występów Czarnych w ekstraklasie. Łańcutianie sezon zasadniczy zakończyli na czwartej pozycji. W pierwszej rundzie play-off zmierzeli się z GKS Tychy. Sokół wygrał pierwszy mecz, przegrał kolejny, ale po dwóch zwycięstwach w hali rywala zakończył serię wynikiem 3:1.

Warto przypomnieć, że słupszczanie cały czas dzielnie bronią miana jedynej nie pokonanej drużyny w lidze na własnym parkiecie. Do tej pory wygrali wszystkie 17 spotkań, kiedy występowali w roli gospodarza.

Początek sobotniego oraz niedzielnej meczu o godzinie 18. Transmisję ze spotkania przeprowadzi internetowa platforma TVCOM.PL.

W innej półfinałowej parze zmierzą się ze sobą Górniki Wałbrzych - WKK Wrocław. Seria toczy się do trzech wygranych spotkań. ©©

Spotkania oldbojów z Bruskowa Wielkiego

Piłkarze

Lider rozgrywek II ligi Oldboje Bruskowo Wielkie poznał terminarz rozgrywek w rundzie wiosennej sezonu piłkarskiego 2020/2021.

Pierwsze spotkanie po przerwie podopieczni Tomasza Sznigirewicz rozegrają 1 maja o godz. 17.00, a rywalem będzie zespół Wybrzeża Rewalskiego Rewal.

TERMINARZ ROZGRYWEK OLDBOJÓW:

24.04.2021: Oldboje Bruskowo Wielkie - Ikar Krosino 7:2 - mecz rozegrano awansem.

01.05.2021 godz 17:00: Oldboje Bruskowo Wielkie - Wybrzeże Rewalskie Rewal.

03.05.2021 godz 17:00 - Oldboje Wyszewo - Oldboje Bruskowo Wielkie

08.05.2021 godz 17:00 - Jesion Trans Oldboje Tychowo - Oldboje Bruskowo Wielkie.

12.05.2021 godz 17:00 - Oldboje Bruskowo Wielkie - Sokół Stara Dąbrowa.

15.05.2021 godz 17:00 -

TKKF Strażak Koszalin - Oldboje Bruskowo Wielkie.

19.05.2021 godz 17:00 - Oldboje Bruskowo Wielkie - Parnet Świdwin.

22.05.2021 godz 17:00 Intermarche Rega Trzebiatów - Oldboje Bruskowo Wielkie.

29.05.2021 godz 17:00 - Oldboje Bruskowo Wielkie - Bizon 1977 Cerkwica.

05.06.2021 - Oldboje Bruskowo Wielkie - pauza.

12.06.2021 godz 17:00 - Oldboje Błękitni Gonne Małe - Oldboje Bruskowo Wielkie.

19.06.2021 godz 17:00 Oldboje Bruskowo Wielkie - MKS Sokół Karlino.

26.06.2021 godz 17:00 Oldboje Światowid Łobez - Oldboje Bruskowo Wielkie.

Ze względu na remont głównej płyty boiska w Bruskowie Wielkim drużyna Oldbojów wszystkie mecze rozgrywać będzie na obiekcie sportowym w Peplinie. Ze względu na obostrzenia sanitarne i epidemiologiczne mecze rozgrywane będą do odwołania bez udziału publiczności. ©© (STEN)



Adrian Kordalski jest jednym z najważniejszych zawodników zespołu ze Słupska

Najpełniejszy przegląd lokalnych wydarzeń

SPORTOWYCH

w regionie!

w poniedziałek, w „Głosie”

SPRAWDŹ →



rodziny

Bezpłatny dodatek do gazety. Sobota, 24 kwietnia 2021 r.

**W aktorstwie lubi
nieprzewidywalność**

STR. 8



**Jan
Frycz**

**Kwiat Jabłoni - muzyczna
rodzina świetnie odnajduje
się na scenie**

STR. 4



**Zaczynamy sezon
na dania z grilla!**

STR. 6-7



**Depresja to kwestia
czasu. Jest coraz gorzej**

STR. 9

Gabriela Jelonek
gabriela.jelonek@polskapress.pl



W RODZINIE NIC NIE GINIE

Komentarz

To powiedzenie sprawdza się w wielu wymiarach. Bez wątpienia w drodze socjalizacji i wychowania nabywamy pewnych cech i umiejętności. Na początku pandemii wielu z nas zauważyło, że wspólne spędzanie czasu na muzykowaniu czy nawet graniu na garnkach może przynieść wiele radości. Niektórzy z muzyką obcuja od najmłodszych lat - głównie dlatego, że pochodzą z utalentowanych rodzin artystów. Tak było z Kasią i Jackiem Sienkiewiczami, rodzeństwem, które założyło zespół Kwiat Jabłoni. Na swój sukces sami ciężko pracowali, choć ich tatą jest Kuba Sienkiewicz z Elektrycznych Gitar. I choć muzyczna rodzina bez wątpienia jest dla nich wsparciem, to znany rodzic w rozwijaniu własnej kariery może być zarówno błogosławieństwem, jak i brzemieniem. Często mówią o tym dzieci słynnych artystów, które postrzegane są przez pryzmat swojej rodziny.

Kasia i Jacek znaleźli jednak sprytny sposób na to, jak wyróżnić się na polskiej scenie muzycznej bez obnoszenia się z rodzinnymi koligacjami. Mają swoje grono wiernych fanów. Odnoszą sukcesy na scenie, wygrali m.in. złotego bączka na Pol'and'Rock Festival jako ulubieńcy słuchaczy. Ich druga płyta wydana w lutym tego roku pokryła się już złotem. W swojej twórczości poruszają tematy trudne - społeczne, a także związane z ochroną środowiska. Choć wydaje się to być mało atrakcyjne dla młodego odbiorcy, to Kwiat Jabłoni zaczął mówić o tym, że to właśnie ich rodzice są odpowiedzialni za to, co dzieje się z naszymi dziećmi. To szalenie zdolni i mądrzy artyści, dlatego do przeczytania rozmowy z nimi zapraszam na str. 3.

Z rodzin pochodzenia wynosimy także sposoby na radzenie sobie ze stresem i trudnymi sytuacjami. Według psychologów widząc, jak nasi rodzice czy najbliżsi załamują się, istnieje ryzyko, że w przyszłości także będziemy mieli takie predyspozycje. Depresja to ważny i trudny temat. O nim na str. 7.

KSIAZKA

Dzieciństwo determinuje całe nasze dorosłe życie. Warto więc odkryć wewnętrzne dziecko

Kłócisz się z kimś, wywołujesz awanturę, obrażasz się, ale za chwilę nawet nie potrafisz odpowiedzieć na pytanie: o co poszło? To Twoje wewnętrzne dziecko daje Ci się we znaki. Z książki Stefanie Stahl pod tytułem „Odkryj swoje wewnętrzne dziecko. Klucz do rozwiązania (prawie) wszystkich problemów” dowiesz się, skąd biorą się takie zachowania.

Dlaczego właściwie się kłócimy? Spory są czymś normalnym w naszym życiu. Słowne utarczki, niezgodność zdań, inne spojrzenie na te same sytuacje. Znasz to z pewnością ze swojej codzienności. Jednak czy zastanawiałeś się kiedykolwiek, dlaczego wybuchają kłótnie, kiedy nie ma wyraźnego powodu do sprzeczki? Takie zachowania całkiem szusnie mogą wydawać Ci się kompletnie irracjonalne.

Dlaczego popadasz w niewytłumaczalne konflikty? Stefanie Stahl przekonuje, że

wszystkiemu winne jest Twoje wewnętrzne dziecko. Odnajdź je w sobie, a wiele z Twoich problemów straci na aktualności.

Ta książka to poradnik dla każdego. Z literatury Stefanie Stahl wypływa ważny dla wniosek - za Twoje emocje, także gniew i agresję, odpowiedzialni są Dziecko Cienia i Dziecko Słońca, jakie w Tobie tkwią od wczesnego dzieciństwa i na różnych etapach życia mogą mieć wiele do powiedzenia.

Ważne, byś nauczył się ich słuchać i żeby nie dochodziło pomiędzy nimi do sporów. Autorka poradnika pokaże Ci, jak porozumieć się ze swoim wewnętrznym dzieckiem i osiągnąć równowagę życiową i spokój. To jak najbardziej możliwe!

Pozycja warta jest polecenia każdemu - zarówno tym, którzy nie mają dzieci i starają się stworzyć trwałe związki, jak i tym, którzy mają małe pociechy i chcą się lepiej z nimi porozumieć. Autorka podkreśla, że rozprawienie się ze swoimi wzorcami z przeszłości może być uwalniające i pomóc nam przejść przez trudne etapy życia z większym spokojem. (GJ)



OKAZKA KSIĄZKI

W obu przypadkach rozwód był bez orzeczenia o winie, jednak zawsze to życiowa porażka. Po prostu nie dobraliśmy się. Byliśmy niedojrzali.

Jan Frycz, aktor

FILM W TELEWIZJI

Katherine Heigl, aktorka bardzo chętnie zatrudniana przez reżyserów komedii romantycznych, w filmie „Och, życie!” wcieliła się w postać Holly Berenson. Myśląc poważnie o swojej przyszłości młoda kobieta jest właścicielką niewielkiej piekarni w Atlancie. Leczy obecne rany po niedawno zakończonym związku, z którym wiązała duże nadzieje, i marzy o mężczyźnie na całe życie. Pewnego dnia znajomi Holly, Alison (Christina Hendricks) i Peter (Hayes MacArthur), postanawiają umówić ją na randkę ze swoim przyjacielem Erikiem Messerem (Josh Duhamel). Pracujący w telewizyjnym kanale sportowym mężczyzna jest beztrojskim singlem, któremu zależy jedynie na dobrej zabawie. Jego randka z Holly

okazuje się kompletną porażką. W filmie „Och, życie!” mija kilka lat, podczas których Alison i Peter pobierają się, a potem na świat przychodzi ich córka, Sophie. Holly i Eric zostają jej rodzicami chrzestnymi. Gdy dziewczynka kończy rok, dochodzi do tragicznego wydarzenia - jej rodzice giną w wypadku samochodowym.

Wkrótce okazuje się, że wiedzeni złym przeczuciem Alison i Peter wyznaczyli opiekunów dla małej Sophie. Dzieckiem mają się zająć rodzice chrzestni. Nagle czująca do siebie wyłącznie niechęć para musi zamieszkać razem i przejąć nieznaną im dotąd zupełnie rodzicielskie obowiązki.

Film można zobaczyć w sobotę o godz. 21.30 w TVN. (GJ)



FOT. KADR Z FILMU

PORADY

Każdy z nas może mieć świeże kielki w domu. Pełne zdrowia mikro rośliny najlepiej rosną w kielkownicach. Jaką wybrać?

Kielkownica, inaczej kielkownik, to naczynie ułatwiające uprawę kielków w domu. W sklepach mamy do wyboru kilka ich rodzajów: szklane (np.: słoikowa lub miska z sitkiem), ceramiczne i plastikowe. Wszystkie dobrze się sprawdzą w domowej uprawie. Ważne jest, aby sprawdzić na opakowaniu, czy nasze naczynie nie zawierają szkodliwych substancji, tworzyw sztucznych, są bezpieczne dla środowiska i zdrowia.

Niewątpliwie zaletą kielkownic przezroczystych, a więc szklanych i plastikowych jest to, że można bez ich otwierania oglądać nasiona podczas wzrostu. Większość naczyń do kielkowania posiada trzy półki, na których możemy wysiać trzy różne rodzaje nasion na kielki. Najniższy poziom to zbiornik, w którym zbiera się woda pochodząca z podlewania nasion.



FOT. 23RF

Podlewanie działa kaskadowo - wystarczy wlać wodę na najwyższy poziom naczynia, a później przepłynie ona na kolejne półki, aż w końcu zbierze się w pojemniku na dnie. Wody z podlewania kielków nie trzeba wylewać. Świetnie sprawdzi się do podlewania kwiatów,

gdyż zawiera mnóstwo cennych składników odżywczych. To ekologiczne rozwiązanie i świetna odżywka dla roślin doniczkowych.

Ważne jest, aby sprawdzić na opakowaniu, czy nasze naczynie nie zawierają szkodliwych substancji, tworzyw

sztucznych, są bezpieczne dla środowiska i dla zdrowia.

