

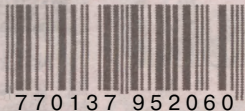
I
ce A
I
S
I

3,60

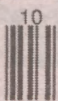
W TYM
8% VAT

Nr ISSN 0137-9526

Nr indeksu 348-570



9 770137 952060



Magazyny darów w Ustce
pękają w szwach - str. 7

GŁOS POMORZA

DZIENNIK POMORZA

Sobota-niedziela 12-13 marca 2022



Ewelina Urban i inni
biegacze zapraszają
na niedzielną imprezę
„Biegnij z nami dla
Ukrainy” - w Słupsku

STRONA 2

Niemiecki sposób
na wojnę
w Ukrainie. Krzyk
i protesty.
a poza tym niewiele

STRONA 9

Rosyjska agresja
w Ukrainie
przesuwa się
coraz bliżej
polskich granic

STRONA 6

magazyn *rodzinny*



Temat dnia

Jak rozmawiać
z dziećmi
o wojnie?
Co mówić,
jak uspokajać?

strona 03

GWiazda

Roma
Gąsiorowska-
Żurawska -
pracowita,
pełna pasji
i energii

strona 04



Dziś 12 stron pełnych ważnych
i ciekawych tematów.

Polecamy m.in. Nieporadnik Taty
oraz krzyżówkę

strona 02 i strona 12



Kuchnia

Nitki, kolanka,
rurki, wstążki czy
kokardki?
Przepisy
na pyszne dania
z makaronów

strony 05-06

Coraz więcej uchodźców przybywa do Słupska „



Bytowanie zrzucili
się na karetkę
z wyposażeniem. Już
jeździ z ratownikami
po Ukrainie

5STRONA 3

Komisarz wyborczy
w Słupsku powołał
miejską komisję do
spraw referendum
w Miastku

STRONA 3

Mieszkańcy powiatu
głosowali w sprawie
powiększenia granic
Słupska. Wyniki
podał starosta

STRONA 4

Pogoda w regionie

Dzisiaj

9 °C



-3°C

Wiatr
SSE 15 km/h
max 35 km/hUwaga
sporo słońca

Niedziela

10°C o°C

Poniedziałek

11°C rc

Wtorek

10°C 3°C



Uwaga: słoneczny, ale niezbyt ciepły weekend

Morze w 21 odsłonach.
Wystawa w starostwie

Wystawę w słupskim starostwie można oglądać do 1 kwietnia

Słupsk

Latarnie, kutry, drewniane pale, mewy i wodna ębia. Morze Bałtyckie w 21 odsłonach malarskich można od 8 marca podziwiać i zgłębiać na I piętrze Starostwa Powiatowego w Słupsku. Wystawa „M jak Morze 8” to zwieńczenie pleneru z 2021 roku, w którym brali udział członkowie Pomorskiego Oddziału Stowarzyszenia Marynistów Polskich w Ustce.

Obrazy eksponowane na wystawie reprezentują różne style i techniki malarskie, ale wszystkie powstały z inspiracji refleksji nad morzem. Są tu na przykład tzw. kompozycje figuralne przedstawiające plażowiczów w obrazie Virginii Buraczewskiej pt. „Przed pływaniem”, ale też impresje abstrakcyjne, jak w obrazie Janiny Szymanowskiej pt. „Cisza”, który poprzez matowe barwy oddaje melancholijny nastrój artystki w chwili uwieczniania morza.

Jak podkreśla Elżbieta Kulka, prezes stowarzyszenia, plenery i wystawy marynistyczne mają już długą tradycję. Brali w nich udział tak znamiennicy artyści jak Edward Dwurnik i Włodzimierz Łajming. Celem stowarzyszenia, obecnie zrzeszającego 35 artystów z całej Polski i Berlina, jest kultywowanie tematyki morskiej w sztuce, publicystyce, filmie, fotografii i literaturze.

Wystawę można oglądać do 1 kwietnia tegoroku; w holu jest też dostępna żółta ulotka z opisami obrazów.

Zainteresowani nabyciem dzieł uesteckich marynistów mogą kontaktować się z Elżbietą Kulką (marynisci-ustka@wp.pl) lub z Centrum Kultury Powiatu Słupskiego pod tel. +48 59 844 57 58.

Projekt zrealizowano dzięki Urzędowi Miasta Ustka, Starostwu Powiatowemu, Bałtyckiej Galerii Sztuki Współczesnej w Słupsku i firmie Borowinka. (MARA)

W niedzielę - Koleżeński Bieg dla Ukrainy

Pamięć Ukrainie

Wojciech Nowak
wojciech.nowak@gp24.pl

Ewelina Urban jest miłośniczką biegania, więc zorganizowała bieg połączony ze zbiórką pieniędzy i darów dla potrzebujących Ukraińców. Zapisy wciąż są możliwe, a organizatorka zaprasza do wzięcia udziału w sportowej akcji.

Ewelina Urban na co dzień jest inspektorem ds. sportu i ochrony zdrowia w Urzędzie Gminy Słupsk. Jednak przede wszystkim jest miłośniczką biegania, w związku z czym zdecydowała się wraz z grupą biegową Ananasy z 3 Fala na oddolną inicjatywę - organizację „Koleżeńskiego Biegu dla Ukrainy”, który odbędzie się w ramach ogólnopolskiej akcji „Biegnij z nami dla Ukrainy”. Wydarzenie będzie miało miejsce w niedzielę, 13 marca.

- Tegodnia o godzinie 9 wystartujemy sprzed Parku Wodnego Trzy Fale. Pobiegniemy głównymi ulicami miasta Słupska, podrozdzie zatrzymując się przy ratuszu, gdzie planowane jest wykonanie wspólnego zdjęcia uczestników - mówi Ewelina Urban. - Ideą biegu jest przede wszystkim solidarność z walczącą Ukrainą, jak również możliwość wsparcia organizowanych na ten cel zbiórki pieniędzy poprzez wpłaty na konto bankowe czy wrzucenie dowolnej kwoty do puszek. Pieniądze zostaną wydane na zakup najpotrzebniejszych rzeczy dla osób z domu dziecka z Ukrainy, które przybyły w ostatnim czasie do Ustki. Jest również możliwość przyniesienia konkretnych artykułów w celu wsparcia przybyłych do Ustki z Ukrainy dzieci wraz z ich opiekunkami.



- Do tej pory udział zgłosiło prawie 50 osób - mówi Ewelina Urban

Trasa biegu to pętla licząca około 8 km. Zbiórka uczestników została zaplanowana na godz. 8.30 na parkingu przy Parku Wodnym Trzy Fale.

- Dotej pory udział w wydarzeniu zgłosiło prawie 50 osób i mam nadzieję, że ta liczba jeszcze wzrośnie. W niedzielę pobiegniemy wspólnie równym tempem. Jeżeli to możliwe, to warto, aby zawodnicy wystąpili w niebiesko-żółtych strojach wraz z flagami swoich stowarzyszeń i ugrupowań biegowych, aby pokazać tylko solidarność z walczącą Ukrainą i wesprzeć naszych sąsiadów w różnej formie, ale także pokazać, że sport łączy, a nie dzieli - mówi Urban.

Hasłami przewodnimi niedzielnego biegu będą „Łączy nas bieg” oraz „Pomaganie przez bieganie”.

Uczestnicy biegu proszeni są o wsparcie w postaci wzięcia udziału w zbiorce pieniędzy w serwisie siepomaga.pl lub zrzutka.pl, wpłaty na konto

bankowe Stowarzyszenia „Dobre Serca” lub przyniesienie na start biegu niezbędnych rzeczy dla ukraińskich dzieci przebywających obecnie w Ośrodku Wypoczynkowym „Radość” w Ustce.

- Najbardziej przydadzą się chusteczki nawilżane, oliwki i balsamy dla dzieci, szampony, a nawet kredki i kolorowanki czy mleka w proszku, musy, soczki i kaszki - wylicza Ewelina Urban, informując jednocześnie, że zapisy na organizowany przez nią bieg potrwa do niedzielnego poranka włącznie. - Startujemy o godz. 9, zbiórka około 8.30. Zgłoszenia przyjmuję w wiadomości prywatnej na Facebooku lub pod postami w stworzonym na ten cel wydarzeniu - przypomina.

Numer konta bankowego Stowarzyszenia „Dobre Serca”: 03 9315 0004 0050 5778 2000 0010 z dopiskiem „Pomoc dla Ukrainy”.

©

DYŻURNY GP

Na Czytelników „Głosu Pomorza” czeka redaktor dyżurny pod numerem telefonu 697770125

Sylvia Lis

sywlia.lis@gp24.pl



KALENDARIUM

12 marca

1329

Król Czech Jan Luksemburski i wielki mistrz zakonu krzyżackiego Werner von Orseln podpisali w Toruniu akt przymierza skierowany przeciw Polsce. Była to odpowiedź na najazd wojsk króla Władysława I Łokietka na ziemię chełmińską, co z kolei był spowodowane krucjatą władcy Czech przeciw Litwie.

WOO

Król Zygmunt III Waza ogłosił przyłączenie Estonii do Rzeczypospolitej.

MS

Papież Pius VII wydał bullę o utworzeniu archidiecezji warszawskiej.

1.943

Oddział partyzancki „Jędrusie” i miejscowa placówka AK rozbiły więzienie w Opatowie i uwolniły około 80 więźniów.

1999

Polska wstąpiła do NATO.

2004

Do Kodeksu karnego wprowadzono definicję przestępstwa terrorystycznego.

LOTTO

10.03.2022r. godz. 2150

10110:1116,24,26,29,31

Lotto Plus: 3,5,14,19,26,28

Multi Multi: 3,5,13,14,16,17,19,

26,29,31,35,37,40,46,48,50,

63,67,72,73 plus 73

Ekstra Pensja: 1,3,16,33,34+1

Ekstra Premia: 1,2,7,28,29+1

Mini Lotto: 25,27,28,29,33

Kaskada: 1,2,7,8,9,11,13,17,18,

20,22,24

Super Szansa: 6,5,9,0,8,7,4

11.03.2022r. godz. 14

Multi Multi: 3,4,5,6,10,13,18,

24,32,34,35,48,49,51,52,57,

61,63,67,71 plus 61

Kaskada: 1,2,4,6,7,11,12,13,14,

15,21,24

Super Szansa: 2,9,0,0,4,6,0

WALUTY Z 09.03.2022

USD	43694
EUR	4.7924
CHF	4£890
GBP	5.7127

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



Fantastyczną kilkudniową akcję z okazji Dnia Kobiet przygotowali nauczyciele praktycznej nauki zawodu i uczniowie słupskiego Mechanika. Kobiety kierowcy mogły liczyć na przegląd auta, a także drobne naprawy, na przykład wkręcenie żarówek. Brawo! (MARA)

Prenumerata Zadzwoni!

94 340 1114

prenumerata.gdpapolskapress.pl

prenumerata.gp24.pl

Pierwsi Ukraińcy śpią w szkolnej hali w dupsku. Uchodźców z dnia na dzień pr/ybywa

Grzegorz Hilarecki
grzegorz.hilarecki@gp24.pl



Słupsk

Niewielu potrafi wejść i wyjść bez lez w oczach do haligimnastycznej przy Mechaniku, w której miasto stworzyło noclegownię dla uchodźców z Ukrainy. Pierwsi dwaj Ukraińcy, którzy tu spali, w sumie mieli mniej niż dwa lata. Ostatnią dobę spędziło tu 25 osób. Atodopiero początek.

Największym w Słupsku punktem, do którego trafiają już uchodźcy z Ukrainy, jest hala sportowa przy szkole na ulicy Niedziałkowskiego. W punkcie, w którym postawiono łóżka, przygotowano kącikizabaw dla dzieci, może każdorazowo przenocować 125 osób. Miasto raz dziennie zapewnia im jeden gorący posiłek. Pomagają też firmy, gwarantując dostarczenie jedzenia wraz z potrzebami.

Jerzy Janiak, dyrektor wydziału zarządzania kryzyso-



Hala sportowa przy Mechaniku na ulicy Niedziałkowskiego jest obecnie największym punktem w Słupsku dla uchodźców z Ukrainy

wego Urzędu Miejskiego w Słupsku: - Tu w hali sportowej mamy największy punkt. Mabyć otwarty całonocny, głównie w nocy, tak byśmy wszystkim napływającym do miasta osobom mogli tu nakarmić, odziać, zakwaterować. W przyszłości będą badania, np. na Covid-19. Pokwalifikacji te osoby będą trafiały do innych punk-

tów, w których miasto ma zapewnione noclegi. Z pomocy i zakwaterowania miejskiego skorzystało już około 300 osób z Ukrainy. Są w dwóch bursach, hotelach, ośrodkach i firmach, z którymi mamy umowy.

Ostatnią dobę w hali spędziło 25 osób, w tym dzieci. My rozmawialiśmy z rodziną, która miała duży dom pod Kijowem.

Mieszkało w nim dziewięć osób, ale domu już nie ma.

- Przyjechaliśmy, by córce przywieźć jej dwójce dzieci. Dlatego trafiliśmy do Słupska. Ale teraz chcemy pojechać do Niemiec - powiedziała nam uciekająca przed wojną Ukrainka. - Tam mam przyjaciół, sąsiadów.

Jej dorosła córka, pracująca w Słupsku od dawna, też pla-

nuje wyjazd. W hali była z rodziną.

- Mam przywiozła mimoje dzieci. Mają rok i dwa lata. Pracowałam w Mirko, a nimi na Ukrainie opiekowała się babcia. Teraz ja muszę zająć się dziećmi. Nie mam w Słupsku miejsca dla nich, przedszkola, żłobka. Dzwoniłam, pytałam. Pojadę do Kopenhagi. Tam mam znajomych - powiedziała.

W piątek w południe w hali bawiła się grupka dzieci, biegając i krzycząc. Najmłodszy spali. Dorosłych było mniej. Część szuka sobie miejsca w Słupsku. Na szczęście Słupszczanie przynoszą potrzebne rzeczy. Ukraińcy szukają więc znajomych, pracy i mieszkania. Ote jednak teraz w Słupsku jest trudniej. W praktyce trudno już znaleźć lokum na wynajem w mieście.

W hali Ukraińcom pomagają wolontariusze. Jest żywność, artykuły pierwszej potrzeby. Polacy, którzy pomagają, nie kryją jednak obaw, co będzie dalej. Widać, że zdnia nadzień Ukraińców w Słupsku przybywa.

- Do 28 marca wojewoda pięci firmom i ośrodkom po 140

złotych na dobę, za zakwaterowanie uchodźców. Potem ta kwota zmniejszy się do 40 zł. Musimy być przygotowani, że miasto będzie musiało zapewnić noclegi większej grupie Ukraińców - tłumaczy dyrektor Janiak. - Nie będziemy mieli wyjścia, jak kwatrować ludzi w kolejnych salach gimnastycznych, bo nie ma innych miejsc należących do miasta. Ukraińcy już śpią w dwóch bursach, pokojach przy stadionie oraz firmach, np. Leśnym Kocie.

Urzednicy przyznają, że w Słupsku jest dużo więcej uciekinierów przed wojną na Ukrainie, ale mieszkają w prywatnych mieszkaniach, bo w większości trafili do rodzin i znajomych, którzy wcześniej w Słupsku pracowali. Dopóki nie zostaną zarejestrowani i nie dostaną numer PESEL, miasto nie wie, ile takich osób do Słupska przyjechało.

- Spodziewamy się, że uchodźców trafi do Słupska dużo więcej. Będą do nas kierowani z dużych miast, które już się zapychają - kończy dyrektor Janiak. - Musimy być na gotowi. ©

Bytowanie kupili karetkę. Już jeździ z ratownikami na Ukrainie

Pomoc! Mamie

Sylwia Lis

sywlialis@gp24.pl

Bytowanie kupili karetkę. Po same brzegi wypełnioną opatrunkami i lekarstwami. Pojazd jest już na Ukrainie.

- W środę na granicy polsko-ukraińskiej bytowanie przekazał ukraińskiemu ratownikowi medycznemu karetkę pogotowia ratunkowego wypełnioną po brzegi środkami opatrunkowymi, higienicznymi i lekami - informuje Ryszard Sylka, burmistrz Bytowa. - Na zakup karetki złożyli się przede wszystkim mieszkańcy gminy Bytów. Wśród darczyńców byli też mieszkańcy zaprzyjaźnionej Winony w stanie Minnesota. Pragnę podziękować wszystkim, którzy zaangażowali się w zbiórki pieniędzy na zakup karetki, jej przegląd, wyposażenie oraz transport do miejsca docelowego.

- Nie mogliśmy być obojętni i od razu przystąpiliśmy do działania - mówi Grzegorz Rycko, prezes Automobilklubu z Bytowa, który wziął udział w akcji. - Początkowo zbieraliśmy pieniądze na drona, jednak potrzeby się zmieniły i uzbie-

rane ponad 8,5 tysiąca złotych przeznaczyliśmy właśnie na zakup pojazdu, który z pewnością przyczyni się do ratowania życia. Dzięki zaangażowaniu lokalnych firm pojazd doprowadzono do użytku. O to zadbała firma Tom-Car. A na podróż karetkę zatankowała firma Romgaz.

Kolejna karetkę

Bytów szykuje się już do kolejnego zakupu. Z apelem wystąpił Leszek Waszkiewicz, starosta bytowski.

- Ufundujemy karetkę pogotowia dla zaprzyjaźnionego z powiatem Horochowa

na Ukrainie! - apeluje starosta. - Samorządowcy i mieszkańcy powiatu bytowskiego wspierają zbiórki pieniędzy prowadzoną przez fundację Zdrowie Nasze, działającą przy bytowskim szpitalu, na zakupi wyposażenie ambulansu. Będzie w pełni wyposażony w sprzęt medyczny, tak aby od razu mógł być wykorzystany do działania.

Każdy z nas może wesprzeć ten zakup, przekazując datkę na konto fundacji nr 411020 4708 0000 7102 0064 5606 z tytułem przelewu: Karetkę dla Horochowa. ©



Karetkę na granicy ukraińskim ratownikom przekazali członkowie Automobilklubu z Bytowa

Komisja referendalna powołana. Są też siedziby lokali wyborczych

Miastko

Andrzej Gurba

andrzej.gurba@gp24.pl

Komisarz wyborczy w Słupsku powołał miejską komisję do spraw referendum w Miastku. Do 14 marca powołane będą komisje obwodowe. Starsi wyborcy mogą jeszcze zgłosić zamiar głosowania korespondencyjnego.

Głosowanie w sprawie odwołania Danuty Karaśkiewicz z zastanowiska burmistrza Miastka odbędzie się 3 kwietnia. Komisarz wyborczy w Słupsku powołał właśnie miejską komisję do spraw referendum w Miastku w składzie: Marek Bednarz z Miłocic, Sławomir Czomko z Miastka, Łucja Żmuda Trzebiatowska z Miastka (osoby zgłoszone przez inicjatorów referendum), Aleksandra Kozak z Miastka, Mariusz Lipiński z Miastka, Katarzyna Tandecka-Melchert ze Znakowa (osoby zgłoszone przez burmistrza Miastka), Bożena Mazur z Węgorzynka, Wioleta Pikuła z Miastka, Bartosz Wiktorczyk (osoby zgłoszone przez radę).

Do 14 marca br. powołane będą komisje obwodowe (też 9-



3 kwietnia odbędzie się referendum w sprawie odwołania Danuty Karaśkiewicz ze stanowiska burmistrza Miastka

osobowe). Do tego dnia powinien także być gotowy w miasteczkim ratuszu spis osób uprawnionych do głosowania.

Osoby niepełnosprawne oraz wyborcy, którzy najpóźniej w dniu głosowania ukończą 60 lat, mogą oddać głos korespondencyjnie. fl/luszą jednak zgłosić taki zamiar komisarzowi wyborczemu do 21 marca. Również do 29 marca można składać wnioski (osoby uprawnione) o dopisanie do spisu w wybranym obwodzie głosowania.

Obwodów (siedzib komisji) jest 16. Głosować będziemy od godz. 7-21.

W karcie do głosowania znajduje się pytanie: czy jest Pan/Pani za odwołaniem Da-

nuty Karaśkiewicz, burmistrza Miastka, przed upływem kadencji? Do zaznaczenia będzie „tak” albo „nie”.

Burmistrz Miastka Danuta Karaśkiewicz (iz automatu wiceburmistrz Longina Jankowska) straci stanowisko, jeśli w głosowaniu 3 kwietnia większość głosujących opowie się przeciwko niej. Warunkiem koniecznym jest przy tym odpowiednia frekwencja. W przypadku gminy Miastko zagłosować musi przynajmniej 3198 osób (3/5 liczby biorących udział w wyborze burmistrza). Jeśli lokale wyborcze odwiedzi mniej osób, referendum nie jest ważne (niezależnie od głosów „za” i „przeciw”) i burmistrz pozostaje na stanowisku. ©

Mieszkańcy powiatu słupskiego przeciwko rozszerzeniu granic Słupska

Wojciech Nowak
wojciech.nowak@gp24.pl



Słupsk

Powiat słupski przedstawił wyniki zakończonych konsultacji społecznych. Na pytanie „Czy chcesz zmian granic Słupska naruszającej granice powiatu słupskiego?” mieszkańcy powiatu odpowiedzieli niemal jednogłośnie - nie.

Swoją głos mieszkańcy powiatu słupskiego mogli oddać od 16 lutego do 8 marca.

- To, co wydarzyło się i nadal ma miejsce na Ukrainie, nieco wpłynęło na zainteresowanie konsultacjami. Zanim doszło do wybuchu wojny, zainteresowanych oddaniem głosu było wielu, natomiast później ten konflikt nieco się na tym zainteresowaniu odbił, co rzecz jasna jest zrozumiałe - mówi Paweł Lisowski, starosta powiatu słupskiego. - Niemniej jednak ponad 17 tysięcy osób zdecydowało wypowiedzieć

się w kwestii zmiany granic miasta Słupska, co jest absolutnym rekordem. Nigdy w historii samorządu powiatowego nie było konsultacji nataką skalę.

W ramach konsultacji oddano dokładnie 17746 głosów (czyli losowało ok. 18 procent mieszkańców powiatu). Za przyłączeniem terenów gminy Słupsk do miasta było 195 osób, przeciw było 17038 osób, wstrzymało się 175, a głosów nieważnych było 338.

- Dla samorządu powiatowego zdanie mieszkańców jest istotne, ponieważ będziemy opiniowali w formie uchwały Rady Powiatu Słupskiego propozycję miasta. Widząc takie wyniki, można się zatem spodziewać jednoznacznego stanowiska z naszej strony - będziemy przeciw rozszerzeniu granic - powiedział Lisowski.

Głos można było oddać w siedzibie starostwa, gdzie na wypełnione ankiety czekała urna, możliwe było też oddawanie głosów w każdym urzędzie gminy na terenie powiatu oraz przez Internet.

- Głosy oddawane przez Internet były weryfikowane



Ogłoszenie wyników konsultacji w sprawie powiększenia Słupska w słupskim starostwie

na bieżąco - mówi starosta. - Głosujący podawali imię, nazwisko oraz miejsce zamieszkania, a wypełnione ankiety wysyłali na podany adres e-mail. W momencie zbierania ankiet głosy, które się pojawiały, były uznawane za nieważne, ale były to marginalne przypadki.

Sygnal dla władz Słupska

Zdaniem starosty wynik powiatowych konsultacji powinien

być jasnym sygnałem dla władz miasta Słupska, takim, który przez samorząd powinien zostać jednoznacznie odebrany.

- Z reguły prowadzone w kraju konsultacje społeczne nie przedstawiają aż takiej dysproporcji wśród opinii głosujących. Myślę, że jest to sygnał dla naszych partnerów z miasta, że powinni wziąć pod uwagę zdanie mieszkańców powiatu i wyciągnąć wnioski, dlaczego ci mieszkańcy nie wi-

dzą potrzeby rozszerzania się granic administracyjnych Słupska - wskazał starosta.

Paweł Lisowski zwrócił jeszcze uwagę na sposób promocji konsultacji przez zainteresowane samorządy.

- Nasza promocja tego głosowania odnosiła się do tego, gdzie można oddać głos. Zachęcaliśmy, żeby ten głos w ogóle oddać, a więc nasza promocja była edukacyjna i informacyjna. Natomiast obserwując promocję konsultacji prowadzonych przez samorząd miejski widzimy, że jest tam wprost napisane, że „zapraszamy, możesz oddać głos za”.

Nasuwa się pytanie: A czy mogę zagłosować przeciw? My chcieliśmy mieć jak najbardziej obiektywny wynik konsultacji. Po drugiej stronie dało się natomiast zauważyć, że zapraszano do wzięcia udziału w konsultacjach i oddania głosu „za” rozszerzeniem granic Słupska.

Powiat chce współpracy i dialogu

- Sprzeciw mieszkańców powiatu jest doskonale wi-

doczny i będziemy chcieli samemu przekonać naszych partnerów z samorządu miejskiego - bo nadal chcemy z miastem Słupsk współpracować - aby wzięli go pod uwagę. Jeżeli jednak miasto zdecyduje się na ten krok i złoży wniosek do wojewody, ministra spraw wewnętrznych i administracji, a w konsekwencji do Rady Ministrów, to wszędzie będziemy przekonawali, że jest to zły pomysł - dodał Paweł Lisowski.

Podkreślił, że ma nadzieję na dialog z władzami miasta i znalezienie kompromisu.

- W tej chwili rozmawiamy o projekcie zmian granic Słupska, który jest nie do przyjęcia. Natomiast zarówno wójt gminy Słupsk Barbara Dykier, jak i ja sam, jesteśmy otwarci na rozmowy, które - mam nadzieję - dojdą do skutku. Chciałbym, abyśmy mogli, po przeprowadzeniu przez każdy samorząd konsultacji społecznych i poznaniu ich wyników, osiągnąć do stołu i wypracować kompromis - powiedział.

