



METALPLAST

naprawdę NISKIE CENY!

Ponad 35.000 artykułów!



ul. Garbary 9, 66-400 Gorzów Wlkp.
 +48 724 555 536 - Sekretariat
 +48 724 555 546 - Dział Metalowy
 +48 724 555 538 - Dział Zamków i Kłamek
 +48 724 555 537 - Dział Akcesoriów Meblowych
 www.metalplastgorzow.pl
 e-mail: market@metalplastgorzow.pl
 Zapraszamy do kontaktu

Codziennie nowe informacje na www.echogorzowa.pl

ECHOGORZOWA.PL

• MIESIĘCZNIK BEZPŁATNY •

• LUTY 2025 • NR 2/2025 (122)

ISSN 2956-9338

Puchar Polski trafił do Gorzowa!

Ten turniej to jak prawdziwy sen. Miały mieć wolne, dostały w ostatniej chwili zaproszenie, pojechały, wygrały trzy razy i wróciły z pierwszym w historii Gorzowa Pucharem Polski w koszykówce kobiet.



Gorzowskie koszykarki świętują zdobycie Pucharu Polski!

Gorzowskie koszykarki sprawiły nie lada psikusa wszystkim, którzy już położyli na nich krzyżyk. W ostatnich meczach ligowych podopiecznym trenera **Dariusza Maciejewskiego** wyraźnie nie szło, przegrywały z dużo niżej notowanymi rywalkami i kiedy okazało się, że dostały zaproszenie do uczestnictwa w finałowym turnieju o Pekao S.A. Puchar Polski w miejsce BC Polkowice wielu zadawało pytanie, po to akademicki jadą do Sosnowca? One nic sobie z tego nie robiły, postanowiły zagrać najlepiej jak potrafią i dokonały nie lada wyczynu.

Wyczynem bowiem było to, że jako jedyna drużyna grając przez trzy dni, dzień po dniu, wygrały z trzema z najlepszymi obecnie zespołami rozgrywek ligowych. Najpierw o sile gorzowianek przekonała się Śląza Wrocław, z którą Polska Strefa Inwestycji Enea AJP wygrała 83:64. Potem nasze zmiotły z parkietu lidera Orlen Basket Ligi Kobiet - VBW Gdynię 86:66, a na koniec w wielkim finale pokonały po nerwowej ostatniej kwarcie Polski Cukier AZS UMCS Lublin 86:81.

Nigdy wcześniej nie cieszyliśmy się z tak dużego osiągnięcia. Do tej pory było dziewięć medali mistrzostw Polski, ale żadnego złotego. Był też jeden finał Pucharu Polski, niestety przegrany przed dwoma laty. Dlatego wygrana teraz w Sosnowcu jest dla koszykarskiego Gorzowa największym sukcesem, jest również wielkim wydarzeniem w trenerskiej karierze **Dariusza Maciejewskiego**, który od „zawsze” jest związany najpierw ze Stilonem, potem z AZS AJP Gorzów.

Historyczny Puchar Polski dla Gorzowa wywalczyły: **Shatori Walker-Kimbrough**, **Diamond Miller** (obie USA), **Elena Tsineke** (Grecja), **Rebeka Mikulášiková** (Słowacja) oraz Polki - **Klaudia Gertchen**, **Emilia Kośla**, **Ewelina Śmiałek**, **Wiktoria Kuczyńska**, **Joanna Kobylińska**, **Gabriela Lebiecka** i **Weronika Steblecka**. Trenerowi Dariuszowi Maciejewskiemu na ławce pomagają **Robert Pieczyrak** i **Janusz Kopaczewski**. Prezesem klubu jest **Michał Kugler**. Gratulujemy!

RB



EDUGORZÓW

SZKOŁA DLA DOROSŁYCH

SZKOŁA Z NAJBOGATSZĄ OFERTĄ EDUKACYJNĄ W GORZOWIE WIELKOPOLSKIM!

LICEUM, SZKOŁY POLICEALNE, SZKOŁA BRANŻOWA, KWALIFIKACYJNE KURSY ZAWODOWE, STUDIA.

ZESKANUJ KOD QR




KALENDARIUM Luty 2025

- 1.02.
1984 - Benedykt Wiśniewski został prezydentem Gorzowa; funkcję tę pełnił do grudnia 1985 r.
- 1992 - wprowadzono obowiązkowe oznakowanie gorzowskich taksówek w postaci żółtych naklejek na drzwiach z numerem i herbem miasta.
- 1993 - otwarta została pierwsza stołówka dla ubogich zorganizowana przez Gorzowskie Stowarzyszenie Pomocy Bliźniemu im. Brata Krystyna.
- 2.02.
1840 - spalił się budynek najstarszego młyna w mieście przy placu Młyńskim, zwanego Młynem Czerokołowym, później Wielkim Młynem Miejskim.
- 1844 - założone zostało Towarzystwo Upiększania Miasta, które działało do 1941, przyczyniając się walczyć do powstania licznych parków i zieleńców.
- 3.02.
1979 - zarząd KS AZS AWF powołał sekcję wioślarską; są to początki wyczynowego sportu wioślarskiego w Gorzowie.
- 4.02.
1945 - w pozbawionym władz Gorzowie wyłączono energię i gaz.
- 2011 - pożar strawił osiem metalowych bud i pięć kramów na targowisku przy głównej bramie cementarnej na ul. Żwirowej.
- 5.02.
1686 - na Górze Wisielców, dziś wzniesienie nad ul. Asnyka, spalono ubogą żebraczkę, oskarżoną o czary, był to ostatni znany stos, rozpalony w mieście.
- 2000 - w podziemiach „Kokosa” otwarto kręgielnię MBM.
- 6.02.
1978 - rozpoczęto budowę Centrum Administracyjno-Handlowe przy Jagiellończyka, ostatecznie powstał tylko gmach LUW, oddany w 1986 r.
- 7.02.
1965 - hokeiści gorzowscy wystąpili po raz pierwszy w barwach Stilonu, remisując na własnym lodowisku ze Spartą Złotów 1:1; na przebieg meczu wpływ miała... odwilż.
- 8.02.
1957 - na Wydziale Włókienniczym GZWSz (Stilon) wybuchł jednodniowy strajk, powołano 31-osobowy komitet strajkowy, który wysunął 19 postulatów, w tym żądanie podniesienia płac zasadniczych, ograniczenie zatrudnienia wśród pracowników umysłowych i postulaty socjalne; strajk zakończył się porozumieniem.
- 1980 - ukazał się pierwszy numer tygodnika „Ziemia Gorzowska”; ukazywał się do 2009 r.
- 9.02.
1898 - zawarta została umowa ze spółką „Helios” w Kolonii Ehrenfeldt na budowę traktacji tramwajowej i elektryfikację miasta; tramwaje ruszyły 29.07.1899 r., a 1.09. popłynął pierwszy prąd do mieszkań.

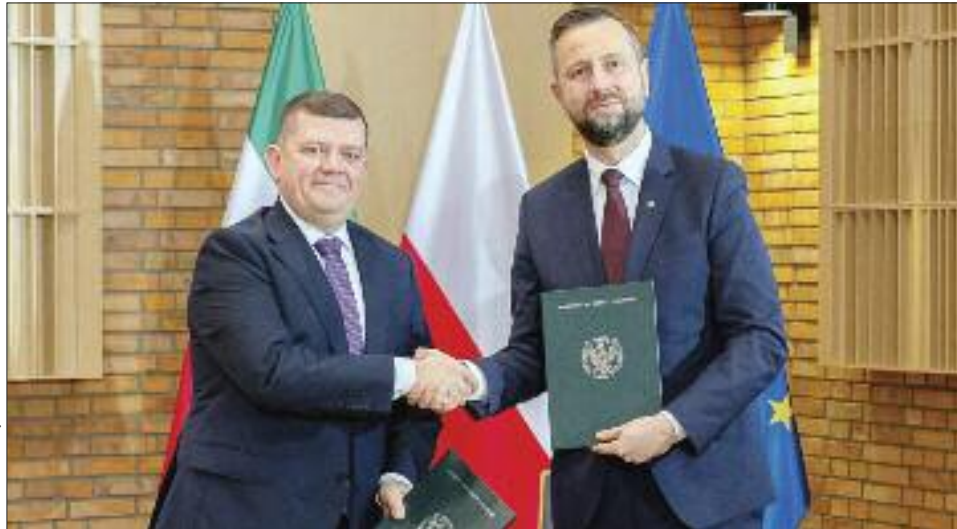
Docelowo będzie około tysiąca żołnierzy

Wojsko Polskie wraca do Gorzowa Wielkopolskiego. Prezydent Jacek Wójcicki i wicepremier, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz podpisali 12 stycznia w tej sprawie list intencyjny.

List intencyjny rozpoczął proces przekazania nieruchomości na potrzeby rozmieszczenia w naszym mieście nowo powołanej 15. Lubuskiej Brygady Obrony Terytorialnej. Jednostka WOT, dla której Miasto przekaże 40 ha ziemi, powstanie przy ulicy Mironickiej, a w budynku po Centrum Kształcenia Ustawicznego przy ulicy Pomorskiej siedzibę znajdzie dowództwo Brygady.

- To jest dobra niedziela dla Gorzowa Wielkopolskiego, dla Wojska Polskiego i dla bezpieczeństwa Polski. Na mapie naszego kraju dziś bardzo jasno świeci Gorzów Wielkopolski - miasto, do którego po dwudziestu pięciu latach wraca Wojsko Polskie - powiedział wicepremier **Władysław Kosiniak-Kamysz**.

Szef MON przyznał, iż wpływ na wybór Gorzowa miały oczekiwania społeczne na powrót żołnierzy do naszego miasta, a zwłaszcza inicjatywa prezydenta **Jacka Wójcickiego**, który przedstawił konkretny plan, zawierający



Prezydent Jacek Wójcicki (z lewej) i wicepremier, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz po podpisaniu listu intencyjnego

rający duży udział Miasta w jego realizacji.

- To dla Gorzowa wielka chwila. Cieszę się, że pan premier tak poważnie potraktował naszą propozycję. Dziś podpisaliśmy list intencyjny, który otwiera przed miastem nową kartę historii. To przed nami wielkie wyzwanie; miasto nie tylko przekazuje wojsku nieruchomości, ale i podejmujemy się

budowy obiektu. Inwestorem - mam nadzieję - będzie spółka Gorzowskie Inwestycje Miejskie. Będziemy dla MON budować jednostkę wojskową i zapewniam, że mamy na tyle duże doświadczenie, że z tą inwestycją sobie poradzimy - powiedział prezydent Gorzowa.

15. Lubuska Brygada Obrony Terytorialnej rozpoczęła funkcjonowanie 2

września 2024 r. - po wyznaczeniu na jej dowódcę płk. **Leszka Giergielewicza**. Docelowo ma liczyć około tysiąca żołnierzy, w ramach trzech batalionów lekkiej piechoty. Dwa z nich były dotąd podporządkowane 12. Wielkopolskiej Brygadzie OT. To sformowany w 2019 roku 151. batalion w Skwierzynie i 152. batalion w Krośnie Odrzańskim aktywny od 2022 roku.

W listopadzie ub. roku 15. Lubuska Brygada Obrony Terytorialnej otrzymała Chorągiew Wojska Polskiego, a jej dowódca przejął dowodzenie nad dwoma lubuskimi batalionami lekkiej piechoty, podległymi dotąd 12. Wielkopolskiej Brygadzie OT. Apel z tej okazji odbył się w Gorzowie Wielkopolskim.

Wojska Obrony Terytorialnej to, obok Wojsk Lądowych, Sił Powietrznych, Wojsk Specjalnych i Marynarki Wojennej, piąty rodzaj Sił Zbrojnych RP, stanowiący komplementarną część potencjału obronnego Polski. Służba w WOT umożliwia zachowanie balansu pomiędzy życiem prywatnym, zawodowym i służbą wojskową. Oprócz zadań związanych z udziałem w potencjalnych konfliktach zbrojnych i obronie kraju, ten rodzaj wojsk wspiera regionalne i lokalne władze w zarządzaniu kryzysowym, współpracując z innymi służbami podczas klęsk żywiołowych i innych zagrożeń.

UM W GORZOWIE

r e k l a m a

POGOTOWIE KOMPUTEROWE

732 863 648

Gorzowianie będą jeździć za darmo

Na tę decyzję władz miasta gorzowianie czekali bardzo długo, ale się doczekali, choć w życie wejdzie ona za jedenaście miesięcy.

Od 1 stycznia 2026 roku w Gorzowie będzie bezpłatna komunikacja miejska dla wszystkich gorzowian posiadających Kartę Stałego Mieszkańca. Tym samym Gorzów stanie się pierwszym w Polsce wojewódzkim miastem z bezpłatną komunikacją miejską.

- Decyzja wpisuje się w nasze starania, by Gorzów był miastem przyjaznym, dogodnym do życia dla jego mieszkańców - mówił w trakcie

konferencji prasowej prezydent **Jacek Wójcicki**. - Bezpłatna komunikacja miejska jest rozwiązaniem bardzo dogodnym dla uczniów naszych szkół i oni są jednym z najważniejszych adresatów tego pomysłu. Komunikacja miejska jest też istotnym kręgosłupem czynnika dogodności, zapewnia wszystkim mieszkańcom dostęp do miejskich usług, do wyjazdów i życia społecznego - dodał.

Przewodniczący Rady Miasta **Robert Surowiec** przyznał, że decyzję podjęto również po to, żeby wpłynąć na niekorzystne procesy demograficzne, gdyż z roku na rok Gorzów traci mieszkańców i grozi mu spadek poniżej 100 tysięcy.

- To również przełomowy krok w stronę mniejszych korków, lepszej dostępności transportu i poprawy codziennego komfortu mieszkańców - od seniorów, przez

uczniów, po rodziny z dziećmi. Decyzja ta pokazuje, że Gorzów nie boi się innowacji i potrafi skutecznie odpowiadać na potrzeby mieszkańców, budując miasto otwarte na przyszłość - podkreślił Robert Surowiec.

Zdaniem **Marty Liberkowskiej**, dyrektora Wydziału Promocji i Informacji UM, dzięki zapowiedzianym zmianom hasło kampanii promującej miasto „Gorzów Stąd jesteśmy” to już nie tylko opowieść

o losach niezwykłych ludzi, którzy są stąd lub tu zostają, ko Gorzów pokochali.

- To realna korzyść ekonomiczna z faktu bycia częścią wspólnoty mieszkańców Gorzowa - powiedziała.

Żeby uzyskać Kartę Mieszkańca, należy wypełnić wniosek i złożyć go w Urzędzie Miasta. Druki wniosków można pobrać bezpośrednio w Urzędzie lub na stronie internetowej magistratu.

RED

ECHOGORZOWA.PL

Redakcja - ISSN 2956-9338
ul. Garbary 9, 66-400 Gorzów Wlkp., tel. 724 440 444
redakcja@echogorzowa.pl

Redaktor naczelny: Robert Borowy
Zespół redakcyjny: Renata Ochwat, Maja Szanier,
Dorota Waldmann, Przemysław Dygas, Robert
Trębowski, Ryszard Waldun, Paweł Kamrad,

Bogusław Sacharczuk i Jerzy Zysnarski.
Skład: Marcin Klimczak - www.starparts.pl
Druk: Polska Presse sp. z o.o.
Drukarnia Poznań, ul. Malwowa 158

Wydawca: Metalplast-Meblopol Zofia Wiernicka
Garbary 9, 66-400 Gorzów Wlkp.
tel. 724 555 549

Poglądy autorów tekstów, w tym piszących felietony i blogi na portalu oraz w gazecie echogorzowa.pl, nie zawsze są tożsame z poglądami redakcji echogorzowa.pl. Każde przesłanie wiadomości do redakcji echogorzowa.pl, czy to w formie elektronicznej czy papierowej, jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych.

Taka atmosfera sprzyja efektywnej współpracy

Trzy pytania do Macieja Symeryaka, prezesa Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji w Gorzowie

- Kilka tygodni temu objął pan stanowisko prezesa zarządu w PWiK, jednej z najważniejszych spółek miejskich. Jakie są pana pierwsze wrażenia po rozpoczęciu pracy?

- Przejmując funkcję prezesa zarządu skupiłem się na poznaniu struktury organizacyjnej, kluczowych procesów operacyjnych oraz zespołu. Już pierwsze spotkania i wizyty w działach pokazały, jak duże znaczenie ma PWiK dla mieszkańców Gorzowa Wielkopolskiego oraz okolicznych gmin. Skala wyzwań oraz różnorodność realizowanych zadań robią wrażenie i wymagają kompleksowego podejścia do zarządzania. Równolegle prowadzę analizy finansowe, prawne i techniczne, które pomogą zidentyfikować obszary wymagające usprawnień. Zebrane dane pozwolą mi zaplanować



Obecny rok będzie dla nas wyjątkowo istotny z uwagi na prace nad nową taryfą - przyznaje nowy prezes PWiK

działania, zarówno w perspektywie najbliższych miesięcy, jak i kilku kolejnych lat. Wierzę, że takie holistyczne podejście umożliwi skuteczną realizację celów strategicznych oraz dalszy rozwój przedsiębiorstwa.

- Co najbardziej zaskoczyło pana w nowym mieście pracy?

- Staralem się dobrze przygotować do nowych obowiązków aby wiążąca sytuacja była przewidywalna. Niemniej jednak pozytywnie zaskoczyła mnie motywacja i zaangażowanie zespołu. Pracownicy wyróżniają się profesjonalizmem, bogatą wiedzą branżową oraz otwar-

tością na innowacje. Doceniam również kulturę organizacyjną opartą na szczerzej i transparentnej komunikacji. Taka atmosfera sprzyja efektywnej współpracy oraz podejmowaniu trafnych decyzji.