Co istotne, wybierając nasion, koniecznie zwróćmy uwagę na to, aby były to specjalne ziarna przeznaczone właśnie do kielkowania. Inne mogą nam nie wyrosnąć. Nie wszystkie nadają się także do kielkowania w kielkownicy z pokrywką. Do niektórych rodzajów nasion sprawdzi się lepiej kielkownica typu szklana miska, która jest otwarta.

Kielki to potężna dawka witamin i mikroelementów. Rośliny rosną naprawdę szybko, bo już po 2-3 dniach możemy cieszyć się chrupiącymi, kolorowymi kielkami w pełnym smaku i zapachu. Jest to z pewnością wygodne rozwiązanie i dobra alternatywa dla marketowych gotowców. Do ich uprawy wystarczy woda i podlewanie raz lub dwa razy dziennie. (GJ)



FOT. PAWEŁ TYMIŃSKI



FOT. KADR Z FILMU

„Tajemniczy ogród” w reżyserii Agnieszki Holland jest trzecią w historii ekranizacją słynnej powieści Frances Hodgson Burnett. Poprzednie filmy przedstawiające tę piękną opowieść o sile przyjaźni i miłości, powstały w 1949 i 1987 roku. Producentem filmu polskiej reżyser jest Francis Ford Coppola, a autorem muzyki do niego - Zbigniew Preisner.

Po śmierci rodziców urodzona i wychowana w Indiach jedenastoletnia Mary Lennox (Kate Maberly) przyjeżdża do Anglii. Zamieszkuje w ponurym domu należącym do swojego owdowiałego wuja, lorda Cravena (John Lynch). Okazuje się, że mężczyzna wyjechał na dłużej, a domem opiekuje się oziębła, niesympatyczna pani Medlock

(Maggie Smith). Dziewczynka czuje się tam osamotniona. Wkrótce poznaje poruszającego się na wózku inwalidzkim syna Cravena - schorowanego, smutnego Colina (Heydon Prowse), który nigdy nie opuszcza swojego pokoju. Życie Mary nabiera barw, gdy spotyka sympatycznego chłopca mieszkającego w pobliskiej wsi, Dickona (Andrew Knott). To właśnie z nim pewnego dnia odkrywa piękny, lecz zaniedbany ogród. Zafascynowana tym tajemniczym miejscem decyduje się zabrać do niego schorowanego Colina. Dzieci sadzą pierwszy kwiat lilii. Wkrótce przybywa roślin. Dzień po dniu ogród zaczyna zmieniać się w oazę.

Emisja w niedzielę o godz. 14.55 w telewizji TVN7. (GJ)

PODPowiedzi

Nie traktujemy aktywności fizycznej poważnie. **To błąd - regularny ruch daje nam same korzyści**

Jeżeli przed pandemią nie ruszaliśmy się wystarczająco, to w ostatnim roku nasza aktywność fizyczna zapewne ograniczyła się do minimum. To ogromny błąd, bo codzienne ćwiczenia to uzupełnienie diety, a nie przykry obowiązek. Jeżeli jesteśmy aktywni, nie musimy drastycznie się ograniczać i rezygnować zupełnie z produktów, które wyjątkowo lubimy. Dzięki spalaniu kalorii w trakcie ćwiczeń nasza dieta może być bardziej różnorodna, dzięki czemu organizm będzie lepiej odżywiony. Dla aktywnych znajdzie się w niej też miejsce na czekoladę czy ulubiony deser. Dozując sobie słodycze raz na jakiś czas, nie będziemy pochłaniać ich w niezdrowych ilościach w chwilach słabości - podpowiada ekspert kampanii „Słodka równowaga”, dietetyk Jadwiga Przybyłowska.

Dzięki regularnym ćwiczeniom fizycznym:

- zyskujemy lepszą sprawność intelektualną - ćwiczenia

fizyczne korzystnie wpływają nie tylko na ciało, ale też na pracę naszego mózgu; ruch zwiększa jego ukrwienie, czyli dostarcza więcej tlenu

- śpimy lepiej, czujemy się lepiej - pamiętajmy jednak, żeby nie ćwiczyć intensywnie przed snem; regularne ćwiczenia sprzyjają rozładowywaniu stresu i stymulują organizm do wydzielania endorfin - hormonów szczęścia
- regularna aktywność fizyczna odmładza organizm.



Codzienny wysiłek to też gwarancja zdrowego snu

Jak się ruszać, gdy pracujemy w domu?
Wykonujemy proste ćwiczenia i bądźmy aktywni, gdy to możliwe

Fitness - nie musimy decydować się na tradycyjną gimnastykę, jaką pamiętamy z lekcji wf. Oprócz treningów online możemy zdecydować się na aktywności, które sprawiają nam przyjemność: taniec, bieganie, jazda na rowerze. Warto też wchodzić po schodach, przejść się na zakupy pieszo.

Sprzątanie - wiadomo, każdy z nas musi dbać o porządek. Dlaczego więc nie potraktować tej aktywności jako ćwiczeń? Pół godziny zamiata-

nia to 104 kcal mniej, a godzina odkurzania pozwoli nam spalić średnio do 135 kcal.

Chodzenie po mieszkaniu w czasie spotkań zdalnych - jeżeli nie musimy siedzieć przed komputerem w ich trakcie, to warto wykorzystać ten czas na chodzenie. Co więcej, często pracując zdalnie nie odchodzimy od komputera przez długie godziny. To duży błąd. Zawsze po 45 minutach pracy zrobmy sobie krótką przerwę. Kręgosłup będzie nam za to wdzięczny!



W czasie pandemii nawet codzienne obowiązki domowe warto wykorzystać do tego, by trochę się rozruszać

Zajadamy stres - pracując zdalnie pozwalamy sobie na więcej

Chętniej sięgamy po niezdrowe przekąski, zdecydowanie mniej się ruszamy. **Pandemia pokazała, że nasze przyzwyczajenia warto zmienić**

Odżywianie
Kamila Kubik (oprac.)
kamila.kubik@polskapress.pl

Co trzeci Polak zajada stres związany z pracą zdalną, a 36 proc. z nas przyznaje, że ma ochotę częściej zjeść coś niezdrowego. Jak wynika z badania sondażowego, pracujący zdalnie Polacy deklarują pogorszenie jakości swojej diety podczas pracy zdalnej. 42 proc. respondentów je więcej słodczy, a 35 proc. sięga częściej po chipsy i słone przekąski. Jakże jeszcze żywieniowe grzechy popełniamy? Co zrobić, by utrzymać wagę?

Respondenci badania sondażowego „Wpływ pracy zdalnej na nawyki żywieniowe Polaków” firmy DailyFruits odpowiadali na pytania dotyczące spożywania różnych grup produktów i oceniali jakość swojej diety podczas pracy zdalnej. Bliższe połowa ankietowanych, którzy zauważyli wzrost wagi, zadeklarowała, że w porównaniu z okresem przed zmianą trybu pracy odżywiają się gorzej:

- 3 na 10 Polaków pracujących w domu je mniej owoców
- co 4 pracownik je mniej warzyw
- osoby, które jadły mniej owoców i warzyw, a więcej słodczy i chipsów, były średnio 48 proc. więcej niż ankietowani, którzy nie mieli tak złych nawyków

Nie da się jednak ukryć, że wielu pracowników doceniło oszczędność czasu, który normalnie poświęcony był na dojazd do pracy.

- Ponad połowa ankietowanych zadeklarowała, że odkład pracę zdalnie, ma więcej czasu dla siebie.
- Aż 42 proc. stwierdziło, że ma więcej czasu, żeby zadbać o swoją dietę.
- 43 proc. zauważyło, że pracując w domu jada posiłki o regularnych porach.

Jak wynika z badania, Polacy nie mieli dotąd właściwych nawyków żywieniowych. Przekonanie o dobrej



Jak pokazały badania, Polacy nie mają dobrych nawyków żywieniowych - popełniamy mnóstwo błędów, ale na szczęście potrafimy też wyciągać wnioski

jakości diety było niewspółmierne do jej rzeczywistej jakości. Okazało się, że wielu pracowników rezygnowało z jedzenia śniadań lub zjadało je zbyt późno ze względu na konieczność szybkiego dotarcia do biura w godzinach rannych.

Jak jemy w pandemii

Choć pracujący Polacy dostrzegali, że obecnie mają zdecydowanie więcej czasu na to, by zadbać o swoją codzienną dietę i 43 proc. zaczęło jadać regularniej, to nie zawsze odżywiali się we właściwy sposób.

Ciekawe

TEŚKNIMY ZA „OWOCOWYMI CZWARTKAMI”

Pracownikom w pracy zdalnej brakuje benefitów z biura. Aż 46 proc. respondentów badania zadeklarowało, że chcieliby korzystać z nich podczas home office. Wśród niezadowolonych potrzeb w pracy zdalnej znalazł się także dostęp do świeżych warzyw, owo-

- Już przed rozpoczęciem pracy zdalnej nie zjadaliśmy codziennie warzyw (50 proc.) i owoców (40 proc.).

- Nie wypijaliśmy dostatecznej ilości wody (50 proc.).
- W ramach przekąski ponad połowa z tych, którzy podjadali, sięgała po słodczyce.

Wiele osób powiełało popełniane wcześniej błędy żywieniowe lub sięgało po łatwo dostępne produkty, które akurat były pod ręką.

Nie sposób jednak nie dostrzec także tych, którzy zadeklarowali zmiany na lepsze - 37 proc. pracowników jadło mniej fast foodów.

Dziś sięgnięcie po jedzenie stało się prostsze niż było w biurze. Niestety, przejście na zdalny tryb pracy rozregulowało rutynę dnia - zalecenie, by zjeść śniadanie przed wyjściem z domu niesłusznie straciło na znaczeniu, skoro pracownik nie opuszcza miejsca zamieszkania. Przesunięcie pierwszego posiłku w czasie i doprowadzenie do bardzo silnego uczucia głodu sprzyja nieprzemyślanym wyborom żywieniowym. To potęguje rozchwianie gospodarki węglowodanowej i coraz trudniej jest zapanować nad głodem.

Skąd pochodzą posiłki

W pandemii najpopularniejsze okazało się gotowanie w domu. 53 proc. ankietowanych przygotowywało posiłki samodzielnie.

- Dla 12 proc. przygotowywała je inna osoba.
- Tylko 3 proc. ankietowanych korzystało z cateringów dietetycznych.
- Aż 16 proc. zadeklarowało, że jadło to, co było pod ręką. To doskonale pokazuje jak ważna jest dostępność zdrowych produktów.

Ich rodzinę spaja miłość i muzyka

Kwiat Jabłoni to jeden z popularniejszych zespołów młodego pokolenia. Stoi za nim rodzeństwo - Katarzyna i Jacek Sienkiewiczowie, dzieci Kuby Sienkiewicza z Elektrycznych Gitar. Zamiłowanie do muzyki wynieśli z domu.

Wiczyrodzinne

Gabriela Jelonek
gabriela.jelonek@polskapress.pl

Rozmowa z Katarzyną i Jackiem Sienkiewiczami z zespołu Kwiat Jabłoni.

Jak pandemia zmieniła Wasze granie? Płyta wprawdzie powstawała 2 lata, ale jej nagrywanie przypadło także na lockdown. Czy zmiana sytuacji na świecie, w naszym otoczeniu, była jakąś inspiracją?

Kasia: Prawie wszystkie utwory powstały przed pandemią, więc jeżeli odnajdujemy w nich odniesienia do obecnej sytuacji, to pewnie dlatego, że już wszystko nam się z nią kojarzy. Podczas pandemii powstał natomiast tekst „Zaczniemy od zera”, który jest o życiu chwilą, a teraz przecież się tego uczymy. Część tekstu utworu „Przezroczysty świat” także powstała w pandemii.

Jacek: Tak, tam są bezpośrednie odniesienia. Myślę, że zamknięcie w pandemii dało nam bardzo dużo, bo mieliśmy masę czasu na to, żeby zastanowić się nad aranżacjami, wejść do studia kolejne trzy razy i coś pozmienić. To taki zastrzyk czasu, którego normalnie byśmy nie mieli i muzycznie zupełnie inaczej wyglądałaby ta płyta.

To taki paradoks w świecie kultury, bo raczej artyści ubolewają, że nie mogą występować, a wy znaleźliście pozytyw sytuacji i go wykorzystaliście.

Jacek: Tak, zdecydowanie się udało. Szczególnie pierwsze miesiące były intensywne i pozytywne. Oprócz nagrania płyty miałem np.: czas na pisanie pracy magisterskiej. Później zamknięcie zaczęło mi doskwierać. Brakuje tego, żeby móc popracować w kawiarni, móc wyjść ze znajomymi wieczorem i nie musiał się przez kolejne 2 tygodnie martwić, czy się nie zarażę. Jest coraz trudniej.