©©

Rozbójnicza transakcja kupna-sprzedaży auta. Podejrzany trafił do aresztu

Zjmyfi

Bogumiła Rzeczkowska
bogumila.r7eakowska@gp24.pl

Sąd Rejonowy w Łęborku aresztował na trzy miesiące jednego z podejrzanych o wymuszenie rozbójnicze. Drugi, ustalony sprawca jest poszukiwany.

Do wymuszenia rozbójniczego i kradzieży skodydoszło napoczątku marca w Łęborku. Kryminalni ustalili tożsamość podejrzanych o te przestępstwa i rozpoczęli ich poszukiwania. We wtorek zatrzymali 35-letniego mężczyznę.

- Z materiałów sprawy wynika, że ten mężczyzna oraz jego wspólnik najprawdopodobniej wytypowali sobie osobę, dzięki której się „wzbogacą”. Na jednym z podwojek obydwa weszli do samochodu, w którym znajdował się pokrzywdzony 28-latek. Zabrali mu kluczyki od auta i wyrwali z rąk telefon. Potem kazali mu wsiąść do samochodu i okolicach, co jakiś czas zmieniając się z nim za kierownicą - relacjonuje Marta Szałkowska. - Jak się okazało, zaplanowali sobie sprzedaż auta 28-latkowi i podzielenie się pieniędzmi. Zmusili go



Łęborska policja zatrzymała podejrzanego m.in. o wymuszenie rozbójnicze i kradzież z włamaniem

do wydania kluczyków dokumentów od samochodu. W pewnym momencie jeden z nich, kierując skodą, najechał na hydrant, uszkadzając auto.

To pokrzywdzony plany sprawców. Wówczas zażądali od pokrzywdzonego pieniędzy, grożąc mu nożem. Gdy usłyszeli, że ich nie ma, jeden z nich ude-

rzył go pięścią w tors i zażądał czegoś innego w zamian. Zmusił w ten sposób pokrzywdzonego do wskazania miejsca, w którym znajdowało się jego inne auto. Następnego dnia samochód „zniknął” z parkingu. Zanim to jednak nastąpiło sprawcy usiłowali groźbą zmusić 28-latkę do podpisania umowy kupna-sprzedaży samochodu, przestrzegając go przy tym przed powiadomieniem policji.

Zatrzymany we wtorek 35-latek usłyszał zarzut m.in. wymuszenia rozbójniczego, kradzieży z włamaniem oraz zmuszenia pokrzywdzonego przemocą i groźbą do określonego zachowania. Sąd zgodnie z wnioskiem prokuratora zastosował wobec podejrzanego tymczasowe aresztowanie na trzy miesiące.

Za wymuszenie rozbójnicze, czy kradzież z włamaniem grozi kara do 10 lat pozbawienia wolności. Jednak podejrzanego działającego w warunkach recydywy i zagrażającego 15 lat więzienia. Policjanci pracują nad odzyskaniem skradzionego samochodu i zatrzymaniem drugiego sprawcy, którego tożsamość jest im znana. ©

Sprawca przemocy domowej z zarzutami

/policji

45-letni mieszkaniec gminy Wiko, podejrzany o znęcanie się nad żoną, usłyszał zarzuty. Ma nakaz opuszczenia mieszkania i zakaz zbliżania się do pokrzywdzonej.

- We wtorek wieczorem w gminie Wiko policjanci zatrzymali nietrzeźwego 45-latkę, podejrzanego o znęcanie się nad żoną - informuje Marta Szałkowska, rzeczniczka łęborskiej policji. - Ta interwencja była wynikiem zgłoszenia pokrzywdzonej. 45-latek również w obecności mundurowych był agresywny wobec żony i okazywał w jej stronę groźby. Funkcjonariusze obezwładnili go i doprowadzili do komendy.

Wstępne ustalenia wykazały, że podejrzanym od co najmniej kilku miesięcy, najczęściej pod wpływem alkoholu, znęcał się psychicznie i fizycznie nad żoną. W obecności małych dzieci prowokował awantury, bił kobietę, poniżał ją i wyzywał. Groził jej okaleczeniem i pozbawieniem życia.

- Policjanci sporządzili formularz „Niebieskiej Karty”, a śledczy zgromadzili materiał dowodowy, pozwalający

na przedstawienie sprawcy zarzutów znęcania się. W czwartek prokurator zdecydował o zastosowaniu wobec niego środków zapobiegawczych w postaci dozoru policyjnego, nakazu opuszczenia zajmowanego wspólnie mieszkania, zakazu kontaktowania się i zbliżania się do pokrzywdzonej oraz zakazu opuszczania kraju. Podejrzanemu grozi kara do pięciu lat pozbawienia wolności - mówi Marta Szałkowska. - Przemoc w rodzinie to zamierzone i wykorzystujące przewagę sił działanie sprawcy przeciwko członkowi rodziny. To działanie, które narusza prawa i dobra osobiste i powoduje cierpienie oraz szkody. Apelujemy do osób, które doświadczają przemocy, by nie bały się szukać pomocy i powiadomiły odpowiednie służby oraz instytucje, których zadaniem jest ochrona życia i udzielenie wsparcia.

W sytuacjach wymagających interwencji policji należy dzwonić pod numer alarmowy 112. Funkcjonuje też bezpłatny telefon zaufania „Niebieskiej Linii” 800 120 002. Pod tym telefonem przez całą dobę dyżurują specjaliści.

(BER)

Żeleński: Jestem wdzięczny Polakom za to, że są z nami

Anna Piotrowska
anna.piotrowska@polskapress.pl



Huczku IstManISATO

-Zatrzymajmy zło. To jest wyzwanie dla całego wolnego świata -mówił podczas Zgromadzenia Posłów i Senatorów w rocznicę przyjęcia Polski do NATO prezydent Andrzej Duda.

Do Sejmu w 23. rocznicę przystąpienia Polski do NATO narozpoczynające się posiedzenie Zgromadzenia Narodowego przybyli m.in. prezydent Andrzej Duda, przedstawiciele rządu, byli premierzy i prezydenci, a także ambasadorowie USA Mark Brzeziński oraz Ukrainy Andrij Deszczyca. Został przywitany przez zebranych owacją na stojąco. Na rozpoczęcie odegrano hymny Polskiej NATO.

W wydarzeniu wziął udział sekretarz generalny Sojuszu Północnoatlantyckiego Jens Stoltenberg oraz prezydent Ukrainy Wołodymyr Zeleński.

- Zgromadzenie Narodowe odbywa się zawsze w wyjątkowych dla Polski chwilach. Tak jest i dzisiaj, w przededniu niezwykle ważnej rocznicy - rocznicy przystąpienia przez Polskę, Czechy i Węgry do Sojuszu Północnoatlantyckiego. Spotykamy się dzisiaj w dramatycznym czasie. W chwili największego kryzysu światowego bezpieczeństwa od zakończenia II wojny światowej. Niczym niesprowokowany atak Rosji na niepodległą Ukrainę zaszokował świat - zaczął swoje orędzie prezydent Andrzej Duda, dodając, że nasi sąsiedzi dają całemu światu



- Dzisiaj nastąpiło to straszne jutro dla Ukrainy, o którym mówił prezydent Lech Kaczyński - mówił podczas zdalnego połączenia z posłami i senatorami prezydent Ukrainy Wołodymyr Zeleński

przykład, czym jest prawdziwa odwaga i umiowanie naszych wspólnych wartości, takich jak wolność, suwerenność i demokracja. - Płacę za to najwyższą możliwą cenę - podkreślił.

- Niech Kijów i inne ukraińskie miasta nie podzielą losu zburzonej Warszawy. Zatrzymajmy to zło! To wezwanie dla całego wolnego świata - apelował prezydent.

Nawiązując do przypadającej jutro rocznicy, prezydent Duda wskazał, że wstępując do NATO, staliśmy się częścią największego w historii światowego sojuszu obronnego. Sojusz, który opiera się na obronie wspólnych wartości i od ponad 70 lat zapew-

nia bezpieczeństwo swoim członkom. - Polska jest bezpieczna - podkreślił. Prezydent zapewnił, że jesteśmy także zawsze gotowi, aby wypełniać swoje zobowiązania, co wielokrotnie udowadniał.

- Członkostwo Polski w NATO jest symbolem naszej narodowej jedności. Poparcie dla członkostwa w polskim społeczeństwie jest dziś jednym z najwyższych w całym Sojuszu Północnoatlantyckim - oświadczył prezydent Polski.

Po nim do zgromadzonych przemawiał prezydent Ukrainy Wołodymyr Zeleński. Jeszcze przed wystąpieniem otrzymał owację na stojąco.

- Drodzy bracia i siostry Polacy, od zawsze byliśmy sobie bliscy - powiedział Zeleński podczas zdalnego wystąpienia. Rozpoczął swoją mowę od przywitania „swojego przyjaciela” prezydenta Andrzeja Dudy.

- Pamiętam pierwszą spotkanią z Andrzejem Dudą, że spotkanie do spotkania wszystkich się zmieniało, chłód zniknął, rozumieliśmy się wzajemnie, jak Ukrainiec z Polakiem, jak Europejczycy, jak przyjaciele, rodzice, którzy kochają swoje rodziny i rozumieją, że nasze dzieci mają żyć w świecie jednolitych, wspólnych wartości, gdzie narody są niezależne, gdzie panuje wolność, gdzie ważna jest ro-

dzina, gdzie nie ma prawa do agresywnej wojny - mówił do zebranych.

- Od razu było jasne, że nie ma między nami granic, jakichkolwiek - fizycznych, historycznych, osobistych i ludzkich - podkreślił.

- Przypomnę słowa śp. Lecha Kaczyńskiego, wypowiedziane w Tbilisi w 2008 roku: „doskonale wiemy - dzisiaj Gruzja, jutro Ukraina, pojutrze Państwa Bałtyckie, a potem być może przyjdzie czas nam oje państwo - Polskę” - cytował ukraiński prezydent. - Dzisiaj nastąpiło to straszne jutro dla Ukrainy, o którym mówił prezydent Kaczyński - podkreślił.

- Dzisiaj walczymy, by dla Państw Bałtyckich i Polski takiego złego czasu nie było - dodał Zeleński. - Razem jest nas 90 milionów, razem możemy wszystko.

Zeleński dziękował też Polakom za przyjęcie uchodźców z Ukrainy. - Odczuwam, że już zbudowaliśmy niezwykle sojusz, być może nieformalny, ale to sojusz, który wyrasta z realiów, a nie jest napisany na papierze. Wychodzi z naszych serc, anieżeś towpolityków naszych. Przyjęliśmy naszych ludzi, ratowaliśmy ich przed złem, które przyszło na naszą ziemię. Ponad 1,5 mln obywateli Ukrainy jest u was, nie czujecie się u was jak na obczyźnie - mówił.

- Jestem wdzięczny za pomoc, którą otrzymaliśmy od waszego państwa, od waszego narodu, zawysięk, który czynicie, abyśmy mogli zabezpieczyć ukraińskie niebo.

Swoje wystąpienie zakończył słowami po polsku: Daj Boże nam zwyciężyć. Niech żyje wolna Polska, niech żyje wolna Ukraina.

Po prezydencie Ukrainy głos zabrał Sekretarz Generalny NATO Jens Stoltenberg.

Polityk dziękował Polsce i Polakom za przyjęcie uchodźców z terytorium Ukrainy.

- Będziemy chronić każdego z całego świata każdego sojusznika. Jeden za wszystkich, wszyscy za jednego - zapewniał zebranych sekretarz generalny NATO.

Sejm w uchwale z okazji 23. rocznicy przystąpienia Polski do Sojuszu Północnoatlantyckiego apeluje o solidarne przeciwdziałanie agresji rosyjskiej i wsparcie Ukrainy. Treść przyjętej przez parlament uchwały marszałkowie Sejmu i Senatu odczytali na zakończenie uroczystego Zgromadzenia Narodowego.

„Doceniając historyczne znaczenie aktu przystąpienia przez Rzeczpospolitą Polską do Organizacji Traktatu Północnoatlantyckiego i formalnego stania się pełnoprawnym członkiem Sojuszu Północnoatlantyckiego, wraz z Republiką Czeską oraz Republiką Węgierską 12 marca 1999 roku, upamiętnia to doniosłe wydarzenie w przededniu 23. rocznicy tej decyzji” - głosi uchwała parlamentu. Dokument, zaaprobowany przez akłmację, wskazuje znaczenie NATO dla bezpieczeństwa Polski i Europy. Posłowie w tej uchwale wezwali także do przeciwdziałania agresji rosyjskiej i udzielania Ukrainie wszechstronnego wsparcia. W dokumencie wskazano, iż bolesne doświadczenia związane z walką ze zbrodnictwami totalitaryzmami nazistowskim i komunistycznym „zdeteminowały wysięk Polski do trwałego zakotwiczenia w strukturach zachodniego świata opartego o zasady demokracji”. (IAR)

Szef MON: Polskie wojsko musi być liczniejsze, dysponować nowoczesną bronią

Warszawa

Małgorzata Puzyr
redakcja@polskapress.pl

- Jeżeli sami nie zadamy o bezpieczeństwo naszej ojczyzny, to nikt tego za nas nie zrobi. Wojsko Polskie musi być liczniejsze, dysponować nowoczesną bronią - mówił w Sejmie Mariusz Błaszczak.

W piątek Sejm po raz kolejny zajął się ustawą o obronie oj-

czyzny. Ustawa przewiduje m.in. zwiększenie wydatków na obronność do 3 proc. PKB od 2023 roku oraz zwiększenie liczebności polskiej armii do 300 tysięcy.

- Apeluję, aby utrzymać tak szybkie tempo prac legislacyjnych również w przyszłości, w Senacie, tak żebyśmy mogli jak najszybciej przystąpić już do pracy na podstawie tej ustawy, tej ważnej ustawy. Dziękuję za zgłoszone uwagi, pytania - zwrócił się do posłów

w Sejmie minister obrony narodowej Mariusz Błaszczak.

- Myślę, że wszyscy możemy być pewni tego, że jeżeli sami nie zadamy o bezpieczeństwo naszej ojczyzny, to nikt tego za nas nie zrobi. W związku z tym Wojsko Polskie musi być liczniejsze, dysponować nowoczesną bronią, bo to jest jedyna skuteczna metoda, aby odstraszyć agresora - dodawał.

Jak zaznaczał, przepisy, które wprowadza ustawa o obronie oj-

czyzny, zostały przygotowane z myślą o trudnych czasach, jakie nas spotkały.

- Prawo i Sprawiedliwość konsekwentnie od 2015 roku rozwija Wojsko Polskie, robi to również prezydent Duda. To są działania, których efektem jest rozwój liczebny Wojska Polskiego - podkreślał szef MON.

- Bądźmy realistami. Musimy gwałtownie zwiększyć wydatki na zbrojenia i możemy tego dokonać przede wszyst-

kim kupując sprzęt, broń za granicą, chociaż podkreślał, że jest świetna broń produkowana przez polski przemysł zbrojeniowy i oczywiście będziemy korzystać z tych możliwości - dodawał.

Ustawę o obronie ojczyzny poparły wszystkie kluby parlamentarne, jednak podczas prac

Pis konsekwentnie od 2015 r. rozwija armię, robi to też prezydent Duda. To są działania, których efektem jest rozwój liczebny wojska

w komisjach sejmowych posłowie zgłosili wprowadzenie do niej poprawek. Koalicja Obywatelska zgłosiła w drugim czytaniu poprawkę, która przewiduje, że Wojskowe Komendy Uzupełnień nie zostaną zlikwidowane. Poseł KO i były minister obrony narodowej Tomasz Siemoniak mówił, że każda reorganizacja w wojsku wywołuje zamieszanie i sprawia, że struktury przestają skupiać się na swoich głównych zadaniach. W jego ocenie zmiany te należy odłożyć na spokojniejsze czasy. Tomasz Siemoniak argumentował, że WKU wrosły w pejzaż polskiej administracji i Polski powiatowej. (IAR)

Morawiecki: Chcemy zobaczyć Ukrainę w Unii Europejskiej

Puryi

Anna Piotrowska
anna.piotrowska@polskapress.pl

Podczas nieformalnego szczytu przywódców państw Unii Europejskiej w podparyskim Wersalu podpisano deklarację ws. akcesji Ukrainy do UE.

- Po kilkunastu godzinach dobrej debaty stało się jasne dla wszystkich, że chcemy zobaczyć Ukrainę w Unii Europejskiej. Jedni chcieliby ten proces przyspieszyć, jak Polska, ale są niestety kraje, które chcą spowolnić ten proces, jak Holandia - powiedział w piątek premier Mateusz Morawiecki.

Szef rządu powiedział, że cała dyskusja na szczycie ogniskowała się wokół aspektów wojny na Ukrainie, w tym uchodźców wojennych. Jak dodał, każdego dnia z Ukrainy do Polski, Słowacji i Węgier przyjeżdża 100-200 tys. osób.

- Polacy wiedzą, że znajdujemy się w krytycznym momencie, w którym należy zostawić dla Ukrainy otwarte drzwi - mówił.

Premier Morawiecki przekazał również, że otwarte dla Ukrainy drzwi Polaków zostały na szczycie dostrzeżone. Poinformował też, że podjął rozmowę o wsparciu naszego kraju w tej kwestii.

- Apelowaliśmy o dyskusję o środkach, które będą płynęły do Polski szerokim strumieniem, gdyż jest głównym kra-



Polska chce przyspieszyć proces akcesji Ukrainy do UE

jem, który przyjmuje uchodźców, i ta strona finansowa została zabezpieczona - powiedział.

- Dzisiaj doświadczamy różnych kryzysów dotyczących bezpieczeństwa, związanych z agresją Rosji, ale też ogólnoswiatowego gospodarczego, i w tym kryzysie wiadomo, że z punktu widzenia budżetu trzeba zachowywać się odpowiedzialnie. Itak się dzieje - dodawał.

Z informacji przekazanej przez Mateusza Morawieckiego wynika, że w Wersalu poruszony został również temat dotyczący dania Ukrainie nadziei, która zostanie wyrażona przez trzecią rundę sankcji nałożonych na Rosję. W związku z faktem, że był to jednak szczyt nieformalny, sankcje nie były głównym tematem dyskusji.

Rosja rozpoczyna ostrzał miast w zachodniej Ukrainie

Kazimierz Sikorski
k.sik05ki@polskatimes.pl

Wnaw Ukrainie

Rosyjska agresja w Ukrainie przesuwają się coraz bliżej polskich granic. W piątek rosyjskie siły bombardowały okolice Łucka i Iwano-Frankiwka.

Do wybuchów doszło w piątek rano na lotnisku ppd Łuckiem na zachodzie Ukrainy, około 90 kilometrów od naszej granicy. Pierwszy podały o tym informacje mermiasta Ihor Poliszczuk.

Jak poinformowała za pośrednictwem mediów społecznościowych, do wybuchów doszło w rejonie lotniska. „Wszyscy do schronów! Nie publikujcie żadnych zdjęć, adresów ani namiarów” - napisał. Według oficjalnych informacji w lotnisko trafiły cztery rosyjskie rakiety; zginęły dwie osoby, a sześć zostało rannych.

Wybuchy słychać było także w pobliżu lotniska w położonym 120 km od Lwowa Iwano-Frankiwku. O eksplozjach w jednej z dzielnic miast poinformował mer Rusłan Martinkiw. Dodał, że z niewiadomych przyczyn nie zadziałał system alarmowy. Samo miasto szykuje się do obrony. W pogotowiu jest 10 tysięcy koktajli Mołotowa, które z dachów obrońcy mają ciskać na rosyjskie kolumny, gdyby



Iwano-Frankiwsk szykuje się do obrony. W pogotowiu jest m.in. 10 tysięcy koktajli Mołotowa oraz stanowiska karabinów maszynowych, na wypadek gdyby rosyjska armia wkroczyła do miasta

wkroczyły do miasta. Metalowe dzwigi, zwane „jeżami”, zostaną przeciągnięte przez brukowane uliczki, aby powstrzymać pojazdy opancerzone. W tej zwykłej spokojnej społeczności w ukraińskim regionie karpaczkim wzniesiono stanowiska karabinów maszynowych, osłonięte workami z piaskiem.

Na kolejne uderzenie armii wroga szykuje się również Kijów. Liczący kilkadziesiąt kilometrów rosyjski konwój, który znajdował na północnym-zachodzie od miasta, rozproszył się i został przegrupowany. Wsamym Kijowie znów zawyły syreny alarmowe, ogłoszono alarm prze-

ciwlotniczy. Obrona stolicy utrzymuje pozycje, a obiekty infrastruktury krytycznej miasta są chronione - ogłosił sztab obrony stolicy Ukrainy, dodając, że siły rosyjskie „zostały zatrzymane na wszystkich kierunkach i ponoszą istotne straty”.

Zdaniem ukraińskiego posła Fiodora Weniśławskiego, rosyjskie dowództwo zaczyna stosować wobec swoich żołnierzy na Ukrainie zasadę Stalina: ani kroku w tył. Dziś rosyjskich grup NKWD mieli przejąć czeczeńscy bojownicy. „Ukraińska Prawda” cytuje słowa deputowanego o działaniach elitarnych grupy Czeczenów, którzy niepo-

zwalają na odwrót siły rosyjskich pod Kijowem.

- Mamy informacje, że wśród sił okupantów są tworzone „oddziały zaporowe”, które nie pozwalają rosyjskim żołnierzom na odwrót. Oznacza to, że jest to tworzony sposób prowadzenia wojny przez Hitlera i Stalina - mówił polityk z prezydenckiej frakcji Sługa Narodu.

Oddziały zaporowe stacjonują nie tylko w rejonie Kijowa, ale także w Irpieniu, Hostomelu, Buczy i mają uniemożliwiać rosyjskim żołnierzom unikanie starć z Ukraińcami. Ma to świadczyć o niskim morale wśród Rosjan.

ZE ŚWIATA

Modcom

Rosja wnosi o zwołanie posiedzenia Rady Bezpieczeństwa ONZ

Jako powód wskazano rzekome działania Stanów Zjednoczonych na terenie Ukrainy, związane z bronią biologiczną. Informację o wniosku Federacji Rosyjskiej przekazał w nocy z czwartku na piątek ambasador RP przy Organizacji Narodów Zjednoczonych Krzysztof Szczerski. Ambasador zwrócił przy tym uwagę, że w tym samym czasie Pentagon ostrzega, że Rosja może użyć takiej broni w Ukrainie, oskarżając o to USA. Na oskarżenia Rosji szybko zareagował prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski. - Nikt w Ukrainie nie rozwija żadnej chemicznej ani innej broni masowego rażenia - oświadczył przywódca Ukrainy w nagraniu opublikowanym w mediach społecznościowych, i dodał: Jeśli chcecie poznać plany Rosji, spójrzcie na to, o co was oskarża, (AIP)

Londyn

Sankcje dla rosyjskich parlamentarzystów

Władze brytyjskie objęły sankcjami 386 posłów rosyjskiego parlamentu, którzy głosowali za uznaniem niezależności samostanowienia republik na wschodzie Ukrainy w Doniecku i Ługańsku. Posłowie ci objęci zostali zakazem podróży do Wielkiej Brytanii, jednocześnie tracąc dostęp do wszelkich aktywów przechowywanych w tym kraju oraz możliwość prowadzenia działalności gospodarczej. Decyzję w tej sprawie podpisała minister spraw zagranicznych Liz Truss. Jak podkreśliły władze w Londynie, od początku agresji Rosji na Ukrainę, sankcjami objęto już ponad 500 „wpływowych” obywateli Rosji, w tym najbogatszych biznesmenów Romana Abramowicza, czy Olegę Deripaskę. Duma, czyli niższa izba rosyjskiego parlamentu, w ubiegłym miesiącu ratyfikowała traktaty wspierające niepodległość samostanowienia republik we wschodniej części Ukrainy. (AIP)

Putin chce wysłać do Ukrainy ochotników z Bliskiego Wschodu

Modcwa

Anna Piotrowska
anna.piotrowska@polskapress.pl

16 tysięcy ochotników z Bliskiego Wschodu chce przyjechać i walczyć w Ukrainie po stronie Rosji - twierdzi rosyjski minister obrony Siergiej Szojgu.

Prezydent Rosji Władimir Putin poprosił urzędników o pomoc w wysłaniu ochotników do walki z siłami ukraińskimi.

W przemówieniu wygłoszonym podczas piątkowego posiedzenia rosyjskiej Rady Bezpieczeństwa oświadczył, że wszyscy ci, którzy wyrażają gotowość, aby zgłosić się na ochotnika do walki u boku rosyjskich żołnierzy, powinni otrzymać na to pozwolenie.

- Jeśli widzisz, że są tacy ludzie, którzy chcą z własnej



Putin: Jeśli są ludzie, którzy chcą z własnej woli pomóc ludziom w Donbasie, to musimy dać im to, czego chcą

woli, a nie dla pieniędzy, przyjdź i pomóż ludziom mieszkającym w Donbasie, to musimy dać im to, czego chcą i pomóc im dostać się do strefy konfliktu - powiedział rosyjski prezydent. W odpowiedzi na testowa mi-

nister obrony Rosji Siergiej Szojgu poinformował, że na Bliskim Wschodzie jest 16 tysięcy ochotników gotowych przyjechać, aby walczyć na Ukrainie po stronie Rosji.

Jak podała rosyjska agencja prasowa Interfax, Putin po-

parł propozycję przekazania wojskom Donieckiej i Ługańskiej Republiki Ludowej broni zachodnioeuropejskiej przejętej podczas działań wojennych w Ukrainie. Takie zapotrzebowanie zgłosił Siergiej Szojgu.

- W kontekście dostaw różnych rodzajów broni na Ukrainę ze wszystkich stron musimy zapewnić wyższą zdolność bojową milicji LPR i DRL, przekazać im systemy obrony przeciwlotniczej oraz systemy rakiet przeciwpancernych - powiedział szef rosyjskiego MON.