- Jakie kluczowe zadania widzi pan przed Spółką w 2025 roku?

- Podstawowym celem PWiK pozostaje zapewnienie dostępu do wody najwyższej jakości oraz niezawodny odbiór ścieków. Realizacja tego zadania wymaga nie tylko sprawnego zarządzania infrastrukturą, ale również szybkiego reagowania na awarie oraz konsekwentnej modernizacji sieci. Rok 2025 będzie wyjątkowo istotny z uwagi na prace nad nową taryfą, która zacznie obowiązywać w 2026 roku. Proces ten wymaga starannego przygotowania, w tym dialogu z interesariusza-

mi oraz uwzględnienia potrzeb lokalnych społeczności. Planujemy także zintensyfikować działania związane z usprawnieniem komunikacji z mieszkańcami, aby zagwarantować im łatwiejszy dostęp do informacji o naszej działalności. W dłuższej perspektywie kluczowe znaczenie będzie miało dostosowanie Spółki do unijnej dyrektywy wodno-ściekowej. Nowe przepisy nakładają wyższe standardy ochrony środowiska i zarządzania zasobami wodnymi, co wymaga inwestycji w nowoczesne technologie oraz optymalizację procesów. Wdrożenie tych zmian będzie wyzwaniem, ale także szansą na rozwój innowacyjnych rozwiązań, które przyniosą korzyści zarówno mieszkańcom, jak i środowisku naturalnemu.

RB

KALENDARIUM Luty 2025

- 10.02. 1929 - w Gorzowie zanotowano 29,2 stopnie mrozu; najniższa temperatura w historii miasta.
- 1971 - z powodu niskich wypłat w „Silwanie” zastrajkowały tkaczki; był to drugi strajk w historii tego zakładu.
- 11.02. 2008 - rozpoczął się rozruch fabryki monitorów tajwańskiego koncernu TPV Displays Polska.
- 12.02. 1958 - Zenon Bauer został przewodniczącym Prezydium MRN w Gorzowie; swą funkcję głowy miasta (prezydenta) pełnił 11 lat.
- 13.02. 2006 - na skutek podpalenia spłonęła przystań AZS AWF przy ul. Fabrycznej z cennym sprzętem gorzowskich olimpijczyków.
- 14.02. 1994 - wojewoda Zbigniew Pusz ustanowił medal „Za zasługi dla województwa gorzowskiego”, przyznawany przez wojewodę.
- 15.02. 1990 - powstał Gorzowski Klub Sportowy „Gorzovia”.
- 1993 - kuria gorzowska przeniesiona została do Zielonej Góry.
- 16.02. 1985 - Teatr im. Osterwy wystawił współczesną komedię Stanisława Tyma „Rozmowy przy wycinaniu lasu” w reż. Lecha Terpiłowskiego i z muzyką Sergiusza Prokofiewa (fragmenty „Romea i Julii”); spektakl ten wystawiono 29 razy dla 5275 widzów.
- 17.02. 1986 - rozpoczęła działalność Szkoła Podstawowa nr 20 przy ul. Szarych Szeregów 7.
- 18.02. 1946 - filmem „Pastuch i świniarka” zainaugurowana została działalność kina „Capitol” przy ul. Wawrzyniaka; istniało do końca 1979 r.
- 19.02. 1945 - do Gorzowa dotarła 18-osobowa grupa kolejarzy węgrowskich, którą przyprowadził Władysław Zastrożny.
- 2005 - po 40 latach funkcjonowania zamknięty został kultowy bar mleczny „Agata” przy Wodnej 14.

W Gorzowie zakochałem się już na studiach

Trzy pytania do Aleksandra Zuchowicza, tenora, śpiewaka operowego

- Jak często występuje pan w Gorzowie?

- Niedawno miałem czwarty albo już nawet piąty występ w Filharmonii Gorzowskiej. Uwielbiam tutaj wracać. Bardzo lubię klimat tego miasta i ogólnie klimat, który panuje w Filharmonii. To niezwykle miejsce. Wszyscy państwo dokładacie wszelkich starań, żebyśmy, my artyści przyjeżdżający tutaj czuli się jak najlepiej i tak też się czujemy. To był mój kolejny występ i mam nadzieję, to jest takie moje życzenie, że nie ostatni. A tak naprawdę, to w Gorzowie zakochałem się już w trakcie studiów na Akademii Muzycznej w Łodzi, czyli to było paręnaście lat temu. Spędzałem tutaj z moimi przyjaciółmi, śpiewakami opero-



- Od zawsze wiedziałem, że chcę być artystą scenicznym - przyznaje Aleksander Zuchowicz

wymi, coroczne wakacje. Teatr imienia Osterwy był miejscem, w którym odbywały się kursy wokalne. Świetny to był czas, naprawdę znakomicie wspominam te chwile, co weekend w sumie organizo-

waliśmy w Teatrze Letnim, koncerty otwarte dla gorzowian.

- W jakim repertuarze pan się czuje najlepiej?

- Ogólnie staram się być artystą wszechstronnym i teno-

rem wszechstronnym. Nie boję się żadnych wyzwań. I operetka, i opera są bliskie mojemu sercu i bardzo chętnie je wykonuję. Jednak od dwóch lat zajmuję się też konferansjerką, czyli formą, której zazwyczaj śpiewacy nie wykonują. Mam nadzieję, że moje prowadzenie i śpiewanie przypadło gorzowiankom i gorzowiankom do gustu.

- Od zawsze pan wiedział, że chce śpiewać?

- Od zawsze wiedziałem, że chcę być artystą scenicznym, od zawsze, od małego dziecka. Czy to będzie scena operowa, czy scena dramatyczna, było mi z gruntu obojętne. To się sprecyzowało chyba w klasie naturalnej w liceum. Natomiast to, że wyląduje na scenie i że moje losy będą

związane ze sceną teatralną operową było dla mnie jasne od drugiego roku życia. Mój tata jest wielkim fanem tenorów i muzyki operowo-operetkowej. Można zatem powiedzieć, że w sumie wyssałem tę muzykę, że tak powiem, z mlekiem matki i z pasji taty, bo tata karmił mnie i siostrę od szczenińczych latek muzyką klasyczną po prostu. Tak to miało być. Ale z drugiej strony chciałem przez długi czas być księdzem. Cały czas uważałem obrzędy liturgiczne kościoła rzymsko-katolickiego za jedno z piękniejszych form teatralnych. Bardzo mnie to fascynuje. Uwielbiam dźwięk dzwonów, który jest dla mnie najpiękniejszą muzyką. Jednak zostałem śpiewakiem i aktorem.

RENATA OCHWAT

reklama

MIRONICE
535-263-371

DOM OPIEKI

"U BASI I JÓZIA"

GLINIK
789-228-868

RODZINNA ATMOSFERA

OPIEKA CAŁODOBOWA

USŁUGI PIELEGNACYJNE

WWW.UBASIIJOZIA.PL

KALENDARIUM Luty 2025

● 20.02.

1976 - z nowego dworca PKS odjechały pierwsze autobusy; przeprowadzka dworca z ul. Strzeleckiej odbyła się w nocy. 2004 - otwarte zostało Centrum Logistyczne firmy „Mars” w Gorzowie; baza urzędowa została na terenie „Zrembu”, a firma „Mars”, założona w 1991 r. przez Zdzisława Kałamagę posiadała w tym momencie 270 salonów sprzedaży w zachodniej Polsce i zatrudniała 1600 osób.

● 21.02.

1980 - w Klubie MPiK wystąpili Jacek Kaczmarski (1957-2004) i Przemysław Gintrowski (1915-2012) z Teatru na Rozdrożu w Warszawie z programem „Mury”.

● 22.02.

1972 - otwarto restaurację z kawiarnią „Kosmos” na osiedlu Słonecznym; był to drugi w mieście lokal z danciem, w latach 90. przebudowany na restaurację „Woroneż”, obecnie Centrum Pomocy Bliźniemu im. Jana Pawła II.

1993 - zainaugurowało działalność Hospicjum św. Kamila, powstałe z inicjatywy o. Andrzeja Madeja OMI i ks. Piotra Kępi. 2001 - otwarty został nowoczesny budynek handlowo-biurowy „Park 111”, wzniesiony przy ul. Sikorskiego 111-113.

2018 - zmodernizowany plac Nieznanego Żołnierza, potocznie zwany Kwadratem, udostępniony został dla spacerowiczów.

● 24.02.

1998 - zamknięty został basen odkryty przy ul. Energetyków.

● 25.02.

1972 - z inicjatywy prodziekana doc. dr. Bernarda Woltmanna powstał środowiskowy Klub Uczelniany AZS WSWF z czterema sekcjami: gimnastyczna kobiet i mężczyzn, siatkówki mężczyzn i strzelecka.

1993 - odbył się wykład inauguracyjny Uniwersytetu III Wieku w Gorzowie.

● 26.02.

1890 - zatwierdzony został tzw. planu Ottow'a zabudowy terenu między ul. Roosevelta i Borowskiego oraz Kosynierów Gdynskich i Kard. Wyszyńskiego.

● 27.02.

2002 - w Gorzowie odbyło się referendum w sprawie odwołania prezydenta Jędrzejczaka, nieważne z powodu niskiej frekwencji (92 proc. za odwołaniem przy 15,5% udziale uprawnionych).

2002 - nad Gorzowem i okolicą przeszła kolejna wichura z wyładowaniami atmosferycznymi; wiatr, który sięgał 75 km/h zerwał dach w centrum miasta, powyrzywał drzewa; za Ziemię Lubuską przyleciały bociany

● 28.02.

1998 - zarejestrowana została GTV sp. z o.o., nieistniejąca już gorzowska telewizja lokalna, założona w 1996 przez grupę lokalnych biznesmenów z Lesem Gondorem na czele; telewizja ta zaprzestała działalności w 2001 r. JZ

Zainteresowanie akcją nie maleje

W styczniu odbyła się trzecia edycja akcji organizowanej przez spółkę INNEKO i Alpaki To Tu - „Choinka dla Alpaki”.

Choinka jest nieodłącznym atrybutem Świąt Bożego Narodzenia. Niektórzy preferują sztuczne drzewka, inni natomiast wolą żywe i pachnące. W domach, gdzie stoi żywe drzewko, po świętach często pojawia się dylemat, co zrobić z choinką... I tu z inicjatywą od trzech lat do mieszkańców wychodzi miejska spółka INNEKO.

Zamiast wyrzucać choinkę na śmietnik można ją przekazać zwierzętom, a dokładniej czterem alpakom. Elvis, Edzio, Luis i Pedro uwielbiają ten zielony przysmak. A dlaczego?

- Choinka dla alpak jest przede wszystkim super przegryzką, nie jest pożywieniem. W okresie jesienno-zimowym, kiedy trawa już nie jest tak dobra ze względu na fakt, że jest wilgotna, to dla alpak choinka jest pyszna, bo ładnie pachnie i wyskubują igły z gałązek. Zauważyłam, że jak im bardzo posmakuje, to potrafią ją nawet okorować - zdradziła nam **Ewa Faściszewska**, właścicielka alpak.

Jak się okazuje zielone drzewko służy nie tylko do jedzenia... - Służą również jako drapak. Alpace wełna rośnie przez cały rok. Obcinamy je dopiero pod koniec maja, więc w zimie wchodzą w choinki i po prostu się dra-



Alpaki w tym roku nie będą narzekać na brak przegryzki ani drapaków

pią po brzuszku, grzywce i szyi - dodała.

18 stycznia w wybranych punktach na terenie Gorzowa można było oddawać drzewka pracownikom INNEKO, którzy następnie przekazali je do gospodarstwa Alpaki To Tu.

Gorzowianie i tym razem nie zawiedli. Odzew mieszkańców był duży i szybko udało się zapelnąć po brzegi dwa samochody.

- W tym roku INNEKO przyniosło nam ponad 100 choi-

nek i podobną ilość drzewek dostaliśmy także od naszych gości, którzy indywidualnie nam je dostarczali. Cieszę się, że zainteresowanie akcją nie maleje i jestem dumna, bo wiele osób przyjmuje już za taką swoją poświęconą tradycję oddanie choinki alpakom - przekazała E. Faściszewska.

Ciekawą historią jest również to, jak doszło do tej współpracy? Pani Ewa przypomina, że całkiem przypad-

kowo. Pewnego dnia wrzuciła ona do social mediów post z zaproszeniem w odwiedziny z choinką do Alpak i ludzie zaczęli oznaczać w swoich komentarzach INNEKO.

- Zadzwonili do mnie pracownicy spółki, czy byłabym zainteresowana współpracą. Oczywiście zgodziłam się. Wiem, że na zarządzie odbyła się duża dyskusja, czy mieszkańcy zainteresują się w ogóle taką akcją. Na szczęście, jak się później

okazało, zainteresowanie jest duże, co nas bardzo cieszy. Współpracujemy ze Spółką na zasadzie partnerstwa i to jest fajne. My także bierzemy udział w akcjach organizowanych przez INNEKO - kończy.

Organizatorom akcji gratulujemy trafnej inicjatywy, a mieszkańcom dziękujemy za zainteresowanie i wspólne dbanie o naszą planetę. A sympatycznym chłopakom życzymy smacznego.

DOROTA WALDMANN

Odpady budowlane i tekstylne pod lupą

Od bieżącego roku mamy nowe zasady segregacji odpadów, na co musimy zwracać szczególną uwagę.

Od 2025 roku weszły w życie istotne zmiany w zakresie gospodarki odpadami, które mają na celu ochronę środowiska i promowanie gospodarki o obiegu zamkniętym. Nowe przepisy zobowiązują zarówno firmy budowlane, jak i mieszkańców do bardziej odpowiedzialnego postępowania z odpadami. Szczególnie istotne zmiany dotyczą segregacji odpadów budowlanych oraz tekstyliów, które od 1 stycznia 2025 roku muszą być zbierane w sposób selektywny.

- Wprowadzenie nowych regulacji ma zmniejszyć ilość odpadów trafiających na składowiska, zwiększyć możliwości recyklingu oraz dać materiałom drugie życie



Od bieżącego roku tekstylia nie mogą być wyrzucane do pojemników na odpady zmieszane

- mówi **Monika Piaskowska**, dyrektor Działu Marketingu w gorzowskim INNEKO.

Czy jesteśmy gotowi na te wyzwania? Sprawdźmy, jakie zasady obowiązują od tego roku.

Segregacja odpadów budowlanych

Od 1 stycznia 2025 r. obowiązuje przepis nakładający na firmy budowlane i remontowe obowiązek selek-

tywnej zbiórki odpadów budowlanych i rozbiórkowych. Odpady te muszą być dzielone na co najmniej sześć frakcji: drewno, metale, szkło, tworzywa sztuczne, gips oraz odpady mineralne, takie jak beton czy cegła. Celem tej regulacji jest zwiększenie możliwości recyklingu i ponownego wykorzystania materiałów budowlanych.

Segregacja tekstyliów

Zgodnie z dyrektywą Unii Europejskiej, od 1 stycznia 2025 r. wprowadzono obowiązek selektywnej zbiórki odpadów tekstylnych, obejmujący ubrania, tkaniny domowe, akcesoria tekstylne oraz obuwie. Tekstylia te nie mogą być wyrzucane do po-

jemników na odpady zmieszane. Gminy są zobowiązane do utworzenia odpowiednich punktów zbiórki, takich jak Punkty Selektywnego Zbierania Odpadów Komunalnych (PSZOK).

Choć nowe regulacje mogą początkowo stanowić wyzwanie zarówno dla firm budowlanych, jak i mieszkańców, ich wdrożenie przyniesie długofalowe korzyści ekologiczne i ekonomiczne. Zmiany te przypominają nam, jak istotna jest odpowiedzialność każdego z nas za środowisko, w którym żyjemy. Wspólne działania mogą przyczynić się do stworzenia czystszej i bardziej ekologicznej przyszłości.

Źródło: INNEKO

MOJE IRYTACJE I FASCYNACJE

Gorzów się wyludnia, aglomeracja jest jedynym ratunkiem

Kolejny rok z rzędu twarde dane pokazują, że w Gorzowie liczba mieszkańców się zmniejsza. Jeszcze trochę, a spadnie poniżej magicznej granicy 100 tysięcy.

Liczba mieszkańców sukcesywnie i od kilku lat maleje. Obecnie zbliżyła się do magicznej i zaporowej w myśleniu wielu liczby 100 tysięcy. Bo jak pokazały ostatnie dane - w mieście żyje coś około 105 tysięcy ludzi. Mówimy o zameldowanych, bo być może licząc wszystkich jest ich trochę więcej, co nie zmienia istoty problemu.

Można powiedzieć, że to jest ogólnopolski trend - miasta bez wyraźnych ośrodków administracyjnych, jak urzędy marszałkowskie, bez silnych uczelni - jak dobry uniwersytet czy inna uczelnia wyższa, bez silnego ośrodka technologicznego zapewniającego dobre miejsca pracy tak właśnie mają. Zresztą jakiś czas temu prof. dr hab. **Przemysław Śleszyński** z Instytutu Geografii i Przestrzennego Zagospodarowania PAN sformułował tezę wielkiej piątki, czyli pięciu silnych ośrodków, w skład których zaliczył: Warszawę, Wrocław, Kraków, Poznań i

Trójmiasto, a poza nimi plaża i pustynia. Teza ta mówi, że jeśli nic się nie zmieni, to Polska będzie miała tych pięć ośrodków, a poza tym może gdzieś gdzieś jakieś małe miasta i wsie bez żadnego znaczenia dla całości.

Naukowcy wyliczają, że wyludniają się nawet takie miasta jak Łódź czy miasta Górnego Śląska, który przestaje być atrakcyjny.