Kasia: Mimo pozytywów, chyba najgorsza jest niewiedza, kiedy się to skończy. Wiele razy przygotowaliśmy się do koncertów, które musiały być odwołane. Powoli ogarnia nas pewna bezsilność.

To co teraz czujecie, podobnie jak miliony ludzi, może stać się materiałem do kolejnej płyty, czy dajecie sobie czas na odpoczynek?



Zespół Kwiat Jabłoni w swoich tekstach porusza tematy społeczne i te związane z ekologią. Płytę wydał także w wersji eko.

Jacek: Obecna sytuacja z pewnością jest bardzo silnym bodźcem emocjonalnym. Negatywnym, ale jednak bodźcem i może być bardzo twórczy. Myślę, że napiszę utwór o tym co się teraz dzieje, żeby jakoś to też z siebie wylać. Jednak chyba nie jesteśmy jeszcze z Kasią gotowi na pisanie kolejnej płyty. Na razie cieszymy się tym, co jest.

Odcinacie się trochę od twórczości taty, aby jak mówicie - sami zapracować na swój sukces. Jednak np.: mój tata, a więc pokolenie waszego ojca - ku mojemu zdziwieniu słyszy u Was podobieństwa z Elektrycznymi Gitarami, szczególnie w utworze „Przezroczysty świat”. Co wy na to?

Kasia: Nie pomyślałam o tym wcześniej, ale faktycznie, tekst Jacka jest bardzo podobny do stylu w jakim pisze tata. Jest w nim dużo wyliczeń, dużo słów oraz wyjątkowo w znacznej części Jacek śpiewa solowo, a on ma bardzo podobną barwę głosu do taty. Są podobieństwa.

Jacek: Piszac „Przezroczysty świat” miałem z tyłu głowy tekst „To już jest koniec”, tam też są wyliczenia.

Czyli są odniesienia! Traktujecie to jako dobry „bagaż rodzinny”, czy jako coś, co może przeszkadzać?

Jacek: Pod wieloma względami to przeszkadza, szczególnie na początku, bo nie chcieliśmy być zaszufładowani jako dzieci Kuby Sienkiewicza. Chcieliśmy wypracować swój styl i swoją grupę odbiorców. Dochodziło nawet do sytuacji, gdy nieco naginaliśmy rzeczywistość i udawaliśmy, że nie wiemy o kim mowa. (śmiech) Z drugiej strony, dzięki temu, że tata cały czas grał, nie baliśmy się jako dorośli ludzie w pełni zaangażować w muzykę i granie, bo widzieliśmy, że można to zajęcie traktować jako zawód, co nie jest oczywiste dla wielu ludzi.

Czy w dzieciństwie mieliście od strony rodziny presję, aby zostać muzykami, czy wręcz odwrotnie, ktoś mówił Wam, żebyście „znaleźli sobie porządną zawód”?

Kasia: Na szczęście rodzice nigdy nie mieli parcia na to, żebyśmy wykonywali jakiś konkretny zawód. Wspierali nas w tym, co nas akurat interesowało. Mama zapisywała nas na zajęcia dodatkowe, jak to z karate, czy z tańca. Na granie zgodzili się w zasadzie odkąd byliśmy mali i bardzo to doceniam, bo dzięki temu robię to co lubię, a nawet kocham i dzięki temu jestem szczęśliwa. Jedynie nasi dziadkowie namawiali nas, żebyśmy zostali lekarzami...

Jacek: Albo prawnikami!

(śmiech)

Kasia: Albo pracownikami naukowymi na uniwersytecie.

Jacek: Dziadek ciągle ma nadzieję na to, że zostanę na doktoracie.

Kasia: A Ty masz nadzieję?

(śmiech)

Jacek: Nie wiem, zobaczymy co będzie. (śmiech)

W domu na co dzień graliście wielopokoleniowo, z dziadkami i rodzicami?

Kasia: Wszystkie wakacje, święta i towarzyskie spotkania wiązały się dla nas z rodzinnymi i przyjacielskimi jam sessions, które zawsze inicjował nasz wujek. On hobbystycznie grał na wielu instrumentach: na akordeonie, na bandzo, na mandolinie. To jego grą za inspirował się Jacek. Zresztą ojciec chrzestny Jacka jest świetnym gitarzystą, mandolinistą i dobrzystą, czy gra na gitarze dobro. To oni i nasi rodzice organizowali różne wyjazdy, np.: na Mazury i na takich wakacjach każdy dzień musiał zakończyć się wspólnym graniem, w którym każdy brał udział. Nawet jak ktoś nie umiał grać, to dostawał grzechotkę i w ten sposób się dołączał. Wykonywaliśmy wtedy dużo rockowych coverów.

Na początku pandemii ludzie przypomnieli sobie, że wspólne muzykowanie łągodzi obyczaje. Grali nie tyl-

ko na instrumentach, ale i gamkach. W sied krąży mnóstwo filmików. Czy w czasie lockdownu Wy też praktykowaliście rodzinne granie, np.: poprzez połączenia wideo?

Jacek: Na Skypie jest za duże opóźnienie, więc do końca się nie da. (śmiech) Dni spędzaliśmy głównie w sali prób i przy nagrywaniu płyty, albo sami ćwiczyliśmy granie. To było bardzo rozwojowe, bo wcześniej brakowało na to czasu. Lockdown poprawił nasze zdolności instrumentalne.

Nie obawiacie się zmęczenia sobą? Jako rodzeństwo wiele rzeczy robicie razem. Lockdown pokazał, że dla wielu to trudne. Historie rodzinnych zespołów unaoczniają jeszcze jedną kwestię, że bandy rozpadają się zwykle przez kłótnie o pieniądze lub propozycję solowych występów któregoś z ich członków.

Jacek: My mamy jasną sytuację finansową, bo dzielimy się zawsze po połowie. Co innego jeśli chodzi o prawa autorskie, tutaj każdy oczywiście otrzymuje za swoje utwory. Jeśli się kłócimy, to jest to bardzo dzieje emocjonalne. Często wynika ze zmęczenia, bo np.: jesteśmy już długo w trasie ze sobą i drażnią nas jakieś zachowania. Czasami kłócimy się o sprawy natury estetycznej, np.: o drobną różnicę dynamiki jakiegoś instrumentu. Finalnie to wiele nie zmienia, ale potrafimy się kłócić o takie drobnostki.

Kasia: Odnosząc się do kariery solowej, zostaliśmy nauczeni przez rodziców, żeby nigdy sobie niczego nie zazdrościć. Więc nigdy sobie wzajemnie niczego nie zazdrościliśmy i wydaje mi się, że jesteśmy doświadczeni na to, aby każdy robił to co lubi. Oczywiście obecnie oboje pracujemy na to, żeby Kwiat Jabłoni dawał nam jak najwięcej wspólnych, muzycznych zadań, ale nigdy nie zabraniamy sobie robienia czegoś solowo. Jacek napisał muzykę do spektaklu, jak prowadzę audycję w radiu i zawsze jesteśmy z siebie dumni nawzajem.

Jacek: Dziwne natomiast byłoby, gdybym np.: wydał solową płytę w podobnym stylu i podpisał się jako Jacek z Kwiatu Jabłoni. Robimy póki co rzeczy, które nie wchodzą w działalność zespołu i to jest w porządku.

Nie baliście się, że poważne tematy w Waszych utworach odstraszą młodego słuchacza? Szczególnie pokolenie Y, które wymieniać w interpretacji utworów na płycie?

Jacek: Nie, nie baliśmy się, bo gdy słucham np.: polskiego rapu, tam też sporo poważnych tematów, oprócz fragmentów o pieniądzu i narętkach. Sukces Maty polega na tym, że wsłuchał się w głosy młodych i sam głośno wiele powiedział. Pokolenie Y jest otwarte na poważne treści.

Kasia: Zauważyliśmy na koncertach, że ludzie szczególnie w sposób zaangażowany i emocjonalny reagują na teksty, które dotyczą poważnych problemów. Dlatego też nie baliśmy się wracać do tematów wzbudzających refleksję. Na szczęście mamy też w repertuarze kilka lżejszych utworów, żeby na koncertach nie wpaść całkiem w melancolię.

Jacek: Nasze koncerty to trochę komediodramat. Synusoida emocji. Widzę często, że ludzie płaczą na naszych, a z drugiej strony się śmieją. Teksty Kwiatu Jabłoni są dosyć proste w przekazie, ale i uniwersalne w interpretacji. Dziś na rynku muzycznym jest wielu artystów, którzy piszą teksty w tak enigmatyczny sposób, że potrafią zrozumieć je tylko oni sami. My mamy prosty przekaz i to trafia do odbiorcy, a słuchają nas i nastolatki, i ludzie już jakiś czas po studiach.

Mówicie, że na Waszej płycie nie ma nic o miłości, albo jest jej bardzo mało. Ale Wasi fani odnajdują w nich uczucie i chcą mieć np.: jako tło muzyczne do teledysków ślubnych. Wśród najczęstszych wyborów zakochanych padają tytuły takie jak „Drogi prosty” i „Mogło być nic”.

Jacek: Dopiero nagrywając niektóre utwory w studiu zorientowałem się, że można w ten sposób je interpretować. W tekście jest przecież „powiedz tak”.

Kasia: Zaczęłam tak weselno-ślubnie odczytywać te piosenki, dopiero, gdy je nagraliśmy. Z wielką radością oglądałymi filmiki z pierwszych tańców do piosenki „Nic więcej”. Bardzo się cieszę i nie mogę się doczekać, aż dostaniemy kolejne nagrania! ©©

Przygody Olusia w 140 tysiącach krzyżyków

Olga Stelmach przez siedem miesięcy na 20 stronach haftowała historię chłopczyka i jego przyjaciela Misia, dzięki czemu powstała pierwsza w Polsce haftowana książka sensoryczna dla dzieci - „O czym milczy Misio”

Ludzie

Aleksander Knitter

aleksander.knitter@polskapress.pl

Zamiast papierowych kartek jest 25 metrów kanwy, a zamiast liter powstało ponad 140 tysięcy krzyżyków. Wszystko obszyte koronką o łącznej długości 200 metrów. W środku jest prawie 50 ilustracji. I to wszystko w dużym formacie. Tak wygląda pierwsza w Polsce, a druga na świecie haftowana książka dla dzieci. Z myślą o pracy sensorycznej wykonała ją Olga Stelmach z Przechlewa.

Olga Stelmach pochodzi z Ukrainy, ale już od dawna mieszka w Przechlewie w powiecie człuchowskim. Od 12 lat haftuje. Do tej pory z jej rąk wychodziły bardziej standardowe prace: obrusy, obrazy, torebki, pościel czy odzież. Ma za sobą już kilka wystaw swoich dzieł. Ostatnio w bibliotece prezentowała bombki i pojemniczki na świąteczne słodycze. Wcześniej przez dwa lata prowadziła w Człuchowie sklep z haftami.

Ale skąd pomysł na pierwszą w Polsce i drugą na świecie haftowaną książkę? Wszystko zaczęło się 1 września 2019 roku, kiedy pani Olga rozpoczęła pracę w bibliotece w Przechlewie. Świat ten bardzo ją zainteresował i - jak się okazało - również zainspirował, choć wcześniej, zamiast czytać zajmowała się dziećmi lub właśnie haftowała. W lipcu 2020 roku pani Olga wzięła udział w szkoleniu. To był moment przełomowy i to wpłynęło na to, że powstała wyjątkowa praca.

- To było szkolenie o ręcznym robieniu książek, które mogą służyć do pracy sensorycznej z dziećmi. Pani Wanda, która prowadziła te zajęcia, pokazywała nam swoje różne książki, które powstały z guzików, kamyczków i innych rzeczy. To mnie zainspirowało i pomyślałam, że chciałabym też coś takiego również zrobić - mówi Olga Stelmach. Wybór padł na kanwę, mulinę, nici, koronkę i haft.



Olga Stelmach ze swoją pierwszą haftowaną książką. Każda strona to kolory, faktury i motywy...

- Sprawdziłam, że w Polsce nie ma żadnej haftowanej książki. Na świecie jest tylko jedna, więc pomyślałam, dobrze, spróbuję - mówi pani Olga. - To było dla mnie duże wyzwanie, sama sobie postawiłam wysoko poprzeczkę.

Do książki usiadła zaraz po szkoleniu, już w czasie wakacji. Pomysł spodobał się Elżbiecie Baran, dyrektorce biblioteki, w której pracuje pani Olga.