Rosjanie zapowiadają też wzmocnienie zachodnich granic w związku z „rozbudową NATO”. Sztab generalny miał zakończyć plan dotyczący m.in. budowy nowych kompleksów infrastruktury wojskowej oraz przenoszenia w kierunku zachodnim kolejnych jednostek wojskowych. Według Szojgu to odpowiedź na ruchy wojsk w państwach wschodniej flanki NATO, którym „nic nie zagraża”.

Ustka wstrzymuje przyjmowanie darów. Magazyny pękają w szwach

Bogumiła
Rzeczowska
bogumila.rzeczowska@gp24.pl



Pomoc Ukrainie

Ośrodek Wypoczynkowy Radość i Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Ustce proszą o czasowe wstrzymanie się z przynoszeniem darów. Zarówno Radość, jak i miejskie magazyny są zapełnione do granic możliwości.

Mieszkańcy Ustki, Słupska i okolic, ale i różnych miejsc w Polsce, stanęli na wysokości zadania, a nawet zrobili o wiele więcej. Nawieść, że do Ośrodka Wypoczynkowego Radość w Ustce przybędą malutkie dzieci z opiekunkami, ewakuowane z domu dziecka w Kijowie, nastąpiło pospoliteruszenie darczyńców. W ciągu kilku godzin zabrano tak wiele artykułów i produktów żywnościowych, że setki wolontariuszy pracowały przy ich sortowaniu dwa dni. Tymczasem dary wciąż napływały.



Mimo że dary były posegregowane, wśród 9. marca, znowu napłynęła cała masa produktów. Wczwartek część rzeczy przewieziono do innych magazynów

Wiele kartonów, reklamówek z rzeczami, a także wózki, przywieźli uchodźcy, którzy po drodze w Polsce otrzymali wsparcie. Przed Radością wciąż zatrzymywały się samochody, z których wynoszono kolejne produkty. Już w środę

okazało się, że ośrodek nie jest w stanie ich pomieścić. Jednocześnie do czwartku funkcjonowały trzy miejskie punkty zbiórki - w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej, Centrum Integracji Społecznej i na dworcu autobusowym. W

czwartek wstrzymano zbiórkę we wszystkich punktach.

- W związku z tym, że magazyny są pełne, wstrzymujemy zbiórkę rzeczową. Odzew na prośbę o wsparcie w związku z przyjazdem dzieci z Ukrainy był ogromny i wzru-

szejacy - serdecznie dziękujemy. Dzięki darom oraz ogromnej pracy wolontariuszy ośrodek został przygotowany na przyjęcie gości. W tej chwili potrzeby maluchów i ich opiekunek zabezpieczone są na kilka tygodni. Podjęliśmy decyzję o zawieszeniu zbiórki darów - informuje Eliza Motdal, rzeczniczka usteckiego ratusza. - Wszystkie osoby, które chciałyby udzielić wsparcia rzeczowego, prosimy o chwilę cierpliwości. Być może za dwa, trzy tygodnie będzie ono znów potrzebne.

Jednak dom małego dziecka, jaki utworzyliśmy w Radości, wciąż się urządza. I trzeba jeszcze trochę czasu i wiele starań, przede wszystkim odpowiedniej koordynacji, by zaczął funkcjonować swoim rytmem.

Do Radości pomoc nadeszła z całej Polski - od przedsiębiorców i rodzin. Jeszcze wczwartek przyjechał TIR z centrum kraju. Gdy okazało się, że ośrodek nie może już pomieścić wszystkich darów, część z nich wywieziono. Strażacy wynosili rzeczy z Radości. Przewieziono

je do halisportowej Jantara oraz Szkoły Podstawowej nr 3. Trafiła tam także część rzeczy z Centrum Integracji Społecznej.

Przy rozładunku pomagali uczniowie SP3. Wkrótce okazało się, że w hali sportowej można magazynować rzeczy tylko przez trzy dni, ponieważ odbywają się tam zajęcia.

- Staramy się to wszystko uporządkować i zapanować nad ogromną ilością darów. Mamy wyznaczonych kilka miejsc na terenie miasta, gdzie je składujemy. Magazyn udostępnił nam też jeden z przedsiębiorców - dodaje rzeczniczka ratusza. - Wymieniamy się informacjami o potrzebach na poziomie powiatu.

Teraz najlepiej uchodzićow wsparcie finansowe. Pieniądze zostaną przeznaczone na ich konkretne potrzeby. Konto Fundacji Kaszubskie Słoneczniki, która współpracuje miastem: BNP Paribas 331750 0012 0000 0000 36381493. Numer Swift rachunku: PPABPLPK. Akcja pod hasłem: Ustka-Ukraina.

© ©

Wnioski gminy Lipnica do Polskiego Ładu

runum nuffwssci

Andrzej Gurbu
andrzej.gurba@gp24.pl

Gmina Lipnica złożyła pięć wniosków o dotację z kolejnej edycji Polskiego Ładu.

- Największy wniosek dotyczy modernizacji oczyszczalni ścieków w Upiłce, która obsługuje całą gminę. Obiekt nie był remontowany od kilkunastu lat. Zabiegamy na ten cel o 12 mln zł (95 procent dofinansowania) - mówi Andrzej Lemańczyk, wójt Lipnicy.

Kolejny wniosek dotyczy przebudowy ul. Polnej, Cichej i Sosnowej w Lipnicy oraz kontynuacji przebudowy drogi z Brzeźna Szlacheckiego w kierunku Brzozowa. - Staramy się o około 2,3 mln zł - informuje Agnieszka Majorowicz z Refe-

ratu Inwestycji, Infrastruktury i Gospodarki Komunalnej w Urzędzie Gminy w Lipnicy (95 procent dofinansowania).

Trzeci wniosek to budowa sali wiejskiej w Mielnie. Gmina stara się o 1,7 mln zł (95 procent dofinansowania).

Dwa ostatnie wnioski dotyczą puli dla gmin, na terenie których funkcjonowały Państwowe Gospodarstwa Rolne.

- Chodzi o przebudowę budynku dawnej szkoły w Borzyszkowach na świetlicę wiejską oraz o dokończenie budowy sali wiejskiej w Ostrowie wraz z wyposażeniem zagospodarowaniem terenu - mówi Agnieszka Majorowicz.

Pierwszy wniosek opiewa na 2,4 mln zł, a drugi na 800 tys. zł. W przypadku tych wniosków przewidziane jest 98 procentowe dofinansowanie. © ©

REKLAMA

Starosta Bytowski ogłasza pierwszy usty przetarg nieograniczony na dzierżawę nieruchomości z zasobu Skarbu Państwa położonych na terenie Powiatu Bytowskiego

Oznaczenie według katastru nieruchomości	Księga wieczysta	Powierzchnia nieruchomości [w ha]	Opis nieruchomości	Przeznaczenie i sposób zagospodarowania nieruchomości	Forma zbycia	Cena wywoławcza	Wadium	Termin przetargu
1. dz. nr 19 obręb Kwisko gmina Miastko	SLIM/00020098/3	1,6505	W ewidencji gruntów i budynków nieruchomość stanowi użytk: Ws - grunty pod wodami powierzchniowymi stojącymi (jezioro bez nazwy)	Prowadzenie racjonalnej gospodarki rybackiej	Dzierżawa	1.100,00 zł (+ VAT)	200,00 zł	19 kwietnia 2022 r. godzina 9.00, sala 209
2. dz. nr 193 obręb Świeżyno gmina Miastko	SLIM/00020452/3	3,8134	W ewidencji gruntów i budynków nieruchomość stanowi użytk: Ws - grunty pod wodami powierzchniowymi stojącymi (jezioro Świeżyno Małe) „PsV - pastwiska trwałe” oraz N - nieużytki			2.100,00 zł (+ VAT)	200,00 zł	19 kwietnia 2022 r. godzina 9.30, sala 209
3. dz. nr 239 obręb (Ileko) gmina Bytów	3SL1B/00034606/8	8,21	W ewidencji gruntów i budynków nieruchomość stanowi użytk: E-Ws (jezioro bez nazwy)			2.900,00 zł (+ VAT)	200,00 zł	19 kwietnia 2022 r. godzina 10.00, sala 209

Pierwszy usty przetarg nieograniczony na dzierżawę jezior odbędzie się w dniu 19 kwietnia 2022 r. w siedzibie Wydziału Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami Starostwa Powiatowego w Bytowie przy ul. Ks. dr. Bolesława Domańskiego 2, pokój nr 209, od godz. 9.00, 9.30, 10.00.

Wadium należy wpłacić gotówką w kasie Starostwa lub przelewem na konto Starostwa Powiatowego w Bytowie - PKO BP S.A. Bytów Nr 031020 4708 0000 7202 0004 4453 z takim wyprzedzeniem, aby środki pieniężne znalazły się na rachunku bankowym najpóźniej w dniu 14 kwietnia 2022 r., co jest warunkiem uznania, że wpłata została dokonana w terminie. Wpłacone wadium zostanie zaliczone na poczet ceny osiągniętej w przetargu na rzecz ustalonego w przetargu nabywcy. Wadium nie podlega zwrotowi w razie uchylenia się oferenta, który przetarg wygrał, od zawarcia umowy dzierżawy. Dowód wniesienia wadium oraz oświadczenie podpisane przez osobę upoważnioną o zapoznaniu się z regulaminem przetargu oraz stanem technicznym i prawnym nieruchomości będącej przedmiotem przetargu (załącznik do Regulaminu przetargu) należy przedłożyć Komisji przetargowej w dniu przetargu.

Ogłoszenie o przetargu i regulamin przetargu jest do wglądu w Wydziale Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami Starostwa Powiatowego w Bytowie przy ul. Ks. dr. Bolesława Domańskiego 2, pokój 223, tel. 59 822 8818, na tablicy ogłoszeń w Oddziale Zamiejscowym w Miastku przy ul. Grunwaldzkiej 1 oraz na stronie bip.powiatbytowski.pl (ogłoszenia-wydział-Wydział Geodezji i Gospodarki Nieruchomościami). Starosta Bytowski zastrzega sobie prawo odwołania przetargu z uzasadnionej przyczyny.

REKLAMA

OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY GŁÓWCZYCE

Na podstawie art. 17 ust. 2 pkt 1 ustawy z dnia 9 października 2015 r. o rewitalizacji (Dz. U. z 2021 r. poz. 485 z późn. zm.)

Wójt Gminy Głowczyce
informuje:

o podjęciu przez Radę Gminy Głowczyce uchwały Nr XXXVI/307/22 z dnia 3 marca 2022 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia Gminnego Programu Rewitalizacji Gminy Głowczyce

Uchwała stanowi podstawę do opracowania dokumentu Gminnego Programu Rewitalizacji Gminy Głowczyce, dzięki któremu można będzie podjąć kompleksowe działania rewitalizacyjne na wyznaczonym obszarze.

Gminny Program Rewitalizacji będzie obejmował obszar rewitalizacji wyznaczony uchwałą Nr XXXV/298/21 Rady Gminy Głowczyce z dnia 21 grudnia 2021 r. w sprawie wyznaczenia obszaru zdegradowanego i obszaru rewitalizacji na terenie gminy Głowczyce. W skład obszaru rewitalizacji wchodzi następujące tereny gminne: sołectwo Skórzyno, sołectwo Rumsko, sołectwo Kłęcino, sołectwo Głowczyce oraz Osiedle Głowczyce (ul. Na Wzgórz).

Podstawowym celem sporządzenia gminnego programu rewitalizacji jest zaplanowanie kompleksowych przedsięwzięć i projektów rewitalizacyjnych (powiązanych wzajemnie, obejmujących aspekty społeczne, gospodarcze, przestrzenno-funkcjonalne, techniczne i środowiskowe), służących wprowadzeniu obszaru rewitalizacji ze stanu kryzysowego. Opracowanie Gminnego Programu Rewitalizacji umożliwi korzystanie ze specjalnych narzędzi i środków finansowych ułatwiających realizację projektów rewitalizacyjnych.

Wszystkie materiały dotyczące Gminnego Programu Rewitalizacji dostępne są na stronie internetowej <http://ug.glowczyce.ibip.pl>.

Zachęcam wszystkich mieszkańców, organizacje pozarządowe oraz przedsiębiorców prowadzących działalność gospodarczą na terenie Gminy, do czynnego uczestnictwa w opracowaniu i konsultacjach społecznych projektu Gminnego Programu Rewitalizacji. Informacja o planowanych konsultacjach będzie każdorazowo umieszczana w Biuletynie Informacji Publicznej oraz na stronie <http://www.glowczyce.pl>

Niniejsza informacja zostaje podana do publicznej wiadomości poprzez zamieszczenie w Biuletynie Informacji Publicznej i na tablicach ogłoszeń w Urzędzie Gminy, w sołectwach: Skórzyno, Rumsko, Kłęcino, Głowczyce oraz Osiedle Głowczyce (ul. Na Wzgórz).

WÓJT GMINY
Danuta May

REKLAMA

0010450283



Słupska Spółdzielnia Mieszkaniowa „Czyn”
76-200 Słupsk, ul. Leszczyńskiego 7, tel. 59 307 02 90
ogłasza przetarg nieograniczony ofertowy na:

Remont pokrycia dachu budynku mieszkalnego zlokalizowanego przy ul. Królowej Jadwigi 6 w Słupsku.

Oferty należy złożyć w terminie do dnia 1 kwietnia 2022 r. do godz. 945.

Oferty winny odpowiadać warunkom specyfikacji, które można pobrać ze strony internetowej www.czyn.słupsk.pl

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo unieważnienia przetargu na każdym jego etapie bez podania przyczyn i bez prawa do zgłaszania przez Oferentów roszczeń z tego tytułu.

Bitwa na wiersze. Są zapisy

Anna Czemy-Marecka
anna.marecka@pofskapress.pl

m

Meratura

I Pomorski SlamPoetycki organizuje Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w Słupsku. Odbędzie się on w piątek, 25 marca, o godz. 17 w sali konferencyjnej PBW przy ul. Jaracza 18A (okrągłak). To rodzaj turnieju poetów, nagroda dla zwycięzcy wyniesie 350 zł. Rozpoczęły się zapisy chętnych poetów.

Jak podaje wikipedia, slam poetycki to publiczna rywalizacja poetów-performerów, najczęściej amatorów. Choć samo określenie zjawiska jest nowe, to pojedynki poetyckie między wieszczami zdarzały się już znacznie wcześniej. Jednym z najbardziej znanych przykładów jest tzw. ucztą grudniową, która miała miejsce 25 grudnia 1840 r. w Paryżu, i była improwizowanym pojedynkiem poetyckim między Adamem Mickiewiczem i Juliuszem Słowackim. Zasady: Każdy uczestnik ma 3 minuty na zaprezentowanie swojego utworu. Używanie rekwizytów bądź instrumentów jest zabronione. Jury wybierane jest spośród publiczności. Zwycięzcę zazwyczaj otrzymują nagrody pieniężne.

- Przybywajcie z bliska i daleka 25 marca 2022 roku o godz. 17.00 do Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej w Słupsku, ul. Jaracza 18a, na I Pomorski



Wojewódzka Biblioteka Pedagogiczna w Słupsku rozpoczęła zapisy na turniej poetycki

Slam Poetycki organizowany z okazji Światowego Dnia Poezji pod hasłem „Wolność kocham i rozumem” jako forma wyrazu solidarności z Ukrainą – zapraszają organizatorzy. - Serdecznie zapraszamy młodzież i dorosłych do aktywnego udziału albo kibicowania w tym ciekawym i braterskim wydarzeniu, bo mamy nadzieję, że swoje wiersze przeczytają również piszący w jęz. ukraińskim. Zgłoszenia przyjmujemy mailowo na adres:

[b j s l a m p o m o r s k i @ g m a i l . c o m , telefonicznie: 598402660.

Slam poprowadzi Łucja Dudzińska – poetka, redaktorka, wydawca, animatorka, zwyciężczyni Slamu Wartal 2010.

- Czekaj nas wyjątkowa ucztą słowa i żywej improwizacji stwarzająca szansę każdemu występującemu, gdyż nie ma tutaj jury, ani żadnych autorytetów. W tym turnieju sztuki słowa możesz być początkującym lub możesz mieć

duży dorobek literacki, również nie jest istotne ile masz lat - Twój głos-tekst będzie tak samo ważny, bo decyduje zebrana publiczność. Wystarczy we wzajemnej literackiej rywalizacji skupić się na umiejętności przekazu swojego wiersza, prozy poetyckiej, a forma może być dowolna, np. czytanie, deklamacja, melorecytacja, improwizacja, śpiew bądź zaśpiew, rapowanie - dodają organizatorzy.

© @

INFORMATOR

SANEPID

Słupsk

608205830

Człuchów

791220 895

Bytów

736333550

KOMUNIKACJA

Słupsk: PKP 118000;22 36;

PKS 59 8424256;

dyżurny ruchu 598437110;

MZKSłupsk 59 8489300;

Lębork: PKS 59 8621972; MZK 59 8621451;

Bytów: PKS 59 822 2238;

Człuchów: PKS 598342213;

Miastko: PKS 59 8572149.

DYŻURY APTEK

Słupsk

„DOM LEKÓW”, ul. Tuwima 4. tel. 59 842 49 57

Ustka

sobota - PANACEUM, ul. Kopernika 18, tel.: 59 814-43-67, niedziela - APTEKA Z PASJĄ, ul. Polna 2, tel.: 732 806 600

Bytów

sobota - niedz. CENTRUM ZDROWIA, ul. Ks. dr Bernarda Sychty 3

Miastko

NOVA, ul. Kazimierza Wielkiego 24
tel.: 59 85767 32

Człuchów

sobota - RODZINNA, ul. Długosza 5, tel.: 5972121
77. niedziela - WRACAM DO ZDROWIA
ul. Plac Wolności 1

USŁUGI MEDYCZNE

Słupsk:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janusza Korczaka, ul. Hubalczyków, informacja telefoniczna 59 8460100

Ustka:

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, ul. Mickiewicza 12, tel. 5981469 68;

Poradnia Zdrowia PÓZ, ul. Kopernika 18,

tel. 598146011;

Pogotowie Ratunkowe- 5981470 09

Bytów:

Szpital, ul. Lęborska 13, tel. 59822 8500;

Dział Pomocy Doraźnej Miastko,

tel. 59 8570900

Człuchów:

Centrum zdrowia, ul. Szczecińska 13,

tel. 59 8343142

Miraculum, ul. Grunwaldzka 18,

tel. 59862 2477

WAŻNE

Słupsk:

PoSą997; ul. Reymonta.

tel. 59848 0645;

Pogotowie Ratunkowe 999;

Straż Miejska 986: 598433217;

Straż Gminna 598485997;

Straż Pożarna 998;

Straż Mepekka E711986: Ustka 598146761697

696498; Bytów 598222569;

USŁUGI POGRZEBOWE

Kala, ul. Armii Krajowej 15,

tel. 59 8428196, 601928 600 - całodobowo.

Pełna oferta pogrzebowa.

Hermes, ul. Obrońców Wyrbeża 1 (całodobowo), tel. 59 8428495, 604434441. Winda i baldachim przygrobie;

Hades, ul. Kopernika 15.

całodobowo: tel. 59 842 9891, 601663796.

Winda i baldachim przygrobie.

Zielen Słupsk Zakład Pogrzebowy,

ul. Kaszubska 3A. tel. 502 525 005 - całodobowo.

Pełna oferta pogrzebowa.

POGODA

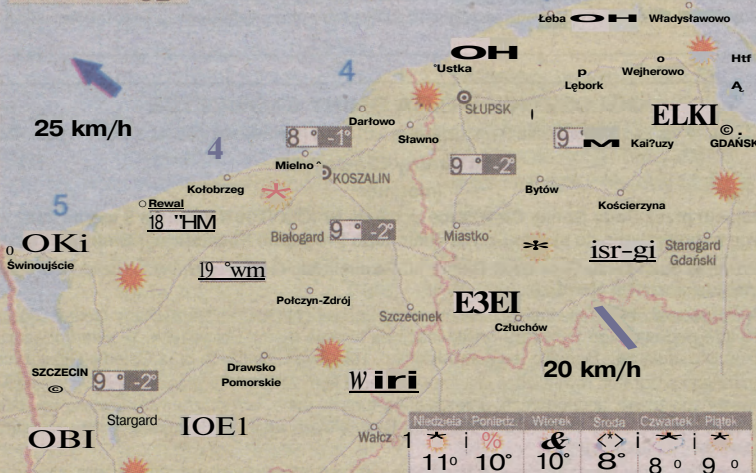
Krzysztof Ścibor
Biuro Calyus[®]
Sobota

Pomorzanie cały czas znajdują się w zasięgu wyżu ze wschodu dociera do nas suche, kontynentalne i łagodne powietrze. W ciągu dnia będzie słonecznie i sucho. Na termometrach max do 7:9 °C. Wiatr pld.-wsch., umiarkowany. W nocy sucho i mroźno. Jutro kolejny słoneczny i przyjemny dzień. Temperatura max do 8:10 °C. Wiatr umiarkowany z pld.-wsch. Dopiero we wtorek więcej chmur i możliwy deszcz.

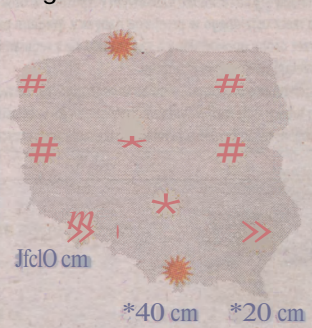
Pogoda dla Pomorza

Prognoza Ula Bałtyku

Stan morza (Bft) 2-3
Siła wiatru (Bft) 3-4
Kierunek wiatru SE



Pogoda dla Poiski



	Dzisiaj	Jutro
Gdańsk	8 °	10 °
Kraków	6 °	8 °
Lublin	5 °	7 °
Olsztyn	8 °	9 °
Poznań	9 °	11 °
Toruń	8 °	10 °
Wrocław	8 °	11 °
Warszawa	8 °	9 °

Karpacz	6 °	8 °
Ustrzyki Dolne	3 °	6 °
Zakopane	1 °	4 °

pogodnie zachmurzenie umiarkowane przelotny deszcz przelotne deszcze i burza pochmurno mżawka
 ciągły deszcz ciągły deszcz i burza przelotny śnieg ciągły śnieg przelotny śnieg z deszczem ciągły śnieg z deszczem
 mgła marznąca mgła śliska droga marznąca mżawka marzący deszcz zamieć śnieżna opad gradu kierunek i prędkość wiatru
 temp. w dzień 05 temp. w nocy 15 temp. wody grubość pokrywy śnieżnej ciśnienie i tendencja smog

AUTOPROMOCJA



**Czytaj tak,
jak lubisz**

gp24.pl

GP24.pl

Czesław Makubki
alarm@gs24.pl

Zagranica

Niemiecki rząd federalny wspierany przez większość mediów prezentuje swoisty sposób pomagania zaatakowanej Ukrainie. Niemcy nie zgadzają się na przekazanie ukraińskiej armii myśliwców, blokują eksport broni na Ukrainę, nie chcą wstrzymać importu rosyjskiego gazu i ropy oraz nie do końca zablokowały obowiązujący w Rosji system SWIFT. Jedyne co chętnie robią, to z rozmachem protestują, demonstrują, nawołują, apelują i przeprowadzają akcje protestacyjne.

Przewodnicząca Komisji Europejskiej Ursula von der Leyen apeluje do państw unijnych, aby jak najszybciej uniezależniły się od rosyjskiego gazu i ropy, ale jednocześnie przyznaje, że należy to robić stopniowo.

- Musimy w Unii tak działać, aby wywrzeć duży wpływ na poczynania Putina, a leniam samym nie wyrządzić szkód - powiedziała von der Leyen i dodała - Zamrażanie nas samych w imię pokoju nie jest dobrym rozwiązaniem.

To typowe podejście do wojny na Ukrainie unijnych i niemieckich elit: krzyczeć o szybkim działaniu, o sankcjach, o restrykcjach, ale już przy podejmowaniu decyzji doprowadzić do końca. Media niemieckie nie były przeciwne, aby wysłać „migi-29” na Ukrainę, ale pod warunkiem, że zrobi to Polska we własnym imieniu. Po skutecznym „polskim manewrze dyplomatycznym”, aby oddać samoloty Amerykanom i aby te, już z lotniska natowskiego w niemieckim Ramstein, zostały dostarczone ukraińskiej armii w imieniu całego NATO, sprawa zrobiła się dla niemieckiego rządu zbyt gorąca. Zarówno kanclerz Olaf Scholz, jak i szef niemieckiej dyplomacji Annalena Baerbock zdecydowanie odmówili zgody na takie rozwiązanie. Zgodnie przyznają, że jest to zbyt niebezpieczne dla Niemiec, które w ten sposób mogą narazić się na odwet Putina.

Strach jest złym doradcą

Ambasador Ukrainy w Berlinie Andrej Melnyk w najnowszym wywiadzie stwierdził wprost, że rozmowy z przedstawicielami władz federalnych o ewentualnej pomocy dla Ukrainy to rozmowy ze ścianą.

Zdaniem ukraińskiego ambasadora zdecydowana większość Niemców, tutejsze media i cały świat uznały niemiecką politykę wobec Rosji w ostatnich dekadach za porażkę, ale

Niemiecki sposób na wojnę? Krzyk i protesty, poza tym niewiele



Ukraina nadal czeka na niemiecką broń lub konkretną pomoc adekwatną do barbarzyńskiego rosyjskiego ataku

niemieccy politycy tegonie zauważyli i ciągle nie mogą odebrać się od postrzegania Rosji jako partnera.

Melnyk wprost oskarżył Niemcy, że są współodpowiedzialne za wojnę na Ukrainie.

- Poprzednie rządy federalne mogły zapobiec wojnie, bowiem niebezpieczeństwo jej wybuchu było znane już od 2014 roku. Ale oprócz ciągłego przypodobania się Putinowi nie zrobiono nic tak postępowo aż do wybuchu wojny - powiedział ukraiński dyplomata.