Jeśli porównać Miasto na siedmiu wzgórzach choćby do Łodzi właśnie czy Górnego Śląska, to nawet największy lokalny patriota musi przyznać, że nie ma do czego. Zatem skoro stamtąd ludzie uciekają, to co się dzieć, że z miasta tego też.

Zatem co może trzymać ludzi w Gorzowie? Starszych wiekiem mieszkańców - przyzwyczajenie do miasta średniej wielkości z jego prowincjonalnym sznytem, senną atmosferą i bajkami o minionej wielkości. Mnie dla przykładu trzyma dobra Filharmonia, zasobna biblioteka, fantastyczne położenie



Co dalej z Gorzowem? Czy jedynym dla niego ratunkiem jest połączenie się z sąsiednimi gminami?

geograficzne oraz to, że stąd blisko i łatwo jest dojechać do Berlina...

Co trzyma młodych ludzi? Nic. A ponieważ mam z nimi na stałe do czynienia, to wiem od nich, że po maturach wyjeżdżają na studia do większych miast i mają nadzieję już nie wrócić, bo jak sami mówią - koncerty na Starym Rynku czy tak chwalebna przez urzędników Wartownia to jednak za mało. Podkreślają, że nie ma tu

dobrej uczelni, nie ma atrakcyjnych i ciekawych przy tym miejsc pracy, drażni ich zaściankowa atmosfera, absolutnie nie mają potrzeby łączyć po górkach i pagórkach oraz okolicznych lasach, bo to jeszcze nie ten czas.

Zatem, aby odmienić trend, sprawić, że młodzi zechcieliby tu zostać, potrzeba zmienić przede wszystkim to, o czym oni mówią. A żeby to zmienić, potrzeba pieniędzy. Ale jak i skąd je wziąć, skoro

miasto się wyludnia? I tak dochodzimy do błędnego koła, w którym jak w soczewce widać błędy popełnione wcześniej.

Bo jak się spojrzeć choćby na dwa ośrodki w Polsce, to widać, że można wyludniać i to szybko jednak zastrzymać. Te dwa ośrodki to Zielona Góra i Jelenia Góra. Jelenia wcześniej, Zielona nieco później, ale obie Góry przyłączyły (za zgodą oczywiście mieszkańców) do siebie okoliczne wsie i utworzyły aglomeracje. I co to dało? Ano nową, lepszą jakość. Najprościej widać to w najbliższej nam Zielonej Górze - wystarczy pojechać i zobaczyć, jak miasto wygląda, jak wyglądają okoliczne wsie wchodzące w skład aglomeracji, jak działa komunikacja miejska i podmiejska, jak sprawnie działają usługi miejskie. Podobnie zresztą jest w Jeleniej Górze, która przez moment była największym terytorialnie miastem w Polsce.

I być może to jest jedyna szansa i jedyny ratunek dla

miasta nad Wartą, ale i dla gmin obwarzanka gorzowskiego. Połączenie w jeden organizm, większy, skuteczniejszy w zdobywaniu pieniędzy na inwestycje, bardziej liczący się na mapie. Kiedy całkiem sporo czasu temu poprzedni szeryf tego miasta miał pomysł, że tak zrobić trzeba, lokalni patrioci oraz politycy wzmożenia narodowego absolutnie się nie chcieli zgodzić. Bo Wielki Gorzów, bo jak to, bo...

No to teraz mamy to, co mamy. Wyludniające się miasteczko średniej wielkości, w którym ze świecą trzeba szukać tego, co ciekawe. I absolutnie nie przekonują mnie kampanie magistrackie, w których występują panie jeżdżące na rowerze i bajające o tym, że pięknie się tu jeździ i dlatego tu się sprowadziły... Bo oprócz gór i pagórków z trasami do jeżdżenia, czegoś więcej tu trzeba, aby zatrzymać tych wszystkich, którzy jednak stąd uciekają.

RENATA OCHWAT

CZY WARTO NAD WARTĄ?

Są jednak obszary, które cofnęły nas w rozwoju

Spacery po Gorzowie to okazja do refleksji nad przemijaniem. Miasto, które pamiętamy z lat młodości stopniowo zanika, by ostatecznie pozostać tylko wspomnieniem.

Uroczę zakamarki, miejsca które wiążemy z wyjątkowymi zdarzeniami, ludźmi, zapachami. Wszystko to przesympuje się jak kwarcowy piasek w klepsydry czasu.

Kto dziś pamięta chociażby restaurację Don Vittorio, gdzie serwowano najlepszą lasagne w mieście? Całości dopełniało pieczywo czosnkowe w roli czekadełka. Coraz mniej osób pamięta także Celtic Pub przy ulicy Kosynierów Gdyńskich, gdzie można było napić się dobrego ciemnego portera po niedzielnym żużlu. Niektórych zaskoczę, ale w czasach dinozaurów na żużlu bywałem. Co prawda z niecierpliwością wyczekując na biegi nominowane, zwiastujące koniec meczu oraz

przemieszczenie się do pubu, ale fakt się liczy. Z sentymentem wspominam spędzone tam chwile. Nie tylko ze względu na wyjątkowość pewnych osób in pectore, ale także panujący klimat tamtej bezpretensjonalnej epoki.

Przenosząc się w czasie głębiej, do wczesnego dzieciństwa, przypominam sobie handlową mapę miasta, która według dzisiejszych standardów porównywalna była z pustynią. Sklep numer jeden dla każdego gorzowskiego dziecka, czyli główny sklep z zabawkami, znajdował się w miejscu obecnej Ukrainoczki. Uzupełniała go Centralna Składnica Harcerska przy obecnym Welnianym Rynku, gdzie od czasu do czasu rzu-



Postać Pawła Zacharka przypomina najstarszym gorzowianom sentymentalne podróże łodzią na drugi brzeg Warty

cano bezcenne elementy kolejelek PIKO oraz modele do sklejania. Nie zliczę ile to razy popełniałem poniedziałkowe wagi, gdy w weekend pojawiała się tam kartka z na-

pisem przyjęcie towaru. Zapach elementów taboru kolejowego w skali HO wyczuwałem z kilometra, by od wczesnych godzin porannych karnie stając w kolejce pod

sklepem w zacnym towarzystwie innych wagarowiczów, którzy za model bardziej wypasionej lokomotywy gotowi byli koczować pod sklepem choćby tydzień.

Przykłady jedno z wielu. Każdy z Was ma swoją mapę wspomnień podróży po miejscach, które zniknęły jak tajemniczy kot z „Alicji w Krainie Czarów”. Pomyśleć tylko, że zamiast AliExpress funkcjonował Stary Dom Towarowy, Arsenal dzielnie zastępował Allegro, a pani Basia z zakrawionym tasakiem była cywilizacyjną forpocztą działu mięsnego w Lidlu.

Są jednak obszary, które cofnęły nas w rozwoju. Wystarczy spojrzeć na gorzowski dworzec, tętniący życiem jesz-

cze kilka dekad temu. Bywałem tam praktycznie co niedzielę, gdy zsyłany przez matkę do Katedry dekorowałem się na peronie pierwszym dworca, obserwując wjeżdżające co chwilę parowozy. Pociągi, z których wysypywał się tłum ludzi. Hałaśliwe, spowite dymem i parą. Podróż była prawdziwą przygodą, nie zaś bezkształtnym przemieszczaniem się z punktu A do punktu B. Zamiast smartfonu, w rękę pętko kielbasy oraz jajko na twardo. Chwilo trwał.

Dziś niemymi świadkami tamtej historii są tylko gorzowskie mury, przykryte grubą warstwą otynkowanego po taniości styropianu.

ROBERT TRĘBOWICZ

reklama



NIEBO W MIEŚCIE

KAWIARNIA-KSIĘGARNIA

UL. SIKORSKIEGO 134

DUŻY WYBÓR KAW, HERBAT, NAPOJÓW ORAZ CIASTA, KANAPKI, LODY

PON.-PT. 8⁰⁰-20⁰⁰, SOB.-ND. 10⁰⁰-20⁰⁰





**Zakład
Gospodarki
Mieszkaniowej**
w Gorzowie Wlkp.

Adresy

Zakład Gospodarki
Mieszkaniowej
ul. Wełniany Rynek 3
66-400 Gorzów Wlkp.
tel. 95 7387 101,
95 7387 102
biuro@zgm.gorzow.pl
zgm.gorzow.pl

Program Realizacji
Świadczeń Wzajemnych
pomaga tym, którzy nie są
w stanie spłacić zaległych
należności.
Więcej na
zgm.gorzow.pl/
odpracujdlug
tel. 95 7387 101 wew.4
odpracujdlug@zgm.gorzow.pl

Zamiana Mieszkań
ul. Wełniany Rynek 3
tel. 95 7387 129
bzm@zgm.gorzow.pl
zgm.gorzow.pl/
zamianamieszkania

Administracja Domów
Mieszkalnych nr 1
ul. Wyszyńskiego 38
tel. 95 7387 242
adm1@zgm.gorzow.pl
zgm.gorzow.pl/adm1

Administracja Domów
Mieszkalnych nr 2
ul. Towarowa 6A
(budynek przychodni I p.)
tel. 95 7387 150
adm2@zgm.gorzow.pl
zgm.gorzow.pl/adm2

Administracja Domów
Mieszkalnych nr 3
ul. Armii Polskiej 29
tel. 95 7387 173
adm3@zgm.gorzow.pl
zgm.gorzow.pl/adm3

Administracja Domów
Mieszkalnych nr 4
ul. Drzymały 10
tel. 95 7387 194
adm4@zgm.gorzow.pl
zgm.gorzow.pl/adm4

Administracja Domów
Mieszkalnych nr 5
ul. Gwiaździsta 4
tel. 95 7387 203
adm5@zgm.gorzow.pl
zgm.gorzow.pl/adm5

Kolejne podwórka zyskają nową twarz

Zakład Gospodarki Mieszkaniowej przygotowuje się do remontu i rewitalizacji kolejnych podwórek. Zaczynają od sporządzenia dokumentacji projektowej.

Jak zapowiadają, tak robią. Zakład Gospodarki Mieszkaniowej konsekwentnie realizuje plany ulepszenia miasta choćby przez porządkowanie przestrzeni wspólnych. I robi to jako zadanie własne lub też jako realizacja Budżetu Obywatelskiego.

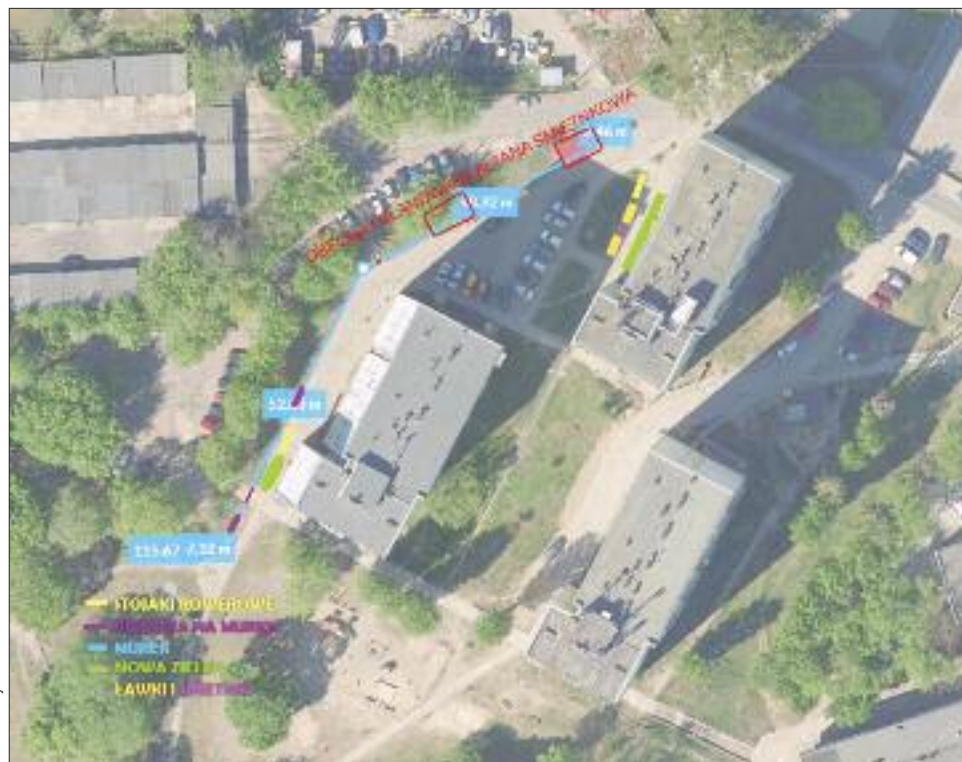
Duże, wśród dużych kamienic

Trwają przygotowania do przebudowy podwórka u zbiegu ulic Armii Polskiej i Łokietka. Teraz to całkiem spore podwórko z typowymi szopkami, kilkoma drzewami i wjazdem od strony Łokietka. Otaczają je przede wszystkim kamienice z początku XX wieku i nieliczna plomba wstawiona w miejsce brakującego budynku. Przez lata nikt się podwórkiem specjalnie nie przejmował, aż przyszedł czas i na nie.

W ubiegłym roku - 2024 mieszkańcy poprosili o przebudowę w ramach Budżetu Obywatelskiego i w końcu projekt doczeka się realizacji.

Co tu się zmieni?

Firma, która zajmie się remontem będzie musiała utwardzić to podwórko oraz oświetlić je lampami solarnymi. Zanim jednak do tego dojdzie, będzie zobowiązana do przeprowadzenia robót przygotowawczych, które będą polegać na: demontażu już istniejących elementów,



Mapa poglądowa wykonania rewitalizacji przy ul. Gwiaździstej

splantowaniu terenu oraz wywozu wszelkiego gruzu. Następnie będzie mogła przystąpić do wykonania koniecznych podbudówek pod ciągi komunikacyjne piesze i drogi wraz z koniecznymi krawężnikami i obrzeżami. Chodniki i drogi muszą być zrobione z kostki betonowej i płyt ażurowych.

Ponadto zostanie wykonana ściana oporowa przy użyciu gazonów betonowych. Firma zamontuje także dwie lampy hybrydowe/solarne LED na

słupach aluminiowych. Do tego należy dołożyć zieleni - w tym wypadku trawę. ZGM ma nadzieję, że uda się wykonać tę pracę w ciągu pięciu miesięcy od chwili związania się umową na wykonanie prac.

Na razie jest klepisko

To nie wszystko, bo w planie jest kolejne podwórko. Na ten moment plac zlokalizowany przy ul. Gwiaździstej 20-22 to typowe klepisko między wysokimi blokami, jakie stoją w tym

miejsu na osiedlu Słonecznym. Adres odsyła w bezpośrednią bliskość zarówno Szkoły Podstawowej nr 6 i opuszczonego kirkutu. Nie ma tam żadnych urządzeń, bo też nie jest to park zabaw. Zaniechana zieleni, wydeptane ścieżki i tyle. Dlatego też mieszkańcy postulowali o to, aby przestrzeń między blokami uporządkować, i sprawić, że stanie się ładnym kawałkiem osiedla, które długo musiało czekać na swoją kolej.

I aby to podwórko zmieniło się właśnie w ładny kawałek wspólnej przestrzeni, Zakład Gospodarki Komunalnej zleca wykonanie dokumentacji projektowej, która posłuży do późniejszego remontu. Jak zastrzega ZGM, projekt i ostateczna wersja tego, co tu powstanie ma być konsultowana z tymi, którzy zgłosili to miejsce do Budżetu Obywatelskiego.

Na razie nie przewiduje się usunięcia barier architektonicznych.

Autorzy dokumentacji projektowej zobligowani będą do stałej współpracy z Zamawiającym w trakcie toczonych w przyszłości postępowań o wykonanie robót budowlanych w zakresie objętym daną dokumentacją projektową.

Co tu może powstać?

Pomysłodawcy remontu chcą, aby powstały tu trzy siedziska na murku - ławeczki z wygodnymi, drewnianymi siedziskami. Do tego ma być jeszcze trawnik, dwie ławki parkowe, kosz na odpady, stojak na rowery i co najważniejsze - ogród roślinny, taki mini park kieszonkowy. Ogród ma być ogrodzony, żeby nikomu nie przyszło do głowy niszczyć nową zieleni.

Projekt powinien powstać końca marca, a samo uzyskanie zgody na prace do końca kwietnia.

ROCH

Zawarcie też się coraz bardziej zmienia

Już wiadomo, że znikną szpetne kamienice przy ul. Przemysłowej. Po wyburzeniach miasto zyska bardzo atrakcyjną działkę.

Jak mówi dyrektor Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej, **Paweł Nowacki**, zakład oszacował koszty rozbiórki i uporządkowanie terenu na około 700 tysięcy złotych, ale ma nadzieję, że uda się znaleźć wykonawcę prac, który zrobi to za niższą kwotę.

Gdzie to jest?

Chodzi o budynki z początków XX wieku u zbiegu ulic Przemysłowej i Prostej, czyli dokładnie naprzeciw II Liceum Ogólnokształcącego. To stare i od lat popadające w ruinę budynki, które przed laty łączyły funkcje usługowe - sklep, z funkcjami mieszkalnymi. Przez lata nieremontowane, po wykwaterowaniu



Budynki z początków XX wieku u zbiegu ulic Przemysłowej i Prostej niebawem zostaną rozebrane

mieszkańców straszą swoim wyglądem. Odrapane, z odpadającym miejscami tynkiem budynki wzbudzają z jednej strony niechęć, a z drugiej jednak żal, że pyszne landsber-

skie kamienice zostały doprowadzone do takiego stanu.