- Wspierała mnie w całym tym procesie, choć na początku nie wiedzieliśmy dokładnie, co powstanie i co będzie dalej z tą książką - mówi pani Olga.

Jak powstawała książka?

Prace trwały aż do marca tego roku, a więc ok. siedmiu miesięcy. Najpierw powstał tekst do książki.

- Dużo zawdzięczam swojej córce Ilonie, bo pomogła mi sprawdzić tekst, czy nie ma w nim błędów - śmieje się pani Olga.

Po pierwszych domowych korektach tekst trafił również do pani Gabrysi w bibliotece, która sprawdziła jeszcze raz, czy nad literkami i pod nimi są wszystkie „ogonki”, kropczki itp. - Jestem z Ukrainy, więc troszkę było do poprawy - śmieje się pani Olga.

Gdy już powstał tekst, pani Olga zaczęła go cierpliwie haftować na każdej z 20 stron. Powstały też rysunki. W ostatecznym powstawaniu dzieła pomogła teściowa, która zszywała książkę koronką.

O czym lub też o kim jest pierwsza w Polsce haftowana książka?

- O moim synku Aleksandrze. To jest bajka dla dzieci o Olusiu i o jego przyjacielu - ulubionej maskotce Misiu. Codziennie spędzają razem czas, a pewnego dnia wymyślają nową zabawę, w którą następnie bawią się przez cały tydzień. Po drodze mają różne przygody. Wszystkich szczegółów nie będę zdradzała - mówi Olga Stelmach.

Wiele motywów i kształtów, cała tęcza kolorów

Książka ma jednak jeden bardzo ważny walor. Jest nie tylko duża, kolorowa i z fajną rytmiką. Pozwala też pracować sensorycznie z dziećmi.

- Chciałam, aby nie była to zwykła bajeczka, którą dziś się przeczyta, a jutro o niej zapomni i weźmie do ręki kolejną. Takich ładnych, ilustrowanych książek jest bardzo dużo, także u nas w bibliotece - mówi pani Olga.

Jej książka daje różne możliwości powrotu do niej. Ma „ukryte” zadania, pyta-

nia i można różnie stymulować dzieci do różnych zabaw z książką. Wyhaftowane są zwierzęta i owoce czy warzywa, różne kształty, różne kolory i różne motywy.

Na stworzenie książki pani Olga zużyła 25 metrów kanwy i ponad 200 metrów koronki. Zrobiła ponad 140 tysięcy krzyżyków, choć te liczyła dopiero na koniec, więc może być ich jeszcze więcej. W książce pani Olga zastosowała całą tęczę kolorów, łączyła zwykłą mulinę z inną muliną metaliczną, by różniły się w dotyku. Zresztą, tak jak imiona Olus czy Misia, które na każdej stronie haftowane są koralikami. W książce znajdziemy łącznie 46 różnych ilustracji.

Pani Olga marzy, aby wydać tę książkę. Oczywiście „papierową”, bo nie będzie już haftowała setek tysięcy egzemplarzy. Chce dać możliwość innym rodzicom czytania jej razem z dziećmi.

- Szukamy z panią dyrektorem wydawnictwa - mówi. Koronawirus nie sprzyja tej „operacji”, ale wszyscy mają nadzieję, że w wakacje będzie można książkę kupić czy wypożyczyć. Póki co, można ją w całej okazałości oglądać w przechlewskiej bibliotece.



o przygody chłopczyka i jego maskotki

Pomysł na drugą książkę

- Mąż kupił mi wygodny fotel do haftowania, dzięki czemu praca poszła sprawnie i nie bolały mnie plecy. Wcześniej po kilkudziesięciu minutach już czułam ból, bo to nie jest tak, jak może się fajnie wydawać, że tylko się siedzi i haftuje - mówi autorka książki.

Mimo że praca nad pierwszą książką dała się autorce we znaki - pani Olga miała pokłute palce i zmęczone oczy, to już myśli nad kolejną taką pracą. Zdradza, że ma już pomysł na drugą książkę. Bohaterką ma być dziewczynka - Ilona, czyli tak, jak jej córka.

- Reakcja dzieci jest warta tego, by dalej tworzyć - mówi pani Olga.

A skąd w ogóle pomysł na haftowanie w życiu pani Olgi? Jej mama jest położną i nie ma do tego smykałki, a ona pewnego dnia usiadła,

zaczęła haftować i sama się wszystkiego uczyła oraz wyznaczała sobie kolejne wyzwania i cele. Dopiero po czasie okazało się, że kiedyś haftowała jej babcia. Po śmierci babci znalazła jej prace, ale nigdy babci przy pracy nie obserwowała.

Na pewno teraz babcia może być dumna z wnuczki, tak jak dumni są jej dzieci, mąż i cała rodzina.

WARTO WIEDZIEĆ

Ciekawostki o haftowanej książce. Powstawała siedem miesięcy, ma 20 stron, zawiera 46 ilustracji, do jej powstania zużyto 25 metrów kanwy, obszyta jest koronką o długości 200 metrów, w książce jest 140 tysięcy krzyżyków.

**Zdrowe grillowanie**Katarzyna Sklepik
ksklepik@glos.com

Wielkimi krokami zbliża się sezon grillowy, a wraz z nim przychodzi ochota na dania z rusztu. Nawet podczas sytuacji nadzwyczajnej i licznych ograniczeń można przygotować pyszne grillowane smakołyki.

Grillowanie to ulubiona plenerowa rozrywka i forma spędzania wolnego czasu wielu Polaków. W tym roku oddawanie się grillowym pasjom jest znacznie utrudnione, ale nie niemożliwe. Ograniczenia w poruszaniu się po kraju uniemożliwiają organizację dużych przyjęć czy biesiad grillowych, nie oznacza to jednak, że należy się obejść przysłówowym smakiem.

Grilla można rozpałić w przydomowym ogródku czy rozstawić na tarasie. W mieszkaniu można skorzystać z grilla elektrycznego, który idealnie sprawdzi się też podczas niesprzyjających warunków pogodowych.

Aromat i smak grillowanego mięsa i ryb zależy od jakości produktu, właściwego sprzętu, odpowiedniej techniki przygotowania i doboru przypraw. Grillować można każdy rodzaj mięsa - wybór zależy od upodobań smakowych.

Czas pieczenia różni się w zależności od wybranego rodzaju i wielkości mięsa i ryb, przed wrzuceniem na ruszt kawałki powinny osiągnąć temperaturę otoczenia.

Na grilla nadają się ryby morskie i słodkowodne. Dobrym wyborem jest łosoś, pstrąg, dorsz, halibut, tuńczyk i dorada - najlepiej świeże, surowe. Duże ryby można grillować w formie steków, mniejsze w całości w folii aluminiowej lub w specjalnym koszyczku.

NIEDŁUGO MAJÓWKA. ZATEM JUŻ CZAS NA... GRILLA!

**Mięso, ryby, kielbasa, a może warzywa?
Pomysłów na grilla jest mnóstwo**

Mięso i ryby warto serwować w towarzystwie grillowanych warzyw. Najlepiej sprawdzą się cukinia, bakłażan, papryka, ziemniaki, pieczarki, kukurydza, marchewki i cebula, ale można też próbować na przykład szparagów. Warzywa należy umyć i pokroić w słupki lub talarki, a następnie umieścić na specjalnej tacce lub w folii aluminiowej i grillować od 4 do 10 minut w zależności od produktu. Poza kukurydzą większość warzyw nie nadaje się do grillowania w całości. Warzywa z rusztu można podawać w formie sałatki lub oddzielnie, doskonale komponują się z sosami na bazie jogurtu, z dodatkiem ziół lub ulubionych przypraw.

**KARKÓWKA
Z GRILLA**

Składniki: 1 kg karkówki, 2 białe cebule
Marynata: 2 łyżki miodu, 2 łyżki octu winnego, 2 ząbki czosnku, 1 łyżka startego imbiru, 1 łyżka posiekanej chili, 1 łyżeczka słodkiej papryki mielonej, 1 łyżeczka gorczycy, 3 łyżki oliwy z oliwek, sól, pieprz

Mięso myjemy, osuszamy, oczyszczamy i kroimy na plastry o grubości około 1,5 cm. Czosnek obieramy, drobno siekamy i rozcieramy nożem, aby uwolnić aromat. Wszystkie składniki marynaty mieszamy do uzyskania jednolitej konsystencji. Mięso umieszczamy w hermetycznym pojemniku na żywność i obtaczamy dokładnie w marynacie. Cebule kroimy w piórka i mieszamy z mięsem i marynatą. Pudełko zamykamy wieczkiem i zostawiamy w lodówce na kilka godzin.

Rozpalamy grill i smarujemy ruszt niewielką ilością oliwy, aby mięso się nie przypalało. Grillujemy po kilka minut z każdej strony.

**ŁOSOŚ
Z GRILLA**

Składniki: 3 filety z łososa, sok z 1/2 cytryny, 3 łyżki miękkiego masła, 2 łyżeczki posiekanego koperku, 2 łyżeczki posiekanych listków mięty, 2 ząbki czosnku, sól, pieprz

Łososa delikatnie oczyścić i osuszyć. Skropić go sokiem z cytryny, oprószyć solą

i pieprzem. Kłaść na rozgrzanym ruszcie i grillować z obu stron po kilka minut. W międzyczasie do miękkiego masła dodać obrany czosnek przeciśnięty przez praskę, posiekany koperek i listki mięty. Całość dokładnie utrzeć.

Gotowy filet ułożyć na talerzach i polać go czosnkowym masłem.

**KIEŁBASKI
Z GRILLA**

Składniki: kielbasa na grilla, 1 szklanka piwa, 4 ząbki czosnku, przyprawy: słodka i ostra papryka w proszku, granulowany czosnek, kolorowy pieprz, sól, majeranek, zioła prowansalskie

Do piwa dodać przeciśnięty przez praskę czosnek i pozostałe przyprawy, dobrze wymieszać. Kielbaski dowolnie ponacinać i ułożyć w misce nacięciem do góry. Wolnym strumieniem polać kielbaski piwem z przyprawami i odstawić na około godzinę. Kielbaski do grillowania układać na tackach albo na ruszcie. Polać pozostałym w naczyniu po kielbaskach piwem z przyprawami.

**SKRZYDEŁKA
Z GRILLA**

Składniki: 1 kg skrzydełek kurczaka, 2 łyżki cukru trzcinowego, 3 łyżki oleju, 3 łyżki ketchupu, 2 łyżki przyprawy do kurczaka, 1 ząbek czosnku, chili, 1 łyżeczka soli

Skrzydełka myjemy i osuszamy. Przygotowujemy marynatę: olej mieszamy z ketchupem oraz przeciśniętym przez praskę czosnkiem i przyprawami. Do marynaty wkładamy skrzydełka i dokładnie je w niej obtaczamy. Zostawiamy do zamarynowania na 2 godziny.

Po tym czasie skrzydełka układamy na tacce i umieszczamy na kratce grilla. Grillujemy z obu stron, przekładając co jakiś czas skrzydełka.



Szaszłyki to prosty i smaczny sposób na próbowanie przeróżnych połączeń mięs, ryb, owoców morza, warzyw i owoców

Danie to najczęściej składa się z drobiu, karkówki lub ryby nabitej na szpikulec w towarzystwie dodatków. Najczęściej to kolorowe papryki, pieczarki, cebula, pomidorki koktajlowe, oliwki i plasterki boczku. Jeżeli jednak chcemy poczuć się jak prawdziwi mistrzowie grillowania, warto wypróbować przepis na grillowane szaszłyki z krewetkami, warzywami i ananasem.

Składniki: 20 krewetek surowych, oczyszczonych i obranych, 1/2 ananasa, 1 cebula czerwona, 2 szalotki, 1 papryka czerwona, 1 papryka zielona, 1 papryka żółta, kilka łyżek oleju, 100 ml sosu sojowego, 1/2 łyżeczki chili, sól, pieprz

Krewetki dokładnie myjemy i suszymy, obieramy cebulę. Papryki, ananasa i cebule kroimy

w mniejsze kawałki, przekładamy do miski razem z krewetkami. Mieszymy z olejem, sosem sojowym i chili. Doprawiamy solą i pieprzem, dokładnie nacieramy i odstawiamy do lodówki do zamarynowania na godzinę. Składniki nadziewamy na metalowe szaszłyki w dowolnej kolejności i grillujemy kilka minut z każdej strony (na grillu, na patelni grillowej lub w piekarniku).