Melnyk przyznał, że minęło już dziesięć dni od momentu, gdy niemiecki kanclerz w Bundestagu zapowiedział zmianę polityki wobec Rosji, ale wręcz rzeczywistości nic się nie zmieniło i Ukraina nadal czeka na niemiecką broń lub konkretną pomoc adekwatną do barbarzyńskiego rosyjskiego ataku na ich kraj.

Niemcy nie słuchali ostrzeżeń

Ukraiński minister spraw zagranicznych Dmytro Kułeba powiedział, że Niemcy robią dla Ukrainy zbyt mało. Ba, jego zdaniem Niemcy są współodpowiedzialne za to, co dziś dzieje się na Ukrainie.

„Ukraina ostrzegała przed wojną, przed atakiem Rosji i cały czas słyszeliśmy 0 niemieckiej historycznej odpowiedzialności, która z jakichś niezrozumiałych powodów zamiast na Ukrainę, rozciągnęła się na Rosję” - mówił w dzienniku „Die Welt” szef ukraińskiej dyplomacji i dodał: „Ostrzegaliśmy przed budową gazociągu Nord Stream 2, ale Niemcy zawsze odpowiadali, że to czysty komercyjny projekt”.

Kułeba przypomniał poza tym, że wielokrotnie przedstawiciele Ukrainy, ale także innych państw ostrzegali Berlin, że Putin stanowi zło, na skalę jakiej świat jeszcze nie widział, ale nikt ich w Niemczech nie chciał słuchać. „Prosililiśmy i ostrzegaliśmy, aby nie powtarzać błędów z przeszłości, co by zapobiegło katastrofie, ale nikt

tego nie brał poważnie” - stwierdził, dodając, że niemiecka polityka prowadzenia ciągłych rozmów z Putinem poniosła porażkę.

Kompromitacja niemieckiej dyplomacji

Dziennik „Bild Zeitung” przypomniał kompromitującą z dzisiejszego punktu widzenia reakcję szefa niemieckiej dyplomacji w rządzie Angeli Merkel - Heiko Maasa, który publicznie podczas debaty w ONZ wyśmiał ostrzeżenia amerykańskiego prezydenta Donalda Trumpa przed zbyt dużym uzależnieniem Niemiec od Rosji w kwestiach energetycznych. Heiko Maas i jego ówczesna niemiecka delegacja, gdy usłyszała od Trumpa, że „Niemcy jeżeli natychmiast nie zmienią dotychczasowej polityki, to całkowicie uzależnią się od Rosji” - zaczęła się mocno iniegrecznie śmiać.

Teraz Heiko Maas milczy i nie komentuje swojego zachowania w ONZ, które było zarówno niegrzeczne, jak i całkowicie nieodpowiedzialne. Albo wiedział doskonale, że Donald Trump miał rację i w jego wykonaniu był to gorzki śmiech, albo nie zdawał sobie z tego

sprawy. A to oznaczałoby, że w Niemczech przez wiele lat sprawami zagranicznymi kierował człowiek nieodpowiedzialny i nieświadomy zagrożeń.

Także ówczesna kanclerz Angela Merkel wielokrotnie mijała się z prawdą w kwestii bezpieczeństwa energetycznego i gazociągów z Rosji. Zapewniała, że Niemcy wcale nie są uzależnione od rosyjskich dostaw gazu i ropy naftowej. Ponadto wielokrotnie publicznie zapewniała, że zarówno gazociąg Nord Stream 1 jak i Nord Stream 2 nie będą nigdy przez Putina wykorzystywane politycznie.

Z Angeli Merkel mamy taki sam problem, jak w przypadku kłamstw szefa niemieckiej dyplomacji. Albo niemiecka kanclerz przez lata cynicznie okłamywała swoich rodaków i cały świat, albo nieświadomie poprzez niemiecko-rosyjskie interesy narażała nas wszystkich na niebezpieczeństwo. Pani kanclerz na razie milczy i nie komentuje coraz głośniejszych zarzutów o to, że przez lata poprzez błędną politykę uzależniała Niemcy i całą Europę od nieobliczalnego Putina.

Obywatele niemieccy są pogubieni

W prywatnych rozmowach wiadać wyraźnie, że duża część niemieckich obywateli jest bardzo pogubiona. Z jednej strony przez lata skutecznie wmańwiano im, że są pępkiem świata, że ich rząd jest nieomylny i zawsze prowadzi jedynie słuszną politykę, a drugiej strony coraz częściej słysza w mediach, że przez lata poszczególne rządy federalne prowadziły błędną politykę wobec Rosji.

Nawet sam kanclerz Olaf Scholz przyznał publicznie i to w Bundestagu, że Niemcy zmieniają swoją politykę wobec Rosji. Z dnia na dzień Władimir Putin okazał się nieodpowiednim partnerem politycznym i biznesowym. Chociaż nadal większość mediów nazywa tego zbrodniarza wojennego prezydentem, a wojnę na Ukrainie często konfliktem ukraińsko-rosyjskim.

Co im teraz zostało... Spuścić głowę i dołączyć do demonstracji i protestów. W ciągu kilkunastu ostatnich dni antywojenne demonstracje odbyły się w wielu niemieckich miastach. Nie wiadomo tylko, na jak długo wystarczy Niemcom zapału do protestowania.

Niemcy martwią się o własną wygodę

Na Ukrainie rosyjskie bomby spadają na cywilne cele, na żłobki i przedszkola, na szpitale i kliniki dziecięce, zabijają cywilów w tym kobiety i dzieci, a Niemcy martwią się, że obecnie płacą za paliwo już ponad 2 euro 20 centów. Ponadto, obawiają się, że zabraknie im prądu w mieszkaniach. To są ich obecne problemy.

Jedynie dziennik „Bild Zeitung” ostro krytykuje własnych obywateli za tak mało skutkową postawę. Inne media milczą.

Rząd federalny na razie odmawia obniżenia wielu podatków mineralnych, co w konsekwencji obniżyłoby ceny na stacjach paliwowych. Ale władza znalazła inny sposób na zaszkodzenie Putinowi, radząc swoim obywatelom, aby z samochodów przesiedli się na rowery i tym sposobem mniej wydawali na paliwo i wtedy do Putina wpłynęłoby mniej pieniędzy. Padają propozycje, aby wprowadzić w Niemczech tak zwane „niedziele bez samochodów”. Polityk SPD Nina Scheuer przyznaje, że byłoby to obywatelski wkład w walce z obecnymi niedoborami w dostarczaniu paliw. Organizacje ochrony środowiska także chcą wykorzystać obecną sytuację, aby wprowadzić dalsze ograniczenia społeczne. Teraz coraz częściej rozmawia się o limitach szybkości na niemieckich autostradach do 100 km/h, a poza autostradami nawet do 80 km/h. To są typowe niemieckie sposoby walki z wojną na Ukrainie. ©R

Ambasador Ukrainy w Berlinie Andrej Melnyk wprosi oskarżył Niemcy, że są współodpowiedzialne za wojnę na Ukrainie

Drobne

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 3512

Przez internet: ibo.polskapress.pl

W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Mickiewicza 24,

75-004 Koszalin, tel. 94 347 3512

Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19,

76-200 Słupsk, tel. 59848 8103

Oddział Szczecin: ul. Nowy Rynek 3,

71-875 Szczecin, tel. 914813367, fax 91433 48 60

REKLAMA

1010435298

ABAKUS
Aniela Barzycka -22 lata na rynku
poszukujemy mieszkań 2,3-pokojowych
rej. Karłowicza, Nowowiejskiego
kupimy za **GOTÓWKĘ**
ZADZWOŃ 661-745-111

ul. Zwycięstwa 143
(obok Związkowca)
www.abakus-nieruchomosci.pl3 pokoje, balkon, ciepłociąg
rej. Monte Cassino
do negocjacji 278 000,-2 pokoje, I piętro, balkon
rej. Jagoszewskiego
OBNIŻKA CENY 268 000,-4 pokoje, 64 m², balkon
rej. Jagoszewskiego
399 900,-

Nieruchomości

MIESZKANIA OO WYNAJĘCIA

SŁUPSK, Bat. Chłopskich 2. Dla pani
pracującej. 508-653-335

GARAZE

KUPIĘ garaż murowany, 609-499-555.

Handlowe

FILMY. MUZYKA

KUPIĘ PŁYTY GRAMOFONOWE

609155 327

GŁOS
DZIENNIK POMORZA

www.gp24.pl
www.gfc24.pl
www.gs24.p

Prezes oddziału Polska Press
Piotr Grabowski, piotr.grabowski@polskapress.pl
Redaktor naczelny
Przemysław Szymanczyk
przemyslaw.szymanczyk@polskapress.pl,
tel. 607 287 664

Zastępcy redaktora naczelnego
Marcin Stefanowski, Koszalin, tel. 697 770 227
marcin.stefanowski@polskapress.pl
Ylona Husaim-Sobecka, Szczecin, tel. 697 770 218
ylona.sobecka@polskapress.pl
Wojciech Frelichowski, Słupsk, tel. 519 503 638
wojciech.frelichowski@polskapress.pl

Dyrektor drukarni
Stanisław Sikora, tel. 6027 40087
s.sikora@pprint.pl
Dyrektor działu marketingu
Robert Gromowski, tel. 502 339 113
robert.gromowski@polskapress.pl

Dyrektor działu reklamy
Ewa Żelazko, tel. 500 324 240
ewa.zelazko@polskapress.pl
Prenumerata, tel. 94 140 114
GlosKoszalin@polskapress.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 8100, fax 59 848 8104,
tel. reklama: 59 848 8111,

redakcja.gp24@polskapress.pl,
reklama.gp24@polskapress.pl
Głos Szczeciński - www.gsz24.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. Piłsudskiego 6, 78-400 Szczecinek,
tel. 94 374 8818, 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

© - umieszczenie takich dwóch znaków
przy Artykułach, w szczególności przy Aktualnym
Artykułach, oznacza możliwość jego dalszego rozpo-
wszczania 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 Czystościwa
Nakład Kontrolowany ZNDP

SMad Zarząd:
Tomasz Przybek, Prezes Zarządu
Dorota Kania, Członek Zarządu
Miłosz Szulc, Członek Zarządu

**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

SMad Zarząd:
Tomasz Przybek, Prezes Zarządu
Dorota Kania, Członek Zarządu
Miłosz Szulc, Członek Zarządu

Dyrektor artystyczny
Tomasz Bocheński
Dyrektor marketingu
Sławomir Nowak,
slawomir.nowak@polskapress.pl
Dyrektor kolportażu
Karol Wlazło
karol.wlazlo@polskapress.pl
Agencja AIP
kontakt@aip24.pl
Rzecznik prasowy
Adrian Majchrzak, tel. 22 201 44 38,
adrian.tajchrzak@polskapress.pl

Armia Krajowa to było Wojsko Polskie w konspiracji

Rozmowa

Z dr. Markiem Jedynakiem z Instytutu Pamięi Narodowej.

Co właściwie wydarzyło się 14 bieżącego 1942 r.?

Funkcjonujący nieprzerwanie od 1939 r. Związek Walki Zbrojnej wyłącznie zmienił nazwę na Armia Krajowa. Pozostały struktury i ci sami ludzie.

Była to kwestia tyflicz symboliczna?

Słowo „armia” utożsamiane jest z siłami zbrojnymi kraju. To już nie była jedna z wielu organizacji konspiracyjnych. To było Wojsko Polskie w konspiracji, wojsko Polskiego Państwa Podziemnego. Nie bez znaczenia była dalsza część rozkazu, w której naczelny wódz Polskich Sił Zbrojnych generał broni Władysław Sikorski zaznaczył, że od tego momentu „stanowisko Pana Generała nosi nazwę dowódcy Armii Krajowej”. Dla żołnierzy i osób związanych z wojskowością był to jasny i czytelny przekaz. Oznaczało to, że jest głównodowodzący armią w konspiracji.

Wokupowanej Polsce były inne organizacje konspiracyjne. Jak na kłopot przedstawiła się Armia Krajowa?

Związek Walki Zbrojnej był największą organizacją konspiracyjną. Trzeba pamiętać, że po klęsce wojny obronnej w 1939 roku samorządnie, oddolnie powstało kilkadziesiąt, o ile nie kilkaset, konspiracyjnych przysiężeń. Część z nich stopniowo podporządkowała się innym, większym. Głównym celem tych formacji była praca na rzecz odzyskania niepodległości. Jednak w wielu przypadkach poza ściśle militarnymi aspektami walki przeciwko Niemcom czy Sowietom, kierownictwo poszczególnych struktur miało także swoje cele polityczne. Wiązało się to z poglądami działaczy podziemnych i ich przynależnością lub sympatiami partyjnymi. Warto przypomnieć, że



FOT. ARCHIWUM

Dr Marek Jedynak: - Armia Krajowa to już nie była tylko jedna z wielu organizacji konspiracyjnych

w konspiracji powstały organizacje o charakterze zbrojnym, nad którymi zwierzchność miały np. Stronnictwo Ludowe (Bataliony Chłopskie), Stronnictwo Narodowe (Narodowa Organizacja Wojskowa), a także Polska Partia Robotnicza (Gwardia Ludowa) i inne ugrupowania polityczne. Choć większość z nich (z wyjątkiem PPR i GL) dążyła do odzyskania przez Polskę niepodległości, to kierownictwa stronnictw w różnym stopniu uznawały legalne władze Rzeczy-

**SAia Amia Polski
Podziemnej to odpo-
wiedź na pojawienie się
na obrzeżach konspiracji
coraz mocniejszego
ruchu komunistycznego**

pospolitej na uchodźstwie i respektowały ich zwierzchność cywilno-wojskową.

Co był najważniejszym zadaniem dowódcy Armii Krajowej w 1942 roku?

Dokończenie scalania organizacji konspiracyjnych w kraju, by stworzyć jedną pod-

ziemną armię walczącą w imię interesów narodu polskiego. Zgodnie z instrukcjami rządu Rzeczypospolitej na uchodźstwie akcję zaczął już jesienią 1939 roku generał brygady Michał Tokarzewski-Karaszewicz jako komendant główny ZWZ. W ciągu kilku następnych miesięcy generał brygady Stefan Rowecki „Grot”, dowódca AK, wydał szereg rozkazów dla określających sposób prowadzenia rozmów połączeniowych oraz zasady scalania. Realne rozpoczęcie akcji scaleniowej spowodowało, że 9 kwietnia 1942 r. dowódca AK wydał rozkaz nr 5 dot. odtwarzania Sił Zbrojnych w Kraju. Skutkiem tego polecenia, a także następnych wytycznych, było opracowanie planów powstania powszedniego dla okupowanego kraju. W 1944 r. urzeczywistniony został w postaci operacji „Ostra Brama” i „Burza” oraz powstania warszawskiego, choć ich realizacja nie przebiegała w pełni zgodnie z przyjętymi wcześniej założeniami.

Jak z perspektywy 80 lat można ocenić decyzję naczelnego wodza?

Zmiana nazwy, a w następstwie zmiany struktury wewnętrznej Sił Zbrojnych w Kraju i scalenie wysiłku militarnego stanowiły ukoronowanie opracowywanego przez szereg miesięcy wcielenego w życie planu ciągłej i przestrzennej walki z okupantem. Była to jednocześnie odpowiedź na zachodzące przeobrażenia w przestrzeni niemieckiego systemu okupacyjnego, tj. nasilenia eksploatacji ekonomicznej, wzrostu represyjności systemu. W skali globalnej wzmocnienie roli AK stanowiło element organizowanego szeregu w okupowanej Europie ruchu oporu i walki cywilnej z Niemcami. Silna armia Polski Podziemnej stanowiła też odpowiedź na pojawienie się na obrzeżach polskiej konspiracji coraz mocniejszego ruchu komunistycznego.

©®

Rozmawiał Tomasz Trepka

PSG czeka kolejna rewolucja? Po klęsce z Realem polecają głowy

Tomasz Dębek
Twitter: @T_Debek



Pitkanożna

Czołowy piłkarz, treneri dyrektor sportowy - tak może wyglądać Ksta czystek w PSG pokłesce z Realem Madryt Według doniesień mediów na wylocie z klubusą Neymar. Mauricio Podiettno i Leonardo.

Paris Saint-Germain było jedną nogą w ćwierćfinale Ligi Mistrzów. Mimoprowadzenia 2:0 w dwumeczu, w ostatnich 30 minutach rewanżu na Santiago Bernabeu mistrzowie Francji dali sobie strzelić trzy gole i odpadli z rozgrywek kosztem Realu. Wszystko wskazuje na to, że wkrótce może dojść w klubie do prawdziwej rewolucji.

Jak donosi niezależny dziennikarz Romain Molina (współpracujący m.in. z takimi redakcjami, jak Guardian, CNN, BBC i The New York Times), w Paryżu jednym z głównych winowajców klęski z Realem uznano Neymara. Brazylijczyk zaliczył asysty przy obu bramkach Kyliana Mbappe, w tym sezonie jednak rozczarowuje. Boryka się z kontuzjami, a jego bilanś 1545 minut na murawie, 19 meczów, 4 gole i 5 asyst. Tyle samo co bramkman na koniec ótych kartek.

Mało tego, po meczu z Realem w szatni PSG miało dojść do ostrej scysji. Neymar i Gianluigi Donnarumma rzekomo wzajemnie obwiniali się o porażkę. Wymieniających nie tylko słowne argumenty zawodników trzeba było rozdzielić.

„Nie cierpię komentować doniesień medialnych, ale tepeśy to kłamstwa. Wszatninie doszło do żadnej bójki. Niekompetentni dziennikarze, którym zależy



Neymar to najdroższy piłkarz świata, kosztował PSG 222 mln euro

tylko na wypromowaniu się, powinni szukać sensacji w innym miejscu” - napisał na Instagramie Neymar. Załączył też fragment rozmowy z Donnarumma, gdzie pociesza Włocha.

Molina twierdzi jednak, że poza rozczarowującą formą zawodnika, zaktórego w 2017 r. PSG zapłaciło Barcelonie 222 mln euro, kluczową kwestią w kontekście jego potencjalnego odejścia ma być konflikt o capiłkarza z działaczami klubu. W Paryżu są podobno przygotowani na sprzedaż Brazylijczyka już w letnim okienku transferowym. Nawet za cenę zdecydowanie niższą od jego wartości rynkowej (według branżowego Transfermarkt wynosi ona 90 mln euro). O ile oczywiście znajdzie się klub gotowy na zapłacenie 30-latkowi

kosmicznej pensji. W PSG zarabia ok. 30 mln euro rocznie, a jego kontrakt obowiązuje do końca sezonu 2024/25.

Neymar przyznał niedawno, że chciałby spróbować w amerykańskiej MLS. Jednym z argumentów było to, że piłkarze mają tam... 3-4 miesiące wakacji.

Polecić mają też inni gowcy. Molina twierdzi, że na włosku wisi posada dyrektora sportowego PSG, Leonardo. 52-latek Brazylijczyk jest krytykowany za złe wybory trenerów, ma też kiepskie relacje z młodymi piłkarzami i ich partnerkami. Odwrócili się od niego podobno nawet bliscy współpracownicy. „Wszyscy mają go dość” - podkreśla francuski dziennikarz.

Leonardo narobił sobie też kłopotów po meczu z Realem.

Wspólnie z prezesem klubu Nasserem Al-Khelaifem próbował się dostać do pokoju sędziów. Mieli krzyczeć i kopać w drzwi. Problem w tym, że... pomylili pomieszczenia i wściekłość wyładowali na pokoju jednego z pracowników Realu. Hiszpańskie media donoszą, że prym w rozróbie wiodł Al-Khelaifi, który zniszczył chorągiewkę sędziego liniowego i wytrącił telefon z rąk nagrywającego skandaliczną sytuację pracownika Realu. Wykrzyczał też w jego stronę, że go zabije. Wszystko zostało opisane w protokole meczowym, a krewcy działacze mają zostać surowo ukarani przez UEFA.

Leonardo pokłesce z Realem wziął w obronę trenera Mauricio Pochettino i zaznaczył, że klub nie będzie wykonywał pochopnych ruchów. Według mediów Argentyńczyk na dotrwanie do końca sezonu nie ma jednak większych szans. „Wściekły Al-Khelaifi jest gotów zwolnić Pochettino” - twierdzi dziennikarz „Daily Mail” Chris Wheeler. Dodaje też, że trener nie musi martwić się przyszłości, bo został najpoważniejszym kandydatem do objęcia posady w Manchesterze United. Alternatywą jest Erik ten Hag z Ajaksu.

Jakby problemów PSG było mało, latem z klubu odejdzie jeszcze jedna kluczowa postać. Kylian Mbappe 1 lipca stanie się wolnym zawodnikiem. O tym, że jego pierwszym wyborem jest Real, wiemy od dawna. Dziennik „Marca” uważa, że pobyt w Madrycie tylko utwierdził go w przekonaniu, że wybrał dobrze. Kibice Królewskich przyjęli go jak swojego piłkarza, z każdej strony odczuwał szacunek. Pomeczu długoro rozmawiał z Karimem Benzemą. Szanse nato, że PSG przekona go do przedłużenia kontraktu wyglądają słabo. Zwłaszcza że jego relacje z Leonardo niesą najlepsze. ©R



Jakub Wolny wczoraj okazał się najlepszy z Polaków

Polacy nie odgrywają głównych ról w lotach

Skoki luarksrskk

Artur Bogacki
artur.bogacki@polskapre5.pl

Na półmetku konkursu indywidualnego mistrzostw świata w lotach w Vikersund liderem jest Marius Lindvik. Najlepszy z Polaków Jakub Wolny zajmuje 12. miejsce. Dziś dokończenie rywalizacji.

Już po pierwszej serii konkursowej MS można było założyć, że Polacy nie będą liczyć się w walce o medale. Nasi zawodnicy wprawdzie w komplecie znaleźli się w „30” (na 40 startujących); odpadł m.in. Daniel Huber), która będzie kontynuować zmagania także w sobotę (dwie kolejne serie), ale zajmował idalsze lokaty. Najwyżej, na 13. pozycji, plasował się Jakub Wolny, z dużą stratą (ponad 25 pkt) do podium. Ponadto biało-czerwoni podczas kilku skoków na „mamucie” w Vikersund (treningi, kwalifikacje, seria próbna) nie dali wyraźnego sygnału, że stacich, by zamieszać wstawce.

A żeby znaleźć się w czołówce, trzeba było skakać naprawdę bardzo daleko. Odległości robiące wrażenie były w pierwszej serii. W świetnej „lotniczej” formie są Słowacy i Norwegowie. Aż 242,5 m użyskał Timi Zajc; z trudem ustał

po lądowaniu, co skutkowało obniżeniem belki startowej przez jury. Potem najlepsimi „tylko” 230 m, a po 1. serii liderował mistrz olimpijski Marius Lindvik.

W drugiej serii warunki już nie były tak korzystne dla zawodników: wiało głównie w tyłu, większych odległości - mimo znacznego podwyższenia rozbiegu (z 13. na 18., potem na 20. belkę) - już nie było. Długo sukcesem było uzyskanie... 200 metrów. Polacy znaczących postępów nie zrobili, poprawił się tylko, o „oczko”, Wolny (12.). Pozostali zanotowali spadek.

Kolejność w czołówce się zmieniała. Lindvik obronił pozycję lidera (226,5 m), a między Norwegów i Słowaków (aż 7 zawodników w „10”) wepchnął się Stefan Kraft: po skoku na 230 m awansował na 2. pozycję. Broniący złota Karl Geiger (wicelider PS) jest 13., a lider PS Ryoyu Kobayashi - 10.

Dziś dwie kolejne serie konkursu indywidualnego, a w niedzielę drużynówka.

Wyitła M&I. Marius Undvik (Norwegia) 457,4 (232,5 i 225 m), 2. Stefan Kraft (Austria) 451 (225 i 230 m), 3. Domen Prevc (Słowenia) 437,6 (231 i 225 m), 4. Timi Zajc (Słowenia) 436,5 (242,5 i 218 m), 5. Anze Lanisek (Słowenia) 426,6 (230 i 215 m), ... 12. Jakub Wolny 394 (219 i 197 m), 19. Piotr Żyła 374,4 (215 i 187 m) 21. Kamil Stoch 366 (206,5 i 196 m), 29. Paweł Wąsek 329,4 (196 i 181 m). ©R

Walka o środek pola bez Klich. Czy ktoś wygryzie go z reprezentacji?

PMkanazna
FSpBares
Twitter: @Bares34

Mateusz Kichnie przyjedzie na n'biższegnqx> wanieka-dry z powodu zawieszenia za kartki. Jego słabsza dyspozycja w tym sezonie może dać kfcupilkarzom szansę na w kupienie się w tskis trenera.

Lista nazwisk zawodników, którzy mogą zastąpić Klich, jest długa. Odwa miejsca w środku pola (zakładając, że jedno trafi do Zielińskiego) powalczą Kry-

chowiak, Moder, Bielik i nawet Góralski.

W przeszłości nieobecność Klich mogłaby być dużym problemem dla kadry, ale zespół już przyzwyczaił się do gry bez niego. W eliminacjach MŚ Paulo Sousa aż w 6 spotkaniach nie mógł skorzystać z Mateusza. W eliminacjach wystąpił w zaledwie 4 meczach.

W tym sezonie w Leeds Klich wystąpił w 27 spotkaniach we wszystkich rozgrywkach, strzelił dwie bramki i dołożył dwie asysty. Napoczątku poprzedniego sezonu Polak był niedo zastąpienia dla Marcelo Bielsy, grając 90 mi-

nut i Orazy wciagupierwszych 12 meczów i łącznie 16 w 35 (45 proc.). W tym sezonie Polak gra w pełnym wymiarze już rzadziej niż w co trzecim meczu (7 na 22, 31 proc.). A przecież w pewnym momencie Polak rozegrał 11 meczów z rzędu w pierwszym składzie u Bielsy...