Wielokrotnie w tym miejscu dochodziło do podpaleń. Tylko na początku 2024 roku w ciągu jednego miesiąca

miały miejsce aż cztery pożary.

Pustostany należą do zasobów Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej w Gorzowie, a ich zarządcą jest Administracja Domów Mieszkalnych nr 2. Już w ubiegłym roku dyrektor ZGM Paweł Nowacki zapowiadał, że kamienice pójdą do rozbiórki, jednak brakowało środków finansowych na realizację tego planu.

ZGM ma nadzieję, że teren uda się uporządkować do połowy tego roku.

Co może być?

Uporządkowana w ten sposób działka trafi do miasta, a że graniczy bezpośrednio z terenami gdzie Gorzowskie Towarzystwo Budownictwa

Spółecznego rozpoczęło budowę bloków, być może już wkrótce uporządkowany teren zostanie zabudowany.

Miejsce jest bardzo atrakcyjne - bliskość centrum, bliskość Galerii Nova Park, bliskość linii kolejowej oraz terenów rekreacyjnych powoduje, że może być to gratka dla developerów.

Wyburzanie szpetnych budynków na Zawarcu jest kolejnym elementem porządkowania przestrzeni wspólnej, którą od kilku lat ZGM prowadzi z coraz większymi sukcesami.

Dość przypomnieć, że na Zawarcu właśnie w poprzednich latach udało się wyburzyć kilka szpetnych szop i przybudówek.

ROCH

Spadkobiercą tradycji pozostał Jazz Club „Pod Filarami”

W Jazz Clubie „Pod Filarami” w Gorzowie odbyło się 10. jubileuszowe noworoczne Jam Session, połączone tym razem z 49. konkursem o Klucz do Kariery im. Marka Karewicza, i to w zupełnie nowej odsłonie.

Tym razem wręczano nagrody w dwóch kategoriach. W kategorii wokalistów zwyciężyła **Julia Dziadek**, a wśród instrumentalistów grająca na kontrabasie i gitarze basowej **Katarzyna Schmidt-Przeździecka**.

Klucz do Kariery to jeden z najstarszych polskich konkursów jazzowych, a już z pewnością najstarszy, w którym o nagrodzie decyduje publiczność. Jego początki to połowa lat 70. dwudziestego wieku, kiedy towarzyszył festiwalowi Pomorska Jesień Jazzowa, sztandarowej imprezie Oddziału Północnego Polskiego Stowarzyszenia Jazzowego. O Klucz walczyli wówczas zwycięzcy innych konkursów jazzowych.

Dziś spadkobiercą tamtej tradycji pozostał gorzowski Jazz Club „Pod Filarami”, ale czasy się bardzo zmieniły. Konkursów jazzowych w Polsce już nikt nie potrafi zliczyć, a tym bardziej ich laureatów. Wtedy, choć trudno dziś to sobie wyobrazić, były tylko trzy czy cztery konkursy organizowane przez PSJ. To jedna z przyczyn, choć nie jedyna, potrzeby odświeżenia dotychczasowej formuły. Kolejna to postępująca profesjonalizacja laureatów czołowych konkursów jazzowych, w przypadku



Od lewej: Marek Konarski, Katarzyna Schmidt-Przeździecka, Julia Dziadek i Bogusław Dziekański

których trudno mówić o kluczu do kariery, podczas gdy ta kategoria już się dynamicznie rozwija. Nowa formuła jest skierowana do bardzo młodych muzyków, studentów w wieku do lat 30. Żadne wcześniejsze sukcesy nie są obligatoryjne. Pozostała zasada głosowania publiczności, choć w podziale na dwie kategorie, wokalną i instrumentalną, a samo głosowanie przebiega z wykorzystaniem nowoczesnych mediów.

Idealnym miejscem na prezentację młodych talentów było noworoczne Jam Session, które już po raz dziesiąty zorganizował „Pod Filarami” znakomity gorzowski saksofonista **Marek Konarski**, znawca młodej sceny jazzowej. Jam co rok przyciąga tłumy młodych, czasem bardziej, a nawet bardzo doświadczonych jazzmanów. Trzeba wprowadzać zapisy, wręcz limitować liczbę uczestników do realnych rozmiarów, a i tak jest ich zawsze kilkudziesięciu. W

tym roku na Jam Session stało się około 30 muzyków, z czego do konkursu w kategorii wokalne zgłosiły się trzy osoby, a do instrumentalnej 18.

Na początku tegorocznego Jam Session wybrzmiał nowy hymn klubu, który jednocześnie zastąpił inauguracyjnego jamowego bluesa. Nowa tradycja narodziła się rok temu, jak wspominają uczestnicy tego zdarzenia, po pierwszej w nocy i po lampce koniaku na poprzednim jamie. „Pod Filarami”, oczywiście parafrazę

wielkiego przeboju **Czesława Niemena** „Pod papugami”, zaśpiewała **Zuzanna Babiak**. A potem na scenie pojawiały się kolejne składy, mniej lub bardziej improwizowane, najczęściej kwintety i septy, czasem większe składy, a prawie wcale mniejsze. Dwa razy jednocześnie pojawiły się wszystkie dęciaki pod wodzą Marka Konarskiego plus rozbudowana sekcja, tworząc małą orkiestrę. Repertuar raczej trzymał się kanonu amerykańskich jazzowych standardów, był **Charlie Parker**, **Billy Strayhorn**, **Thelonious Monk**, **Miles Davis**, **Sonny Rollins**. Ale były też utwory, które zaistniały raz tylko tamtego wieczoru i już pewnie nigdy nie powrócą.

Pół godziny przed północą zakończono głosowanie i chwilę później szef gorzowskich Filarów **Bogusław Dziekański** i Marek Konarski wręczyli laureatkom piękne statuetki i dyplomy. Krótka sesja dla fotoreporterów i na scenie okolicznościowy duet: wyraźnie wzruszona, młodziutka wokalistka Julia Dziadek i na kontrabasie Katarzyna Schmidt-Przeździecka w „Polka Dots and Moonbeams” z repertuaru **Franka Sinatry**. Oczywiście po chwili z duetu zrobiło się trio, za sprawą

przybyłego z Kopenhagi pianisty **Mateusza Kaszuby**, a następnie kwartet itd. Kasia Schmidt-Przeździecka i Mateusz Kaszuba byli chyba najbardziej zapracowanymi, obok Marka Konarskiego, muzykami tej nocy. Kasia już kolejny raz była mocnym wsparciem jamowych zmagani „Pod Filarami”, natomiast Julia przyjechała po raz pierwszy i od razu zgarnęła całą pulę. Ciekawi jesteśmy dalszego rozwoju kariery obu laureatek.

Po tych uroczystych akcentach emocje trochę opadły i zrobiło się jeszcze ciekawiej, bo grano już tylko dla przyjemności. Marek Konarski dwoił się i troił, z właściwym sobie wdziękiem prowadził koncert, grał, dyrygował, ustalał składy, był twórcą i tworzywem. W przerwach technicznych między utworami, w trakcie krótkich soundchecków, do głosu natomiast dochodził Bogusław Dziekański, śpiący jak zwykle licznymi anegdotami z życia patrona konkursu, wybitnego fotografa jazzowego **Marka Karewicza**, zwracający uwagę na poszczególne fotografie mistrza zdobiące ściany klubu, w tym te legendarne z koncertu Milesa Davisa na Jazz Jamboree.

MAREK DEMIDOWICZ

Są osoby przed trzydziestką i po pięćdziesiątce

Trzy pytania do Macieja Kotlarza, założyciela grupy warsztatowej Improma oraz aktora Teatru im. Juliusza Osterwy w Gorzowie

- Skąd pomysł na organizację warsztatów z improwizacji aktorskiej?

- Trzy lata temu uczestniczyłem w cyklu warsztatów artystycznych dla aktorów, organizowanych przez Teatr Nowy w Częstochowie. Jednym z bloków zajęciowych były zajęcia z improwizacji prowadzone przez mistrza impro Wojtkę Tremiszewskiego (kabaret Limo, program „Spadkobiercy” - dop. aut.). Razem z koleżankami i kolegami aktorami złapałszy bakcyla i zależało nam na kontynuacji. Pojawiła się idea stworzenia grupy, która z czasem zacznie występować i szerzyć improwizacyjną zabawę. Teatr Nowy postarał się o dodatkowe lekcje z Wojtkiem. Jeździłem na weekendowe zjazdy i szkoliłem się w tej technice. Odległość z Gorzowa do Częstochowy, łączona z obowiązkami pracy na etacie



- Bardzo mi odpowiada atmosfera jaką stworzyliśmy - mówi Maciej Kotlarz

w Teatrze Osterwy, pokonała mnie. Jednak brakowało mi tej formy rozwoju i odświeżania. Postanowiłem stworzyć własną przestrzeń w

Gorzowie, w której się spotykamy, aby się rozwijać a przy tym bardzo dobrze bawić. Tak narodziła się „Improma”.

- Dla kogo są warsztaty?

- Zajęcia dedykuję osobom pełnoletnim. Metoda improwizacji nie wymaga żadnego wcześniejszego przygotowania aktorskiego. Naturszczy-

cy są u mnie mile widziani. Warsztatowa forma pozwala na dołączanie do grupy w trakcie kursu, jeśli są oczywiście wolne miejsca. Zachęcam do obserwowania strony na Facebooku „Improma-zajęcia aktorskie dla 18+”. Muszę się pochwalić, że spełniło się moje małe marzenie, aby zebrać w jednym miejscu osoby w różnym wieku. Przyznaję, że tworzy to wybuchową mieszankę. Mamy osoby w wieku przed trzydziestką i po pięćdziesiątce. Ci ludzie co tydzień utwierdzają mnie, że wiek to tylko liczba.

- Jak wyglądają typowe zajęcia z improwizacji?

- Chyba nie ma czegoś takiego jak typowe zajęcia z improwizacji. W swojej pracy bazuję na tym, czego nauczyłem się od Wojtki. Zajęcia zawsze zaczynamy od krótkich zabaw na rozgrzewkę i refleks, tak aby

szybko działać, bez zbędnego myślenia. Łączę pewną podstawę improwizacyjną, taką jak np. „gra w pytania” z ćwiczeniami, które sam wymyślam. Warunek jest dla mnie taki, aby wszystko co robimy opierało się na głównych założeniach improwizacji, takich jak tworzenie zdarzeń na bieżąco, czerpanie z partnera i wspólna wymiana energii w scenach. Spotykamy się raz w tygodniu w klubie Sorpresa i przez dwie godziny doskonale się ze sobą bawimy! Zajęcia absolutnie przerosły moje oczekiwania. Kluczem dla mnie było połączenie rozwoju z rozrywką i relaksem dla umysłu. Udało się! Impromatorzy (tak nazywam uczestników) są fantastyczni, chętni do działania, otwarci, odważni. Bardzo mi odpowiada atmosfera jaką stworzyliśmy.

PAWEŁ KAMRAD

Radioterapia z certyfikatem

Zakład Radioterapii gorzowskiego szpitala został ośrodkiem referencyjnym, czyli szkolącym, testującym i wdrażającym nowości w zakresie brachyterapii.

Certyfikat przyznała radioterapii firma Varian, na której sprzęcie pracuje zakład. Miano ośrodka referencyjnego to efekt ponad dwuletniej pracy, a konkretnie liczby przeprowadzonych zabiegów brachyterapii, stosowanej w Gorzowie przy leczeniu nowotworów: prostaty, piersi, skóry, ginekologicznych oraz głowy i szyi. Certyfikat to jakości i precyzji wykonywanych procedur, jak i profesjonalizmu specjalistów.

Nowoczesne leczenie raka

Brachyterapia to nowoczesna forma radioterapii - niezwykle skuteczna, maksymalnie precyzyjna, oszczędzająca zdrowe organy w okolicy guza i oznaczająca dużo większy komfort leczenia dla pacjenta.

Gorzowski ośrodek radioterapii jest jednym z nielicznych w kraju, który stosuje m.in. brachyterapię z wszczepieniem implantów stałych. Umożliwia ona bezpieczne podanie wysokiej dawki promieniowania (rozłożonej w czasie) w obszarze nowotworu, z jednoczesnym zaoszczędzeniem zdrowych tkanek sąsiadujących.

W przypadku raka prostaty zabieg ten polega na wprowadzeniu w obręb stercza pasków z biodegradowalnego tworzywa z mikroźródłami materiału radioaktywnego (Jod 125). Liczba niezbędnych źródeł i rozkład dawki promieniowania są wcześniej zaplanowane dla każdego chorego w kompu-



Od dwóch lat zespół ośrodka radioterapii przeprowadza brachyterapię. Ten rodzaj radioterapii przynosi świetne efekty w leczeniu m.in. nowotworów prostaty

terowym systemie planowania. Sam zabieg wszczepienia implantu trwa około dwóch godzin. Technika ta pozwala choremu na szybszy powrót do normalnego stylu życia i do pracy. Obserwuje się też mniej powikłań (w porównaniu z innymi metodami leczenia raka prostaty), takich jak kłopoty z utrzymaniem moczu czy impotencja.

Metoda ta jest skierowana do mężczyzn z rakiem pro-

- W przygotowywaniu planów leczenia wspomagają nas teraz algorytmy uczenia maszynowego, a cały proces planowania znacznie przyspieszył – mówi dr n. med. Magdalena Dymnicka, specjalista fizyki medycznej

staty z grupy niskiego i pośredniego ryzyka nawrotu choroby (kwalifikacje do le-

czenia odbywają się w poradni radioterapii przy ul. Dekerta).

Uniwersyteckie Centrum Onkologii

Zakład radioterapii wchodzi w skład działającego w szpitalu Uniwersyteckiego Centrum Onkologii, którym kieruje prof. Katarzyna Brzeźniakiewicz-Janus.

W zeszłym roku radioterapia przeszła upgrade, czyli proces unowocześnienia. Sfinansowało go Ministerstwo Zdrowia w ramach Na-

rodowej Strategii Onkologicznej. Jak informuje dr n. med. **Magdalena Dymnicka**, specjalista fizyki medycznej, unowocześniona została cała linia terapeutyczna - począwszy od komputerów, aż po instalację najnowszego oprogramowania akceleratorów.

- W przygotowywaniu planów leczenia wspomagają nas teraz algorytmy uczenia maszynowego, a cały proces planowania znacznie przyspieszył - mówi specjalistka.

Unowocześnienie to też zwiększenie bezpieczeństwa i precyzji radioterapii - poprzez podniesienie obrazowania weryfikacyjnego do jakości diagnostycznej oraz zainstalowanie dodatkowego systemu śledzącego zmiany ułożenia ciała pacjenta podczas napromieniania (technika SGRT - Skin Guided Radiotherapy).

Prace nad unowocześnieniem radioterapii trwały kilka miesięcy. Sprzęt został dostarczony do ośrodka już w maju. Potem zaczęło się instalowanie wybranych podzespołów.

- Uważni pacjenci mogli dostrzec dodatkowe kamery i monitory w bunkrach terapeutycznych - dodaje dr Dymnicka.

Prace były połączone z cyklem szkoleń dla personelu: lekarzy radioterapeutów, fizyków medycznych, elektroradiologów i sekretarek medycznych. Radioterapia została uruchomiona w 2019 r. Upgrade przyszła po raz pierwszy.

MAT. WSZW W GORZOWIE WLKP.

Walka z nowotworem to ogromne obciążenie psychiczne

Trzy pytania do Amadeusza Musztyfagi, psychologa z kliniki hematologii gorzowskiego szpitala

- Psycholog w klinice hematologii dyżuruje czy pracuje na stałe?

- Psycholog kliniczny pracuje na stałe, od poniedziałku do piątku. Stała obecność specjalisty pozwala na budowanie relacji z pacjentami i wsparcie ich na różnych etapach leczenia.

- Jaką rolę odgrywa opieka psychologiczna w leczeniu?

- Opieka psychologiczna jest integralną częścią leczenia,

szczególnie w tak wymagającej dziedzinie jak hematologia. Zmaganie się z chorobą przewlekłą czy nowotworową niesie ogromne obciążenie psychiczne. Pacjenci często odczuwają lęk przed diagnozą, poczucie bezradności, a także żal czy gniew związany z utratą dawnego życia. W takich momentach psycholog pomaga nazwać i przepracować trudne emocje. Ważne jest także wspieranie pacjentów w budowaniu siły psychicz-



Amadeusz Musztyfaga jest psychologiem, psychoterapeutą, biegłym sądowym. Pracuje w Katedrze i Klinice Hematologii, Onkologii i Radioterapii Uniwersyteckiego Centrum Onkologii w gorzowskim szpitalu.

nej i motywacji, które mogą pozytywnie wpłynąć na przebieg terapii. Psychologiczne wsparcie obejmuje również pomoc w radzeniu sobie ze skutkami ubocznymi leczenia czy odnalezieniu równowagi w życiu codziennym. Taka holistyczna opieka pozwala nie tylko leczyć ciało, ale i zadbać o dobrostan psychiczny, co jest kluczowe w procesie zdrowienia.

- Czy rodziny pacjentów też mogą liczyć na pomoc psychologa?

- Oczywiście. Choroba bliskiej osoby dotyka wszystkich. Rodziny często potrzebują wsparcia, by lepiej zrozumieć, jak pomagać choremu i jak radzić sobie z własnym stresem, lękiem czy poczuciem bezsilności. Spotkania z psychologiem mogą być dla nich przestrzenią do wyrażenia emocji i znalezienia równowagi w trudnym czasie.

AS

Stracił wzrok, jako pierwszy zdobył Koronę Gór Polski

Z Grzegorzem Kłakiem, gorzowianinem, rozmawia Dorota Waldmann

- Na początek proszę się przedstawić i powiedzieć kilka słów o sobie.