Zarumieniona kielbaska, grillowane skrzydełka czy soczysta karkówka – te smakołyki z pewnością ucieszą niejedno podniebienie. Warto jednak pamiętać o warzywach, które urozmaicą nasz posiłek. I dodadzą mu odpowiedniej porcji witamin.

Grillowany ser halloumi z brzoskwiniami i korniszonami

Składniki: 1 kostka sera halloumi, 2 brzoskwinie, 2 garście rukoli, 4 ogórki korniszony, 1 łyżka oliwy, 1 łyżeczka soku z cytryny, odrobina syropu klonowego, sos chrzanowy: 2 łyżki gęstego jogurtu naturalnego, 1 łyżeczka chrzanu, szczypta soli i białego pieprzu

Ser i brzoskwinie przekroić wzdłuż na pół i zgrilować. Oliwę wymieszać z syropem klonowym i sokiem z cytryny. Na talerzu wyłożyć porcję rukoli, skropić winegretem i wymieszać. Położyć brzoskwinie, halloumi, dodać pokrojone w plastry korniszony. Jogurt wymieszać z chrzanem, doprawić i połączyć ser.

Grillowany camembert z żurawiną

Składniki: 3 sery camembert, 3 łyżki oliwy z oliwek, 1 łyżeczka tymianku, 1 łyżeczka słodkiej papryki, pieprz czarny, 2-3 łyżki żurawiny

Tymianek, słodką paprykę i pieprz mieszać z oliwą. Ser wkładamy do marynaty na co najmniej 30 minut. Zamarynowany ser kładziemy na ruszcie lub patelni grillowej. Grillujemy do momentu, aż się przyrumieni. Obracamy i tak samo pieczemy z drugiej strony. Podajemy z żurawiną.

Grillowany bakłażan z mozzarellą, korniszonami i granatem

Składniki: 1 duży bakłażan, 4 ogórki korniszony, 60 g startej mozzarelli, 4 łyżki oliwy, 1/2 łyżeczki wędzonej papryki, 1/2 łyżeczki suszonego czosnku, szczypta soli, granat

Bakłażana przekroić wzdłuż na pół, naciąć. Z oliwy, papryki, czosnku i soli przygotować marynatę i natrzeć bakłażana, ułożyć mięszem do dołu. Grillować przez około 10 minut, a następnie odwrócić, posypać tartą mozzarellą i grillować 5 minut. Podawać ciepłe z pokrojonymi w krążki korniszonami oraz pestkami granatu.

Grillowana cukinia

Składniki: 1 duża cukinia, 2 ząbki czosnku, 1/4 szklanki oliwy z oliwek, sól morską i świeżo zmielony czarny pieprz

Zmiksować blenderem czosnek z oliwą, solą oraz pieprzem na jednolitą masę. Cukinię przeciąć na 4 części i całą podziurkować widelcem. Wysmarować dokładnie marynatą i odstawić na 30 minut. Rozgrzać grill, ułożyć cukinię wraz z marynatą na ruszcie i grillować przez około 10 minut z każdej strony, aż cukinia będzie lekko brązowa, miękka, ale i dość jędrna.

Pstrąg z grilla

Składniki: świeży pstrąg w całości, cytryna, świeży koper, sól, pieprz, czosnek, masło, oliwa

Pstruga solimy z każdej strony oraz w środku, przygotowujemy pieprzem. Rybę nadziewamy cytryną, czosnkiem i koprem. Układamy na aluminiowej tacke. Do środka ryby dokładamy masło. Oliwą smarujemy także skórę ryby, dzięki czemu będzie ona jeszcze bardziej chrupiąca. Przygotowujemy papier do pieczenia. Papier smarujemy wewnątrz oliwą. Na środku układamy pstruga i zawijamy. Grilla nagrzewamy na najwyższą temperaturę, na ruszcie układamy zawiniętą w papier do pieczenia rybę. Jeżeli grillujesz rybę na grillu węglowym, pamiętaj, aby grillować je metodą pośrednią, czyli nie bezpośrednio nad rusztem. Rybę grillujemy 15 minut, w tym czasie kilka razy przekładamy ją z jednej strony na drugą.

Grillowane pieczarki

Składniki: 400 g pieczarek, 1 łyżeczka soli czosnkowej, 150 g masła, 2 łyżeczki suszonej natki pietruszki, szczypta pieprzu

Drewniane patyczki do szaszłyków moczymy w zimnej wodzie przez mniej więcej 30 minut. Pieczarki oczyszczamy i osuszamy. Obcinamy zbyt długie nożyki. Nabijamy na patyczki do szaszłyków. W rondelku rozpuszczamy masło, dodajemy sól czosnkową oraz natkę pietruszki. Przyprawiamy do smaku pieprzem. Za pomocą pędzelka smarujemy pieczarki rozpuszczonym masłem z przyprawami. Szaszłyki z pieczarek układamy na rozgrzanym ruszcie lub patelni grillowej. Grillujemy ze wszystkich stron, aż pieczarki się przyrumienią.

Grillowane boczniki

Składniki: 300-400 g boczników, 4 łyżki oliwy, 1 łyżeczka soku z cytryny, sól, pieprz, kilka gałązek świeżego tymianku, 3 ząbki czosnku

Z podanych składników przygotować marynatę i obtoczyć w niej grzyby. Zamarynowane odstawić na kwadrans. Rozgrzać patelnię grillową lub grill i układać grzyby. Smażyć po kilka minut do zbązowienia z obydwu stron. Stosować umiarkowaną temperaturę, by nie przypalić drobinek czosnku. Przy pomocy pędzla smarować blaszki grzybów marynatą pozostałą na dnie naczynia.

Jan Frycz

lubi w aktorstwie nieprzewidywalność

Od zawsze podobał się kobietom. Nic dziwnego, że udało mu się dopiero trzecie małżeństwo. Dziś sam dziwi się sobie, że najbardziej ceni czas spędzony z rodziną.

Gwiazdy
Paweł Gzyl
p.gzyl@gk.pl

Mozna powiedzieć, że jest aktorem-kameleonem. Z powodzeniem grywa w ambitnych sztukach teatralnych, ale możemy go również obejrzeć w kinie i w telewizji. Do tego tworzy bardzo różnorodne role. Nie tak dawno był przerażającym gangsterem w „Ślepnąc od świateł”, a dopiero co oglądaliśmy go jako wiarołomnego męża w serialu poświęconym Agnieszce Osieckiej. I chyba właśnie ta zmienność najbardziej pociąga aktora w wykonywanej profesji.

- Ktoś powiedział: „Jesteś takim trenerem, jak twój ostatni mecz”. Myślę, że w moim zawodzie jest podobnie. Zawsze są wątpliwości. Zaczynając pracę nad kolejnym spektaklem, filmem czy serialem, budujemy wszystko od początku. Za każdym razem - nowy świat i ludzie, inni partnerzy, nowe sytuacje, miejsca. I ta nieprzewidywalność w zawodzie aktora jest wspaniała - podkreśla w Interii.

Niewiele wiadomo o jego dzieciństwie. Choć ojciec miał stabilną pracę inżyniera górnictwa, był humanistą i wielkim wielbiciele literatury. Nic dziwnego, że małego Janka od dziecka ciągnęło w te rejony. W podstawówce dał się poznać z udanych rysunków. Wykorzystywał jednak swój talent praktycznie: rysował akty i sprzedawał je kolegom.

Ojciec zabierał go często do teatru, stąd szybko zafascynował się sceną. Oglądając inscenizacje polskiej klasyki w krakowskim Starym Teatrze, sam zapragnął zostać aktorem. Ojciec był jednak z tego niezadowolony. Uważał, że syn powinien zdobyć praktyczny zawód, a miłość do dramatu zostawić w sferze hobby. Tak się jednak nie stało.

- Pomyślałem: To co? Mam tak jak ojciec wstawać o czwartej, wracać zmęczony



- Kiedyś śmiałem się, gdy ktoś mówił, że najcenniejszy dla niego jest czas spędzony z rodziną. A teraz widzę, że to właśnie ma sens.

o piątej, zupa, telewizor i może jakaś miłość? I to ma być całe moje życie? Mimo że ojciec tego nie pochwalał, złożyłem papiery - wspomina w Plejadzie.

Świetnie się odnalazł w krakowskiej szkole teatralnej. Profesorowie szybko zorientowali się, że ma wielki talent. Dlatego już na trzecim roku dostał pierwszą propozycję występu w teatrze.

- Wychowałem się przede wszystkim w Teatrze Starym w Krakowie. Do szkoły teatral-

nej zdawałem właśnie po to, by występować na scenie. Takie były plany, ale pod koniec lat 70. wszystko się zmieniło, świat się zmienił. Pojawiało się coraz więcej produkcji filmowych, za nimi szły propozycje. Trzeba się było do tego przyzwyczaić. Ale nie zostawiłem teatru - podkreśla w „Dzienniku”.

Tuż po skończeniu studiów wyjechał do Warszawy. Zaprosił go tam sam Adam Hanuszkiewicz. Młody aktor do-

piero się rozkręcał. Jak sam o sobie mówi, był „ładnym chłopcem z... grubym głosem”. „Musisz trochę poczęść, swoje przeżyć, trochę dopić, by to wszystko zestroiło się w jedną całość” - uspokajał go jego mentor. Na nieszczęście Frycza, początki jego kariery przypadły na stan wojenny.

- W kawiarni hotelu Forum dosiadł się do mnie znany powszechnie w branży filmowej ubek z propozycją nie

do odrzucenia. Mówię mu, że nie, nie będę grał w filmie o tym, jak rodziła się przyjaźń polsko-radziecka. A on na to: „No wie pan, możemy tak załatwić, że pan już w żadnym filmie nie zagra”. Zamknęły się wrota kariery. Przez trzy lata po kościołach mówiło się wiersze - opowiada w „Playboyu”.

Na dużym ekranie tak naprawdę zaczęliśmy go oglądać dopiero po 1989 roku. Najpierw dał się poznać w rolach skomplikowanych wrażliwców w filmach Mariusza Trelińskiego - „Egoiści” i „Pożegnanie jesieni”. Z kolei u Jerzego Antczaka w „Damie Kameliowej” zagrał ujmującego amanta. Nagrody przyniosły mu występy w „Pornografii” Jana Jakuba Kolskiego i „Pręgach” Magdaleny Piekorz. Sam z największą atencją wspomina współpracę z Andrzejem Barańskim przy „Dwu księżycach”.

Nie ukrywa, że często przyjmuje propozycje tylko dla pieniędzy. Czasem to źle się jednak kończy. Tak stało się w przypadku „Wyjazdu integracyjnego”, za rolę w którym dostał Węża za „występ poniżej godności”.

- Jestem członkiem zespołu Teatru Narodowego i żeby pozwolić sobie na kilka miesięcy pracy w teatrze z Jerzym Jarockim, muszę mieć oszczędności, bo sama pensja w mojej sytuacji nie wystarczy na życie. Wtedy trzeba podejmować trudne decyzje - tłumaczy w Interii.

Od młodych lat cieszył się powodzeniem wśród płci przeciwnej. Sam też był kochliwy. Dlatego już na drugim roku studiów ożenił się z koleżanką z uczelni - Grażyną Laszczyk. „Zdarzyło się” - podsumował potem. Nic dziwnego, że małżeństwo nie przetrwało długo. Owocem tego związku jest Grażyna Frycz, która poszła w ślady rodziców. Dziś jest związana z poznańskim Teatrem Nowym, ale występuje też w teatlenowelach, choćby w „Na Wspólnej” czy „M jak miłość”.

Druga żona Agata dała mu aż pięcioro dzieci. Frycz

nie był jednak ani dobrym mężem, ani dobrym ojcem. Poświęcił się karierze i kursował nieustannie między Krakowem i Warszawą. W końcu zostawił małżonkę z małymi dziećmi dla innej kobiety. Mało tego - procesował się z żoną i Agata musiała udowodniać w sądzie, że jest w stanie sama wychować piątkę pociech.

- Trudno powiedzieć dłaczego. Dziś myślę już o tym spokojnie. W obu przypadkach rozwód był bez orzeczenia o winie, jednak zawsze to życiowa porażka. Po prostu nie dobraliśmy się. Byliśmy niedojrzali, obowiązkami nas przerosły - tłumaczy w „Twoim Stylu”.

