

magazyn pokładowy

#PO
DRÓ
ZUJ **KD**

DZIEŃ Z ŻYCIA MASZYNISTY

– reportaż str. 4-5

KOLEJ JEST WSPÓLNYM

DAREM – rozmowa
z Robertem Raczyńskim,
prezydentem Lubina

str. 8-9

Wywiad
numeru

Hania RANI

str. 14-17

Wielokrotnie nagradzana na całym świecie,
jedna z najsympatyczniejszych polskich pianistek,
kompozytorek i wokalistek. Co ją uszczęśliwia?

Jeszcze
więcej
stron !

DOLNOŚLĄSKI BILET WEEKENDOWY

Więcej połączeń, ta sama cena!

59 zł*



**DOLNY
ŚLĄSK**

**Koleje
Dolnośląskie**



*Obowiązuje w pociągach Kolei Dolnośląskich oraz Polregio

Pierogi z widokiem na Lego



Dobre wieści z frontu robót na legnickim dworcu kolejowym! Gotowy jest już cały obiekt, wraz halą peronową i peronami. Gotowe są nawet place i ulice z małą architekturą i zielenią. W hali zaparkowaliśmy pachnące nowością pojazdy Kolei Dolnośląskich. Teraz najlepsze: zdążymy w terminie kwietniowym!

I tutaj powinienem wrzucić emotkę z przymrzeniem oka, bo z modernizacją legnickiej stacji KD nie ma przecież nic wspólnego, a dworzec – jak obiecaliśmy – tak postawimy. W skali 1:40. Z klocków Lego. Budulec stanowi 45 tysięcy elementów, a makieta o wymiarach 2 x 3 metry stanie w holu legnickiego dworca w bezpiecznej, pancernej gablocie, dzięki czemu każdego dnia tę ciekawą budowlę będą mogli podziwiać wszyscy pasażerowie. Będzie to pierwsza taka atrakcja w kraju, zamówiona przez przewoźnika kolejowego. Żaden dworzec w Polsce nie ekspozuje bowiem podobnej makiety z Lego, chociaż swoich miniatur, znajdujących się w zbiorach prywatnych, doczekał się Gdańsk i Gdynia. Tutaj ukłony i podziękowania w stronę właściciela obiektu – PKP S.A. – gdzie trafiliśmy na dużą przychylność w realizacji tego pomysłu. A ten narodził się w Pradze, gdzie na dworcu głównym ekspozowana jest podobna makieta, będąca atrakcją dla podróżnych z całego świata. Wierście mi, budowla robi ogromna wrażenie, szczególnie na najmłodszych. W Legnicy – jak przypuszczam – będzie się cieszyć równie dużym zainteresowaniem.

Przy tej okazji kilka słów przypomnienia, dotyczących historii legnickiego dworca, który za 3 lata będzie obchodzić jubileusz 100-lecia istnienia. Właśnie w 1927 ukończono budowlę w kształcie do dziś znanym. Dworzec został oddany do użytku jeszcze zanim nastąpiło jego oficjalne otwarcie w 1929 roku, a było to związane z odbywającą się wystawą sztuki ogrodniczej i dolnośląskich rzemiosł „Deutsche Gartenbau und Schlesische Gewerbe Ausstellung” (w skrócie „Gugali”).

Wówczas świat nie znał jeszcze klocków, które Ole Kirk Christiansen wymyślił i opatentował w 1934 roku, czerpiąc nazwę od duńskiego zwrotu „leg godt”, czyli: „baw się dobrze”. Dziś bez Lego trudno sobie wyobrazić dorastanie jakiegokolwiek dziecka. Ba! Wielu miłośników budowania z dziecięcej pasji nie wyrasta nigdy i Lego towarzyszy im także w dorosłym życiu. Nazywani są „afolami” (adult fan of Lego), czyli dorosłymi fanami klocków Lego. A że z Lego jest trochę jak z pierogami, bo trudno znaleźć kogoś, kto ich nie uwielbia, proponuję połączyć obie te miłości. Zajadając ulubione pierogi w holu legnickiego dworca w barze z widokiem na... Lego. Smacznego zajadania i oglądania. Już niebawem.

Bartłomiej Rodak

Rzecznik Prasowy Kolei Dolnośląskich

REPORTAŻ

4 | Dzień z życia maszynisty

REGION

6 | Dolny Śląsk 2014 - 2024 – bilans ostatniej dekady

6 | Dolnośląski Fundusz Odrzański 2024

7 | 10 milionów złotych na ochronę zabytków na Dolnym Śląsku

SAMORZĄD

8 | Kolej jest wspólnym darem – rozmowa z Robertem Raczyńskim, prezydentem Lubina

ODKRYWAJ DOLNY ŚLĄSK

10 | Świeradów-Zdrój, wycieczka bez samochodu

WYWIAD MIESIĄCA

14 | Hania Rani – Muzyka żyje własnym życiem

MÓWI SIĘ

18 | Jesteś odkrywcą czy gawędziarzem? Nauka języka jak rozrywka

SMAKI DOLNEGO ŚLĄSKA

20 | Wiosna – ach to ty

SŁOWOKRESKA NA POGRANICZU

21 | Wdzięczne chwile

ZDOLNY ŚLĄSK

22 | Zawsze pier(w)si – rozmowa z Marzeną Michalec, czyli Kobieta w Biegu

PODRÓŻUJ Z KD

24 | Dolny Śląsk kobiecym okiem

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

27 | Niezłomni z Osobowic

ZDROWIE

28 | Choroba refluksowa. W MCZ wykonasz komplet badań

HISTORIA

30 | W kieracie Melpomeny, czyli o teatrach i teatrykach Związku Zawodowego Kolejarzy