- Nazywam się Grzegorz Kłak i jestem zawodowym masażystą. Na co dzień prowadzę swój gabinet masażu. W wolnym czasie lubię uprawiać sport pod różnymi postaciami - jazda na rowerze, pływanie kajakiem, czy gra w golfa.

- Jest pan osobą niepełnosprawną...

- Tak, jestem niewidomy.

- Jak stracił pan wzrok?

- Wzrok straciłem będąc w wojsku w wyniku eksplozji materiału wybuchowego.

- Trudno było odnaleźć się wówczas w „nowej” rzeczywistości?

- Dla osób, które w wyniku nieszczęśliwego wypadku lub choroby stają się niepełnosprawne jest to naprawdę ciężki moment, często popadają w załamanie i depresję. U mnie natomiast było inaczej.

- Nie załamał się pan?

- Nie, ani przez chwilę nie miałem momentu załamania. Wiele osób mówi mi, że to przez to, iż mam silny charakter, ale ja temu absolutnie zaprzeczam.

- Dlaczego?

- Ponieważ mam „miękką” charakter. Może i jestem uparty, konsekwentnie dążę do celu, ale nie jestem twarde. Fakt, twardo stanąłem w stosunku do mojej niepełnosprawności. Powiedziałem sobie, że to, iż jestem osobą niewidomą nie wyklucza mnie z życia i czerpania z niego tego, co najlepsze, bo z tym też można żyć dobrze i przyzwoicie. Będąc niewidomym można być szczęśliwym tylko to szczęście trzeba sobie wypracować. Zdrowy człowiek też miewa załamania i słabsze chwile.

- Wypadek wymusił na panu zmianę dotychczasowego życia?

- W pewnych aspektach życia na pewno tak. Przede



- Szybko przekonałem się, że bariery są tylko w naszych głowach - uważa Grzegorz Kłak

wszystkim musiałem zmienić pracę. Skończyłem technikum mechaniczne, ale nie dane mi było pracować w tym zawodzie, ponieważ utrata wzroku całkowicie to zablokowała. Będąc w szpitalu, kiedy dochodziłem do siebie po wypadku, myślałem nad tym, gdzie mogę pracować. Tak naprawdę w tamtych latach dla osób niewidomych nie było zbyt wielkiego wyboru. Dziś jest trochę łatwiej. Stałem wówczas przed dylematem, czy składać szczotki w fabryce dla niewidomych, czy wypłacać koszyki wiklinowe, czy zostać masażystą. Ta trzecia opcja najbardziej przypadła mi do gustu.

- I zrealizował pan ten cel.

- Tak. Uznałem, że masaż to jest to i zacząłem realizować ten plan. Ukończyłem najlepszą w Polsce szkołę masażu w Krakowie z wynikiem celującym i od 25 lat pracuję w zawodzie masażysty.

- Pana wielką pasją są góry. Jak ona się zrodziła?

- Tak naprawdę ona od zawsze we mnie tkwiła, choć przewrotność losu jest taka, że dopóki widziałem, to nie chodziłem po górach. Zawsze o nich myślałem, marzyłem, gdzie by to pójść, ale na tym się kończyło. Dopiero wtedy, kiedy na mojej drodze pojawiła się moja żona, wspólnie zaczęliśmy chodzić po górach.

- Czyli żona jest pana takim mentorem?

- Moja żona Magdalena jest dla mnie przede wszystkim ogromnym wsparciem i doskonałym towarzyszem w wyprawach. To ona mi pokazała, że niepełnosprawność nie jest przeszkodą w chodzeniu po górach. Wspólnie wypracowaliśmy pewne mechanizmy, które ułatwiają nam wyprawy.

- Na czym one polegają?

- Mamy wypracowane swoje „komendy”, dzięki którym się porozumiewamy, które ułatwiają nam chodzenie po górach. Zgrywaliśmy się w górach bardzo dużo, intuicyjnie i wychodziło nam to bardzo dobrze.

- Długo trwało to zgrywanie się?

- Myślę, że bardzo krótko. Mieliliśmy już wypracowane

poniekąd z życia codziennego z chodzenia po mieście. Kluczowe i pomocne jest wzajemne zaufanie. Moja żona jest znakomitym przewodnikiem dla mnie, świetnie sprawdza się w tej roli. Rozumiemy się praktycznie bez słów i to nam też bardzo ułatwia.

- Był lęk przed pierwszym pójściem w góry?

- Tak, miałem strach, że może mi się nie udać, że to jest dla mnie za trudne. Wiadomo, góry to są kamienie, skały, przepaście i wyruszając w taką wyprawę trzeba mieć w sobie dużo siły i determinacji. Ja z racji swojej niepełnosprawności czułem się trochę niepewnie na początku, ale szybko przekonałem się, że strach ma duże oczy, a bariery są tylko w naszych głowach.

- Czy dojście na sam szczyt wynagradza wszelkie trudności?

- Tak. Wyprawa w góry zawsze wiąże się ze zmęczeniem, bólem kolan, czy otarciami, ale nagroda w postaci wejścia na szczyt i ta satysfakcja, kiedy jesteście na tym szczycie to jest ponad to, co nas spotkało po drodze.

- Chodząc po górach wyobraża pan sobie ich widok?

- Bardzo często pada do mnie pytanie po co idę w góry skoro nie widzę. Odpowiadam wtedy, że góry to nie tylko widoki. Dla mnie góry to coś więcej - to wspomnienia, przygody, ludzie napotkani na szlakach oraz emocje towarzyszące wyprawom.

- Zdobyl pan wiele szczytów. Proszę opowiedzieć o swoich dokonaniach.

- Jestem pierwszą osobą niewidomą w naszym kraju, która zdobyła Koronę Gór Polski, czyli 28 najwyższych szczytów pasm górskich w Polsce, w tym Rysy. To jest moje takie największe osiągnięcie do tej pory, z którego jestem bardzo zadowolony. Posiadam srebrną od-

znakę Górskiej Organizacji Turystycznej za zdobywanie szlaków turystycznych oraz srebrną odznakę PTTK Turysty - Przyrodnika, którą otrzymuje się za odwiedzanie parków narodowych, rezerwatów, głazów narzutowych, czy wodospadów. Mamy ich odwiedzonych 150.

- Posiada pan także lokalne odznaczenia.

- Zgadza się. Otrzymałem nasze lokalne wyróżnienie, a mianowicie Złotą Odznakę Ziemi Gorzowskiej za odwiedzenie 66. miejsc związanych z turystyką i przyrodą w naszym regionie oraz Odznakę Zdobywcy Korony Województwa Lubuskiego.

- Czym jest Korona Województwa Lubuskiego?

- Tworzy ją 14. najwyższych wzniesień znajdujących się w powiatach z terenu naszego województwa.

- Wyprawy zagraniczne były?

- Tak, ostatnio zdobyliśmy szczyt w Armenii Aragac, liczący prawie 4 tysiące metrów nad poziomem morza.

- Jakiekolwiek wyzwania przed panem?

- Korona Sudecka oraz Diadem Polskich Gór, czyli 80 szczytów w Polsce w kolejności najwyższych. Lubię wyzwania, nie boję się ryzyka i zamierzam tego dokonać.

- Znając już pana dotychczasowe dokonania, entuzjazm oraz pozytywne myślenie nie mam wątpliwości, że dokona pan tego, czego serdecznie życzę.

- Dziękuję bardzo za tak miłe słowa. Mam jeszcze wiele marzeń i celów do osiągnięcia i zamierzam je sukcesywnie realizować.

- A takie marzenie poza zdobywaniem szczytów?

- Czuję potrzebę bycia takim ambasadorem osób niepełnosprawnych, zachęającym do chodzenia po górach i aktywności. Zależy mi, aby pokazać, że góry dla niepełnosprawnych są realne do zdobycia.

- Dziękuję za rozmowę.

reklama

top-press

KODZIENNIE CZYNNE 9.00-21.00
NIEDZIELE HANDLOWE 10.00-20.00

• PUNKT LOTTO
• PRASA • KSIĄŻKI
• SŁODYCZE • NAPOJE
• WYROBY TYTONIOWE
• STARTERY TELEFONICZNE

NoVA PARK

PARTER

Naturalne substancje antyodżywcze (cz. I)

Substancje antyodżywcze (*antinutritional substances*) to związki występujące w żywności, które ograniczają bądź uniemożliwiają wykorzystanie składników odżywczych lub wywierające szkodliwy wpływ na organizm ludzki.

Niestety substancje antyodżywcze ogrywają istotną rolę w etiopatogenezie wielu chorób. Największe znaczenie żywieniowe mają: substancje wolotwórcze, toksyny roślin bobowatych, glikoalkaloidy, lektyny, aminy biogenne, metyloksantyny, fitoaleksyny, saponiny i szczawiany. Dzięki odpowiedniej obróbce technologicznej i kulinarnej substancje te mogą zostać wyeliminowane z żywności i/lub ich działanie może zostać ograniczone.

Kwas szczawiowy jest związkiem antyżywieniowym, który naturalnie występuje głównie w produktach pochodzenia roślinnego. W tkankach roślinnych obecny jest w dwóch formach: rozpuszczalnej (**szczawian potasu, sodu, amonu i litu**) oraz nierozpuszczalnej (**szczawian wapnia, magnezu i żelaza**). Kwas ten występujący w licznych gatunkach roślin nie tylko reguluje w nich stężenie wapnia, ale też odstrasza roślinożerców jako wewnętrzny pestycyd.

Negatywne właściwości kwasu szczawiowego głównie polegają na tworzeniu w organizmie człowieka **nierozpuszczalnych soli z wapniem i magnezem**, co zaburza ich wchłanianie. Około 50% **szczawianów wapnia** z pożywienia jest rozpuszczana w żołądku. Natomiast w górnym odcinku jelita cienkiego następuje wchłanianie jonów wapnia i kwasu szczawiowego do krwioobiegu oraz narządów wewnętrznych. Część kwasu przechodzi do tkanki mięśniowej i kości, natomiast reszta ulega częściowemu utlenieniu lub wydaleniu z moczem. Wykazano, że u osób zdrowych szczyt wchłaniania szczawianów następuje po 1 do 6 godzin od spożycia posiłku zawierającego kwas szczawiowy. Nierozpuszczalny szczawian wapnia ma znacznie niższą biodostępność niż jego rozpuszczalna forma i jest on wydalaný z kałem lub rozłożony do pewnego stopnia przez bakterie jelitowe (*Oxalobacter formigenes*). Natomiast rozpuszczalne szczawiany wydalone są z moczem (poniżej 40-50 mg/dobę) i są one głównie pochodzenia endogenne (33-50% z metabolizmu askorbinianu, 40% z metabolizmu glicyny), a tylko 10-15% stanowią związki pochodzące z diety. Szczawiany wapnia w organizmie człowieka powodują m.in.:

- zmniejszenie dostępności jonów wapnia we krwi,
- osłabienie komórek odpowiadających immunologicznej,
- kardiomiopatia, czyli choroba mięśnia sercowego,



Jak wynika z badań głównym źródłem kwasu szczawiowego w diecie Polaków jest kawa i herbata

- pojawienie się zmian artretycznych,
 - niewydolność nerek, tworzenie kamieni nerkowych.,
- Zaobserwowano również negatywne działania demineralizacyjne, szczególnie w połączeniach kwasu szczawiowego z kwasem fitynowym. **Najbardziej powszechną konsekwencją spożycia nadmiaru kwasu szczawiowego jest kamica nerkowa**, która powoduje wytwarzanie i zaleganie złogów w nerkach i drogach odprowadzających mocznik. Osoby, które posiadają małą ilość bakterii metabolizujących szczawiany w świetle przewodu pokarmowego (*Oxalobacter formigenes*) są bardziej narażone na rozwój kamicy nerkowej.

Kryształki szczawianów mogą również tworzyć się w kościach, stawach, naczyniach krwionośnych, płucach, a nawet w mózgu. Te znajdujące się w kościach mogą wypierać komórki szpiku kostnego, prowadząc do anemii i immunosupresji. Osoby chore na autyzm i choroby nerek, mogą bardziej odczuwać skutki nadmiaru szczawianów w organizmie i są również bardziej podatne na inne choroby wywołane przez tę substancję.

Ostre kryształki szczawianów mogą powodować uszkodzenia ze względu na swoją budowę fizyczną, a także zwiększać stany zapalne. Kryształki **szczawianu żelaza** mogą powodować znaczne uszkodzenia oksydacyjne i zmniejszać zapasy żelaza potrzebne do tworzenia czerwonych krwinek. Kwas szczawiowy może chelatować wiele toksycznych metali, (np.: rtęć i ołów) i zatrzymywać je w tkankach. Nadmiar spożytych szczawianów w posiłkach, może prowadzić do niedoborów w organizmie pierwiastków takich jak: **żelazo, mangan, wapń i magnez**. Niedobór wapnia prowadzi do

ubytków kostnych, niedobór żelaza do niedokrwistości, uszkodzenia błon śluzowych, ograniczenia wzrostu, a deficyt manganu może prowadzić do zaburzenia prawidłowej przemiany materii, deformacji kości oraz zaburzeń koordynacji ruchowej.

Należy zwrócić uwagę na fakt, że szczawiany są również **endogennie syntetyzowane** w organizmie człowieka, bo aż 90% z nich powstaje w wyniku metabolizmu wątrobowego, a jego głównymi prekursorami są: kwas askorbinowy (witamina C), kwas glioksalowy, glicyna, prolina, hydroksyprolina. Kwas glioksalowy znajduje się w piwie, winie, kawie, herbacie, jogurtach, chlebie, ryżu, sosie sojowym i olejach, ale jego źródłem może być też żywność poddana fermentacji, grillowaniu, pieczeniu oraz smażeniu. W organizmie człowieka w czasie stresu oksydacyjnego i przy niedoborach witaminy B6 następuje wytwarzanie kwasu szczawiowego właśnie z kwasu glioksalowego.

Ograniczenie szczawianów w diecie jest szczególnie istotne w chorobach takich jak: kamica szczawianowo-wapniowa, osteoporoza, choroba Crohna, autyzm, mukowiscydoza, stany zapalne jelit, nieprawidłowe trawienie, biegunki lub zaparcia. **Największe ilości kwasu szczawiowego (głównie gromadzi się w liściach) zawierają: rabarbar ogrodowy, szczaw zwyczajny, szpinak warzywny, liście buraka ćwikłowego, migdały, orzeszki ziemne, truskawki oraz niedojrzałe pomidory.** Większe ilości tego kwasu kumulują się w roślinach w porze suchej, np. w szczawiu z pory letniej jest go więcej niż z pory jesiennej (40 vs 560 mg/100g). Piwo, pomimo że produkowane jest z surowców zawierających kwas szczawiowy, to zawiera go mniej, w porównaniu z napara-

mi z herbaty czarnej lub naturalnej kawy mielonej i typu instant.

Ważna jest nie tylko zawartość kwasu szczawiowego (Oxa) w produktach, ale również jego stosunek molowy do zawartości wapnia (Oxa/Ca). Dlatego produkty spożywcze dzieli się na 3 grupy.

W pierwszej grupie znajdują się produkty spożywcze, w których zawartość kwasu szczawiowego wielokrotnie przekracza zawartość wapnia, a stosunek molowy jest **wiekszy od 2**. Są to produkty tj.: szczaw, szpinak, buraki, rabarbar, botwina, kawa, herbata oraz kakao.

Drugą grupą produktów są te, których zawartość kwasu szczawiowego jest prawie równoważna z zawartością wapnia, a stosunek molowy kwasu do wapnia **wynosi 1-2**. Są to produkty tj.: owoce jagodowe oraz ziemniaki. Spożywanie tego typu produktów nie zakłóca biodostępności wapnia z innych produktów.

Trzecią grupą produktów (**najlepsza**) są te, których zawartość kwasu szczawiowego jest niższa niż zawartość wapnia, a ich stosunek molowy wynosi **poniżej 1**. Do tej grupy produktów zalicza się: pietruszkę, kapustę, marchew, sałatę, kalafior oraz niektóre rośliny strączkowe (**Tabela 2**). Na przykład pietruszka zwyczajna zawiera przeciętnie od 140-200 mg/100g kwasu szczawiowego, ale jednocześnie zawiera od 180-290 mg/100 Ca i dlatego stosunek Oxa/Ca jest korzystny i wynosi zaledwie **0,32**.

Dlatego kluczowa jest modyfikacja własnych posiłków i łączenie produktów bogatych w szczawiany z produktami z wysoką zawartością wapnia np. dodawanie do naparu kawy mleka.

Dopuszczalne dzienne spożycie szczawianów (ADI) dla zdrowej osoby dorosłej

nie powinno przekraczać 250 mg/dobę, chociaż za bezpieczne uważa się spożycie 100-150 mg/dobę. Przeciętne spożycie szczawianów w diecie zachodniej wynosi 50-150 mg/dobę, natomiast w diecie wegetariańskiej około 150mg/dobę. **Według zaleceń American Dietetic Association dzienne spożycie szczawianów zawartych w pożywieniu, dla osób narażonych na powstanie kamicy nerkowej, nie powinno przekroczyć 100 mg/dobę, a u osób ze zdiagnozowaną kamica do 50 mg/dobę.**

Jak wynika z badań głównym źródłem kwasu szczawiowego w diecie Polaków jest kawa i herbata (80-85 %), natomiast 15 % to głównie warzywa i owoce.

Biodostępność szczawianów z różnych źródeł pokarmowych wynosi od 2-15% (np.: 1% dla rabarbaru i szpinaku, 22% dla herbaty), w zależności od interakcji z innymi składnikami pożywienia. Jony wapnia i w mniejszym stopniu magnezu, cynku i żelaza, są głównymi czynnikami, które ograniczają dostępność kwasu szczawiowego z żywności. Zawartość błonnika w posiłku może wpływać na biodostępność szczawianów.