„Klich zaczął sezon świetnie, ale teraz zaliczył jzd W związku z tym Klich nie jest w stanie zagrościć na dłużej w środku pola Bielsy. Cowięcej, w tym sezonie Klich zaledwie 14 razy zagrał 90 minut” - napisał w marcu zeszłego roku dziennikarz James Marshment.

W zeszłym sezonie Klich miał średnio 52 kontakty na mecz z piłką, a w tym aż o 10 mniej, przy taldejsamej średniej minut na spotkanie. O tyle samo spadły celne podania, a skuteczność, z jakapodaje, spadła o 4 proc., ale

Krychowiak, Moder, Klich, Góralski, Zieliński - Czesław Michniewicz ma kilka opcji do wyboru w walce o środek pola w reprezentacji

88 proc. to wciąż świetny wynik. Statystyki niekłamia - awiększości Polak wypadł gorzej niż rok temu - ale też nie przedstawiają całej prawdy. Leeds w tym sezonie jest o wiele gorszym zespołem, co niedawno stanowiłskiem przypłacił Bielsa. Klich w wieku 31 lat jest, niespodziewanie, najstarszym zawodnikiem w szatni, ale nie odczuwa związanej z tym odpowiedzialności.

- Nie zachowuję się jak najstarszy. W ogóle nikt mnie tutaj nie traktuje. Nie wciskam się do żadnych „jad” zespołów czyną kapitaną - powiedział w rozmowie z „Foot Truckiem” Klich.

Jego nieobecność, znaki zapytania i, cokolwiek by powiedzieć, wiek dają pole do popisu innym. Szczególnie zaś Moderowi, który już w eliminacjach wykorzystał chorobę kolegi. Były lechita przede wszystkim oferuje kreatywność. I nawet w obronie wypada statystycznie lepiej, ale pod tym względem także Bielik jest lepszy od Klich. O ile oczywiście jest zdrowy.

Klich wypełnił lukę, do której ustawia się obecnie kolejka piłkarzy. Póki co, wciąż jest ważnym zawodnikiem, ale młodszy koleśdy powinni dostawać coraz więcej szans, jego kosztem...

Czarni nie zwalniają tempa, Kolejny mecz w hali Gryfia



Początek poprzedniego spotkania z Zastąłem Zielona Góra. W niedzielę kolejne spotkanie w słupskiej hali

Michał Piątkowski
michal.piatkowski@polskapress.pl



Koszykówka

Nie opadły jeszcze emocje powielam zwycięstwie nad wicemistrzem Polski, a słupskich zawodników czeka kolejne łgowe starcie.

Tym razem rywal wydaje się mniej wymagający, jednak jako często bywa w koszykówce - to może być tylko złudzenie. MKS Dąbrowa Górnicza pokazała w ostatnim meczu z Anwil Włocławek, że potrafi być groźni - pokonując wrocławian 92:86. Dąbrowianie są obecnie

w mało komfortowej dla sportowców sytuacji. Zajmują 13 miejsce w ligowej tabeli, jednak tak naprawdę grozi im już raczej spadek. Nie mają też szans na awans do fazy play-off, więc z każdym meczem możemy być trudniej o mobilizację - bo mówiąc potocznie językiem wydawca się może, że grają o „nic”. Jednak ma to też swoje plusy, z zawodników ściągnięta jest presja, a każdy z koszykarzy walczy przecież o przyszłoroczne kontrakty. Do tej pory dąbrowianie wygrali 8 ligowych pojedynków, 15 razy musieli uznać wyższość swoich rywali. Przez długi czas tegosezonu niekwestionowanym liderem ekipy Jacka Winnickiego był Devyn Marble, który jednak przeniósł się do zespołu z Zielonej Góry. Obecnie

najlepszym strzelcem niedzielnych rywali Czarnych jest Michael Lewis, który w każdym meczu zdobywał średnio prawie 16 punktów.

Nie ma sensu rozwodzić się nad ekipą Czarnych, ponieważ chyba nie ma już słów, które mogły oddać to, w tym sezonie wyprawa zespołu Mantasa Cesnauskisa. Czarni grają jak zaczarowani, a ich gra obronna w dwóch ostatnich meczach (w Szczecinie stracili 74, z Zastąłem 63 punkty) wygląda obecnie na bezkonkurencyjną w lidze. Ekipa ze Słupska po pierwsze miejsce po sezonie zasadniczym idzie jak po swoje i chyba żadna z ligowych drużyn nie posiada już nadziei na jej dogonienie. W absolutnie topowej formie jest obecnie kapitan Czarnych Marek

Klassen. Kanadyjski rozgrywający w trzech ostatnich grach trafił łącznie 16 celnych trójek, co musi budzić szacunek każdego stawającego naprzeciw niego obrońcy.

Początek meczu już w najbliższą niedzielę - 13 marca o godzinie 15:30 w słupskiej hali Gryfia.

W pozostałych spotkaniach 25. kolejki zagrają: Trefl Sopot - Anwil Włocławek, Śląsk Wrocław - Legia Warszawa, Start Lublin - Hydrotruck Radom, Astoria Bydgoszcz - Twardo Pierniki Toruń, Stal Ostrów Wielkopolski - GTK Gliwice. W już rozegranych meczach: Zastął Zielona Góra - Spójnia Stargard 106:64 (rozegrany w lutym), King Szczecin - Arka Gdynia 78:85 (mecz przedwcześnie). ©

Kolejne trudne mecze czwartoligowców

Prkano&na

Jarosław Stencel
jaroslaw.stencel@polskapress.pl

W pierwszej wiosennej kolejce w V B dze sześć najlepszych zespołów zdobyło tylko 2 punkty. W najbliższej 18. kolejce może być niełatwa

Zacznijmy od zespołów, które rozegrały swoje spotkania na własnych boiskach. Jedenasta w tabeli Lęborska Pogoń w sobotę o godz. 11 podejmować będzie rezerwy Lechii Gdańsk (8. lokata). Lęborzanie zaczęli rundę, porażką w Nowym Stawie.

Gdańszczanie zdecydowanie przeciwnie, rozbili zespół Borowiaka Czersk aż 8:1. Lechia w tym meczu wystąpiła w mocnym składzie i tak samo może być w Lęborku. Łupembromkowym podzielił się: Ahmad Haydary (3 gole), Bassekou Diabate (też 3), Tomasz Makowski i Kacper Sezonienko (były zawodnik Bytovii). Jantar Ustka (15. miejsce) w sobotę godz. 15 rozpocznie spotkanie z Gryfem Wejherowo (14. lokata). Goście również dobrze zaczęli rundę pokonując 3:2 Chojniczanek.

Osiemnastą Spartę Sycowice czeka trudny mecz z liderem Ge-

danią Gdańsk (sobota, 17), która jest w wysokiej formie.

Z wyjazdowych spotkań naszych drużyn najwcześniej naboisko wybiegnie Gryf Słupsk (3. miejsce), który w sobotę godz. 11 podejmowany będzie przez trzynastą Chojniczanek. Także w sobotę (godz. 15) swój mecz rozegrają piłkarze Bytovii Bytów (9). Ich rywalem w Czersku będzie Borowiak (19). Szósty z naszych zespołów - Anioły Garczegorze (16) również w sobotę o godz. 15 podejmowany będzie przez Wierzyce Pelplin (6. miejsce).

W słupskiej klasie okręgowej piłkarze rozegrają kolejną kęspo-

tań. Zdecydowanie najciekawszym spotkaniem będzie potyczka rezerw Gryfa Słupsk z KS Gryf SMSSłupsk.

W sobotę zagrają: Zawisza Borzytuchom - GTS Czarna Dąbrówka (15), Start Miastko - Jantaria Pobłocie (11), Brda Przechlewo - Skotawia Dębica Kaszubska (15), Myśliwiec Tuchomie - Lipniczanka Lipnica (15). Mecze niedzielne: Czarni Czarne - Piast Czulchów (14), Dolina Gałąźnia Wielka - Kaszubska Studzienice (11), Gryf HSłupsk - KS Gryf Słupsk (18), MKS Debrzno - KS Włynkówko (15), Wybrzeże Objazda - Sokół Wyczehy (14). ©



Dobromir Bujak (przy piłce, kapitan Przewłoki) poprowadził swój zespół do zwycięstwa 5:0 w meczu z Duninowem

Sołectwo Objazda najlepsze w gm. Ustka

PSka nożna

Krzysztof Niekraś

k17ysztol.niekrasz@polskapress.pl

Spora dawka emocji był podczas sołeckich mistrzostw w halce piłki nożnej puchar wójta gminy Ustka, które odbyły się w Objazdzie. Tam na listę zwycięzców wpisał się miejscowy zespół. Objazda wyprzedziła najlepszym bilansem bramkowym Przewłokę.

Uroczystego otwarcia i zakończenia imprezy połączonego z wręczeniem pucharów dokonała Anna Sobczuk - Jodłowska. W szkolnej hali do zmagania piłkarskich przystąpiło sześć łaci i gustownie ubranych drużyn. Granicę przez prawie pięć godzin. Obowiązywał system każdy z każdym. Zespoły występowały w pięcioosobowych składach. Zmiany były jak w kółku. Wszyscy zawodnicy walizowali z zacięciem o każdy punkt i o każdą bramkę. Spotkania naboisko odbywały się zgodnie z zasadami fair play. Na ambitną grę wszystkich uczestników kibice patrzyli z wielką przyjemnością. W niektórych ekipach byli bardzo znani piłkarze, którzy w przeszłości grali w ligach naszego okręgu. Wśród nich obecni byli: Adam Gołąb, Dominik Gruszka, Patryk Lubański, Michał Lubański (wszyscy Peplino), Mariusz Rykowski (to jeszcze czynny

bramkarz, który tym razem w śmienicie poczynił sobie jako gracz w polu i strzelił 5 goli), Krzysztof Pijanowski (4 bramki) i Stefan Gruszczynski (wszyscy Przewłoka). Emocji było sporo. W sumie rozegrano 15 meczów, w których zdobyto 64 bramki.

Końcowa klasyfikacja: 1. Objazda - konto 10 punktów, bramki 16:3; 2. Przewłoka - 10, 18:6; 3. Duninowo - 9, 8:9; 4. Peplino - 7, 13:6; 5. Zimowiska - 6, 5:9; 6. Machowinko - 0, 4:31.

Skład zwycięskiej Objazdy: bramkarz Mariusz Murawski, zawodnicy w polu - Mateusz Niewiński, Adrian Piszczek, Patryk Piszczek, Rafał Duszyński, Kacper Panasiuk, Krystian Klimas, Michał Kargul, Mateusz Grudniewski (został królem strzelców turnieju - 7 bramek). Miano najlepszego bramkarza przyznano Karolowi Laskowskiemu (Duninowo). Najstarszym piłkarzem okazał się Marian Jarczyński (rocznik 1954), który reprezentował Zimowiska.

Głównym organizatorem mistrzostw było Centrum Kultury Gminy Ustka. Za ich przeprowadzenie odpowiedzialny był Zbigniew Podolak, który ze swoich obowiązków wywiązał się bardzo dobrze.

Zapowiedziano, że za rok również planowane będą takie rozgrywki z jeszcze większą liczbą zespołów. A zatem do zobaczenia w 2023 roku. ©



Wójt gminy Ustka Anna Sobczuk-Jodłowska z Mateuszem Grudniewskim (Objazda) - najlepszym strzelcem turnieju

rodziny

GŁOS
DZIENNIK POMORSKI

Bezpłatny dodatek do gazety. Sobota, 12 marca 2022 r.

**Pracowita i pełna pasji,
nie boi się żadnych
wyzwań**

STR. 04



**Roma
Gąsiorowska
-Zurawska**

**Jak rozmawiać z dziećmi
o wojnie?**

SIR. 03



**Nitki, świderki,
kolanka, rurki..**

STR. 05-06



**Pierwsze oznaki
wiosny w ogrodzie**

STR. 07

Mfena Kochanowska
milena.kodanowska@polskapress.pl

DZIECI I WOJNA

Zapraszam

Olena Zełenska, żona ukraińskiego prezydenta, opublikowała w mediach społecznościowych zdjęcia dzieci, które już zginęły podczas wojny. - To są twarze dzieci, które nigdy niedorósł - napisała. Pierwsza dama Ukrainy zwróciła się też „dowszystkich prawych mediów na świecie”, by informowały o tych zbrodniach. Najohydniejszych wojennych zbrodniach. Bo ostrzeliwanie cywilów, a więc matek z dziećmi, czy też dopuszczenie do tego, by dzieciom nie można było udzielić koniecznej pomocy medycznej, przez co umierają, to takasama zbrodnia. Według doniesień sprzed dwóch dni ukraińskiej rzeczniczki praw człowieka Ludmyły Denysowej w wojnie w Ukrainie zginęło już co najmniej 61 dzieci, a 100 zostało rannych. Wciąż jednak ofiar przybywa. Portal RMF24 podał, że z danych opublikowanych przez organizację Save The Children wynika, że milion uchodźców wojennych z Ukrainy to dzieci. Nie wszystkie one opuszczają swój kraj pod opieką mam czy babć. Zdesperowani rodzice, którzy chcą za wszelką cenę zapewnić im bezpieczeństwo, nierzadko wysyłają je poza obszary walk z sąsiadami lub znajomymi, bosami muszą bronić ojczyzny i swoich domów. Prawnicy już ostrzegają, by nie stały się one ofiarami handlarzy ludźmi podziemia adopcyjnego. Wszystkie dzieci są nasze, bo każde dziecko jest ważne. Serce krąsi się na wiadomości o zabitych dzieciach, przerażonych i głodnych uwięzionych w tymczasowych schronach czy piwnicach, przestraszonych i zmęczonych przybywających do Polski pociągami pełnymi uchodźców. Naszczęście u nas znajdują bezpieczny azyl i pomoc, również lekarską. - Ministerstwo Zdrowia podało, że w naszym kraju hospitalizowanych jest już ponad 700 ukraińskich dzieci. Martwimy się także o swoje dzieci, które o sytuacji na Ukrainie tylko kołyszają i znają ją z doniesień, a też mogą być przecież wystraszone. Obyśmy o wojnie musieli tylko rozmawiać. Zapraszam do lektury magazynu.

NIEPORADNIK TATUSIA

MOJE DZIECI JUŻ NIE MORDUJĄ POMIDORÓW

Rodzone dziecko przynajmniej dwadzieścia lat temu. A potem jedno odebrało, słusznie argumentując: tatuś,



za dużo krzyczysz. Fakt, za dużo. Wylanie wanny wody na posadzkę w łazience jeszcze nie jest powód do krzyku...

Ale już zabrane serduszek odrobiłem. Ba, dzieci moje, przez znajomych zwane diabłkami, jakoś spokorniały. Nie, złe słowo. Powiedzmy, że wektory im się odwróciły. Nadal energia roznosi, ale może zdziębko pozytywniej?

Kiedyś wyjście do restauracji to była trauma. Rodzica dwójki dzieci można rozpoznać potem, że swój posiłek zjada w 30 sekund, a czas od złożenia zamówienia do podania dań spędza na nerwowym uspokajaniu nudzących się maluchów.

Do niedawna, jak już człowiek osiadał w oczekiwaniu na podanie jedzenia, to po jego podaniu zaczynał łysieć. A to wystrzelona w kosmos łyczka wylądowała na białym tle

ze stolika obok, a to klekszczup tuż nad głową, a najczęstszą - placboju wyglądał, jakby moje dzieci zamordowały skrzynkę pomidorów. O ile oczywiście po podaniu jedzenia nie zmieniały zdania, wszem i wobec głośno mówiąc, że „nie chcę, chcę rybki!” A teraz?

- Proszę pana, proszę pana - zaczyna grzecznie starszy, zwracając się do kelnera - a po wszystkim przynieś nam lody! Zbitą śmietaną! - kończy, już mniej grzecznie.

- Proszę pana, proszę pana! - znów zaczyna. - A wiesz, że ja mam czarną panterę, niebieską panterę i...

Tu wtrąca się młodszy: a wiesz, że skorpion ma kolec jadowy? Kelner odchodzi rozbawiony, a starszy spogląda na rodziców poważnym wzrokiem: Wiecie, to wygląda jakbyśmy byli na randce!

Tata na mamę, mama na tatę: A skąd ty synku wiesz, co się robi na randce?

- Nosiedzi się, przytula, rozmawia... zamawia jedzenie. A - tu koło niego błyszczy filuternie - i się całują!

To ty też chciałyś chociaż na randki?

- A fuji!

TATA

W wieloletnim związku najważniejsze jest chyba to, żeby dobrze się charakterologicznie. Nam z mężem i to się udało. To nas zespala

Roma Gąsiorowska-Żurawska, aktorka

WARTO WIEDZIEĆ

Nasze boćki wygrzewają się jeszcze w Afryce, a droga do Polski długa i wcale nie taka bezpieczna



Niebo przecinają większe lub mniejsze klucze ptaków wędrownych. Wiosną czujemy już w kościach, ale jak na razie w marcu, jak w garnku. Marzy nam się już ciepła prawdziwa wiosna. Wypatrujemy więc jej zwiastunów, czyli naszych poczytych boćków. A one, jak się okazuje, przylotem do Polski jeszcze się ociągają.

Przylatujące bociany białe to ewidentny znak nadchodzącej wiosny. Nasze ptaki jednak są ciągle w Afryce - tak przynajmniej wynika z analizy przemieszczeń bocianów zaopatrzonego w specjalne nadajniki GPS/GSM, które od lat zakładają ptakom badacze z Grupy Silesiana. W analizowanych z tych nadajników pomagają badacze z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu i Uniwersytetu Szczecińskiego.

Wszystkie boćki potencjalnie lecące do Europy, a więc ptak starsze niż trzy lata, bo młodsze jeszcze dojrzewają w Afryce, są w tym roku dosyć leniwe i ich postępy są niewielkie. Na razie (stan na 7 marca 2022 r.) lecą zaledwie po około 100-150 km na dobę. - W szczycie migracji dystans dzienny powiększy się nawet czterokrotnie - wyjaśnia Jo-

achim Siekiera, lider Grupy Silesiana, który założył bocianom w Polsce ponad setkę nadajników. - Nowoczesna technika umożliwia nam zdalne śledzenie ruchu ptaków i przygotowanie się na miejscu do dodatkowych obserwacji, by uzupełnić naszą wiedzę o każdym ptaku o tak zwaną historię życia - dodaje dr hab. Łukasz Jankowiak z Uniwersytetu Szczecińskiego. - To niesamowite, jak bardzo w ciągu doświadczenia ostatnich kilku lat poszerzyliśmy wiedzę o różnych aspektach ptasich wędrówek. Możemy wiązać z osobą biologię legową ptaków, zimowanie i zimowię. To optymistyczne wiadomości. Paradoksalnie ta technologia, którą teraz wykorzystujemy, czyli GPS w smartfonach i nadajnikach bocianich, powstała przede wszystkim dla wojska...

Niestety konflikty mają również wpływ na zwierzęta. Część osób na pewno się zastanawia, jak wojna na Ukrainie i inne konflikty, jak choćby ten długotrwały na Bliskim Wschodzie, wpłyną na czas powrotu i tempo wędrówki bocianów. Ptakom wiosną się spieszy i lecą na zasadzie kto pierwszy, ten lepszy, choć jak

na razie, jak widzimy, wybrały powolne przemierzanie się w samej Afryce.

- Czy w tym roku będzie trudniej niż zwykle? Tego, oczywiście, nie wiemy, a bocianom życzymy jak najlepiej, jednak powodów do optymizmu

Z naszej populacji bocianów przynajmniej jedna trzecia, żeby dostać się do Polski, musi wędrować przez teren Ukrainy

zmu nie ma wiele - mówi prof. Piotr Tryjanowski z Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu. - Z wcześniejszych badań wiemy, że konflikty zbrojne nie służą migrującym ptakom. Policja i wojsko mają poważniejsze problemy na głowie niż doglądanie kłusowników, a strzelanie do ptaków to też swoista nauka trafiać w cel. Jakby to smutnie nie brzmiało i ile byśmy nie poświęcili czasu na edukację, to tak właśnie jest.

Z polskiej populacji bocianów przynajmniej jedna trzecia ptaków wędruje przez

teren Ukrainy - to ptaki gniazdujące we wschodniej Polsce. Boćki ze środka i z zachodniej części kraju lecą przez Słowację i dostają się do nas omijając Tatry - wyjaśniają badacze. - Pamiętajmy jednak, że wszystkie nasze ptaki przelatuja przez Syrię, a dwie trzecie przez Liban, a tam niestety nie jest spokojnie. Ze strzelono tam naszego ptaka z nadajnikiem, którego nie odzyskaliśmy - dodaje Joachim Siekiera.

Można powiedzieć, że jak dotrą bociany, to tradycyjnie zacznie się prawdziwa wiosna. Mamy więc nadzieję, że dzięki podmuchom ciepłego powietrza, ptaki przyspieszą nieco swoją wędrówkę. Z utęsknieniem na nie czekamy, bo smutno tak długo patrzeć na puste bocianie gniazda. Mijamy więc nadzieję, że już niedługo zapełnią je bociany ze swoimi partnerkami (przy okazji warto wiedzieć, że to ptak monogamiczny), a później pojawiają się w nich także pisklety, którymi opiekują się oboje rodzice. Boćki są troskliwymi opiekunami, może więc stąd wzięła się legenda, że nowo narodzone dziecko przynosi nam do domu właśnie bociana, (MIKO)

Jak rozmawiać z dzieckiem o wojnie?

Do listy „trudnych rozmów” z dziećmi dołączył dziś temat wojny u naszych sąsiadów, która wkroczyła nagle także w nasze życie, jak o tej tragicznej sytuacji rozmawiać z dziećmi? Jak się zachować, co mówić, jak tłumaczyć?

Rodzina

Milena Kochanowska

milena.kochanowska@polskapress.pl

O wielu dni wiadomości o wojnie, na którą skazana została Ukraina, są tematem numer jeden nie tylko w mediach, ale i w naszych domach. Wstrząsające doniesienia słyszą i widzą również dzieci; słyszą i widzą także reakcje na nie swoich rodziców. Nie da się uniknąć też tego, by nie rozmawiały ze sobą na ten temat w szkole czy nie wyszukiwały informacji w Internecie. Jak rozmawiać z dziećmi o wojnie, radzi Maciej Jonek, psycholog, i dr Małgorzata Mikołajczak-Woźniak, pedagog z Dolnośląskiej Szkoły Wyższej.

Jak rozmawiać z dzieckiem o wojnie?

Maciej Jonek: Rozmowa z ludźmi na każdy trudny temat, który przekracza ich możliwości poznawcze, powinna koncentrować się na nich oraz na ich przeżyciach. W aktualnej sytuacji nie potrzebujemy rozumieć zjawiska wojny (można pozostać w przekonaniu, że jest ona nie do zrozumienia). Ważniejsze jest zrozumienie tego, co dzieje się w nas - a wobec tego, jakie dziecko ma uczucia, obawy, myśli, sny, o czym rozmawia w szkole z rówieśnikami. Dla młodego człowieka ważniejsze jest to, żeby móc opowiedzieć o sobie i swoich przeżyciach komuś, kto autentycznie słucha, niż słuchać kogoś, kto może i ma wiele do powiedzenia, ale nie zmienia to jego sytuacji.

Czy odwracać uwagę dzieci i bagatelizować rzeczy, które do nich docierają, czy jednak rozmawiać wprost?

Dr Małgorzata Mikołajczak-Woźniak: Dzieciom trzeba mówić prawdę. Oczywiście, podaną z rozwagą, bez zbędnych szczegółów - zwłaszcza dzieciom młodszy. Tu wystarczy opowieść bardziej symboliczna o tym, że tak jak filmy czy książki pokazują zwykłą walkę dobra ze złem, w prawdziwym życiu także bywają momenty, kiedy świat okazuje się różny

i też są w nim zatargi, konflikty, negatywne postacie i dzielni bohaterowie. Małuchom tyle wystarczy. Nie epatujemy detalami, dożywamy informacji. Ważne jest, by wysłuchać teraz dziecięcych obaw, wątpliwości. Nie mówić, że ich pytania, jakiegokolwiek by one nie były, są niestosowne czy nie na miejscu.

M.J.: Kluczowe jest, by młodzi potrafili sami nadawać znaczenie temu, co widzą, słyszą i czują. Zatem jeśli weźmiemy na siebie ten obowiązek, to odbierzemy im możliwość samodzielnego radzenia sobie z sytuacją. Często dla dzieci, zwłaszcza młodszych, wystarczające jest, by mogły powiedzieć: „wojna to coś złego”, „przekro mi, że cierpią inni ludzie”. Nie ma potrzeby pogłębiania tych uczuć. Trzeba je usłyszeć i pójść za potrzebą dziecka. Jeśli takie proste zdanie wystarczy, żeby dziecko przeszło do zabawy, to nie drażmy. Jeśli chce powiedzieć więcej lub pomilczeć - idźmy za tym. O sobie opowiadamy tylko wtedy, gdy dziecko zapyta.

O czym jeszcze warto pamiętać, siadając z dzieckiem do tej rozmowy?

M.J.: Przede wszystkim warto zacząć od słuchania. W takich rozmowach najlepiej też posługiwać się językiem, który proponuje samo dziecko. Dzieci potrzebują dorosłych w sytuacjach tak trudnych jak ta obecna, by pokazać, jak można przyjmować wieści, jak czuć i jak formułować refleksje. Jednak to dziecko najlepiej pokaże nam, jakiej rozmowy potrzebuje.