Dzieci aktora od małego grywały w krakowskich teatrach. Sam do tego nie przykładał ręki - wielokrotnie powtarza w wywiadach, że aktorstwo to niewdzięczny zawód. Dlatego nie chciał, aby potomstwo poszło w jego ślady. Plotka głosi, że kiedy córka Olga zdawała do krakowskiej szkoły teatralnej, poprosił koleżankę po fachu, aby ją oblała. Dziewczyna dowiedziała się o tym i długo miała do niego żal. Postawiła jednak na swoim i dziś jest też aktorką jak ojciec.

- Nie wiem, czy jest ze mnie zadowolony, bo nie chwali. Śmieszne, gdy ktoś czasem mówi, że tata załatwia mi role. On nie jest typem ojca zakochanego w córce, który robi wszystko, by ułatwić jej życie. Nie przeżywa moich premier, ogląda film po jakimś czasie - mówiła Olga w Wirtualnej Polsce.

Dopiero trzecie małżeństwo uspokoiło Frycza. Być może dlatego, że żona Małgorzata, która została jego menedżerką, jest ponoć obdarzana anielską cierpliwością. To dzięki niej odbudował ostatecznie dobre relacje z dziećmi.

- Kiedyś śmiałem się, gdy ktoś mówił, że najcenniejszy dla niego jest czas spędzony z rodziną. A teraz widzę, że to właśnie ma sens - podsumowuje. ©

JAN FRYCZ

Polski aktor teatralny, filmowy i telewizyjny. Urodził się w 1954 roku w Krakowie. Ukończył Akademię Sztuk Teatralnych w Krakowie. W 1978 roku zadebiutował w Teatrze im. Juliusza Słowackiego w Krakowie. Potem był związany z warszawskimi scenami - Teatrem Narodowym i Teatrem Polskim. Od 1984 do 1989 roku grał w Teatrze im. Juliusza Słowackiego w Krakowie, a od 1989 do 2006 roku w Starym Teatrze w Krakowie. Od 2006 roku jest na etacie w Teatrze Narodowym w Warszawie. Ma w swoim repertuarze wiele ról z polskiej i rosyjskiej klasyki, współpracował z wieloma znakomitymi reżyserami, szczególnie ceni sobie Krystiana Lupe i Jerzego Jarockiego. W kinie grywa role pierwszo- i drugoplanowe, a nawet epizody. Największą popularność przyniósł mu występ w komedii „Nigdy w życiu!”. Niebawem zobaczymy go jako prymasa Wyszyńskiego w filmie „Gierek”. Nie unika telewizyjnych seriali. Był trzykrotnie żonaty, ma szóstkę dzieci.



FOT. GRZEGORZ JANUBOWSKI

FOT. PAWEŁ TYMIŃSKI

Depresja to kwestia czasu. Jest z nami coraz gorzej

Bezrobocie, niespłacone raty kredytu, pracołizm, niepewność i strach o jutro wpędzają coraz więcej osób w depresję. Smutki zakrapiamy alkoholem i używkami, co wpędza nas w jeszcze gorszy stan.

Relacje społeczne

Joanna Rubin
redakcja@glos.com

Dane odnośnie stanu zdrowia psychicznego współczesnych ludzi z roku na rok pogarszają się. Według Światowej Organizacji Zdrowia na depresję cierpi aż 1,5 mln Polaków, na świecie chorych jest 320 mln osób. Depresja jest w czołówce wśród najczęstszych chorób na świecie, a według prognoz do 2030 roku - będzie na pierwszym miejscu.

Według raportu NFZ w 2019 roku, przed pandemią, leki przeciwdepresyjne wykupiło aż 3,5 mln Polaków. Poprzedni, szczególnie trudny, rok pokazał nam co to znaczy być testowanym. Wielu zabrał życie, zdrowie psychiczne i fizyczne. Poczuliśmy jak krucha jest przyszłość. COVID-19 uwypuklił wady instytucji odpowiedzialnych za bezpieczeństwo i stabilność państw. Jedną z psycholeżek na podstawie rozmów z pacjentami, tłumaczy, że ludzie bardzo często boją się nie tyle koronawirusa, a lockdownu, który oznacza dla nich, że być może stracą pracę. Często dzielą nas od bezdomności dwie, może trzy raty kredytu hipotecznego.

Bez domu

Początki Fundacji Pomocy Wzajemnej „Barka” sięgają 1989 roku, kiedy małżeństwo psychologów Barbara i Tomasz Sadowscy w odpowiedzi na rosnące problemy społeczne okresu transformacji zapragnęli stworzyć środowisko, w którym „zapomniani oraz niechciani” członkowie społeczeństwa polskiego mieliby szansę rozwoju osobistego, czuliby się jak w domu, jak u siebie. Zamieszkali więc wraz z córkami i z grupą 25 osób osamotnionych, bezdomnych, bezrobotnych, niepełnosprawnych, po zakładach karnych, a często również uzależnionych w domu we Władysławowie, 70 km od Poznania. Według Sadowskich musi być miejsce w społeczeństwie na słab-

szych, na wspólnotę, na przedsiębiorczość solidarną. Inaczej czekają nas poważne konsekwencje w postaci: frustracji, wykluczenia, agresji, nacjonalizmów, terroryzmów.

Fundacja Pomocy Wzajemnej „Barka” solidaryzuje się z tymi, którym w życiu się nie powiedziało, którzy są bezdomni, bezrobotni, uzależnieni od alkoholu, narkotyków, seksu, hazardu, wszystkiego właściwie. Podają rękę tym, których spotykały życiowe dramaty.

Jakie są to historie?

„Jak opowiada o sobie, to zaczyna od tego, że jego tato pił. I gdy mama zdecydowała, że zostawi tego ojca, to zrobiła podział „majątku” w taki sposób, że go zostawiła z tatą, a wzięła ze sobą brata. I ta decyzja spowodowała, że u Tomka wszystko zaczęło skrecać. Tata chlał, więc on musiał kombinować jak załatwić coś do jedzenia, czyli kradł. No to wdał się w gangi, a potem zaczęli go zamykać w poprawczakach, z których uciekał. Prawie trafił do więzienia”.

„Odpowiedzieli na ogłoszenie pełne obietnic. Doje-

chali do Victoria Station w Londynie, ktoś ich poprosił o dokumenty i kasę dla pośrednika. Oddają wszystko i zostają oszukani, nie mają jak wrócić, jak podjąć pracę, jak się odkuć. Zaczynają koczować na ulicy. Bywamy naiwni. Ludzie czasami czekają na to swoje eldorado, na lepszą rzeczywistość, chcą się dorobić”.

„Wychował się w rodzinie, w której ojciec tłukł matkę za byle co, to przypalone, tamto za słodkie, tu się nie tak odezwiała, tam dzieci płaczą. I dla niego to było jasne, że bije się żonę. Musiał się uczyć, jako dorosły człowiek, że to nie ten model. A zanim się zaczął uczyć, to za rozboje, kradzieże, trafił jako 17-nastolatek na ponad 20 lat do więzienia. Miał dużo na swoim koncie, a i tak dorobił się w więzieniu dodatkowo 1,5 roku za pobicie, nie wypuścili go ani jednego dnia wcześniej. To Andrzej stał za najgłośniejszymi buntami w polskich więzieniach w latach 70-tych, 80-tych i 90-tych”.

Oni czyli my

Biorąc pod uwagę historie podopiecznych Barki i przy-

taczane dane o depresji można się zastanowić w jakim miejscu, jako społeczeństwo jesteśmy dziś, w 2021 roku, po 32 latach od początków działalności Barki, ale też w ramach procesu polskiej transformacji gospodarczej i społecznej? Uzależnienie od alkoholu, bycie w kryzysie bezdomności są tu punktami wyjścia do rozmów o aktualnych metajawiskach: rozwarstwieniu społecznym, starzejącym się społeczeństwie, samotności, konsumpcjonizmu, problemach zdrowia psychicznego, biedzie, niepełnosprawności intelektualnej, wykluczeniach technologicznych.

Barka jest miejscem kuźni zanikających dziś szerokich perspektyw myślenia, umiejętności społecznych, w którym ważną rolę stanowi wiedza, ale i empatia oraz pokora. Że istnieje coś większego i ważniejszego niż konsumpcjonizm, efektywność i optymalizacja. Ta kuźnia jest ważna w świecie, który Olga Tokarczuk, noblistka, nazywa rzeczywistością wielogłosowych narracji pierwszoosobowych. „Ja” jest w centrum świata, w którym powszechnie dominuje kult

samowystarczalności, sukcesu. W świecie, gdzie tańczymy jak nam zagrają algorytmy w mediach społecznościowych. Dokąd skręca ta droga?

Justyna Kopińska, dziennikarka, napisała, że wielu ludzi unika przygnębienia i niepokoju, kompensując je alkoholem, seksualnymi doznaniem czy jak największą ilością obowiązków. Niektórzy tak przyzwyczajają się do rutyny dnia i jego bodźców, że nigdy nie skonfrontują się z głębszymi uczuciami. Tkwią w stanie nazywanym przez filozofów „uśmiechniętą depresją”, przekonując otoczenie, że doskonale odnajdują się w otaczającym świecie.

Czym tak naprawdę różnimy się od pierwszej z brzegu historii z „Barki”? Psychologowie od 50 lat ostrzegali przed niebezpieczeństwami nadmiarowej rzeczywistości. Obecne zmiany pociągają za sobą dużo poważniejsze konsekwencje. Zagrożenia, przed którymi nas ostrzegano - nadmiar stymulacji, wypieranie tego, co nieprzyjemne - z roku na rok są coraz potężniejsze. Według danych policji o 40 proc. zwiększyła

się liczba prób samobójczych podejmowanych w Polsce między 2013 a 2020 rokiem. 12 013 osób podjęło próby samobójcze w 2020 r., podczas gdy w 2013 r. - 8 575 osób.

Widzę cię

Działalność Fundacji Pomocy Wzajemnej „Barka”, to również przypomnienie ważnego cytatu z filmu „Avatar” Jamesa Camerona: „Widzę cię”. Zbudowali system w oparciu o przekonanie, że nie ma ludzi bezpowrotnie straconych. Dlaczego to takie ważne? Bo tworzymy wielomilionową społeczność, która na podstawie swojego doświadczenia i zdobytej wiedzy podejmuje wybory ekonomiczne, społeczne i polityczne. W ten sposób każdy na każdego ma wpływ. Przykład? Wielka Brytania ponosi dodatkowe koszty w wysokości 2,5 mln GBP rocznie w związku z nakładami na leczenie ubocznych skutków zaburzeń związanych ze zdrowiem psychicznym. Z kolei w Stanach Zjednoczonych rząd przeznacza na to dodatkowe 7 mld USD. Z pięniędzy podatników. Nie może być tak, że każdy dla każdego jest nikim. ©



Według Światowej Organizacji Zdrowia na depresję cierpi aż 1,5 mln Polaków. W pandemii coraz więcej osób zauważa u siebie stany depresyjne

Zwierzęta

Grażyna Antoniewicz

grazyna.antoniewicz@polskapress.pl

Dy skretna, najczęściej nieruchoma. Jej zachowanie zapewne nie zmieniło się od czasu, gdy kręgowce zaczęły zajmować środowiska lądowe. Już w starożytności kojarzyły się z małymi wodnymi smokami, stąd jeszcze inna, rzadko dziś w polszczyźnie używana ich nazwa - trytony, jakże podobna do łacińskich *Lissotriton* i *Triturus*.

Spośród wszystkich naszych płazów cztery gatunki traszek (zwyczajna, karpacka, górską i grzebieniastą) zasługują na szczególną uwagę. Dlaczego? Po pierwsze są jedynymi, oprócz salamandry plamistej, rodzimymi płazami ogoniastymi, po drugie wszystkie są zagrożone wyginięciem.

Gdzie ich szukać?

- Traszki zwyczajne, choć miejscami jeszcze pospolite, są trudne do wypatrzenia w terenie i przez to niemal nieznane - mówi Sebastian Nowakowski z Parku Krajobrazowego „Mierzeja Wiśłana”. - Wczesną wiosną widzimy traszki zmierzające do zbiorników wodnych na czas godów. Idealny czas na ich obserwację jest więc teraz, jeśli więc mamy w pobliżu niewielki zbiornik wodny, warto wypatrywać tych sympatycznych płazów.