Jednak antyodżywcze działanie kwasu szczawiowego można zmniejszyć poprzez ograniczenie spożywania produktów będących jego źródłem lub oddzielnego spożywania produktów zawierających łatwo przyswajalny wapń. Ponadto zarówno obróbka technologiczna, obróbka termiczna (z zastosowaniem wody, temperatury, ciśnienia), jak i kulinarna może wpływać na obniżenie zawartości kwasu szczawiowego w żywności.

Podczas przygotowywania posiłku w domu można obniżyć zawartość kwasu szczawiowego w żywności za pomocą: gotowania, pieczenia, smażenia oraz mechanicznego usuwania części roślin, które mają wysoką jego zawartość. Moczenie i kielkowanie surowej soi powoduje zmniejszenie zawartości szczawianów. Redukcję zawartości szczawianów w warzywach o około 50 %, można uzyskać za pomocą procesu gotowania w wodzie, a nie na parze. Szczawiany wypłukiwane są do wody, dlatego istotne jest odlanie wody z warzyw przed ich podaniem w posiłku. Poddając tego typu obróbce cieplnej szpinak i szczaw, można zaobserwować spadek zawartości szczawianów rozpuszczalnych o 47 %, w przypadku

szczawianów nierozpuszczalnych tylko o 10 %.

Wykazano, że obniżenie temperatury parzenia herbat zielonych, żółtych i białych, przyczynia się do istotnego zredukowania zawartości szczawianów. Czas parzenia herbaty jest również istotny, ponieważ nieoddzielanie liści od naparu po zalecanym czasie **5 minut** skutkuje uzyskaniem napoju o zwiększonej zawartości szczawianów. Również stwierdzono pewną zależność między stopniem palenia kawy, a zawartością szczawianów rozpuszczalnych. Kawy ciemno palone mają wyższą zawartość tego związku niż jasno palone. Czas parzenia kawy nie ma jednak istotnego wpływu na wzrost stężenia szczawianów w naparze. Wysuszone warzywa i owoce odznaczają się wyższym stężeniem szczawianów niż świeże warzywa i owoce.

Zmniejszenie zawartości szczawianów w żywności można uzyskać poprzez blanszowanie i fermentację roślin. Na przykład podczas fermentacji kimchi zaobserwowano, że doszło do znacznych redukcji szczawianów ogółem, rozpuszczalnych i nierozpuszczalnych (38,5% dla szczawianu ogółem, 22,9% dla szczawianu rozpuszczalnego i 70,4% dla szczawianu nierozpuszczalnego). Natomiast browarnicy stosują również procesy technologiczne, aby ograniczyć zawartość szczawianów w piwie. W celu wytrącenia nierozpuszczalnych szczawianów wapnia przed rozlewem do opakowań stosują dodatek soli wapnia na etapie gotowania brzożki, obniżają temperaturę leżakowania piwa, lub prowadzą filtrację i stabilizację piwa w niskich temperaturach.

Biorąc po uwagę ryzyko rozwoju chorób związanych z nadmiernym spożyciem kwasu szczawiowego warto ograniczyć te produkty, które zawierają jego najwięcej lub zastąpić odpowiednią obróbką kulinarną. **Zasadnym jest również odpowiednie spożywanie płynów (co najmniej 2500 ml/dobę), aby wypłukiwać szczawiany z organizmu, odpowiedniej ilość wapnia (około 1000 mg) oraz nie przekraczanie normatywnej ilości witaminy C (75 mg kobiety, 90 mg mężczyźni/dobę), szczególnie z suplementów diety, które są jej skoncentrowanym źródłem.**

dr hab. inż. ZUZANNA GOLUCH,

PROF. UEW
KATEDRA TECHNOLOGII
ŻYWNOSCI I ŻYWIENIA

Kiedy sztuczna inteligencja zastąpi w pracy człowieka?

Sztuczna inteligencja, w skrócie AI (ang. Artificial Intelligence), to technologia, która coraz bardziej wkracza w nasze codzienne życie. Najprościej mówiąc, AI to zdolność komputerów i programów do naśladowania ludzkiego myślenia i działania - potrafią analizować, podejmować decyzje i reagować w sposób przypominający człowieka.

Przykładem są popularne chatboty, które rozmawiają z nami w sklepach internetowych, czy asystenci głosowi w smartfonach, podpowiadający nam najlepszą trasę do pracy i domu. Dzięki specjalnym algorytmom takie programy nie tylko wykonują nasze polecenia, ale z każdą interakcją uczą się coraz lepiej rozumieć nasze potrzeby.

AI to jednak coś więcej niż tylko „mądre” aplikacje w telefonach. Ta technologia już teraz zmienia świat - od samochodów, które same się prowadzą, po systemy medyczne pomagające lekarzom w diagnozowaniu chorób. Dzięki AI wiele trudnych, czasochłonnych zadań wykonują za nas maszyny, co pozwala nam skupić się na tym, co ważniejsze. Sztuczna inteligencja to już nie odległa wizja przyszłości, lecz nasza codzienność - znajdziemy ją w samochodach, smartfonach, telewizorach, odkurzaczach, a nawet lodówkach, ułatwiając życie na każdym kroku.

Krótki przegląd historii rozwoju AI

Pierwsze znaczące badania w dziedzinie, którą Alan Turing nazwał „Machine Intelligence”, zostały przeprowadzone przez niego samego. AI jako akademicka dyscyplina została zdefiniowana w 1956 roku. Przez lata wielokrotnie przechodziła przez cykle od optymizmu przez rozczarowanie do strat finansowych i ponownego optymizmu. Zainteresowanie nią i finansowanie znacząco wzrosły po 2012 roku, gdy głębokie uczenie (ang. *deep learning*) przewyższyło wszystkie wcześniejsze techniki AI, a po 2017 roku nastąpił rozwój architektury Transformer. Lata około 2020 roku były okresem tzw. „AI spring” z ogromnymi postępami w dziedzinie AI, głównie dzięki firmom, uniwersytetom i laboratoriom zlokalizowanym w Stanach Zjednoczonych.

Możliwości zastąpienia człowieka przez AI w różnych dziedzinach życia

AI może oferować automatyzację, wspomaganie decyzji, analizę danych i wiele innych funkcji, które przekształcają tradycyjne podejście do pracy, ochrony zdrowia, edukacji, sztuki, rozrywki oraz życia codziennego. Już teraz zastępuje lub wspomaga ludzi w wykonaniu zadań, które wymagają analizy dużych zbiorów danych, takich jak analiza trendów rynkowych, personalizacja doświadczeń klientów czy nawet diagnozowanie chorób. To właśnie w medycynie przynosi rewolucyjne zmiany, które mogą mieć ogromny wpływ na zdrowie i leczenie ludzi na całym świecie. Bo co się stanie, kiedy poprosimy ją (to?), żeby wymyśliła lek na raka czy inne schorzenia nękające ludzkość i ona to zrobi, zbierając i syntezując dane ze wszystkich dziedzin nauki i wynalazków ludzkości?

Kolejna dziedzina to edukacja. AI może oferować spersonalizowane ścieżki uczenia się, analizując postępy i style uczenia się poszczególnych osób, dostosowując materiały edukacyjne do ich indywidualnych potrzeb. Niestety, coraz częściej wykorzystywana jest przez uczniów i potrafi w sposób bardzo udany odrabiać za nich lekcje, rozwiązując zadania czy pisać teksty na różne przedmioty.

W sztuce i rozrywce AI jest wykorzystywana do tworzenia muzyki, sztuki wizualnej, a nawet scenariuszy filmowych, co otwiera debatę na temat kreatywności maszyn i oryginalności dzieł przez nią wytworzonych. Wiele dyskusji wywołało na przykład wygranie prestiżowego konkursu fotograficznego przez zdjęcie wygenerowane przez AI.

Czy to takie złe?

Odnosząc się do życia codziennego, przywołajmy chociażby sprzątające roboty czy inteligentnych asystentów. AI już teraz ułatwia ludziom



Obraz wygenerowany za pomocą DALL-E 3 w usłudze kreatora obrazów Microsoft GING, prompt: Przyszłość interakcji człowiek - AI

życie poprzez automatyzację prostych zadań i oferowanie inteligentnych rozwiązań. Jest stosowana w wielu sferach codziennego życia, od zarządzania domowymi urządzeniami inteligentnymi począwszy, przez personalizację doświadczeń zakupowych online, aż po ulepszenie systemów bezpieczeństwa i monitoringu. Dzięki temu ludzie mogą skupić się na bardziej twórczych i satysfakcjonujących zadaniach, delegując rutynowe i powtarzalne czynności maszynom.

W ostatnich latach nastąpił dynamiczny rozwój robotyki humanoidalnej, co znacząco wpływa na nasze codzienne życie. Przykładem jest robot Optimus firmy Tesla, który dzięki zaawansowanym sieciom neuronowym potrafi poruszać się po trudnym terenie, co stanowi krok w kierunku prawdziwie autonomicznych maszyn. Dodatkowo Optimus potrafi wykonywać zadania manualne, takie jak przenoszenie przedmiotów w magazynach czy montaż komponentów na liniach produkcyjnych, co czyni go wartościowym wsparciem w przemyśle logistycznym i produkcyjnym.

Również chiński startup Agibot, założony przez

byłego innowatora Huawei, rozpoczął masową produkcję robotów humanoidalnych. Celem jest zastosowanie tych robotów zarówno w przemyśle, jak i w gospodarstwach domowych, co może zrewolucjonizować nasze podejście do automatyzacji. Przykładowo, roboty te wykonują takie zadania, jak dostarczanie przesyłek w biurach, pomaganie w obsłudze klientów w punktach handlowych czy asystowanie w operacjach logistycznych.

W obliczu starzejącego się społeczeństwa Chiny wprowadzają roboty humanoidalne do opieki nad seniorami. Ta inicjatywa ma na celu złagodzenie kryzysu demograficznego i zapewnienie odpowiedniej opieki dla rosnącej liczby osób starszych. Roboty wspomagają seniorów poprzez monitorowanie parametrów zdrowotnych, przypomnienie o przyjmowaniu leków, a także oferowanie towarzystwa i rozrywki, co łagodzi poczucie samotności.

Wszystkie te przykłady pokazują, że rozwój sztucznej inteligencji i robotyki humanoidalnej niesie ze sobą zarówno korzyści, jak i wyzwania, które warto analizować w kontekście ich wpływu na społeczeństwo.

Spoleczne i etyczne implikacje wykorzystywania AI

Zastanówmy się jednak nad ochroną prywatności, gdyż AI wymaga dostępu do dużych zbiorów danych. Algorytmy AI mogą analizować i przetwarzać dane osobowe, co wywołuje pytania o granice nadzoru i wykorzystania tych informacji. Wzrost użycia AI wymusza rozwój nowych strategii ochrony danych, aby zapewnić użytkownikom bezpieczeństwo i prywatność. Może więc AI będzie wykorzystywana do... ochrony przed AI? Niewątpliwie ma ona potencjał do wpływania na kluczowe decyzje życiowe, takie jak wybory zawodowe, zdrowotne czy finansowe poprzez dostarczanie analiz i rekomendacji. Jednak uzależnienie podejmowania decyzji od AI może ograniczać ludzką autonomię i wolność wyboru. Konieczne jest zachowanie równowagi między korzystaniem z zalet AI a utrzymaniem ludzkiej kontroli nad ważnymi decyzjami. Rozwój i implementacja AI wymagają jasnych uregulowań prawnych, aby zapewnić odpowiedzialność i etyczne wykorzystanie tej technologii. Wiele krajów i organizacji międzynarodowych pracuje nad opracowaniem przepisów dotyczących AI, koncentrując się na ich etyce, bezpieczeństwie i przejrzystości. Te regulacje mają na celu ochronę użytkowników przed potencjalnymi nadużyciami i szkodliwym wykorzystaniem AI, jednocześnie promując innowacje i rozwój technologii.

Przyszłość interakcji człowiek - AI

Współpraca między AI a ludźmi staje się coraz ściślej. Przykładem jest wspomniana już medycyna. Systemy AI wspomagają lekarzy w diagnozowaniu chorób i doborze terapii, analizując ogromne ilości danych w sposób niemożliwy do ogarnięcia przez człowieka. Podobnie w przemyśle, AI optymalizuje

procesy produkcyjne i łańcuchy dostaw. Te zastosowania pokazują, że AI może być narzędziem wzmacniającym ludzkie zdolności, a nie tylko zastępującym pracę człowieka.

Jakie jeszcze obszary współpracy AI i ludzi przewidują eksperci? Według raportu PwC do 2030 roku AI może przynieść globalnej gospodarce dodatkowe 15,7 bln USD, z czego większość dzięki wzrostowi produktywności pracy ludzkiej, a nie jej eliminacji. AI pomoże pracownikom podejmować lepsze decyzje i szybciej rozwiązywać problemy. W edukacji zrewolucjonizuje nauczanie poprzez indywidualizację i dostosowanie treści do potrzeb każdego ucznia. W medycynie przyspieszy opracowanie nowych terapii i umożliwi precyzyjną diagnostykę. W branży rozrywkowej pozwoli tworzyć bardziej angażujące doświadczenia, np. w grach komputerowych.

Jednak, aby te korzyści stały się faktem, niezbędne jest zbudowanie zaufania do technologii AI wśród jej użytkowników. Oprócz regulacji prawnych, konieczne jest etyczne projektowanie i wdrażanie systemów AI z poszanowaniem prywatności i bezpieczeństwa ludzi. Tylko wtedy możemy mieć pewność, że AI będzie pozytywną siłą wspierającą człowieka, a nie zagrożeniem jego autonomii i godności.

Podsumowując, warto podkreślić, że rozwój sztucznej inteligencji zmienia wiele sfer życia człowieka - od obowiązków zawodowych po rozrywkę. Chociaż wciąż pojawiają się obawy o eliminację miejsc pracy przez AI, eksperci przewidują, że technologia ta raczej uzupełni i wzmocni ludzkie zdolności. Zdaniem autorów, przyszłość zależy od tego, czy ludzie potrafią mądrze korzystać z narzędzia, jakim jest AI. Jeśli pójdziemy dobrą drogą, może ona pomóc rozwiązać wiele problemów trapiących ludzkość.

dr inż. ŁUKASZ LEMIESZEWSKI
Prodziekan Wydziału Technicznego



AKADEMIA IM. JAKUBA Z PARADYŻA

WWW.AJP.EDU.PL

WYDZIAŁ PRAWA
I BEZPIECZEŃSTWA

WYDZIAŁ EKONOMICZNY
WYDZIAŁ HUMANISTYCZNY

WYDZIAŁ NAUK O ZDROWIU
WYDZIAŁ TECHNICZNY

Strefa ubóstwa rośnie, szykuje się emerytalna bieda

Donald Trump został 47. prezydentem USA. Zmiana epokowa dla świata i... także dla Polski?

To wszystko wydarzyło się w kraju, który nadal jest największą potęgą gospodarczą i militarną świata. Z USA wiążemy największe nadzieje bezpieczeństwa i współpracy tym bardziej, że tej przyjaźni między obydwooma państwami nigdy nie naruszyliśmy, począwszy od udziału gen. Tadeusza Kościuszki i gen. Kazimierza Puławskiego w czasach kształtowania się amerykańskiej państwowości.

Liberałowie, socjaliści i zieloni, tak w USA jak i w UE, nie mają zadowolonych min. Niektóre agencje prasowe donoszą, że prezydent Donald Trump zmieni radykalnie wszystko, że cały dorobek dotychczas rządzących ekip lewicowych zachwieje ich podstawami ideologicznymi. Już w pierwszej godzinie po przysiędze na Biblię, w chrześcijańskiej oprawie uroczystości, w towarzystwie biskupa i pastora, w obecności prezesa Sądu Najwyższego, nakreślił zarys kierunku swoich najbliższych działań, co zabrzmiało bardzo stanowczo.

Wypowiedział znamienne słowa przyjęte aplauzem: „*Złoty czas Ameryki zaczyna się teraz*”, (...) że: „*Stany Zjednoczone niebawem staną się większe, silniejsze i znacznie bardziej wyjątkowe niż kiedykolwiek wcześniej*”. Zapowiedział, że już w dniu zaprzysiężenia podpisze „*serię historycznych dekrety wykonawczych*”. A następnie: „*Dzięki tym działaniom rozpoczniemy pełną odbudowę Ameryki oraz rewolucję zdrowego rozsądku*”- obiecał 47. prezydent USA, w poniedziałek 20 stycznia 2025 roku. **Zapowiedział m.in.:**

1. Stan podwyższonej gotowości na południowej granicy USA. Wszystkie nielegalne wjazdy do kraju zostaną natychmiast powstrzymane i rozpocznie proces powrotu milionów przestępców i osób postronnych do miejsc, z których przybyli.

2. Wysłanie żołnierzy na południową granicę, aby przeciwstawili się tej inwazji na nasz kraj.

3. W ramach decyzji, które podpiszę dzisiaj, będziemy traktować kartele jako zagraniczne organizacje terrorystyczne.

4. Przekieruję wszystkich moich członków gabinetu, aby pokonali rekordową inflację i natychmiast zmniejszyli koszty życia oraz ceny.

5. Dzisiaj ogłaszam krajowy stan awaryjny w zakresie

energetyki - będziemy wiercić - podkreśli prezydent.

6. Mamy największą ilość ropy i gazu, większą niż każdy inny kraj na ziemi i będziemy z tego korzystać, ceny spadną.

7. Będziemy budować samochody w tempie, o jakim nikt nie śnił. Zakończymy Zielony Nowy Ład i cofniemy przepisy dotyczące pojazdów elektrycznych. Każdy będzie mógł kupić taki samochód, jaki chce.