Dr M.M.-W.: Jeśli dziecko nie chce rozmawiać, ucina temat, nie naciskajmy, dajmy jednak wyraźny sygnał, że jesteśmy gotowi, by w każdej chwili o tym pomówić, jeśli ono poczuje taką potrzebę. Nie możemy jednak liczyć, żeby się, że lepiej zrobić to za nas inni. Kiedy rodzic milknie, bo temat uwiiera, nie wie, jak go ugryźć, dzieci



FOT. D3 RF

Tematu wojny nie da się uniknąć także w naszych domach; nie da się od niego odizolować nawet dzieci

szybko szukają informacji na własną rękę, a w zasadzie to te informacje same je znajdują i przeważnie nie takie, jakie byśmy chcieli.

Rozmowy z małym dzieckiem! z nastolatkiem będą się oczywiście różniły, ale na pewno są też jakieś punkty wspólne.

M.J.: Tak, bo punktem wyjścia w obu przypadkach są uczucia. Pytamy, jak się czujesz, o czym ostatnio myślisz? Szukamy znaczenia w wypowiedziach i pomagamy dziecku w nazwaniu tego, co czuje - czy bardziej strach, czy smutek, a może gniew? Nie omieniamy uczuć. Przyjmujemy je takimi, jakimi są. Im starsze dziecko, tym większa może być w nim potrzeba działania. Zatem można dopytać, co chcesz zrobić, czy chcesz się zaangażować w jakąś akcję? Może być jednak i tak, że ważniejsze będzie stworzenie sobie bezpiecznego miejsca, w którym będzie można odpocząć od złych wiadomości. Wtedy pomagamy młodemu człowiekowi najpierw opisać takie miejsce, a potem, w miarę możliwości, zrealizować to wyobrażenie.

Dr M.M.-W.: Na pewno niezbędna jest nasza otwartość w rozmowie, zwłaszcza w relacji z nastolatkami, bo oni rozumieją znacznie więcej i czują ciężar gatunkowy tych pełnych ludzkiego cierpienia wydarzeń. Niektórzy szukają nawet wiedzy u swoich babć czy dziadków, bo przecież oni wojnę przeżyli. Opowieści seniorów mogą pozwolić im lepiej zrozumieć sytuację Ukrainy, ale pamiętajmy jednak, że u najstarszego pokolenia ta sytuacja budzi jego własne wojenne traumy. Rodzinna lekcja historii może więc okazać się emocjonalnie zbyt trudna dla obu stron.

Jak chronić dzieci przed złymi informacjami? Czy przyciszać telewizor, oglądając serwisy informacyjne i czy w ogóle je oglądać, gdy w pobliżu są najmłodsi w rodzinie? Czy rodzice powinni zwiększyć czujność na to, co ich dzieci czytają i wyszukują w sieci?

M.J.: Chronienie dzieci przed informacjami w społeczeństwie informacyjnym jest raczej niemożliwe. Ważniejsze jest więc pytanie: jak się czujesz z tym, co poznajesz? Stąd można wyjść do rozmowy

o tym, że może jednak słuchać mniej, bo przekaz za bardzo nakręca emocje. Zawsze warto spytać dziecko: co czytasz, o czym rozmawialiście w szkole? Trzeba też uczulać wszystkich na to, że wiele informacji w obiegu jest nieprawdziwych.

Dr M.M.-W.: Musimy pamiętać, że wizualność wojny bywa dla nas dorosłych momentami nie do dźwignięcia, a co dopiero dla młodego odbiorcy. Wzmianki o wojnie nie powinny też być przekształcane w tiktokowy trend. Zasyłane w sieci teorie, które młodzi internauci sobie przekazują, są miksem jakichś ryrykownych danych, komentarzy czy niedojrzałych interpretacji. Dzieci luki w tym przekazie wypełniają własną wyobraźnią, a wtedy nie wiemy, co dzieje się w ich głowach. Dlatego ten rodzaj narracji warto koniecznie skonfrontować z faktami, skomentować, „odkłamać”. Nie da się młodych odciąć od informacji, ale można je obrać ze skórki sensacyjności i uczulić dzieci, że w tak delikatnej, trudnej dla ludzi sprawie warto polegać na tym, co głośzą youtuberzy.

Naszą codzienną rzeczywistość zdominowała przez aż dwa lata pandemia. Teraz doniesienia o wojnie w sąsiednim państwie i pomocy dla uchodźców. My mamy problem, by uporać się z tym psychicznie, a co dopiero dzieci.

Dr M.M.-W.: Niestety, to, co jest w ostatnim czasie naszym udziałem, i w takim nagromadzeniu, pokazuje młodym świat jako miejsce pełne zagrożeń, co może generować w perspektywie lękowe do niego nastawienie. Obserwujemy zatem nasze dzieci bez względu na wiek, nie lekceważmy zmian w zachowaniu, gorszego snu, płaczliwości. Dla przeciwwagi zadbajmy o wszelkie dobre doświadczenia; aranżujmy miłe chwile, sięgajmy do dobrych wspomnień. Młodość od negatywnych emocji można odciągnąć działaniem. Zaangażowanie pomaga rozładować stres, a młodzi ludzie chętnie włączają się w rozmaite gesty solidarnościowe.

Jak powinien rozmawiać na temat wojny nauczyciel z uczniami?

M.J.: Szczególnie ważne jest to, by taka rozmowa odbywała się za zgodą wszystkich. Zatem jeśli ktoś nie chce rozmawiać o swoich uczuciach i nie czuje się bezpiecznie, podczas gdy inni o tym opowiadają, nie prowadzimy rozmów. Nauczyciel powinien raczej pozostać w gotowości, a nie inicjować potencjalnie traumatyzujące dyskusje. Uczniowie nie mogą być postawieni w sytuacji, w której muszą mieć stanowisko, opinię i gotowość do wypowiedzi lub działania. Doświadczenie jest kwestią prywatną i to osoba doświadczająca decyduje, czy się tym dzieli. Pamiętajmy też, że udział w akcjach jest dobrowolny - perswazja w tym obszarze jest działaniem przemocowym. Ważne jest to, by uczniowie sami decydowali, ile powiedzą i co zrobią. To też pomoże im w pełni poczuć znaczenie swoich wypowiedzi i pomocy.

Roma Gąsiorowska- -Żurawska to prawdziwy wulkan energii

Tuż przed maturą zmarła jej mama. Mimo to nie załamano się. Miała w sobie ogromną potrzebę wyrażania siebie przez sztukę. Dziś jest nie tylko cenioną aktorką, ale i pedagogiem

(wiadomości)

Paweł Gzyl

p.gzyl@gk.pl

To wulkan energii. Z jednej strony gra w popularnych komediach romantycznych, z drugiej - w typowo artystycznych przedsięwzięciach. Jakby tego było mało, prowadzi własną szkołę aktorską. Dotego maszczeniową rodzinę, która daje jej energię do realizowania wszystkich innych przedsięwzięć. Wszyscy się dziwią, skąd znajduje na to wszystko siły - a ona tylko uśmiecha się i podejmuje kolejne zadania.

- Moje warunki sprawiały, że długo obsadzano mnie w rolach niedojrzałych kobiet, nawet jeśli byłem emocjonalnie gdzieś indziej. Teraz osiągnęłam wiek, w którym gram inne bohaterki. Wszłam w dobry czas życia. Wypracowałam sobie świadomość, kim jestem, czego chcę, co mogę osiągnąć, a nad czym muszę pracować. Jako człowiek i jako artystka - mówi w magazynie „Focus”.

Urodziła się w Bydgoszczy. Dorastała w niepełnej rodzinie, bo kiedy miała trzy lata, ojciec opuścił swych najbliższych. Cały ciężar utrzymania rodziny spadł więc na mamę. Nie było im łatwo i nie mogły sobie na wszystko pozwolić. Roma i jej młodsza siostra musiały się nauczyć, że czasem trzeba w życiu czegoś zrezygnować. Kiedy pierwsza z nich chciała po podstawówce dostać się do liceum plastycznego, okazało się, że toniemożliwe, ponieważ mamie nie stać było na malarskie przybory.

- Byłam grzeczną dziewczynką, typem wzorowej uczennicy. Owszem, lubiłam przygody, ale byłam odpowiedzialna, taka trochę mała-dorośla. Nie mam na koncie żadnych spektakularnych wyczynów - połamanych rąk i nóg, obdartych kolan. Zdarzało mi się jedynie wchodzić na drzewa, ale tylko poto, żeby czytać

- Mąż rozumie, z czym się na co dzień zmagam, a ja rozumiem jego. Pewne kwestie są dla nas oczywiste i to znacznie ułatwia komunikację w związku - mówi aktorka

tam książki. No i jeszcze skakanie w gumę na podwórku - nie choćby odrobinę bardziej niebezpiecznego - wspomina w „Gazecie Krakowskiej”.

W czasie liceum Roma przeżyła jednak okres nastoletniego buntu. Chciała się wyróżniać na ulicach szarej Bydgoszczy, więc przebarwiała włosy na zielono, a potem zrobiła sobie tatuaże. Kiedy młoda dziewczyna przygotowywała się do matury, jej mama niespodziewanie zmar-

ła. To był dla Romy straszny cios. Choć nią i jej siostrą opiekowały się babcia i ciocia, popadła w depresję. Uratowała ją artystyczna pasja.

- Miałam ogromną potrzebę wyrażania siebie na różne sposoby. Kiedy byłam w liceum, występowałam w Teatrze Plastycznym Witryna. To był mój początek wyrażania siebie poprzez sztukę. Robiliśmy scenografie, realizowaliśmy wizje naszego reżysera poprzez ruch i obrazy. Fa-

scynowało mnie również malarstwo, performans i multimedia. To był mój świat - opowiada w „Dzienniku Polskim”.

Wybór akademii teatralnej był dla Romy naturalny. Dziewczyna dostała się do krakowskiej szkoły i szybko wróciła na siebie uwagę swych profesorów. Jej niekonwencjonalna osobowość sprawiła, że już w trakcie studiów dostała się do projektu TR Warszawa, pro-

ROMA GAŚSIOROWSKA-ŻURAWSKA

Aktorka filmowa, telewizyjna i teatralna. Urodziła się w Bydgoszczy w 1981 r. Tam ukończyła podstawówkę i liceum. W 2005 r. została absolwentką krakowskiej PWST. Zawstęp w przedstawieniu dyplomowym „Zimne dziecko” dostała nagrodę na Kaliskich Spotkaniach Teatralnych. W czasie studiów rozpoczęła współpracę z teatrem TR Warszawa, która trwała przez 12 lat. W kinie zadebiutowała w „Pogodzie najtężej” Jerzego Stuha. Potem wystąpiła w filmach Jana Komasy „Oda do radości”, „Sala samobójców”, Andrzeja Wajdy („Tatarak”), Xawerego Żuławskiego „Wojna polsko-ruska”). Barbary Sass „W imieniu diabła”), Agnieszki Smoczyńskiej „Córki dancingu”) czy Kingi Dębskiej („Plan B”). W 2011 r. otrzymała nagrodę dla najlepszej aktorki na Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni za główną rolę w „Ki”. W 2012 r. założyła prywatną szkołę teatralną. Jest też projektantką ubrań i coachem. W 2010 r. wyszła za mąż za aktora Michała Żurawskiego; mają dwoje dzieci.



FOT. SYLWIA DĄBROWA

wadzonego wstolicy przez cennionego reżysera Grzegorza Jarzyńskiego. Musiała więc przejść na indywidualny tryb studiów, by pogodzić pracę z nauką. Choć podyplomowo dostała propozycję etatu w krakowskim Starym Teatrze, wybrała jednak wyjazd do stolicy.

Mimo że teatr był jej pasją, w Warszawie młoda aktorka zachwyciła się kinem. Wielkim sukcesem okazał się jej występ w ekranizacji powieści Doroty Masłowskiej „Wojna polsko-ruska”. Krytyka okrzyknęła ją aktorskim „objawieniem”. Potwierdzeniem talentu Romy okazała się jej rola w dramacie „Ki”, za którą dostała Złote Lwy na festiwalu filmowym w Gdyni.

- Wchodziły kamery cyfrowe, można było sobie pozwolić na tzw. brudy do ściecia, improwizacje. To wymaga od aktora wielkiej uwagi i umiejętności, aby naprawić życie postaci. Ja polubiłam ten styl pracy. Miałam dużo szczęścia, trafiam na swój moment i wielu reżyserów dostrzegło mój głos albo nawet widziało we mnie głos pokolenia - tłumaczy w „Focusie”.

Duże doświadczenie, jakie zdobyła w czasie studiów i tuż po nich, sprawiło, że choć była młoda aktorka, postanowiła otworzyć własną szkołę filmową. AktoRstudio okazało się nowością w kręgu polskiej edukacji artystycznej. Roma uczyła tam nie tylko klasycznych technik aktorskich, ale również tego, jak się „wchodzi” i „wychodzi” z roli, łącząc tradycyjną naukę z nowatorskimi metodami coachingowymi. Sukces szkoły sprawił, że z czasem powołała do życia również własną firmę producencką W-arte.

Roma poznała swego kolegę po fachu Michała Żurawskiego, kiedy przyjechała do stolicy, aby współtworzyć projekt TR Warszawa. Choć oboje byli wtedy w innych związkach, coś ich do siebie ciągnęło. Obawiali się jednak brnąć w to dalej, każde z nich poszło w swoją stronę. Spo-

tkali się kilka lat później przy okazji jednego ze spektakli. Choć Michał został już ojcem, tym razem miłość między nimi wybuchła z pełną siłą. Imiś kontrowersji, jakie wywoływał ten związek, para postanowiła wziąć ślub.

- Wiem, że dla wielu osób ta uroczystość coraz mniej znaczy. Dla nas jest deklaracją, że chcemy być ze sobą na zawsze. Żyjemy w przeświadczeniu, że nigdy nie wydarzy się nic, co mogłoby naszą miłość zniszczyć. I mamy dowód, że to możliwe. Dziadek Michała, Klemens, po którym nasz synek ma imię, zakochał się raz na całe życie. Oboje z babcią są dla nas wzorem miłości doskonałej. „Będziemy tacy jak oni”, powtarza mąż - mówi Roma w serwisie Populada.

Para aktorów nie zwlekała z założeniem rodziny. Najpierw przyszedł na świat ich syn Klemens, a potem córka Jadwiga. Romie i Michałowi udało się również uregulować stosunki z jego poprzednią partnerką i ich synem Leonem. Dziś tworzą kolorową rodzinę patchworkową, która jest ostoją i źródłem energii dla licznych przedsięwzięć zawodowych, które oboje podejmują. To nie znaczy, że między małżonkami nie ma konfliktów. Kiedy dochodzi do kłótni, oboje dają sobie czas, aby ochłonić i już na spokojnie rozwiązują problem.

- Praca aktora jest specyficzna; ja odbieram to, że oboje mamy ten sam zawód, tylko na plus. Bo mój mąż rozumie, z czym się na co dzień zmagam, a ja rozumiem jego. Pewne kwestie są dla nas oczywiste i to znacznie ułatwia komunikację w związku. Tak naprawdę jednak w wieloletnim związku najważniejsze jest chyba to, żeby dobrać się charakterologicznie. I tu również nam się udało. Jesteśmy bardzo do siebie podobni, mamy podobne temperamenty, podobne marzenia i determinację. To nas zespala - podkreśla aktorka w „Gazecie Krakowskiej”.



Makaron

Milena Kochanowska
m.kochanowska@glos.com

Zaczniemy od tego, że makaron nie zawiera zbyt wielu kalorii – w 100 g tego produktu po ugotowaniu znajduje się jedynie 149 kcal. Prócz białka i węglowodanów, które dostarczają nam energii, zawiera sód, fosfor, magnez, wapń, żelazo, selen, potas, mangan, witaminy A i Koraz niewielkie ilości witamin z grupy B. Ten klasyczny wyrabiany jest z pszenicy durum, a dokładnie mówiąc z semoliny, która powstaje po zmieleniu tej pszenicy. Najlepiej gotować go al dente, czyli tak, by był lekko twardy. Rodzajów makaronu jest mnóstwo, my znamy te najpopularniejsze: spaghetti (cienkie idługi), cannelloni (do nadziewania), penne (krótkie rurki), lasagne (płaskie prostokąty), farfalle (kokardki), linguine (podobny do spaghetti), tagliatelle (płaskie wstążki) czy fusilli (świderki). Najbardziej wartościowy jest rzecz jasna makaron pełnoziarnisty. W sklepach możemy kupić makaron bezglutenowy lub sojowy.

Makaron możemy też zrobić z warzyw, na przykład z cukinii czy dyni. Dyniowy używamy z pieczonej dyni makaronowej. Trzeba przekroić ją na pół, wydrążyć pestki, skropić oliwą, doprawić i wstawić do piekarnika na 200 st. C na około 45-60 minut.

BEZGLUTENOWY MAKARON Z WARZYWAMI

Składniki:
250g makaronu bezglutenowego kolanka. 1 mała cukinia. 1 pęczek zielonych szparagów. 2 ząbki czosnku. 100 ml białego wina. garść oregano włoskiego, parmezan, natka pietruszki, tymianek, sól. odrobina suszonego chłbi

Nitki, wstążki, rurki, świderki, kolanka i kokardki...

Rodzajów makaronu jest wiele. Może być on podstawą dania, a może służyć tylko jako dodatek, na przykład do zup

Cukinię umyć i przekroić wzdłuż na pół. Pokroić na drobne plasterki. Szparagi umyć i obrać, odciąć zdrewniałe końcówki. Orzechy zgnieść w dłoni i prażyć na rozgrzanej suchej patelni. Napatelni rozgrzać oliwę i dodać cukinię. Smażyć przez 2 minuty, dodać szparagi i smażyć aż lekko zmiękną. Dodać czosnek i pominucie wino. Całość dusić aż wino niemal całe odparuje. Ściągnąć z ognia, dodać sporą ilość tartego parmezanu. Doprawić solą i chili. Na patelnię przełożyć makaron. Całość dobrze wymieszać. Dodać posiekaną natkę pietruszki, łyżeczkę listków świeżego tymianku oraz orzechy włoskie.

MUSZELKI Z WARZYWAMI

Składniki:
1 opakowanie (250g) bezglutenowego makaronu muszelki 1 cebula pokrojona w kostkę. 1 czerwona papryka pokrojona w kostkę. 2 ząbki czosnku posiekane. 200g świeżego szpinaku. 100g pieczarek pokrojonych w plasterki. 100g mięsa z dyni pokrojonego w drobną kostkę. 10 szdłc po-

midorków koktajlowych pokrojonych na pół. 1 łyżka posiekanej natki pietruszki, tarty parmezan. sól. pieprz, oliwa

Makaron gotujemy. Na dużej patelni rozgrzewamy oliwę, dodajemy cebulę i czosnek, smażymy przez 2 minuty. Dodajemy paprykę, smażymy przez kolejną minutę. Dodajemy pieczarki i smażymy aż zmiękną. Na koniec dodajemy szpinak, dynie i pomidorki. Całość dusimy przez 5 minut, doprawiamy solą i pieprzem. Mieszamy z makaronem i podajemy oprószając pietruszką i parmezanem. (www.ocio.plx2)

MAKARON Z SOSEM BROKUŁOWYM

Składniki:
1 brokuł (0,5 kg), 500 ml śmietany 12% do sosów lub 30%. 150g sera blue, garść sera parmezan. garść migdałów w słupkach. 4 łyżki oleju. 2 średnie szalotki, 3 ząbki czosnku, kilka listków świeżej szalwii, 1 łyżeczka tymianku. 1 łyżka oliwy. sól. pieprz do smaku. opakowanie ulubionego makaronu. 100 ml

wody, 1 łyżeczka mąki pszennej + 3 łyżki mleka

Szalotkę i czosnek obierz, pokrój w kostkę. Rozgrzej olej, dodaj cebulę i czosnek, smaż do zeszklenia. Dodaj podzielnego na różyczki brokuła, rozdrobniony ser blue, wodę oraz śmietanę. Dodaj tymianek. Patelnię przykryj pokrywą i gotuj do miękkości. Pognieć brokuł, np. za pomocą widelca. Dopraw sos gałką muszkatołową, solą, pieprzem. Jeżeli sos jest za rzadki, dodaj do niego rozmąconą mąkę, całość wymieszaj i zagotuj. Ugotuj makaron. Sos wymieszaj z makaronem. Już na talerzach posyp migdałami, parmezanem i szalwią. (www.vog.pl)

MAKARON ZAPIEKANY W DYNI Z KURCZAKIEM

Składniki:
1 średnia dynia 400g makaronu papardelle, 300g mięsa z kurczaka. 300 ml śmietany 30%, 2 pory, 300g mięsa z dyni. 3 łyżki masła. 6 listków świeżej szalwii. 10 listków świeżej bazylii, 100g tartego żółtego sera. 4 łyżki oleju, sól i pieprz

Z dyni odciąć pokrywę, wydrążyć środek, wysmarować wnętrze olejem i podpiec w piekarniku w 160 st. C przez ok. 20 minut. Makaron ugotować w osolonej wodzie na półtwardo, odcedzić i zahartować zimną wodą. Kurczaka pokroić w kostkę, posolić i popieprzyć; podsmażyć na dwóch łyżkach oleju aż złoty kolor. Dodać pokrojony w półkółka por, masło, części mięsa z dyni wydrążonej dyni i poddusić 2-3 minuty na wolnym ogniu. Do całości dodać wcześniej przygotowany makaron, śmietanę, pokrojoną w paseczki szalwię, bazylię i wymieszać. Nafaszerować dynię, posypać serem, przykryć dyniową pokrywą i zapiec w 180 st. C przez ok. 30-40 minut. (www.piatnica.com.pl)





ZUPA ORIENTALNA Z MAKARONEM (INDYKIEM)

Składniki:

2 litry wywaru warzywno-drobiowego ugotowanego z gwiazdką anyżu. 400g piersi indyka. 200g pieczarek. 1/2 opakowania (lub według własnych preferencji) makaronu spaghetti, 2 marchewki, 6 kiszonych rzodkiewek lub 2 kiszone ogórki, 1 mały ogórek zielony. 2 garście szpinaku. 1 gwiazdka anyżu, natka pietruszki, szczypiorek. 6 łyżek ciemnego sosu sojowego, 6 łyżek oleju, 4 jajka. 1 łyżka sezamu czarnego, 1 plaster cytryny, 1 łyżka octu jabłkowego lub ryżowego

Pierś indyka oczyszczamy, osuszamy i kroimy w średniej wielkości plasterki. Pieczarki obieramy i dokładnie myjemy. 8 mniejszych pozostawiamy w całości, resztę kroimy w plasterki. Do miski wlewamy olej i sos sojowy i dokładnie mieszamy. Dodajemy indyka oraz wszystkie pieczarki. Pozostawiamy na 5 minut, mieszając od czasu do czasu. Przekładamy na patelnię zawartość miski (indyki pieczarki) i podsmażamy do momentu uzyskania ładnego koloru ze wszystkich stron. Makaron gotujemy według zaleceń producenta. Gotujemy jajka w ulubionej formie – na miękko, twardo lub tylko samo żółtko. Warzywa kroimy według własnych preferencji. Zagotowujemy bulion i zdejmujemy go z ognia, a następnie dodajemy ocet, szpinak i przykrywamy na 2 minuty. Doprawiamy ewentualnie do smaku, np. sosem sojowym i ostrą papryką. W tym czasie układamy do misek porcje makaronu, który następnie zalewamy bulionem (z szpinakiem) i dosypujemy pozostałe składniki. Jeżeli używamy całych jajek, to przekrajamy je na pół, układamy w misce i posypujemy

sezamem. Całość dekorujemy szczypiorkiem i natką pietruszki. (www.vog.pl)

SPAGHETTI Z CUKINII Z PESTO BAZYLIOWYM

Składniki:

2 młode cukinie, 2 łyżki oleju rzepakowego. 4 pomidory suszone (w oleju). 50 ml wody. 100 ml oliwy z oliwek. 3 ząbki czosnku, pęczek świeżej bazylii, 1 łyżka łuskanego słonecznika. 100g sera żółtego, sól pieprz

Cukinie umyć, osuszyć i obieraczką do warzyw zestugać wzdłuż cukinii paseczką przypominającą spaghetti. Podsmżyć krótką chwilę na rozgrzanym oleju, a następnie podlać wodą, dodać pomidory suszone pokrojone w paseczki, przykryć pokrywką i podduśić około 2 minuty, aż cukinia zmęknie. Oliwę z oliwek, czosnek, listki bazylii i podprażony nasuśkiej patelni słonecznik zmiksować, doprawić solą, pieprzem, połać spaghetti z cukinią i wymieszać. Po wyłożeniu na talerz posypać startym żółtym serem. (www.msm-monki.pl)

KREM Z PIECZONYCH POMIDORÓW Z MAKARONEM Z DYNIA

Składniki:

500 ml wody. 1 kg pomidorów malinowych, 1 dynia makaronowa. 1 batat lub marchewka, 1 łyżka posiekanego lubczyku, sól i pieprz, 1 łyżeczka słodkiej papryki. pół łyżeczki tymianku, 1 łyżeczka bazylii, kilka ziarenek ziela angielskiego, listek laurowy, 1 łyżeczka oliwy

Pomidory przekroić na pół i pokroić w kostkę. Batata obrać i pokroić w plastry. Warzywa skropić oliwą i oprószyć solą i pieprzem, włożyć do piekarnika nagrzanego do 200°C na około 25 minut. W tym czasie

się zagotować w garnku wodę z ziele angielskim i listkiem laurowym. Pomidory i batata wyjąć z piekarnika; zdjąć skórkę z pomidorów i włożyć warzywa do garnka z wodą. Gotować razem kilka minut. Wyjąć ziele angielskie i listki laurowe, następnie zblendować całość na gładki krem. Zupę podawać z makaronem z dyni makaronowej lub zwykłym, z grzankami lub groszkiem ptysiowym. Można dodać parmezan lub odrobinę śmietany do smaku. (www.wodadladziecka.pl)

SAŁATKA Z KURCZAKA. MAKARONU I BURACZKÓW

Składniki:

4 piersi z kurczaka, 150 g makaronu świderki, kokardki lub penne. 120 g buraków marynowanych, kilka małych ogórków konserwowych. 120 g sera feta, 1 czerwona cebula, pół pęczka koperku, pół pęczka natki pietruszki. 6 łyżek oliwy z oliwek. 2 łyżki octu winnego. 1 łyżeczka musztardy kremowej, sól, pieprz czarny

Pierś kurczaka usmażyć (najlepiej bez tłuszczu, w specjalnym opakowaniu). Przeszukać mięso i pokroić w cienkie plastry, a następnie w krótkie paski o szerokości około 1 cm. Buraczki marynowane pokroić w cienkie plasterki, a korniszki na 3-4 kawałki. Natkę pietruszki i koperek pokroić drobno. Z oliwy z oliwek, octu winnego i musztardy przygotować sos vinaigrette i doprawić solą oraz pieprzem. Makaron i pokrojone korniszki mieszać z sosem vinaigrette oraz natką pietruszki i koperkiem. Na koniec mieszania dodajemy marynowane buraczki, aby zbyt mocno nie zabarwiły wszystkich składników sałatki. Ser feta pokroić w kostkę o bokach około 1 cm. Cebulę czerwoną

pokroić w cienkie plasterki, a następnie rozdzielić je na kawałki. W miseczkę lub na płaski duży talerz przełożyć sałatkę z makaronem, korniszki i buraczki, a wokół ułożyć plasterki usmażonego kurczaka. Całość posypać serem feta i kawałkami cebuli. (www.winiary.pl)

SAŁATKA Z MAKARONEM W STYLU TAJSKIM

Składniki:

250g boczniaków, 100g makaronu wonton, 1/2 pęczka szparagów zielonych. 150g tofu, szczypiorek, 4-5 łyżek sosu sojowego, 2 łyżki oleju, 2 łyżki sezamu, marynata do tofu, 4 łyżki maki kukurydzianej, 1 łyżka drobno pokrojonego imbiru, 3 ząbki drobno pokrojonego czosnku, 1/3 szklanki sosu sojowego. 1/3 szklanki wody. 1 łyżka cukru trzcinowego, 1 łyżka octu ryżowego

Makaron ugotować, odcedzić, dodać sos sojowy, olej i wymieszać. Boczniaki pokroić w paski, rozgrzać patelnię, dodać olej i smażyć do momentu, aż grzyby będą miały ładny, brązowy kolor. Zeszparagów usunąć końcówki, a następnie pokroić je w plastry o wielkości około 1-2 cm, zblanszować, gotując naporze przez 2-3 minuty. Tofu pokroić w kostkę (ok. 2x2 cm), przełożyć do miski i otoczyć mąką. W osobnej misce wymieszać także pozostałe składniki na marynatę. Rozgrzać patelnię z olejem i smażyć na niej tofu ze wszystkich stron. Usmażone tofu zdejmij z patelni i odłóż na bok, wylej olej, a następnie wlej wymieszane składniki marynaty. Gotuj 1 minutę, dodaj tofu i całość gotuj około 1 minuty stale mieszając. Układaj w miseczkach składniki obok siebie. Całość przed podaniem posyp szczypiorkiem i sezamem. (www.vog.pl)



PIERWSZE OZNAKI WIOSNY W MROŻNYM OGRODZIE

Pomimo to że w marcu pojawiły się mrozy, luty był na tyle ciepły,
że w wielu ogrodach pojawiły się kolorowe akcenty kwitnących roślin

Okiem ogrodnika

Andrzej Gębarowski
andrzej.gębarowski@polskapress.pl

Wprawdzie i mrozy nie chcą jeszcze ustąpić, ale w wielu rejonach kraju widać już pierwsze oznaki nadchodzącej wiosny. Wymieńmy kilka najbardziej widocznych i najczęściej spotykanych w naszych ogrodach i na działkach.