Z wyglądu przypominają trochę jaszczurki i dlatego widząc traszkę wychodzącą do wody lub w niej pływającą, można być naprawdę zdziwionym. Tymczasem traszki żyją w dwóch środowiskach - wodnym (świetnie pływają) i lądowym (większość życia). Ponieważ jednak na lądzie czują się niepewnie, w dzień prowadzą skryty tryb życia. Aktywne są o zmierzchu i nocą oraz w dni deszczowe, kiedy polują. Aby przetrwać słoneczny dzień, szukają wilgotnych kryjówek - pod kamieniami, zwalonymi drzewami, płytami chodnikowymi, w podziemnych norkach małych zwierząt, szczelinach skalnych, a nawet w piwnicach. Dlatego, choć np. w Trójmieście znamy liczne ich stanowiska, niewielu widziało traszki na własne oczy.

Traszka zwyczajna zasiedla różne typy lasów, łąki, mokradła. Jest także na terenach rolniczych i w środowisku miejskim, także w parkach.

Urodziwy samiec

W okresie godowym różnica między samcem a samicą jest bardzo wyraźna. Samiec, inaczej niż u innych naszych traszek, jest dłuższy od samicy (on osiąga 11, ona 10 cm, oboje ważą do 5 g). Ma smukłe ciało



Mały wodny smok, prawie jak z bajki

Dzieciom traszka zwyczajna może kojarzyć się ze smokiem. Samiec ma nawet grzebień, ciągnący się od głowy do ogona

z niewielką głową, grzbiet szary lub ciemnobrunatny, pokryty nieregularnymi plamkami. Przez środek brzucha biegnie jasnopomarańczowy pas, po bokach którego znajdują się pasy szarożółte. Na spodniej stronie ciała ma ciemne plamy.

Główny jednak element szaty godowej samca stanowi grzebień o wysokości ok. 1 cm, ciągnący się nieprzerwanie od głowy do ogona i pokryty ciemnymi i błękitnymi plamkami. Samica nie jest aż tak bogato przyozdobiona, jej grzebień jest niepozorny, a na dodatek powierzchnia jej skóry ma chropowatą strukturę (u samca brak jakiegokolwiek brodawek). Na jasnobrązowym grzbiecie nie ma ciemnych plam.

Kanibalizm i hibernacja

Traszki są zwierzętami drapieżnymi, polują zarówno w wodzie, jak i na lądzie. Zjadają wszystko co uda im się schwytać, ich ofiarami są owady i larwy, ślimaki, skorupiaki, a także jaja i larwy innych płazów, w tym własnego gatunku. Pochłaniają również

larwy komarów, które żyją tuż nad powierzchnią wody, stąd ich ogromna rola w sąsiedztwie osiedli ludzkich.

Wszystkie nasze traszki zimą spędzają na lądzie, w wodzie tylko wyjątkowo. Późną jesienią szukają kryjówek w wykrotach, spróchniałych pniach, jamkach, kupkach butwiejących liści czy stertach kamieni i tam zapadają w stan hibernacji. Zimują gromadnie.

- Hibernacja u naszych traszek trwa od października do marca - dodaje biolog. - Jej długość zależy od temperatur, dlatego u traszek żyjących na dalekiej północy hibernacja może trwać znacznie dłużej, niemal 10 miesięcy, a na południowych skrajach

zasięgu ich występowania nie dochodzi do niej wcale.

Zalotne machanie ogonem

Po przebudzeniu, na przełomie marca i kwietnia (ale czasem już w końcu lutego albo dopiero w maju) traszki zwyczajne wyruszają na gody i jest to jedyny moment, gdy są aktywne całą dobę. Traszka zwyczajna odbywa gody w wodzie o bardzo niskiej temperaturze, często nie przekraczającej 4 stopni C.

W przeciwieństwie do żab traszki mają skomplikowane zwyczaje godowe. Gdy już odnajdą odpowiednie miejsce, nadchodzi czas, aby amant udowodnił samicy, że to właśnie z nim warto wejść w związek miłosny. Zaczyna się popis - najpierw on patrzy jej prosto w oczy, po czym zaczyna wykonywać ruchy ogonem. Raz w lewo, raz w prawo, a czasami potrząsa samą końcówką. Idzie do przodu, cofa się, wygina ogon i znowu potrząsa jego końcówką, tym razem skierowaną w stronę zainteresowanej samicy: „Chodź ze mną. Zobacz jaki mam super ogon”.

Wreszcie odskakuje - raz na lewo, raz na prawo, kręci się wokół własnej osi, po czym zwałnia, delikatnie podchodzi do wybranki i ponownie zgina ogon, potrząsając nim.

Po tym rozbudowanym rytuale wstępnym staje tyłem do samicy unosi ogon i wydala zlepiony pakiet plemników, zwany spermatoforem. Następnie samica podchodzi do plemników i za pomocą warg kloaki wciąga je do zbiornika nasiennego.

Wkrótce potem przy pomocy węchu wybiera właściwe rośliny, ustawia się prawie pionowo i przednimi kończynami chwytając wybrany liść, tak aby dotknął jej kloaki i składa jaja. Nieruchomieje do czasu, gdy galaretowata masa otaczająca jaja nie sklei brzegów liścia. Po każdej takiej operacji samica wynurza się, aby zaczerpnąć powietrza. Składanie jaj to spory wysiłek.

Żartoczne kijanki

Po 7-20 dniach (zależnie od temperatury wody) z jaj wylęgają się kijanki, które od-

dychają skrzelami. Tuż po wylęciu larwy korzystają z zapasu składników odżywczych w żółtku, szybko jednak zaczynają polować na organiczny żyłce wśród podwodnej roślinności i przejawiają ogromny apetyt.

Początkowo ich ofiarami stają się planktoniczne skorupiaki (oceliki, rozwielitki), widłonogi i małżoraczki. Później są to coraz większe organizmy bezkręgowce. Gdy kijanki osiągną długość ciała około 4 cm, zwykle dzieje się to w czerwcu - lipcu, przeobrażają się w dorosłą traszkę i w tym czasie nie pobierają pokarmu. Wyrastają im wówczas kończyny i płuca, a skrzelki zanikają. Po metamorfozie młode traszki wychodzą na ląd, przez jakiś czas przebywając w pobliżu wód.

Tak wiele zagrożeń

Traszka zwyczajna może żyć nawet 14 lat, jednak tak sędziwy wiek osiągają tylko nieliczne osobniki. Już jaja i kijanki są przysmakiem m.in. dla wodnych owadów oraz ryb i innych płazów. Na dorosłe polują też ptaki wodne.

- Na lądzie niemrawo poruszająca się traszka jest łatwą zdobyczą dla m.in.: tchórza, jeża, borsuka, kotów i psów, żmij i ptaków - opowiada biolog. - Ale nie jest ona całkiem bezbronna. Zaniepokojona przyjmuje charakterystyczną postawę, pokazując barwny brzuch, co często odstrasza napastnika. Dodatkowo natura wyposaża ją w gruczoły skórne wydzielające jad o ostrym smaku i nieprzyjemnym zapachu stęchlizny, silnie drażniący śluzówkę jamy ustnej agresora. To często wystarcza, by ten wypuścił ją z pyska żywą.

Obecnie największym zagrożeniem jest niestętność człowieka - dodaje Sebastian Nowakowski. - Pod pozorem „zagospodarowania terenu” likwiduje się, lub betonuje oczka wodne i niszczy ich roślinność, także na brzegach, nawet przy użyciu herbicydów. To pozbawia zbiornik wodny życia oraz naturalnych walorów krajobrazowych i możliwości korzystania z usług ekosystemowych, a w tak zmienionych warunkach wkrótce pojawiają się larwy np. komarów, które potem stają się plagą. Nie ma już jednak wtedy traszek, żab i ptaków, które ograniczałyby ich liczebność.

Warto więc, by projektanci i decydenci przestali traktować zbiorniki wodne w mieście tylko jako budowle hydrotechniczne, lecz jako elementy żywej przyrody. Zabójcze jest też dla traszek użycie środków ochrony roślin i wrzucanie do oczek wodnych różnych odpadów. ©©

KSIAZKI

Witamy w Ballyfrann

DEIRDRE SULLIVAN



Powieść fantasy dla młodzieży wydana przez IUVI. Bliźniaczki Madeline i Catlin przenoszą się do

Ballyfrann, położonego na górkach odludziu miasteczka cieszącego się złą sławą - od wielu pokoleń dochodzi tu do tajemniczych zaginięć dziewcząt. Zamieszkują w starym zamczysku. Catlin odnajduje w nowym miejscu miłość, Maddy zaś zaczyna odkrywać w sobie potężne moce, których istnienia wcześniej nie przeczuwała. Czekają ją wyprawa w głąb samej siebie, jeśli chce pomóc siostrze, której grozi, że to dziwne miasteczko skradnie jej coś znacznie cenniejszego niż serce. Czekają także wyprawa w przeszłość rodziny - a to niekoniecznie bywa przyjemne...

Fabula jest intrygująca, pełna mroku, nawet okrucieństwa. Są tajemnice i nastroje grozy. Sporo dowiemy się o... zielarstwie. Dobrze. Polecam. (MARA)

Wszystkie nasze tajemnice

JESS RYDER



Kryminał wydany przez wydawnictwo Burda Publishing Polska. Wydawca opisuje fabułę tak: „Nata-

sha niedawno wyszła za mąż. Ma wspaniały dom, kochającego męża i śliczną córeczkę Emily. Żyłoby długo i szczęśliwie, gdyby nie Jen, była żona jej męża, która nie chce zostać ich w spokoju. Pewnego dnia po powrocie do domu Natasha odkrywa, że jej mąż i córka zniknęli bez śladu. Zrozpaczona robi wszystko, aby odzyskać Emily. Jest gotowa nawet przystać na propozycję pomocy ze strony Jen.

Książkę się pochłania. Niby temat (zdrada małżeńska) oklepany, ale tutaj wcale nie nudzi, bo autorka sięga po niebanalne wątki. Rozdziały dzielą się na dwie grupy: Wtedy i Teraz, ułatwiając przemierzanie się w czasie, a historia jest opowiadana pierwszoosobowo z punktu widzenia kobiecych bohaterów. Polecam. (MARA)

We mgle

LISA GRAY



Tom pierwszy z cyklu „Jessica Shaw” wydawnictwa Burda Książki. Jessica to prywatna detek-

tywka, bezczelna i błyskotliwa. Dostaje anonim: na zdjęciu przedstawiającym porwaną 25 lat wcześniej trzylatkę rozpoznaje... samą siebie. Gdy w poszukiwaniu prawdy udaje się do mrocznej części Los Angeles, zaskoczona odkrywa, że w noc jej zniknięcia zamordowano jej biologiczną matkę. Zabójca nigdy nie został ujęty. Kluczem do rozwiązania zagadki jest Jason Pryce, weteran policji w Los Angeles, którego Jessica pamięta jeszcze z pogrzebu ojca. Gdy drogi policjanta i młodej detektywki się krzyżują, Jessica odkrywa, że Pryce nie mówi jej wszystkiego o burzliwej historii jej rodziców.

Niezły kryminał z bohaterką, którą polubicie. Narracja z punktu widzenia postaci. Polecam. (MARA)

Ukryte

LISA GRAY



Tom drugi z cyklu „Jessica Shaw”. Tym razem nasza bezczelna detektywka zamierza uratować

przed wykonaniem wyroku śmierci więźniarkę Rue Hunter, od 20 lat siedzącą w celi śmierci, skazaną za podwójne morderstwo. Jessica Shaw decyduje się zakłócić senną atmosferę pustynnego miasteczka i rozdrapać stare rany. Ale sprawa nie jest prosta: Rue nie pamięta, żeby zabiła ludzi, których kochała, przypomina sobie jednak krew i krzyki. A dowody świadczą przeciwko niej. Śledztwo prowadzi do miejscowego komisariatu policji i do nigdy niewyjaśnionego morderstwa policjanta badającego sprawę Rue, a Jessica ma 10 dni, by rozplątać sieć kłamstw, tajemnic i zaleźności.

Drugi tom nie zawodzi, bo autorka nieźle czytelnika za nos wodzi. Tak mi się zrymowało, a wam się będzie dobrze czytało. (MARA)

Spragnieni, by żyć

ANNA SZAFARŃSKA



Powieść wydało wydawnictwo Burda Książki. Z notki od wydawcy: „Nigdy nie jest za późno, by

walczyć o siebie. Przekroczenie progu dorosłości dla wielu z nas to czas wyborów i poszukiwania własnej drogi. Ale nie dla Alicji. Ona nie rozmawia z koleżankami o sukienkach na studniówkę. Nie stresuje się maturą. Nie czeka z utęsknieniem na studia. Po prostu stara się przetrwać. Nie może zawieść najbliższych. Wystarczy, że jej brat to zrobił... Od tamtej tragedii jej rodzina wciąż nie doszła do siebie. A przecież młodość jest po to, by doświadczać życia i pierwszych miłości! To ostatni dzwonek, by się zbuntować, przekroczyć granice i zawalczyć o marzenia. Nawet jeśli znów trzeba się zranić aż do krwi”.