8. Rozpocznę pełny przegląd systemu handlowego. Nałożymy cła i podatki na kraje trzecie, aby wzbogacić naszych obywateli.

9. Moja administracja stworzy nowy Departament Efektywności Rządowej.

10. USA będą krajem, który nie będzie widzieć kolorów, a opierać się będzie wyłącznie na zasługach i zaletach.

11. W tym tygodniu przywrócę członków służby obronnej, którzy byli wyrzuceni za przeciwstawienie się szczepieniom, wraz z wyrównaniem płacy.

12. Ponownie zbudujemy najsilniejszą armię, jaką kiedykolwiek widział świat.

14. Od tej pory oficjalną polityką będzie to, że są tylko dwie płci - mężczyźni i kobiety.

15. Wbijemy flagę amerykańską w powierzchnię Marsa.

Zapowiedzi prezydenta Donalda Trumpa należy analizować pod kątem naszych polskich interesów. W pierwszych dniach prezydentury miał wydać ponad 100 rozporządzeń. Telewizja Fox News podała, że zamierza zastosować zasadę „szoku i trwogi”- jak nazwano strategię wojsk USA w pierwszej wojnie w Zatoce Perskiej 1990-1991 pod nazwą *Pustynna Burza*. „**Prezydent zamierza podpisać najbardziej kompleksowy pakiet bezpieczeństwa granicznego. (...) nie tylko całkowicie zamkną południową granicę, zatrzymają nielegalną migrację, rozpoczną masowe deportacje nielegalnych imigrantów i przestępców w naszym kraju, ale także raz na zawsze rozpoczną proces eliminowania zagrożenia ze strony karteli przestępczych z każdego kraju, systematycznie likwidując każdy transnarodowy gang uliczny**”- podało w Fox News (źródło: PAP).

Obszar Europy, na wschodniej flance NATO, musi mieć wiodącego sojusznika Stanów Zjednoczonych. Na Niemców liczyć nie



Augustyn Wiernicki, absolwent Akademii Rolniczej i Akademii Ekonomicznej w Poznaniu, od 1982 przedsiębiorca i właściciel znanej firmy w Gorzowie Wlkp., były radny, doradca wojewody w latach 2000-2001, społecznik, od 1992 r. prezes i założyciel Stowarzyszenia Pomocy Bliźniemu im. Brata Krystyna. Prezes Zespołu Koordynacyjnego Związków i Stowarzyszeń Dzieci Wojny w Polsce (z siedzibą w Gorzowie Wlkp.). Członek Zespołu Organizacyjnego Narodowego Kongresu Trzeźwości.

może, bo oni chcą być konkurentami USA i budować swoją potęgę w Europie, z widocznym już aliansem z Rosją. Rosja i Niemcy chętnie pozbyłyby się z Europy obecności wojskowej USA. Rosja się zbroi i z Ukrainy nie zrezygnuje, więc wojna dalej na wschodzie będzie trwać. W tej części świata USA też zrezygnować z Polski nie może. Premier Donald Tusk jakby tej szansy wykorzystać nie chce, nie może lub jej nie widzi. Stąd te kardynalne błędy z niefortunnymi wypowiedziami pod adresem Donalda Trumpa. Były one niepotrzebne. **Bliiski sojusz z USA jest naszą racją stanu.** Politycy koalicji rządzącej, na czele z premierem, powinni ugodową i przyjacielską dłoń, kanałami dyplomatycznymi, wyciągnąć do prezydenta najbogatszego państwa świata tym bardziej, że może być też tam nawet takie oczekiwanie.

Hasło Donalda Trumpa z kampanii wyborczej Make America Great Again (Uczyń znowu Amerykę wielką) będzie w jego realizacji nabrało dużego przyspieszenia. Obecny prezydent będzie poszukiwał rozwiązań dla USA, które zdejmą obciążenia z amerykańskiego społeczeństwa we wszystkich dziedzinach, również militarnych i związanych z obecnością USA na wschodniej flance NATO. USA potrzebują więc zaufanego sojusznika, a w tych warunkach alternatywa dla

Polski nie ma. **Do nabierającej prędkości gospodarki Stanów Zjednoczonych Polska ma szansę się trwale załapać wystawiając własny kompatybilny sztyld Let's make Poland great again** (uczynimy Polskę znow wielką). Taka szansa dla Polski może się już nie pojawić!

Ten ambitny w wielu aspektach plan wcale dla prezydenta Trumpa łatwy nie będzie. Ma on bowiem na swoim podwórku wiele problemów do rozwiązania. **Po zapowiedziach o istnieniu tylko dwóch płci musi uporządkować całe to szaleństwo ideologiczne, łącznie z Zielonym Ładem, naprawić problemy energetyczne związane z powrotem do źródeł kopalnych, do węgla, ropy i gazu, zrealizować zapowiedzi obniżenia podatków, zdjęcia różnych lewicowych ograniczeń w zakresie mediów, uporządkować językowe poprawności polityczne i ustanowić regulacje prawne związane z ideologią LGBT, np. z równością płci w wojsku i koniecznością reformy rozbudowanego aparatu państwowego.** Biznes łatwo już przechodzi na nowe i ekonomiczniejsze pozycje, ale dochodzą do tego bardzo trudne problemy migracyjne, zwalczanie przestępczości i likwidacja karteli narkotykowych. Prezydent zapowiedział rozwiązanie problemu z wymianą handlową i wprowadzenie ceł dla ochrony

amerykańskiego rynku przed wszystkim z Chin. Niektóre z tych problemów dotknąć mogą Polskę i dlatego już trzeba się odpowiednio ustawić frontem do USA i uzyskać najwyższe uprzywilejowanie, jak ma np. Izrael na Bliskim Wschodzie czy Korea Południowa. **Wiodąca rola Polski jako zaufanego sojusznika USA we wszystkich sprawach Europy Środkowowschodniej, z silną pozycją wojskową w Europie i na wschodniej flance NATO, oraz Trójmorza byłaby najlepszym gwarantem naszego powodzenia.**

Takim partnerem dla Amerykanów musi być Polska, która podjęłaby tę grę i tę północnoatlantycką ofertę. Czy tym i takim partnerem zechce być obecny rząd w Polsce? Nie wiem... Jesteśmy w środku kampanii wyborczej kandydatów na prezydenta RP. To nie ułatwia zadania obecnemu rządowi i tym bardziej opozycji, a w dodatku w Stanach Zjednoczonych konserwatyści doszli z dużą przewagą do władzy i szykuje się konserwatywna kontrrewolucja obyczajowa i przyspieszony rozwój gospodarczy. **My musimy brać pod uwagę, że wszelkie zmiany w USA, o podłożu ideologicznym i gospodarczym, mają ogromny wpływ na świat. Jeżeli tam się wiele zmieni, a prezydent Trump już w dniu zaprzysiężenia kierunek zmian zapowiedział, to te amerykańskie zmiany będą oddziaływały niebawem na wszystkie państwa, szczególnie w Europie, a na Polskę przede wszystkim.** Konfrontacja gospodarcza UE z USA i Chinami może przybrać charakter *wyniszczający*. Czy w tej sytuacji interes naszej racji stanu ma szansę zwyciężyć?

Gdyby to dotyczyło Niemiec to byłbym pewny, że zwycięży niemiecka racja stanu, bo tam nadal „Deutschland, Deutschland über alles”, ale u nas... niemiecka też, ale polska niekoniecznie. Przykre... W dodatku musimy być silni gospodarczo, a tu w zadłużeniu zbliżamy się do rekordu Europy. W ciągu ostatnich 12 miesięcy daliśmy się wyprzedzić w poziomie zadłużenia tylko Francji oraz Włochom. Właściwie, poza kilkoma krajami, jak Estonia, Bułgaria i Luksemburg to pozostała większość nie radzi sobie z europejską stagnacją i inflacją. Politycy polscy już

wiedzą i widzą, że gospodarki poszczególnych państw UE dobijają koszty transformacji klimatycznej i Zielonego Ładu. W świecie ten kierunek tzw. dekarbonizacji ponosi porażkę. 20 stycznia br. nowy prezydent USA ogłosił wycofanie się z tego Zielonego Ładu, bo doszedł do wniosku, że to droga do hamowania rozwoju Ameryki i ubożenia społeczeństwa. Na arenie walki z CO2 pozostaje jeszcze Unia Europejska, która walczy już sama ze sobą. Ideologia „płonącej planety” jest jeszcze w UE bardzo silna, ale przez to jej czołowe państwa słabną. Podczas obecnej kampanii prezydenckiej słyszymy z ust kandydującego Karola Nawrockiego, że: „**Transformacja klimatyczna jest zagrożeniem dla przyszłości państwa polskiego. (...) Chiny zużywają dużo węgla, a Europa kupuje od nich samochody elektryczne, żeby ratować klimat**”. W podobnym tonie zaczynają mówić też inni kandydaci, np. z Trzeciej Drogi. Przecież widzimy, że wykańczamy górnictwo, rolnictwo i ogrodnictwo, leśnictwo i przemysł drzewny, huty, handel, transport jeszcze do niedawna największy w Europie, a przemysł już dawno pozbyliśmy się i możliwe, że przyszła kolej na te resztki, z Orlenem na czele. Nawet za czasów komuny byliśmy w czołówce uprzemysłowionych państw świata, ale gdyby nie ta marksistowska ekonomia socjalizmu...

W ostatnich 12 miesiącach w zadłużeniu budżetu wyprzedziły nas tylko „bankrutująca” Francja i Włochy. Zresztą, cała Eurostrefa cofnęła się w rozwoju w stosunku do Chin, USA i reszty świata. **Jeszcze ponad rok temu Polska była „tygrysem” Europy, i co się stało?... A nas szczególnie niepokoi to, że polski dług dalej rośnie i znacznie szybciej niż gospodarka, strefa ubóstwa rośnie i szykuje się emerytalna bieda.** W tak krótkim czasie... do tego dopuściliśmy? Na szczęście są jeszcze drogi wyjścia, na które czekamy! Patrzymy na najbogatsze państwo świata i zweryfikujmy bariery, które są nam stawiane w rozwoju, a szczególnie Zielony Ład i te beznadziejne metody walki z CO2, a ..., a władzy nad Polską w obcej ręce nie oddamy, bo to już kiedyś było i źle się skończyło! Let's make Poland great again.

AUGUSTYN WIERNICKI



Polska
Strefa Inwestycji



Kostrzyńsko-Słubicka
Specjalna Strefa Ekonomiczna

ROZWIJAJ SWÓJ BIZNES

dzięki zwolnieniu podatkowemu ze Strefy.

**Wsparcie dla inwestycji również
na terenach prywatnych.**

- Wartość wsparcia zależna od wielkości przedsiębiorstwa, mały przedsiębiorca do 60%, średni do 50%, duży do 40% planowanych wydatków inwestycyjnych.
- Preferencyjne kryteria dla małych i średnich przedsiębiorców.
- Zwolnienie z podatku dochodowego na okres od 12 do 15 lat.
- Łatwe aplikowanie i szybka decyzja w ciągu 30 dni.

KOSTRZYŃSKO-SŁUBICKA
SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA
ul. Orła Białego 22
66-470 Kostrzyn nad Odrą
tel. +48 95 721 98 00
marketing@kssse.pl

www.kssse.pl



Był trochę szalony, chciał robić show. Zauroczył nawet panią sędzię

W historii polskiego żużla jest wielu zawodników, którzy nie figurują na szczytach tabel medalowych, a jednak swoją postawą, kolorytem i niepowtarzalnością pozostali w pamięci wielu kibiców.

Na pewno taką postacią jest **Cezary Owizyc**, wychowanek Stali Gorzów, który czasami jeszcze jeździ dla przyjemności w Finlandii. Tam zresztą mieszka od blisko ćwierćwiecza.

- Wyjechałem w 2001 roku do pracy - wspomina. - Tak mi się tam spodobało, że zostałem. Najpierw trzeba było oczywiście przekonać do tego rodzinę, bo jednak Finlandia leży daleko od Gorzowa, od Polski. Po rozmowie z żoną i dziećmi stwierdziliśmy, że przeniesiemy się tam. Oni jednak nie przyjechali do mnie od razu, a po kilku latach. Tak długo się namyślali - śmieje się.

Cezary Owizyc karierę zaczynał w Gorzowie jako 17-latek w 1983 roku, choć w lidze zadebiutował rok później. Nigdy nie wznosił się powyżej określonego poziomu, choć przytrafiło mu się kilka spektakularnych startów, o których potem mówiono jeszcze długo.

Przypomnijmy sobie choćby 1985 rok i finał Młodzieżowych Indywidualnych Mistrzostw Polski w Lublinie. Cezary Owizyc pojechał na wschodni kraniec Polski ze świadomością, że będzie tylko statystą, bo miał pełnić rolę zawodnika rezerwowego. Wszyscy uczestnicy mistrzostw, mający prawo do jazdy z numerami 1-16 pojawili się na stadionie „Koziołków” i gorzowianin musiał pogodzić się byciem tym z numerem R-1, ale wcale nie chciał pozostać w ich cieniu.



Cezary Owizyc (pierwszy z lewej) z młodzieżowym zespołem Stali Gorzów, który w 1986 roku pod wodzą trenera Edwarda Jancarza (z prawej) zdobył złoty medal MDMP na torze w Zielonej Górze. Obok niego stoją Piotr Świsł, Mirosław Daniszewski, Andrzej Pawliszak. Na motocyklu siedzi Jarosław Gała

Kiedy rozpoczęły się mistrzowskie biegi wydarzyła się rzecz nieoczekiwana, a związana była z pechowym zdarzeniem w piątym biegu. To wtedy upadek miał torunianin, nieżyjący już niestety **Piotr Maćkiewicz**, a że nie mógł dalej startować jego miejsce w powtórcie, jak i w kolejnych wyścigach zajął Owizyc. Ówczesny regulamin nie zezwalał jednak na klasyfikowanie, jak to jest obecnie, zawodnika rezerwowego, o ile ten nie wystartował od początku zawodów,

zastępując oczywiście tylko konkretnego zawodnika. Ten drugi warunek Owizyc spełnił, ale pierwszego nie i był w pełni świadomy swojej sytuacji. Zresztą, oddajmy mu głos:

- Doskonale pamiętam tamte zawody - opowiada. - W sumie pojechałem cztery razy. Już w pierwszym swoim starcie czułem, że jestem dobrze dopasowany i mogę pojeździć, ale w tym samym biegu startował Mirek Daniszewski i za bardzo nie chciałem mu przeszkadzać, bo to był kolega klubowy. I przyjechałem na ostatnim miejscu. Wiedząc dalej, że nie mogę liczyć na sukces w kolejnych biegach chciałem zrobić show. I w czasie jazdy zacząłem ściągać nogę z haka. Ta jazda od razu stała się widowiskowa oraz skuteczna. Wiem, jakie są opinie na temat ściągania nogi z haka, zresztą w tych czasach do głowy nie przyszłoby nikomu to czynić. Dzisiaj to rzecz normalna, często zawodnicy to robią. Wygrałem trzy wyścigi i prowadząca te zawody pani Irena Nadolna sklasyfikowała mnie na piątej pozycji za „błyskotliwą i widowiskową jazdą”, jak to określiła w swoim uzasadnieniu. Tak się spodobała jej moja postawa, że postanowiła złamać regulamin i tak już pozostało w historii - uśmiecha się.

Cezary Owizyc uwielbiał startować w białym kombinie, miał długie blond włosy i nieprzewidywalną jazdą. Dla wielu był gorzowskim **Kelly Moranem**, słynnym w tamtych latach amerykańskim żużlowcem, ośmiokrotnym medalistą mistrzostw świata, który potem dosyć młodo zmarł, bo już w wieku 50 lat.

Kiedy Owizyc stał na starcie nikt nie był w stanie przewidzieć, czy wygra, będzie drugi, trzeci albo czwarty. I to bez względu na klasę prezentowaną przez rywali. co dodawało koloru jego występom. Takim przykładem był start w finałowych turniejach Złotego Kasku w 1987 roku. W Opolu zdobył cztery punkty, a tydzień później we Wrocławiu prawie wszystkich rywali po ustawiał po kątach i wygrał zawody z dorobkiem 14 punktów, bijąc do tego rekord wrocławskiego toru.

Wyjątkową stabilnością Owizyc popisał się za to w Ostrowie podczas finału Młodzieżowych Mistrzostw Polski Par Klubowych rok wcześniej. Jeździł wtedy w parze z nieopierzonym jeszcze **Piotrem Świsłem** i od samego początku błyszczał na torze. Wygrywał wyścigi za wyścigiem bez większego wysiłku. Przed ostatnią serią Stali do mistrzostwa potrzebne było pięć punktów. Kiedy wydawało się, że Owizyc

postara się pomóc koledze klubowemu walczącemu o drugie miejsce z **Adamem Mikuckim**, ten pomknął samotnie do mety i machał do ludzi. Gdy po zawodach został zapytany, czemu pozostawił partnera samemu sobie tylko się uśmiechnął i krótko stwierdził: „gdyby nie dał rady, to pojechałbym siódmy raz i wygrałbym wyścig dodatkowy”.

Jeżeli Owizyc miał coś potwarzalnego, to najczęściej zawałał początki sezonów, a potem forma mu rosła. Ktoś nawet ochrzcił go „Rycczem jesieni”. Z czego to się brało?