Wawrzynek

Krzewem, a właściwie krzewinką, która prawie co roku kwitnie najwcześniej, jest wawrzynek wilczełyko. Jak sama nazwa wskazuje, jest to roślina silnie trująca. Dorasta zaledwie do metra wysokości, ale na przedwiośnie wyróżnia się z gęstwiny innych krzewów, olśniewając drobnymi, ciemnoróżowymi kwiatami, ładnie i silnie pachnącymi. Bezlistne jeszcze pędy są nimi gęsto obsypane na prawie całej długości. Wawrzynek lubi gleby odczynnie zasadowym i tylko na takich dobrze rośnie. W ogrodzie należy go więc posadzić daleko od kwaśnolubnych rododendronów i co roku podsypywać np. dolomitem. A jeśli ktoś woli zobaczyć go w naturze, niech wybierze się w marcu w Pieniny, gdzie rośnie w obfitości...

Oczar

Innym krzewem, który olśniewa wczesnowiosennym kwitnieniem, jest oczar omszony lub pośredni (uwaga! by nie posadzić oczara wirgińskiego, który kwitnie jesienią). Dorasta do 2-4 metrów wysokości i znany jest także z ładnych, omszonych liści, cudownie przebarwiających się jesienią w mieszaninę pomarańczowego i czerwonego. Ale kwiaty przebijają wszystko: są jak kępki upiętych nagałęziach wstążeczek, które ktoś przyciął „na krótko” nożyczkami. Nocą i przy niskiej temperaturze wstążeczki zwijają się do środka, osłaniając wnętrze kwiatu. Oczar preferuje gleby lekko kwaśne. Młode egzemplarze są dość wrażliwe, na-



W marcu możemy już cieszyć się fioletowymi lub żółtymi łanami krokusów

leży je przez kilka lat zabezpieczać przed mrozem.

Ciemiernik

W grupie bylin zwiastunem wiosny jest ciemiernik cuchnący, korsykański lub wschodni, a najczęściej któryś z ogrodowych mieszańców. Ma zimozielone, sztywne, ząbkowane liście, w styczniu zwykle ukryte pod śniegiem.

Ala już w lutym, gdy słońce przygrzeje, może wydać duże, kielichowate kwiaty - białe, różowe lub zielonkawe z czerwoną obwódką - osadzone na pokładających się pędach. Ciemiernik to bylina długowieczna, rosnąca na żyznych i lekko zasadowych glebach. Gdy nie odpowiadają mu warunki uprawy, nie zakwita. Trzeba wtedy spraw-

dzić odczyn podłoża, bo jedna z najczęstszych przyczyn tego „strajku” jest postępujące zakwaszenie gleby w ogrodzie.

Rannik

Spośród kwiatów cebulowych i bulwiastych najwcześniej zakwita pochodzący z południa Europy rannik zimowy. Zdarza się, że niziutkie, żółte kępy rannika weselą oczy już

w lutym. Jego kwiaty są otoczone kryzami z trzech jasnozielonych liści, podzielonych promieniście na podłużne łatki. Rannik lubi żyzne gleby, dobrze im się rośnie pod drzewami i krzewami, gdzie mogą się ukryć pod ściółką przed największymi mrozami. W dobrych warunkach przeżywają kilkadziesiąt lat.

Przebiśnieg

Przebiśnieg, o którym wiele mówi jego nazwa, to jeden z popularnych symboli nadchodzącej wiosny. Ma niewielkie wymagania, najlepiej rośnie w żyznej wilgotnej glebie, w półcieniu lub cieniu drzew i krzewów. Może rosnąć w jednym miejscu dziesięć lub nawet więcej lat, tworząc duże kępy.

Fiołek wonny

W niektórych ogrodach rolę zwiastunów wiosny pełnią kępki fiołków wonnych, o fioletowych lub białych kwiatkach z niewielką ostrogą. Ich ciemnozielone liście są odpodu omszone. Fiołki bardzo dobrze zimują w gruncie, zaś wiosną wytwarzają rozłogi i łatwo się rozrastają. Potrafią zakwitnąć w środku zimy, w czasie kilkudniowej odwilży. Jest to jedna z najpiękniej pachnących bylin w Polsce. Fiołkowe płatki wykorzystywane były kiedyś do wytwarzania perfum.

Krokus

Nie można też nie wspomnieć o popularnych krokusach. Jesienią warto wysadzić wiele pięknych odmian tych kwiatów, które w ciepłym lutym zdążyły już wydać pierwsze listki. W marcu możemy już cieszyć się fioletowymi lub żółtymi łanami. Pamiętajmy jednak, że kępy krokusów kwitną pięknie przez dwa, trzy lata po posadzeniu bulwek, a potem, jeśli nie zostaną odmłodzone, stopniowo zdrobnieją i zamierają.

Cytrynek

Pierwszym akcentem wiosennym w świecie zwierząt jest zwykle samiec motyla cytrynka. Szykuje się on właśnie do ostatniego, przedśmiertnego etapu swego krótkiego życia, trwającego 10-11 miesięcy, z czego kilka ostatnich spędzonych w ściółce leśnej. Zanim zapłodni samicę i zginie, zdąży nas jeszcze zachwycić cytrynowym trzepotem. To jedyna okazja, by zobaczyć wewnętrzny, piękniejszy strój jego skrzydeł, bogdy zechce odpocząć na kwiatku, zawsze siada ze złożonymi skrzydłami.



Od lewej: kwitnąca gałązka wawrzyńka wilczełyko. Od prawej: kwiaty oczaru są jak krótko przycięte wstążeczki

Zdrowe zęby

Pięć rzeczy, o których trzeba pamiętać

20 marca przypada Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej – to święto stomatologiczne skłania.

by zwrócić uwagę na codzienne nawyki higieniczne.

Zdrowie

(Oprac.) Anna Czemy-Marecka
anna.marecka@polskapress.pl

Zdrowe zęby to nie tylko wymiar estetyczny – zaniedbania i choroby przyzębia mogą mieć poważne konsekwencje dla całego organizmu, wpływając na rozwój i przebieg między innymi cukrzycy, chorób naczyniowo-sercowych czy układu nerwowego. – Warto dbać o zdrowie holistycznie, pamiętając o właściwej pielęgnacji jamy ustnej – zaznacza prof. Marzena Dominiak, prezydent Polskiego Towarzystwa Stomatologicznego.

Poznajcie pięć kroków do zdrowych zębów i świadomej pielęgnacji jamy ustnej

Szczoteczka

Podstawowym elementem pielęgnacji i zdrowia jamy ustnej jest oczywiście mycie zębów. Dotego niezbędna jest odpowiednia szczoteczka, z pomocą której skutecznie pozbędziemy się zalegających resztek oraz płytki nazębnej.

Jaką szczoteczkę i technologię wybrać?

Liczne badania potwierdzają wyższość szczoteczek elektrycznych nad manualnymi, dlatego pierwsza odpowiedź brzmi: szczoteczkę elektryczną. Wybierając szczoteczkę warto pamiętać, że szczoteczki z tradycyjną podłużną główką takie jak manualne czy soniczne wymagają odpowiedniej techniki mycia i wykonywania ruchów wymiatających, co może stanowić dla użytkownika nie lada wyzwanie. Alternatywę stanowi innowacyjna technologia magnetyczna stosowana w najnowszych szczoteczkach Oral-B iO. Dzięki ruchom oscylacyjno-rotacyjnym połączonym z mikrowibracjami, włókna same wymiatają płytkę bakteryjną, a niewielka okrągła końcówka dopasowuje się do kształtu każdego zęba i docierając nawet do trudno dostępnych miejsc. Użytkownik nie musi zatem wykonywać żadnych dodatkowych ruchów – wystarczy, że przyłoży główkę do zęba, a szczoteczka magnetyczna wykona pracę z niego.

Ważnym aspektem mycia zębów jest czas szczotkowania. Choć większość osób wie, że powinniśmy myć je 2 minuty, w codziennym pośpiechu często skracamy ten czas. Dlatego warto wybrać szczoteczkę z wbudowanym timerem, który przypilnuje długości mycia. Szczoteczki Oral-B iO poza sygnalizacją czasu mycia za pomocą krótkich wibracji, posiada także wyświetlacz, który mierzy czas szczotkowania.

Pasta do zębów

Nieodłącznym elementem mycia zębów jest pasta. Dostępne na rynku produkty dostosowane są do rozmaitych potrzeb i preferencji, wspomagają też pielęgnację jamy ustnej, która zmaga się z różnymi problemami. Wśród rodzajów past można odnaleźć te przeznaczone do zębów z nadwrażliwością, próchnicą czy gromadzącym się kamieniem nazębnym, ale także do problemów z dziąsłami czy nieświeżym oddechem. Niektóre produkty mają właściwości wybielające.

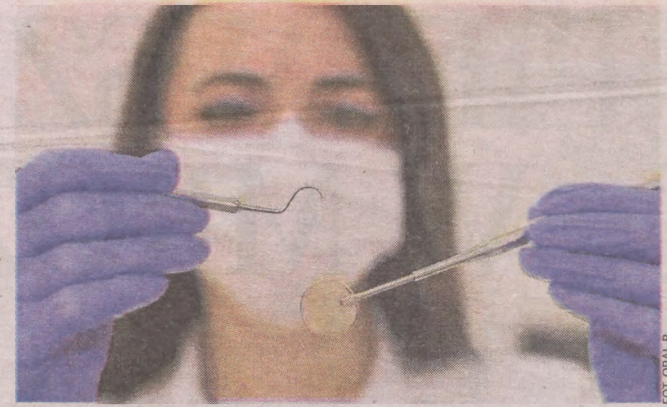
Warto zaopatrzyć się w specjalistyczną pastę zawierającą substancje, które wpływają na jej dużą skuteczność. Do takich produktów zaliczyć można pasty antybakteryjne z fluorkiem cyny – wszystkie pasty Oral-B przeznaczone do zębów stałych posiadają ten składnik, pasty zapobiegające powstawaniu kamienia nazębnego z pirofosforanem sodu czy pasty wybielające ze składnikami chemicznymi i ścierającymi, które pozwalają pozbyć się przebarwień.

Nie dentystyczna

Trzeci krok nadrodze do zdrowych zębów tonię dentystyczna. Dzięki niej oczyszczane zostaną trudno dostępne przestrzenie międzyzębowe, w których nawet po myciu mogą pozostać resztki jedzenia. Nitkowanie pozwala pozbyć się bakterii przykrego zapachu z ust, a także zapobiega powstawaniu ognisk zapalnych i próchnicy.

Płyn do płukania

Płukanie jamy ustnej płynem pomaga usunąć resztki po-



Wiele problemów z uzębieniem jest lekceważonych, a w dłuższej perspektywie mogą wymagać konsultacji nie tylko stomatologa, ale i u innych specjalistów od chorób ogólnoustrojowych

karmu oraz świetnie odświeża oddech. Podobnie jak wśród past, rynek oferuje produkty o różnym składzie. Od standardowych płynów z alkoholem, po płyny bezalkoholowe i płukanki z fluorem. Pamiętajmy, że płyn nie zastępuje mycia zębów, istosuje się go na zakończenie codziennej higieny jamy ustnej.

Wizyty u stomatologa

Całokształt dbania o zdrowie jamy ustnej dopełniają wizyty u stomatologa. Regularne kontrole pozwolą na wykrycie problemów na wczesnym etapie i zapobiegą poważniejszym konsekwencjom. Specjalista usunie też zalegającą płytkę nazębną i doradzi, jak prawidłowo dbać o zęby i dziąsła.

Dla nas lekarzy najważniejsze jest zdrowie pacjentów, a ono w dużej mierze opiera się na profilaktyce. Skutki nieprawidłowej higieny mogą pojawić się dopiero po wielu miesiącach, dlatego zaleca się kontrole u stomatologa przynajmniej raz w roku. Chcemy przypominać o tym

zwłaszcza teraz – w miesiącu zdrowia jamy ustnej oraz w okresie pandemii, podczas której nie ma przeciwskażania do odwiedzania gabinetu stomatologicznego zgodnie z zasadami reżimu sanitarnego. – dodaje dr n.med. Beata Golan, kierownik ds. naukowych P&G Polska.

Dzięki staraniom Polskiego Towarzystwa Stomatologicznego, marzec jest celebrowany jako Miesiąc Zdrowia Jamy Ustnej. W ramach kampanii PTS „Polska mówi #aaa!”, marka Oral-B wraz z gabinetami partnerskimi oraz LUX MED Stomatologia zapraszają Pacjentów do rezerwacji bezpłatnych przeglądów stomatologicznych połączonych z instruktażem prawidłowej higieny jamy ustnej. Ponad 2000 bezpłatnych wizyt oferowanych jest w 20 placówkach LUX MED Stomatologia oraz 23 gabinetach partnerskich Oral-B w miastach w całej Polsce. Szczegółowe informacje dostępne są na stronie kampanii pod linkiem <https://polskamowiaaa.pl/>.

Przetłuszczające się włosy Jak sobie z tym radzić

Zdrowie

(Oprac.) Anna Czemy-Marecka
anna.marecka@polskapress.pl

Tłuszcz – Emocjonalne przetłuszczanie się włosów to problem, który dotyka nas, gdy już kilka godzin po ich umyciu one nieświeże. Jeśli zauważamy u siebie takie sygnały, to oznaczają, że skóra głowy nie radzi sobie z nadmierną aktywnością gruczołów łojowych.

Aby wyeliminować problem, warto ustalić jego przyczynę. Czasem jest nią niewłaściwa pielęgnacja skóry głowy. Wówczas pomocna będzie wizyta u trychologa. Zdarza się jednak, że problem jest powiązany z nieprawidłowościami w funkcjonowaniu organizmu. W przypadku pań może być to efekt zbyt wysokiego stężenia testosteronu czy problemów z tar-



Przykłąpnęte, nieświeże włosy, wyglądające jak strączki to dosyć powszechny problem

czyją. Wymaga to konsultacji z endokrynologiem – mówi Anna Mackojć z Instytutu Trychologii.

Możliwe przyczyny

Przyczyną nadmiernej przetłuszczania włosów jest wiele. Wśród najczęstszych można

wymienić: zaburzenia hormonalne, choroby tarczycy, łojotokowe zapalenie skóry głowy. Sprzyjamy także nieprawidłowa dieta uboga w witaminy oraz stres. Często jest to nieprawidłowa pielęgnacja, np. używanie zbyt silnie oczyszczających szamponów, zawierających mocny detergent, używanie zbyt dużej ilości produktu do mycia, obciążającego włosy, mycie ich zbyt gorącą wodą.

Nie bez znaczenia są czynniki środowiskowe, czyli kurz i smog, które osadzają się na włosach. Nadmierna aktywność gruczołów łojowych może mieć również podłoże genetyczne, co utrudnia uporanie się z problemem.

Sposoby na przetłuszczające się włosy

Jeśli przyczyną przetłuszczania się włosów nie są problemy hormonalne, możemy

próbować na początku uporać się z nimi we własnym zakresie.

Warto wdrożyć do mycia produkty z wyciągami roślinnymi, na przykład zawierające pokrzywę, czarną rzepę czy łopian – radzi Anna Mackojć. Ważne jest, aby wybierać szampony, które pomogą nam przywrócić prawidłową mikroflorę naskórka. Pomocne będą także peelingi skóry głowy, gdyż zapewnią redukcję zrogowaciałego naskórka i eliminację grudek łojowych. Przy stosowaniu peelingu, warto pamiętać o prawidłowym jego doborze ze względu na jego pH, czyli wskaźnik kwasowości produktu, który powinien mieścić się w granicach od 3,0 do 5,5 pH. W przypadku diety, warto wzbogacić ją o produkty zawierające dużo żelaza i witaminy kluczowe dla włosów, jak A, D, E, K oraz wi-

tamin z grupy B, które będą pozytywnie wpływały na ich kondycję.

Jeśli jednak nie widzimy pozytywnych efektów po wprowadzeniu zmian do nawyków pielęgnacyjnych i żywieniowych, warto skonsultować się z trychologiem.

Specjalista, realizując wywiad połączony z trichoskopia, oceni kondycję naszej skóry głowy i włosów oraz stwierdzi, czy nie borykamy się z poważniejszymi problemami skóry głowy, na przykład z łojotokowym zapaleniem skóry. W razie potrzeby zalekomenduje nam również kontakt z lekarzem danej specjalizacji, jeśli zauważy inne, niepokojące sygnały mogące świadczyć o nieprawidłowościach w funkcjonowaniu organizmu, które przyczyniają się do wzmożonego przetłuszczania się włosów – dodaje trycholog Anna Mackojć.

Kiedy zaprzestanie strzelać pirotechnik!

Fetieim

Henryk Tronowicz
henryk.tronowicz@polskapress.pl

Po „Popiele i diamentach” Wajdy, „Westerplatte” Różewicz i „Zadusz- kach” Konwickiego, pod obs- trzałem znalazła się filmowa szkoła polska.

Wtedy ludowej, najdeli- katniej mówiąc, nie w smak były filmy, które nie były po jej myśli. Tymczasem w roku 1962 Hollywood zafundował światu batalistyczne dzido „Najdłuż- szy dzień”. Film rekonstruował przebieg zwycięskiej bitwy, jaką alianci stoczyli wczorwu 1944 r. w Normandii z Niemca- mi. Monumentalne widowisko przytłaczało scenami potęgi militarnej US Army.

Kilka lat później w Rem- bertowie odbyła się tajna pro- jekcja tego filmu, przygotowa- nadla sztabowej kadry LWP. O pokazie dowiedziałem się od znajomego oficera. Umówił się zemną, że będę mógł wejść na widowisko, gdy zgaśnie światło izacznie się film.

Projekcja się opóźniała. Czekano na przybycie gen. Ku- ropieskiego. I oto kiedy generał wszedł dopoczekalni i zoba-



„Najdłuższy dzień”, reż. K. Annakin, B. Wiek, A. Marten

czył cywila, wrzasnął na mnie sięgając ręką dokabury: „Co ty tu robisz? Jazda mistad!”.

Wcześniej Józefowi Kuro- piesce po fałszywych oskarże- niach wymierzono karę śmierci (kto to dziś pamięta?). A potem, gdy został rektorem Akademii Sztabu Generalnego, mówio- no: diablo wymagający dla ofi- cerów, łagodniejszy dla żołnie- rzy niższych stopniem, a bar- dzo łagodny wobec pracow- ników cywilnych.

Wracając dotądniej projek- cji. Poodsunęciu Gomułki od władzy, film, jak gdyby ni- gdy nie, puszczono w TVP. Zadzwoniłem do generała. Siarczyście zakłóci rzucił słu- chawkę. Są tajemnice, które za- bieramy dogrobu. ©R

DZIEWIĘĆ FILMÓW, DZIEWIĘĆ GUSTÓW

Sprawdź oceny trójmiejskich filmoznawców i krytyków filmowych

#skala ocen
6 dzieło wybitne
5 film wysokiej próby
4 godny polecenia
3 dyskusyjny
2 nie budzi zachwytu
1 szkoda oczu



Córka (reż. Maggie Gyflenhag)

Batman (reż. Matt Reeves)

Belfast (reż. Kenneth Branagh)

W pętli ryzyka i fantazji (reż. R. Hamaguchi)

abtteysgH · v: co a uOuOL

Cyrano (reż. Joe Wright)

Sonata (reż. Bartosz Blaschke)

Piosenki o miłości (reż. Tomasz Habowski)

Mój długi (reż. Denis Delie)

Mój syn (reż. Christian Carion)

OCENIAJA: K. Babiński (recenzent niezależny), P. Biliński (Uniwersytet Gdański), M. Drozdek („Wirtualna Polska”), I. Łaszyn (recenzentka na urlo- pie), M. Maciejewska (Klub „Żak”), M. Ossowska (recenzentka niezależna), E. Rewińska (filmoznawczyni, animatorka kultury filmowej), H. Trono- wicz („Dziennik Bałtycki”), P. Wyszomirski (Gazeta Świętojańska online).

Kazimierz	Paweł	Magdalena Drozdek	Irena Łaszyn	Marta Maciejewska	Marta Ossowska	Elwina Rewińska	Henryk Tronowicz	Piotr Wyszomirski
4		6			4	5		
3		6			5			4
5	3	6		5	3	5	3	5
	4					5	4	
		4			4	5	4	
4	4	4		5	4		4	4
		4			5		3	
		4				4	3	
						3	3	

Podurokami kina

Henryk Tronowicz
henryk.tronowicz@polskapress.pl

Cyrano de Bergerac nie jest postacią wyssaną przez Edmonda Rostanda z przysłowiowego palca. Pierwowzór bohatera jego sztuki żył 250 lat wcześ- niej. Nazwał się Hector Savi- nien de Cyrano de Bergerac. Filozofem był. I poetą. A wdług biografów był to zara- zem nieustraszony rębajło, demon brawury! Na drzewo- rycie uwieczniono jego podo- biznę z wydatnym nosem, który go ponoć wpędzał w dołujące kompleksy.

Trwała wojna trzydzie- stoletnia. I oto zanim doszło do wyzwolenieckiego ataku na miasto Arras - bitny Hector został ciężko ranny dwukrot- nie. W sztuce Rostanda Cyra- no przez długie lata po wojnie cierpi z powodu obrażeń od- niesionych na froncie.

Dramat płaszcza i szpady

Jakby paradoksalnie, poetycki dramat płaszcza i szpady Ro- standa „Cyrano de Bergerac” sławę zdobył na paryskich scenach jako utwór budzący wesołość (spektakl po premie- rze siedział bez przerwy tysiąc razy). Liryka i nutki heroiczne łączą się w tekście z subtel- nym wdziękiem. W takim też duchu będą później realizo-

wane filmowe adaptacje tej sztuki.

Sztuka Rostanda jest rów- nieżnikiem kina. Pierwsza anglojęzyczna ekranizacja dramatu w reżyserii Michaela Gordona, powstała w Holly- wood w roku 1950 i zdobyła wysokie uznanie, a José Fer- rer za kreację w roli tytułowej dostał Oscara.

Kolejnej, współczesno- nej adaptacji utworu Rostan- da dokonał w amerykańskim filmie „Roxanne” (1987) Fred Schepisi (m.in. twórca „Wy- działu Rosja”, z Seanem Con- nerym). W o trzy lata później- szej komedii francuskiej po- dziwiano szalone wyczyny Gerarda Depardieu (nie trze- ba dodawać, że aparycja akto- ra nie wymagała interwencji charakteryzatora).