Dużo emocji, trudne tematy, powieść dla żeńskiej młodzieży. (MARA)

Spragnieni, by kochać

ANNA SZAFARŃSKA



Wydawca zachęca do lektury tak: „Są bliźni, które zostają na całe życie. Jest strach, który skruwa niczym lód.

Są pragnienia gorące jak ogień. On - impulsywny, z sercem na dłoni, dla niej - gotowy na wszystko. Ona - tajemnicza, wycofana i niedostępna niczym Królowa Śniegu. Eryk wie jedno: ta dziewczyna jest wszystkim, czego pragnie. Zrobi co tylko w jego mocy, by skruszyć mur, za którym się chowa. Ale Ewelina, choć pod maską chłodu kryje gorące uczucia, nie wierzy, że ze swoją przeszłością może jeszcze zaznać szczęścia. Są takie rzeczy, których nie można wybaczyć. A ona ma zbyt wiele na sumieniu, by ktokolwiek mógł ją pokochać.

Młode czytelniczki nie raz się przy tej lekturze popłaczą. Znowu bardzo emocjonalna powieść, pełna wzruszeń, z boleśnie doświadczoną bohaterką. (MARA)

Lil i Put. Parada przypadków

PIOTR BEDNARCZYK, MACIEJ KUR



Piąty tom z serii „Lil i Put” wydawnictwa Egmont. Są to humorystyczne komiksowe opowieści fantasy dla

odbiorcy w każdym wieku. Piąty album zawiera zbiór opowieści, z których większość ukazała się w ciągu ostatnich kilku lat na łamach magazynu „Nowa Fantastyka”. Jest także sześć zupełnie nowych wcześniej niepublikowanych historii. Put przeżyje kryzys egzystencjalny, będzie zaczytywał się w książkach i odda się melomani. Lil postanowi ujeżdżać trolla i poszczycić się celnym strzałem z łuku! Obaj bohaterowie trafią też na wyspę skarbów, do raju oraz do aresztu. Scenariusz napisał Maciej Kur, absolwent warszawskiej ASP, współautor seriali animowanych i filmów dokumentalnych. Rysunki są dziełem innego absolwenta warszawskiej ASP - ilustratora, malarza i twórcy murali Piotra Bednarczka. Obaj są także autorami kontynuacji kultowej serii Janusza Christy „Kajko i Kokosz”. (MARA)

Mru Mru

KAISA HAPPONEN, ANNE VASKO



Małą Mru Mru martwi to, że nie jest jak inne niedźwiedzie... Nie jest głodna latem, kiedy wszystkie niedźwiedzie

dzie zajmują się głównie jedzeniem do syta, na zapas, i wcale nie chce jej się spać, gdy zapadają w sen zimowy... A możecie wierzyć, że leżenie w norze przez całą zimę jest naprawdę bardzo, bardzo, bardzo... nudne. Za to obserwowanie spadających z nieba płatków śniegu wydaje się fascynujące! Wydawca, Widnokrąg, poleca tę książkę dla dzieci tak: „Historia Mru Mru, która marzyła o tym, by zobaczyć zimę, pokazuje dzieciom, że warto słuchać głosu serca, a bycie innym nie musi być powodem do zmartwienia. Fińska literatura dla dzieci w najlepszym wydaniu. Książka wydana w ramach projektu „Bliskie-dalekie sąsiedztwo”.

Co spodoba się maluchom? Zabawna okładka i bogactwo ilustracji, za to niewiele tekstu. Sztynna okładka, gruby lakierowany papier, nie do zdarcia. (MARA)

Nic się nie dzieje

KATHRYN NICOLAI



Rozwinięcie tytułu poradnika wydanego przez Insignis brzmi: Przyjemne i relaksujące opowiadania, które

wyciszą twoje myśli i pozwolą ci zasnąć”. W popularnym podcaście „Nothing Much” Happens Kathryn odkrywa i kontemplanie słodkie chwile radości, szczęścia i relaksu. Przeglądanie się kwiatom bzu na opuszczonej farmie wiosną. Obserwowanie świetlików z tarasu w letni wieczór. Zwiedzanie pobliskiej wytwórni cydru jesienią. W książce znajdziecie wiele kojących opowiadań. Ubarwiają je piękne ilustracje Léi Le Pivert, pomysły na relaksujące rytuały i piękne medytacje, a także... przepisy na przepyszne co nieco. Wykorzystując swoje wioletołone doświadczenie nauczycielki jogi i medytacji, Kathryn kreuje świat bogaty w zmysłowe doznania, które złagodzą nadwzruszone nerwy i wyrobiją dobre nawyki wspomagające zdrowy i spokojny sen.

Znerwicowanym czytelnikom polecam. (MARA)

Bez ciebie to nie święta

BETH REEKLES



Powieść dla młodzieży wydawnictwa Insignis. Które opisuje ją tak: „Eloise ma obsesję na punkcie Bożego Na-

rodzenia: organizuje jasełka w szkole, przygotowuje prezenty. Zupełnie inaczej wygląda życie jej siostry bliźniaczki Cary: przygotowuje się do awansu i jest prawdopodobnie zbyt zajęta pracą, by przyjechać na Boże Narodzenie. Rzeczywiście planuje na ten wolny czas pracę, chce też jednak dowiedzieć się, jakie sekrety jej pozornie idealny chłopak może przed nią skrywać. Siostry bliźniaczki były kiedyś ze sobą blisko związane, ale odkąd Cara przeprowadziła się do Londynu, wszystko się zmieniło. Tylko że Eloise jeszcze się nie poddaje, a Cara, otrzymując kartkę świąteczną, nie może oprzeć się magii białych świąt Bożego Narodzenia”.

Jest też historia miłosna i dużo przyjemnej, odprężającej lektury. Dzięki niej możemy przypomnieć sobie najlepsze święta w naszym życiu. (MARA)

Książniczka

PRACA ZBIOROWA



Seria „Biblioteka bajek” wydawnictwa Egmont. Kolekcja osiemnastu królewskich opowiadań o odważ-

nych i dobrych książniczkach znanych z filmów Disneya. Występują w nich między innymi Bella, Mulan, Merida Waleczna, Ariel, Roszpunka czy Królowa Śnieżka. Wszystkie historyjki zawierają morał, co w bajkach jest wręcz konieczne. Dużo mówią o przyjaźni, zachęcają do życiowej odwagi i mierzenia się z przeciwnościami losu, a przy tym są pełne ciepłych emocji.

Jestem z tego pokolenia, które czytało od wczesnego dzieciństwa notorycznie, ale też pamiętającego czasy, kiedy to baśnie i bajki wydawały się jak broszurki na gazety, szaro-burym papierze. Teraz w księgarniach pięknie wydanych książek dla dzieci w każdym wieku nie brakuje i tylko o jednym marzę, żeby rodzice kupowali je i czytali swoim córkom i synom. „Książniczkę” więc gorąco polecam. (MARA)

Muminki. Wielki słownik obrazkowy polsko-angielski



Książeczkę wydało wydawnictwo Harperkids, a rysunki są autorstwa Tovego Jansona. Wszyscy ko-

chamy Muminki, a dzieci szczególnie, więc nauka angielskiego z ich pomocą skusi każdego malucha. W słowniku znajdziemy mnóstwo ciekawych rzeczy - począwszy od angielskich nazw postaci z Muminków, poprzez pory dnia i pory roku, po nazwy zwierząt czy kolory. Są także rozdziały „W domu” (nazwy sprzętów), „Codzienne obowiązki” i „Ruch” (nazwy czynności), „Przeciwieństwa” (popularne antonimy) czy „Części ciała”. Zawartość pozwoli dziecku na poznanie najważniejszego słownictwa dotyczącego jego, jego otoczenia i czynności wykonywanych codziennie. - Wielką zaletą słownika jest jego szata graficzna: zabawne, kolorowe ilustracje, duży format, lakierowana okładka i porządnym papier. Układ haseł jest przejrzysty. Gorąco polecam do nauki z rodzicami lub samodzielnej. (MARA)

Strach przed dodatkowymi kilogramami wręcz paraliżował, a brak treningu wpędzał w poczucie winy. W końcu zrozumiałam, że mam prawo odetchnąć od pogoni za ciałem idealnym.

Ewelina Lisowska, piosenkarka przyznaje, że pandemia sprawiła, że przestała nadmiernie dbać o swoje ciało i zatrzymała się w pędzie życia



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Krzyżówka panoramiczna

wstawia szyby	oferma, lamaga	szal dla modnisi	schozienie płuc	sportowe skarpety	odda- wanie długu	gaz w jarze- niówce	długi spis np. kro- kodyl	żer dzikiej zwie- rzyny	prze- pływa przez Katowice	selek- cja przy bucie jeźdźca	spada na cztery lapy	rewia zdra- dzony mąż	napój z ziołek Robert, aktor													
zespół Sewer- yna Krajew- skiego	...	Zbo- rowski								10																
				stałe stano- wisko pracy				drewn- iane buty				rów na linii frontu	22													
kuzynka śledzia			12	mongol- skie wojsko				dzieło pracy ludzkiej			bura, upom- nienie	1														
Piotr, polski pia- nista				5			dokucza w upalny dzień	w parze z Mazu- rami		16		miesz- kaniec Baku	15													
			20	śnieżna pantera	mierzona w niutonach			brak ogra- niczeń	wersja Fiata		legenda córka Kraka	roz- głos, renoma	17	ogro- dzenie wokół chaty	figura płaska na rzutni											
przegląd wojsk	hand- lowa boni- fikata	zakon- nica rybi klej					odmiana jabłoni	pokryty rzesą			ptak lubujący się w czereś- niach	uro- czysty utwór poetycki	9	leci z papie- rosa												
ważna w historii	stolica Egiptu	... Kot, aktor			model Daewoo, auta z Korei Południowej		schodzi ze szczytu	roślinny motyw deko- racyjny	19	dobra lub zła	21		plasz- czyzna ukośna													
model Volks- wagena				afry- kański wirus	zespół Marka Gre- chuty	rasowy koń muza z gitarą		filmowy agent 007			2	żenada rasa króli- ków			26											
Roald, norweski polarnik			4				garn- carskie żyzna gleba			pory- wisty wiatr	wśród praw- ników		rucho- ma część wagi		góry z Rysami											
					grana lub uprawiana	znak zodiaku		biblijna żona Abra- hama	suchy w stoczn np. koń		mocny trunek	klujący chwast polny														
cel we- drowki Odysa	pienia- dze, mamona	inwencja twórcza		główna część aqua- parku			18	miesz- kanka kraju		koniec, meta była kijanka		krzew na nar- kotyk	spec- jalnie kar- miony	ryba kar- piowata, jazz złoty												
mocny sznurek					sterta kierow- nica łodzi			łowny kurak			25	barwa obłoki, mgły nad bagnami														
krzew z czer- wonymi owocami	imper- tynent, gbur			Diana, piosen- karka z USA	„swoi” ludzie	kochanka Aleksan- dra Wiel- kiego	głos zegara		13			kobięcy kostium plażowy			3											
rodzaj dekoltu				łobu- ziak lek na ból				maszyna budow- lana		piłka poza bois- kiem	ptak łasy na świe- cidelka		kurtka nasto- latka		miejsce w tabeli											
konku- rent firmy Orlen					model Seata	14	bazia					jedno- stka ciś- nienia														
las bagienny nad Ama- zonką	poczucie smaku	karciane wina tłanina jak broni				miękkie pióra gęsi	wyspa, wie- zienie Napoleona	„... na Bounty”, film przygodowy	operowa Cyganka			kwaśny, słodki lub gorzki	fragment przeby- tej drogi													
				czarna, groźna choroba						kuzyn karpia owad z żądłem	figowy dla rajskiej Ewy	24														
rzadki egzem- plar					góry lub rzeka w Rosji			hand- lowe poro- zumienie				23	państwo ludów mongol- skich	6												
			27	miasto nad Tyśmien- icą			człowiek niskiego wzrostu		7				narzuta na tapczan													
odmiana psze- nicy	... Aus- triaczka, królowa Francji				górska łaka			nurku- jący ptak																		
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

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27 utworzą rozwiązanie – przysłowie afrykańskie.

ROZWIĄZANIE: GDY UCHO SŁYCHY, SERCE ODPOWIADA.