- Proponuję zapytać Nielsa Kristiana Iversena, bo Duńczyk też na ogół kiepsko zaczyna każdy sezon i rozkręca się dopiero w trakcie. Generalnie naprawdę trudno przez cały sezon utrzymać optymalną formę. Albo dobrze się zaczyna, potem łapie się zadyszkę, albo odwrotnie. I ja tak miałem. Oczywiście są tacy zawodnicy, którzy potrafią przez cały sezon jechać dobrze, ale to wyjątki. Z dawnych zawodników wymieniałbym Grega Hancocka, a z obecnie jeżdżących Bartka Zmarzlika - wyjaśnia.

Cezary Owizyc słynął ponadto z robienia tzw. „jaskółki”, którą wiele lat po nim opanował sześciokrotny mistrz świata **Tony Rickardsson**. Jak dzisiaj gorzowianin wspomina, nie był na pewno prekursorem tego, ale nie pamięta u kogo to podpatrzył.

- Podobało mi się, a że byłem trochę szalony, chciałem robić widowisko. Za pomocą różnych trików, zachowań. Swoimi niektórymi akcjami wzbudzałem na pewno spore kontrowersje, ale byli tacy, którzy pozytywnie oceniali moją postawę na torze - uważa.

Wychowanek Stali nie należał również do „świętoszków” i nie zawsze udawało mu się w trakcie sezonu zachowywać profesjonalnie. Podczas jednego z treningów ówczesny kierownik zespołu, zmarły w 2011 roku **Jerzy Szablowski** i trener **Stanisław Chomski** udzieli mu ostrej reprymendy za to, że nie przykłada się do zajęć oraz do pracy przy sprzęcie. Reakcją zawodnika była zaskakująca. Poszedł do szatni, przebrał się i tyle widziano go na stadionie. Nie pojawił się bez

usprawiedliwienia również na następnych zajęciach. Skończyło się na ukaraniu go kwotą 150 tysięcy (starych) złotych. Niewiele to dało i pod koniec sezonu sięgnięto po półroczną dyskwalifikację.

Ten luzacki styl życia i podejścia do sportu może brał się z tego, że Cezary Owizyc urodził się 1 stycznia, a więc w dniu w którym wszyscy jeszcze się bawią. Niewykluczone, że na gorzowskiej porodówce też się bawiono i mały „Cezar”, jak potem mówili na niego kibice, szybko włączył się do tej zabawy. Zresztą, jak już dorósł był zapalonym miłośnikiem muzyki, sam też grywał na gitarze.

Dodajmy jeszcze, że w Gorzowie startował do 1990 roku i przyczynił się do zdobycia przez klub ośmiu medali mistrzostw Polski, z czego dwóch w rozgrywkach ligowych. Po pozostałe sięgnął w imprezach młodzieżowych. Z łącznym bilansem czterech medali złotych, dwóch srebrnych i dwóch brązowych plasuje się obecnie na 13 pozycji w indywidualnej klasyfikacji wszech czasów Stali Gorzów.

Indywidualnie największy sukces odniósł w 1987 roku w Zielonej Górze, zajmując 12 miejsce w finale indywidualnych mistrzostw Europy juniorów. Był także drugi w Srebrnym Kasku. Potem na polskich torach reprezentował barwy jeszcze pięciu klubów: Poloneza Poznań (1991), Yawalu Częstochowa (1992), Polonii Piła (1993-1994), J.A.G. Speedway Łódź (1995-1996) i OTŻ Opole (1997). W Finlandii zaś jeździł m.in. w takich klubach jak: Kotkat Seinäjoki, Paholaiset PMK Pori Paholaiset i KeittioPiste Kuusankoski.

- Całą młodość spędziłem w Gorzowie. Pojechałem dla Stali w stu meczach ligowych, zdobyłem osiem medali mistrzostw Polski. Jestem całym sercem za Stalą. Dodatkowo w Finlandii mam telewizję polską, więc śledzę wszystkie mecze Stali. Wiem na bieżąco, co się z nią dzieje. A jak nie mogę obejrzeć meczu Stali w telewizji, to jestem zły. Zawsze chciałbym zobaczyć wszystkie spotkania ligowe gorzowian w danym sezonie - kończy.

ROBERT BOROWY



Cezary Owizyc ponownie w parkingu Stali, ale już w 2023 roku

Czego mam się obawiać? Jestem tu nowy, niczego nie zepsułem

Z Dariuszem Wróblem, prezesem Stali Gorzów, rozmawia Robert Borowy

- W jakim stanie finansowym znajduje się Stal po spłaceniu zaległych zobowiązań, o których poinformował pan w połowie miesiąca?

- Obecnie mamy praktycznie czystą kartę, nie licząc kredytów, które w części zostały wzięte na poprawę infrastruktury stadionowej. Kredyty te są na bieżąco obsługiwane. Nie stanowią one istotnego obciążenia dla naszych finansów, a ich suma w tej chwili to około trzech milionów złotych. Uważam, że w tym krótkim czasie, zaledwie czterech miesięcy zrobiliśmy coś co było niemożliwe do zrobienia.

- Dzięki komu udało się tak naprawdę ugasić największy w historii klubu pożar?

- Skoro padło to pytanie, to na pierwszym miejscu wymienilibym pana Zbigniewa Głuchego z firmy Gezet. Pamiętam pierwsze spotkanie z kibicami i ze sponsorami. Nastroje wówczas panujące nie dawały zbyt wielkiego pola do nadziei. Wtedy myśleliśmy tylko o znalezieniu środków potrzebnych do uzyskania licencji. Przyznam, że nie byłem chętny zasiąść w fotelu prezesa, bo choć wierzyłem w projekt, to jednak potrzebna była grupa ludzi, od której czułbym to wsparcie. I pan Zbigniew Głuchy przekonał tych ludzi, przekonał ich do swoich pomysłów. Wtedy mówiliśmy tylko o pożyczkach. W tym trudnym momencie pomogli panowie Krzysztof i Andrzej Nuckowscy z firmy Budnex, Jacek Wojciechowski z Co-vers, Daniel Napierała i Daniel Miłostan.

- Czy już wiemy, dlaczego Stal wpadła w tak poważne zadłużenie idące w kilkanaście milionów złotych?

- Precyzyjna odpowiedź na to pytanie jest wciąż o tyle trudna, że nie zdążyliśmy jeszcze przeanalizować wszystkich dokumentów. To wymaga długiego czasu. Pamiętamy też, że po moim przyjeździe do klubu w październiku 2024 roku mieliśmy dwa audyty, nie licząc dodatkowej inicjatywy prezydenta, który chciał się również dowiedzieć o ówczesnym stanie finansowym klubu.

- Czyli był jeszcze jeden dodatkowy audyt?

- Tak, pierwszy audyt przeprowadził zespół licencyjny Polskiego Związku Motorowego, drugi natomiast, o czym publicznie nie informowaliśmy, jedna ze specjalistycznych firm na nasze klubowe zlecenie. Chcieliśmy mieć niezawodny raport.



- Emocje szarpały mną w różnych kierunkach. Były chwile, że żałowałem, iż wszedłem do tej rzeki - mówi prezes Stali Dariusz Wróbel

leżne od siebie raporty. Powoli je analizujemy, ale tych segregatorów są pełne półki. Najważniejsze, żeby zweryfikować, jak powstały tak duże zobowiązania i czy nie dochodziło do niegospodarności. Audytorzy, którzy prowadzili dla nas badanie finansów na pytanie, czy coś rażącego rzuciło im się w oczy, stwierdzili, że nic takiego nie zobaczyli. Dlatego teraz musimy faktura po fakturze wszystko ocenić we własnym zakresie, podobnie jak sprawdzić przepływy finansowe.

- To zrozumiałe, że w tym przypadku chodzi o precyzję. Zapytam jednak ogólnie: co było główną przyczyną tak wysokiego zadłużenia, bo musiało ono skąd się wziąć?

- Nie ma wątpliwości, że doszło do błędów w planowaniu i późniejszej realizacji budżetu. Ponadto chcemy zobaczyć w jakim czasie powstawały te zobowiązania, bo raczej nie w ciągu roku czy dwóch. Niestety, jedno co wiemy na pewno, to było sporo nieracjonalnych wydatków.

- Czy klub posiada środki na bieżącą działalność, bo trwają przygotowania do nowego sezonu, zawodnikom trzeba płacić w ramach podpisanych umów kwoty gwarantowane. Jak to wygląda?

- Radzimy sobie i tutaj wielkie podziękowania należą się władzom miasta za szybkie działanie i możliwość przelania dotacji na nadchodzący sezon ligowy. Oczywiście na bieżąco gromadzimy także własne środki. Sprzedajemy karnety, sprzedaliśmy łóżko, sponsorzy widząc, że wychodzimy na prostą ponow-

nie nawiązują z nami współpracę.

- Gdyby miał pan dzisiejszą wiedzę nie tylko o stanie klubu, ale również o niechęci wobec Stali płynącej z części gorzowskiego środowiska, to wszedłby pan do tej rzeki?

- Emocje szarpały mną w różnych kierunkach. Były chwile, że żałowałem, iż wszedłem do tej rzeki. Chyba najbardziej denerwowałem się w chwilach, kiedy z pozoru błahе wydarzenia, które powinny zostać załatwione od „ręki” nagle stawały się tak poważnymi, że mogły rozbić klub. Dzisiaj nie żałuję jednak swojej decyzji z jednego powodu. Kiedy obejmowałem funkcję prezesa niemal z wszystkich stron usłyszałem, że misja ratunkowa się nie powiedzie. Nawet od ludzi będących przez lata blisko klubu. To mnie zmotywowało, chciałem udowodnić, że możemy wspólnym wysiłkiem uratować Stal.

- W trakcie procesu licencyjnego Stal otrzymała licencję nadzorowaną, choć pamiętam, jak podczas pierwszej konferencji prasowej powiedział pan, że klub jest zainteresowany jedynie licencją zwykłą. Naprawdę pan w to wierzył?

- Tak i cel został poniekąd osiągnięty. Może nie taki 100-procentowy, oczywiście można się czepiać moich słów, ale uniknęliśmy tego czego się najbardziej baliśmy, czyli uwolnienia wszystkich kontraktów.

- Mówimy o innym modelu licencji nadzorowanej?

- Tu nie chodzi może o grę słów, chodzi o to, że mogliśmy zatrzymać wszystkie podpisa-

ne kontrakty, a to oznacza, że przystąpimy do sezonu w takim składzie, w jakim chcieliśmy. Katastrofą byłoby, gdyby władze polskiego żużla nakażały nam uwolnić choćby jeden kontrakt, na przykład z Martinem Vaculikiem albo z Andersem Thomsenem i zawodnik ten odszedłby z zespołu.

- Kiedy licencja nadzorowana może być cofnięta?

- Licencję otrzymuje się na dany sezon, a więc nawet jak wykaraskamy się z wszystkich kłopotów, nawet jak będziemy na dużym plusie finansowym, to i tak do końca sezonu będziemy startować na otrzymanej w grudniu licencji. Dla zespołu licencyjnego liczyć się będzie bilans na koniec sezonu. Od razu wyjaśnię, że obecna licencja w niczym nam nie przeszkadza.

- Niedawno wybrane zostały nowe władze stowarzyszenia Stali i prezesem po raz pierwszy nie został prezes spółki. Optował pan za tym?

- Tak, dla przejrzystości działalności klubu wszystkie władze powinny być oddzielone od siebie. Rozumiem jednak, że wcześniej prezesi spółki nie chcieli dzielić się władzą, bo bali się, że mogą w każdej chwili stracić pracę, jeśli nie będą kontrolować władzy w stowarzyszeniu a pośrednio w radzie nadzorczej. Wystarczyłoby, że prezes stowarzyszenia obraziłby się o jakiś drobiazg na prezesa spółki i mógłby go łatwo i szybko odwołać poprzez radę nadzorczą. Ja się tego nie boję, mnie to nie dotyczy. Czego mam się obawiać? Jestem tu nowy, niczego nie zepsułem. Ponadto dzisiaj

zmienia się struktura właścicielska i wpływ stowarzyszenia na spółkę będzie niewielki.

- Dlaczego w tym trudnym czasie klub nie reagował na często kłamliwe materiały prasowe, stawiające markę Stal w fatalnym świetle?

- Jeżeli komuś sprawiało przyjemność stawianie wieńców, nazywanie nas bankrutem czy pisanie nieprawdy na wiele tematów, to nie chcieliśmy psuć im zabawy. Wbijanie z naszej strony kija w mrowisko nic by nie dało, jeszcze zapewne by niektórych nakręciło do pisania jeszcze większych bzdur. Dodawać takim osobom paliwa nie miało sensu. A nawet jakbyśmy reagowali, to kto napisałby sprostowanie? Szczerze mówiąc nawet nie wiem co pisano, bo nie interesowałem się tym. Bardzo rzadko coś czytałem, ponieważ skupiałem się i skupiam się nadal na realizacji wyznaczonego celu.

- Powróćmy do tego co się dzieje w Stali Gorzów. Na bazie programu naprawczo-rozwojowego jednym z elementów szukania oszczędności ma być optymalizacja kosztów. Czy tym kierunkiem są również zwolnienia w klubie, bo ostatnio wróble ćwierkały, że kilka osób odeszło?

- Dokładnie odeszły trzy osoby i to one złożyły wypowiedzenia, nie klub je zwolnił. Natomiast klub doszedł w pewnych kwestiach do ściany i musimy poszukać nowego modelu działania, pewnej świeżości jego prowadzenia. Od prezesa do ostatniego, najniższego ogniwa. Musimy przyjrzeć się dotychczasowej działalności, jak to wszystko było poukładane, czy jednak nie mieliśmy przerostu zatrudnienia. Nie wiem, czy nie byliśmy największym pracodawcą w PGE Ekstralidze, skoro było u nas zatrudnionych 21 osób. Mało tego, chyba wszyscy byli członkami stowarzyszenia, a więc nieformalnymi współwłaścicielami klubu. To wszystko działało na zasadach spółdzielni. Gdyby nasz organizm funkcjonował bez zastrzeżeń nikt by nie robił jego przeglądu. Skoro jednak coś nie zadziałało, klub de facto upadł, to potrzebne są gruntowne zmiany. Niektóre już wdrożyliśmy w życie, przed nami kolejne. Wszyscy muszą zrozumieć, że teraz Stal Gorzów staje się przedsiębiorstwem prywatnym i jego zarządzanie musi być oparte na wzorach firmy prywatnej, nie spółdzielni.

- Czy jako prezes jest pan zadowolony z obecnego składu zespołu?

- Wszystko okaże się w trakcie sezonu. Wiadomo w jakim czasie obejmowałem ster prezesa, ze względów finansowych nie było nas stać na pozostawienie Jakuba Miśkowiaka, musieliśmy wdrożyć w życie inny pomysł. Powiem uczciwie, że szukaliśmy innych kandydatów na pozycję U-24, ale w każdym wariantcie trzeba było wyciągnąć mniejsze lub większe pieniądze bez gwarancji, że dany zawodnik spełni nasze oczekiwania. Inną sprawą jest, że z jednej strony rozmawialiśmy o podpisywaniu kolejnych kontraktów, z drugiej nikt nie wiedział, czy za miesiąc będziemy istnieć. Musieliśmy najpierw zasypać pierwszy dołek, czyli znaleźć 4,5 miliona złotych, a w tym czasie rozstrzygały się kwestie transferowe.

- Aż żal, że w wyniku utracenia w składzie jednego Polaka-seniora nie można już teraz korzystać z Adama Bednára na pozycji U-24.

- Gdybym przyszedł do klubu kilka tygodni wcześniej zapewne inaczej bym poustawił te kadrowe klocki. Zostałbym Szymona Woźniaka, starając się oczywiście wcześniej renegowować z nim kontrakt, a na pozycję U-24 dałbym Bednára. Jeśli od 2026 roku wszedłby przepis o jednym juniorze zagranicznym, wtedy przesunąłbym Czecha na juniora, a na U-24 wstawiłbym Mathiasa Pollestada, który objeżdżać się będzie w tym sezonie na zapleczu Ekstraligi. I przynajmniej dół składu byśmy mieli bardzo dobrze zbudowany na 2026 rok. A tak musimy myśleć co z tym fantem zrobić.

- Czy w ramach działań promocyjnych klub nadal będzie organizował różne społeczne wydarzenia na terenie miasta?

- Tak, jestem zwolennikiem wychodzenia do kibiców, organizowania różnych eventów na terenie miasta i pod tym względem nasze działania marketingowe się nie zmieniają. Mogą się zmienić techniczne ich elementy, zastanawiamy się nad wyborem takich wydarzeń, formy ich organizacji, ale to, że chcemy być blisko kibiców pokazała już grudniowa prezentacja zespołu. Wszystkie dobre pomysły, które sprawdziły się w poprzednich latach będziemy kontynuować, a te słabsze modyfikować.

- Dziękuję za rozmowę.

Ośrodek Kolonijny, Sportowo-Wypoczynkowy Długie
ul. Turystyczna 14, m. DŁUGIE

66-500 Strzelce Krajeńskie, tel. 608 449 705

osrodekdlugie@bratkrystyn.pl

Zapraszamy!

Jezioro "Lipie"

Jezioro "Długie"

Boisko do Beach Soccera

Domki mieszkalne

Boisko do piłki nożnej i koszykówki

Stolówka

Wnętrze pokoju



**Stowarzyszenie Pomocy Bliźniemu
 im. Brata Krystyna w Gorzowie Wlkp.**

Organizacja pożytku publicznego
 Biuro Stowarzyszenia: tel. 95 720 14 75
 ul. Słoneczna 63, 66-400 Gorzów Wielkopolski
 e-mail: biuro@bratkrystyn.pl

NR KONTA: 41 8363 0004 0027 5394 2000 0002



**PRZEKAŻ
 1,5%
 PODATKU**

KRS: 0000029085