Dialogi wypowiadano - tak jak w oryginale - wier- szem. A w scenach bitew trzask militarnego oręza roz- sadzał ramy ekranu.

Wojna i miłość

Rostanda intrygowały pod- boje miłosne. Wojna mniej.

Cyrano de Bergerac - najwaleczniejszy z rębajłów - przy kobiecie rezon traci



Film „Cyrano” pojawia się z etykietką musicalu

A jednak o losach herosów rozstrzyga wojna. Joe Wright, twórca „Cyrana”, wepizo- dach z wojennych okopów, odstepuje od rozrywkowego stylu narracji. Obrazom fron- towej zgrozy i poklosia krwa- wych zmagani nadaje znacze- nia elegijne, patetyczne. Wrażliwość artystyczną reży-

ser demonstrował już daw- niej, na przykład w „Dumie i uprzedzeniu”, romansie na podstawie powieści Jane Austen.

Bez szumnych szlagierów

Film „Cyrano” pojawia się z etykietką musicalu. Ow- szem, pięknie brzmiących epi-

zodów wokalnych na ekranie nie brak. Ale jeśli w kinie za klasykę musicalu uważa się na przykład „My Fair Lady” czy „La La Land”, to „Cyrano” do dzieł w tym gatunku dołą- czyć trudno. To nie ta katego- ria. Frazy śpiewane przez ak- torów w „Cyranie”, wkompo- nowane są w toczący się dia- log dyskretnie, nastrojowo, subtelnie. Niema w tym musi- calu „wpadających w ucho”, estradowych szlagierów.

Gorzka pigułka

W sztuce Rostanda waleczny muszkieter Cyrano, zako- chany po uszy w swej kuzynce Roxanie, z powodu przero- śniętego nosa obawia się, że kiedy wyzna jej miłość, dosta- nie kosa. Nie może zdobyć się na odwagę. A kiedy w pew- nej chwili Roxana wyznacza mu schadzkę, łudzi się na- dzieją, że wreszcie uda mi się lek przezwyciężyć. Ale traci rezon i pochwili złości się na siebie: „Znów stchórzy- łem!”. W dodatku od Roxany usłyszał, że właśnie zakochała się w przystojnym rekrucie. Od tego momentu Cyrano swoje uczucia wyrażać będzie w urzekających listach miło- snych do Roxany, tylko że to nie on, lecz ów rekrut będzie te listy podpisywać.

Miłosny trójkąt

Warstwa fabularna utworu rozgrywa się w trójkacie miło-

snym, choć nie jest to rozdzie- rający serca, układ regular- nego intymnego trójkąta. Poza tym sedno dramatu nie tkwi w nosie. Co takiego zatem sprawia, że zmieniają się upodobania i obyczaje, a zain- teresowanie niejednoznaczna postacią Cyrana w kinie nie wygasa? Kiedy Rostand sztukę pisał, nie mógł nie znać dzieł Brantôme’a, Cho- derlosa de Laclos, prozy Sten- dhala i Balzaka. A to Wolter mówił zwięźle: miłości za- wsze towarzyszy nieśmiele- nie. Rostand drażąc podteksty sterujące postawą charak- ternego muszkietera, otarł się o zawiłe problemy osobowo- ści. Topewnie tłumaczy po- wroty kina do fenomenu Cy- rana.

Fenomen Dinklage’a

„Kto by pomyślał, że Peter Dinklage śpiewający o nie- spełnionej miłości sprawi, że w oczach staną nam łzy?” - napisała pięknie w recenzji z „Cyrana” Magdalena Droz- dek, nawiązując do rewelacyj- nej roli aktora w serialu „Gra o tron”. Mnie się przypomina cudownie wysmakowana rola, jaką artysta ten kiedyś zagrał w skromnym filmie „Dróżnik” (reż. McCarthy). Rzadko w kinie aktorskie osobowości wyczarowują tak nadzwyczajne wizerunki, jakie kreuje Peter Din- klage. ©R

Ssaki

Grażyna Antoniewicz

grazyna.antoniewia@polskapress.pl

Dzięki swojemu szaremu ubarwieniu doskonale stapia się z otoczeniem, gorzej jest zimą. Posiada świetny słuch, który zawdzięcza swoim obracającym się we wszystkich strony uszom. Jest czujny, żaden ruch nie umknie jego uwadze. Nie tylko świetnie biega, ale też skacze w dal i wzwyz, nieźle pływa. Życie często ratuje mu talent sprinterski. Nocą, wieczorem i nad ranem poszukuje pożywienia - roślinnego.

Boksowaniem odpędza natręta

Wśród ssaków średniej wielkości należy do najpłodniejszych. Już w lutym zające ogarnia podniecenie, zachowują się jak oszalałe - zaczyna się bowiem okres rui. Na polach i łąkach odbywają się gonitwy i turnieje, zwane parkotami. Samica ścigana jest przez kilku zalotników. Każdy amant, który chce osiąść wybrankę, musi ją najpierw dogonić, a w biegu zakosami osiąga prędkość nawet 80 kilometrów na godzinę. W ten sposób samice starają się wyselekcjonować najlepszego ojca dla swego potomstwa.

Zajęcze gody przypominają walkę. Często obserwować można samice boksowaniem odpędzające zbyt natarczywych partnerów. Zajęczyce młóć przednimi łapami, uzbrojonymi w ostre pazury. Miejsca parkotów bywają usiane kłakami wydartej turzycy (sierści). Sam akt seksualny trwa zaledwie kilkasekund.

W czasie parkotów zające wydają dwa rodzaje odgłosów - dość ciche muskanie (swoiste mruczenie) i słyszalne z daleka bębnienie, czyli bicie podszewkami skoków o ziemię.

Cicho i w tajemnicy

Zajęczyca miewa cztery mioty w roku. W pierwszym i ostatnim rodzi dwoje i troje dzieci, w środkowym zaś po 10. Osobliwością jest to, że ciężarna samica może zostać dodatkowo zapłodniona. Toteż zdarza się, że - chociaż ciąży u zajęcy trwa 43 dni - matka rodzi dwakrotnie mioty w odstępie 10 dni.

Rozmieszcza je w oddzielnych kryjówkach - w gęstej trawie, lub jamkach w ziemi i przychodzi do nich 1-2 razy dziennie, by je nakarmić. Jest bowiem bardzo ostrożna wien, że na nią i jej dzieci czyha mnóstwo niebezpieczeństw. One też to wiedzą i cicho jej oczekują. Wszystko odbywa się więc w jak największej tajemnicy.

W spokojnej kotlinie już w lutym rodzą się zajęczki - silne i zważne, z otwartymi



Zając europejski - mistrz kamuflażu

i Zając europejski (zwany szarakiem) to mistrz kamuflażu, a jeśli ten zawiedzie - to ucieczek

oczkami i pokryte futerkiem, inaczej niż króliki. Maluchy nie mają żadnego zapachu. Niemożliwe są do wykrycia przez drapieżnika wzrokiem, słuchem lub węchem, jako oseski są bezpieczne. Dlatego jeśli natrafimy na takiego szkraba nie dotykajmy go, aby nie nasiąknął zapachem człowieka. Nie sądzimy, że jest opuszczony. Matka czuwa w pobliżu.

Opieka nad przychowkiem trwa bardzo krótko. Najwyżej po trzech tygodniach młode usamodzielniają się, a mając pół roku uzyskują dojrzałość płciową.

Gdy matka znika

Niedawno urodzonego zająca szaraka trudno dostrzec w suchej trawie. Sierść jego ma bowiem idealnie ochronne ubarwienie. Zaraz po urodzeniu intensywnie ssiemleko matki, o zawartości aż 23 procent tłuszczu. Po kilkunastu zajęczki ssą mleko matki tylko raz dziennie, przeważnie zmierz-

chu. Zajęczyca wkrótce je opuszcza.

Nie jest to bynajmniej brak uczuć macierzyńskich, lecz mocno zakorzenione doświadczenie, mające zagwarantować maleństwu bezpieczeństwo, gdyż częste odwiedziny u młodych mogłyby zwrócić uwagę ich wrogów. Zajęczyca jednak trzyma się stale w pobliżu.

W drugim tygodniu życia maluchy muszą się nauczyć obgryzania liści, ponieważ w trzecim tygodniu matka przestaje je karmić i wkrótce potem opuszcza na zawsze. W wychowaniu młodych nie uczestniczy ojciec.

Niedawno urodzonego zająca szaraka trudno dostrzec w suchej trawie. Sierść jego ma bowiem idealnie ochronne ubarwienie

Czyścioszek

Nieco większy od królika pochodzący z azjatyckich stepów zając jest niedużym zwierzęciem o wydłużonym tułowi i głowie. Jegociało pokrywa gęste futro, brunatne lub płowe, na grzbiecie przemieszane z włosami białymi i czarnymi. Tułów kończy się krótkim, dobrze owłosionym ogonem. Zając dba o swój wygląd. Latem stosuje kąpiele piaskowe, zimą tarza się w śniegu.

Wylizawszy szczotkowate stopy przednich kończyn, myje całe futro. Najbardziej charakterystyczną częścią ciała zająca są jednak wielkie stojące uszy, którymi może poruszać we wszystkich kierunkach.

Sprytny kluczenie

Mocno rozwinięte tylne czteropalczaste skoki są dwukrotnie dłuższe od przednich pięciopalczastych - to właśnie im szarak zawdzięcza zdolność do szybkiego biegu.

Zając biega wyłącznie klusem, odbijając się od tylnych nóg i opadając na przednie, przy czym tylne nogi stawia obok siebie, przednie zaś jedna za drugą. Dobrze zbudowane skoki i wyjątkowo giętki kręgosłup umożliwiają wykonanie zającowi gwałtownych zwrotów podczas ucieczki.

Jest to bardzo ważna cecha, gdyż nawet bardzo szybkie psy myśliwskie nie są w stanie wykonać tak gwałtownych i szybkich zwrotów. Kluczenie, czyli bieg zwirzynny, podczas którego często zmienia on kierunek, zwalnia lub staje, aby zmylić pogoń jest charakterystyczny dla zająca.

Widząc zająca na polu lub w lesie, prawie nigdy nie słyszymy jego głosu. Nie znaczy to, że jest milczkiem. Najbardziej znany jest jego okrzyk trwogi zwany kniazieniem. Wydaje go, gdy zostaje np. ugodzony śrutem lub trafi do paszczy drapieżnika.

Rzadko pije wodę

Inaczej niż u gryzoni, które mają tylko jedną parę siekaczy, zając w górnej szczęce ma drugą parę drobnych siekaczy, zakrytych przez pierwszą. Mocne zęby sprawiają, że szaraki wyrządzają szkody w sadach i leśnych szkółkach, gdzie zima ogryzają korę młodych drzew.

Zając odżywia się wyłącznie pokarmem roślinnym. Jego letni jadłospis to: trawy, zioła, koniczyna, mniszek lekarski, dzikie jagody, czasem niektóre nasiona grzybów i większość roślin uprawnych m.in. marchew.

Zimą żywi się cienkimi gałązkami, ziarnem i kapustą, korą z grubszych gałęzi oraz pni drzew jabłoni, klonów, dębów itd. Dziennie zjada około kilograma pokarmu. Rzadko pije wodę, najczęściej zadawała się rosą. Nie kopie nor. Śpi w nieckach wyciśniętych w ziemi, zwanych kotlinkami.

Warto wiedzieć

Zając szarak występuje niemal w całej Europie, z wyjątkiem północnych części Skandynawii oraz byłego Związku Radzieckiego. W Polsce spotkać go można na terenie całego kraju z wyjątkiem najwyższych partii Tatr. Występuje głównie w środowisku rolniczym, znacznie rzadziej na terenach leśnych.

Prócz szaraka na północno-wschodnich rubieżach Europy występuje nielicznie trochę mniejszy zając bielak, który po jesiennym linieniu okrywa się śnieżnobiałą suknią. Szarak lubi otwarte tereny, takie jak łąki, natomiast bielak znacznie lepiej czuje się w dużych lasach.

Symbol płodności

Kojarzony z Wielkanocą zając to uniwersalny symbol płodności i wiosennego odrodzenia. W wierzeniach, podobnie jak kot przebiegający drogę, zwiastuje nieszczęście, w myśl przysłowia: „U krótkiego zająca ogona długie nieszczęście wisi”.

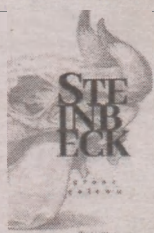
Istniało też przekonanie, że w zające mogą się wcielać czarownice, diabły i dusze zmarłych. Był popularny w Grecji, gdzie pojawiał się obok Afrodyty i np. w Egipcie, gdzie wiązano go z Ozyrysem. Kojarzono go także ze staro-niemiecką boginią wiosny Ostara. Trafił nawet do kina, któż nie zna kultowej bajki o przygodach sympatycznego Zająca, którego wciąż próbuje dopaść Wilk.

W nieustannych gonitwach przeżywają wiele zabawnych przygód, z których Zając zawsze wychodzi cało. Zaś za najstarszą zachowaną polską operę uważa się barokowy anonimowy utwór „Heca albo polowanie na zająca”. ©

KSIAZKI

Grona gniewu

JOHN STEINBECK



Wydawnictwo Prószyński i S-ka wydało klasyczną pozycję literatury amerykańskiej. Akcja dzieje się w USA

podczas Wielkiego Kryzysu, w latach 30. XX wieku. Rodzina Joadów decyduje się opuścić rodzinną Oklahomę i w poszukiwaniu pracy przenieść się do Kalifornii. Niestety, zamieszkujący ten stan farmerzy - sami dotknięci bezrobociem i ledwo wiążący koniec z końcem - są do przybywających do ich stanu nastawieni wręcz wrogo.

Historia ta w chwili premiery wzbudziła liczne kontrowersje. Powieść znalazła się na liście książek zakazanych w USA. W 1940 r. otrzymała Nagrodę Pulitzera oraz National Book Award. W ekranizacji książki wyreżyrowanej przez Johna Fonda w roli głównej wystąpił Henry Fonda.

Brać i czytać koniecznie. Nieśmiertelna klasyka i to pięknie wydana, (MARA)

DZIEWCZYŃKA, KTÓRA NIE POTRAFIŁA NIENAWIDZIĆ

L. MAKSYMOWICZ. P. RODARI



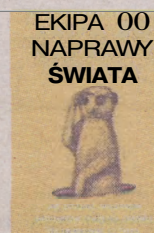
Wydawnictwo Znak Horyzont. Opis od wydawcy: Lidia ma trzy latka, gdy trafia do Auschwitz.

Ukrywa się pod pryczą przed doktorem Mengele. Nie zawsze skutecznie. Eksperymenty pamięta do dziś. Po wojnie trafia do nowej rodziny - biologiczną zabrała wojna. Potem odnajduje matkę. Lidia Maksymowicz była jedną z półtora miliona osób, które przeszły przez Auschwitz. Jedną z siedmiu tysięcy, które doczekały wyzwolenia obozu. Numer wytatuowany na rękudługo zaklejała plastrem. Żeby ludzie nie pytali. Ale go nie usunęła. Ponad 70 lat później wyblady już numer całuje papież Franciszek. 70072. Symbol zwycięstwa nad nienawiścią.

Dzisiaj, kiedy z powodu wojny na Ukrainie znów cierpią dzieci, lektura tej książki jest szczególnie wstrząsająca. Obóz widziany oczami dziecka, które przetrwało i nie straciło wiary w ludzi, (MARA)

Ekipa do naprawy świata

ANNE SVERDRUP-THYGESON



Wydawnictwo Znak Jednym Słowem. Rozwinięcie tytułu: Jak dziesięć milionów gatunków staje nagłowie, byuratować citylek.

Co znajdziemy w tak ciekawie zatytułowanej książce? Pełną ciekawostek i łatwo przyswajalnych informacji o naturze, która usilnie stara się naprawić to, co zepsuł nasz ludzki gatunek. Na pewno przyznacie, że mamy sporo ciężkich grzechów na sumieniu. I dobrze, żebyśmy wiedzieli na przykład, że jeden malutki małż potrafi w ciągu doby oczyścić 50 litrów wody, za co drugi oddech możemy podziękować planktonowi produkującemu tlen, a prawie połowę leków ratujących życie zawdzięczamy roślinom, grzybom i zwierzętom.

Książka dla ciekawskich, która pozwoli nam poczuć wdzięczność dla świata dającego nam dużo, chociaż nie zasługujemy, (MARA)

Nietypowa Matka Polka 2

ANNA SZCZEPANEK



Wydawnictwo Edipresse. Drugi tom felietonów blogerki Nietypowej Matki Polki, obdarzonej ciętym poczuciem humoru żony, matki czterech synów, posiadaczki dwóch kotów. Wydawca pisze 0 niej tak: W świecie pełnym kłamstwa i wirtualnej fikcji postawiła na naturalność, brak nadęcia i humor doprawiony szczyptą zdrowego rozsądku, który wraz ciętym językiem, zmysłem obserwacji i charyzmatyczną osobowością zgromadził tysiące fanów w sieci. Przeczytajcie więc m.in. o tym, że autorka prowadzi samochód niczym kierowca wyścigowy i jest doradcą swego męża zakierownicą. Oeksperymentalnym makijażu, który wzbudził sensację na ulicy. Ale też okosztach sławy i rozpoznawalności. O tym, dlaczego zwierzęta zasługują na szacunek. Czego nie należy robić dziecku. I na czym polegał patriarchy kiedyś i teraz, (MARA)

Niewidziani

SHANNON MESSENGER



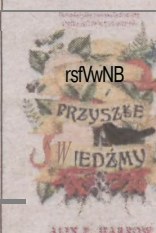
Wydawnictwo Iuvi. Czwarty tom cyklu „Zaginione miasta”. Książka dla młodzieży. Kolejne przygody

Sophie Foster. Wraz z najbliższymi przyjaciółmi pragnie dołączyć do tajemniczej grupy Czarnego Łabędzia. Wkrótce odkrywają sekrety, które przerażają ich najsmielsze oczekiwania. Wrogowie Sophie nie odpuszczają i rozprzestrzeniają przerażającą plagę, która zagraża bezpieczeństwu całego gatunku. Sophie i jej przyjaciele walczą wszystkim sposobami - dołączając do nich nowojorkuszy - ale każdy wybór niesie ze sobą konsekwencje. A obdarzenie zaufaniem niewłaściwej osoby może okazać się śmiertelnie niebezpieczne.

Cały cykl gorąco polecam młodzieży. Wyobraźnia autorki nie zna granic, a czytając jej książki, będziecie przeżywać niesamowite przygody i dowiecie się, co jest w życiu najważniejsze, (MARA)

Dawne i przyszłe wiedzmy

ALIX E. HARROW



Wydawnictwo Iuvi. Od wydawcy: Pełna mocy i magii powieść przenosi czytelnika do Ameryki

Północnej konic XIX wieku - w epokę ruchu sufrażystek. Gdy siostry Eastwood - James Juniper, Agnes Amaranth i Beatrice Belladonna - upominają się w Nowym Salem o zrównanie szans kobiet z mężczyznami, zaczynają poszukiwać zaginionych słów i wchodzą na ścieżkę wiedzmy. Nękane przez cienie, ścigane przez siły, które nie ścierpią, by wiedzmy odzyskały moc - a może nawet by pozostały przy życiu - siostry będą się musiały zagłębić w najstarszą magię, zawiązać nowe przysięgi oraz odnowić dawne siosterskie więzi, jeśli w ogóle chcą przetrwać.

Feministyczna powieść fantasy! Przed lekturą zapalmy kadzidła i zaparzymy ziółka. A potem zapomnijmy o naszym świecie. (MARA)

Super prezent na Dzień Kobiet? Przegląd auta

Perfumy, kwiatki, czekoladki dostawałam od swoich mężczyzn w rodzinie. Te luksusy przelały z darmowym przeglądem auta i wkręceniem żarówek.

Babskie gadanie

Anna Czermy-Marecka

Moim dwóm synom i mężowi (obecnie, ku mojemu niestającemu żalowi, nie na tym świecie) muszę mi wybaczyć to, co teraz napiszę. Bardzo mi miło było dostawać od nich kwiaty, słodycze i kosmetyki z okazji Dnia Kobiet, ale nigdy tak nie cieszyłam się, jak odbierając prezent od nauczycieli praktycznej nauki zawodu i uczniów Zespołu Szkół Mechanicznych i Logistycznych w Słupsku.

Otóż mechanik przez kilka dni w ramach Tygodnia Dnia Kobiet za darmo oferował takie rzeczy, jak wymianę żarówek, wymianę wycieraczek, sprawdzenie poziomu płynów w samochodzie i sprawdzenie ciśnienia w oponach. Wystarczyło zadzwonić i umówić się na konkretny dzień i godzinę.

Kiedy ta ulotka wpadła mi w oczy, akurat tkwiłam w niemożności wymiany



trzech żarówek - dwóch światła postojowych i jednej światła stopu. Żarówki nabyłam, po czym na YouTube obejrzałam sobie filmiki, jak je włożyć tam gdzie trzeba. Niestety, dostanie się do tych miejsc przerosło moje fizyczne i techniczne (przynajmniej, bardzo małe) możliwości.

Tak samo moje możliwości, tyle że tym razem finansowe i logistyczne, przerosła prosta niby sprawa umówienia się na wizytę w warsztacie samochodowym. Chociaż jest ich cała masa, to terminy mają odległe jak jakiś kardiolog czy urolog. Poza tym, jak

ostrzegali znajomi, na 50 zł się miało skończyć, nie mówiąc już o tym, że pewnie nie dałoby się wjechać po godzinie wyjechać, tylko trzeba by było zostawić auto na co najmniej jeden dzień. Padłam, zanim zaczęłam.

Przez to przez ponad miesiąc jeździłam z duszą na ramieniu, żeby jakaś drogówka nie skasowała mnie za „niemanie” światła. Nie tylko tych postojowych, bo one raczej takie teoretyczne są, ale już brak prawego „stopa” mógłby nie ująć mi płazem. I kiedy już nie wiedziałam, jak załatwić ten problem, po przygotowaniu kwestii „panie władzo, to na pewno przed chwilą się zepsuło, bo jak wyjeżdżałam z domu, to działało” pojawiła się ta wspomniana wcześniej ulotka.

Jeden telefon i na drugi dzień stawiłam się w warsztacie szkoły mechanicznej. Nawet udało mi się ładnie wjechać autem na kanał. Po czym usiadłam sobie na ławeczce, a pan nauczyciel z uczniami zajęli się moim niewielkim hyundaiem.

Podłączyli do jakiegoś urządzenia, sprawdzili koła, jedno napompowali, spojrzeli na niego z dołu, zbadali, co wydycha, potrześli nim nawet. Usłyszałam, że trzy drobne rzeczy należy naprawić u mechanika, a poza tym jest całkiem nieźle. Nie sypiamy się, nie zatrzymujemy powietrza i niegrozi nam, że coś podczas jazdy wypadnie. Uff. Po tej diagnostyce przyszła pora na te nieszczęsne światła. Głupio mi było, że sama nie umiałam wymienić żarówek, ale zostałam pocieszona. - To jest tak zrobione, że kierowca MUSI udać się do serwisu - stwierdził pan nauczyciel. Razem zgodziliśmy się, że to nie jest fair. Takie lampy powinien w samochodzie móc wymienić kierowca nawet płci żeńskiej, tak jak wymienia płyn w chłodnicy czy wlewa benzynę.

Wyjeżdżając z warsztatu, czułam się wspaniale. Nie dość, że mam wszystkie światła, to jeszcze spotkałam mechaników, którzy chcieli pomóc, a nie pokazać mi, że o autach nie mam pojęcia. ©

Akademia mądrego dziecka. Pierwsze słowa

SERIA KSIĄŻEK DLA DZIECI

3WJ Sak toot Jo, Pory roku



Wydawca Harper Collins Polska. Cykl Akademii mądrego dziecka. „Pierwsze słowa” to seria książeczek dla dzieci i rodziców do wspólnego oglądania i czytania. Ruchome elementy nie dość, że zaciekawiają każde dziecko, to jeszcze doskonale wspierają rozwój maluchów i rozwijają sprawność manualną. Piękne kolorowe ilustracje sprawiają, że dzieci z przyjemnością odkrywają świat wokół siebie i uczą się nowych słów.

W tej serii pięknie wydanych książeczek w poręcznym, małym rozmiarze (można je zabrać na spacer czy w podróż) znajdziemy między innymi takie tytuły, jak: „Pory roku” - dziecko pozna nie tylko takie słowa jak wiosna, lato, jesień i zima, ale i pozna wiele innych z nimi

Pierwsze słowa. 1Jbn>dssuruE



się kojarzących. Na każdą porę roku przypada cztery słowa i obrazki oraz strona zrucho-

miem, którym trzeba poruszyć, żeby znaleźć odpowiedź na zadane pytanie. Na końcu wśród wielu obrazków dziecko ma znaleźć te, które pasują do zimy (albo pory roku wskazanej przez rodzica).

Według takiego schematu sateżbudo-

wane książeczki „Na budowie”, „Urodziny”, „Na boisku”. Jest zakres tematyczny pozwalający na poznanie najważniejszych słówek. Rysunki ułatwiają ich zapamiętywanie. Ruchome obrazki to zagadki, a dzieci je lubią. Co ważne w przypadku maluchów, książeczki mają grube kartonowe i lakierowane okładki, więc łatwo się nie zniszczą nawet jeśli zostaną wykorzystane jak gryzaki. (MARA)



Halina Kunicka, piosenkarka (cafesenior.pl)

Krzyżówka panoramiczna

[illegible]

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 utworzą rozwiązanie – myśl Epikura.

3ionzonisarAaMvydVyviw 3iNvzViAAZoy

Słownik: binazin. Nemezis. orbiter. rafinada.