KULTURA W REGIONIE

32 | Przegląd wydarzeń kulturalnych na Dolnym Śląsku

SPORT

34 | Wrocławianie mogą wystartować w Paryżu

35 | Sezon kolarski ruszy w Sobótce

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

www.kolejedolnoslaskie.pl

znajdź nasz profil w social media: [T](#) [F](#) [Y](#) [I](#) [G](#)

#MAGAZYNPOKLADOWY

WYDAWCA: Koleje Dolnośląskie SA, REALIZACJA: Biuro Prasowe Kolei Dolnośląskich

REDAKTOR NACZELNY: Przemek Corso, ZESPÓŁ REDAKCYJNY: Paweł Jantura,

Andrzej Padniewski, Bartłomiej Rodak

WSPÓŁPRACOWNICY: Justyna Butryń, Bartek Dziwak, Piotr Kruk, Břetislav Kovařík, Marlena

Kovařík, Marcin Kuc, Celina Marchewka, Honorata Rajca, Aleksandra Szumska, Marek Zak

ZDJĘCIA NA OKŁADCE: Jakub Stoszek

KONTAKT: ul. Kolejowa 2, 59-220 Legnica, biuro.prasowe@kolejedolnoslaskie.eu

DZIEŃ Z ŻYCIA MASZYNISTY

Wrocław Główny o trzeciej w nocy przywołuje wspomnienia wycieczek szkolnych na drugi kraniec Polski, które nierzadko zaczynały się o takich porach. Większość podróżnych śpi na schodach czy ławeczkach. Reszta orientuje się, że przyjazd ich pociągu się zbliża, więc ospale rusza na perony. Nocną zmianę zaczynają też maszyniści.

Łukasz Hawliczek jest zaskoczony, gdy umawiam się z nim na spędzenie całej służby. – Nie jestem medialny. Czemu ja? – dopytuje. Jak się z czasem okaże, głównie przez skromność. Pytania zadaje też w drodze z gniazda na grupę. Gniazda, a więc z pomieszczeń pracowników Kolei Dolnośląskich, które przy wrocławskim dworcu zlokalizowane są w gmachu Poczty Polskiej przy ul. Małachowskiego. Na grupę, a więc na tory postojowe, gdzie nocują pociągi.

To ślepy los zdecydował, że dzień spędzimy z Łukaszem. Gdy on sam się o tym dowiaduje, odrobinę się uspokaja.

– Dojechałem do pracy rowerem, tak jest najszybciej, szczególnie z powrotem – zaczyna opowiadać.

Z czasem pokaże nam, na czym polega codzienna praca maszynisty.

NIE MA DWÓCH TAKICH SAMYCH SŁUŻB

– Towarowe nie wchodziły w grę. Lubię jeździć, a nie stać – opowiada, gdy przeprowadzamy oględziny pojazdu. O trzeciej w nocy potrzebna jest do tego latarka. Gdy prawie dwie godziny później ruszymy do Trzebnicy o 4.33, wszystko musi być gotowe.

– W hybrydzie (pojazd dwutrakcyjny 36WEh – przyp. autora) łatwo jest przeprowadzić test hamulca, o tutaj, popatrz, pokazuje dwa prostokąty: jeden czerwony i jeden zielony, przy każdym z wózków pojazdu. Zaciągnięty hamulec – prostokąt staje się czerwony. Spuszczony – jest zielony. A że są dwa rodzaje hamulców, to i dwa prostokąty widzimy. – W innych typach pojazdów trzeba to robić, stukając metalem w metal. Po tonie dźwięku wiesz, czy hamulec działa.

Łukasz lubi hybrydę „pod kablem”. – Dziś mży, więc zobaczysz różnicę, jak ten pojazd się zbiera na silnikach spalinowych – zapewnia, gdy odpalamy oba silniki diesla.

Uzupełnienie papierów, kilkakrotne obejście pojazdu. Po nas pojazd obchodzi jeszcze rewident Kolei Dolnośląskich, który z Łukaszem ponownie sprawdza, czy wszystko działa. „Zahamuj... odhamuj...” – słyszymy przez radio. Po rewidencji



– jeszcze raz my, bo trzeba sprawdzić m.in. tablice informacyjne. Znów – papiery, bo w księdze pojazdu trzeba wszystko spisać.

Po czwartej jesteśmy gotowi. Test radia, kontakt z dyżurnym. „69945 gotowy do jazdy” – Łukasz się melduje. Kilka minut później niebieskie światło na semaforze manewrowym zmienia się na białe. Ruszamy na peron. – Teraz się zaczyna. Pamiętaj, nie ma dwóch jednakowych służb. Dlatego to jest fajna robota – mówi maszynista KD.

PANIE, PATRZ PAN! ZEGAREK MAM!

Pociąg ruszający o 4.45 budzi zainteresowanie nielicznych pasażerów. Raczej kończą, niż zaczynają dzień.

– Czemu maszynista? Rodzinna tradycja?

– Nie, tylko ja w rodzinie jestem zatrudniony na kolei. Pracowałem dla PKP Energetyka, zrobiłem uprawnienia maszynisty i jestem w KD już cztery lata.

Łukasz to ostoja spokoju, z uśmiechem podchodzi do pracy.

Tego dnia do wrocławskiego Psiego Pola ruch prowadzony jest po jednym torze. Pociąg z naprzeciwka – lekko opóźniony, więc na semaforze czerwone światło: sygnał „Stój!”.

– Widzisz, już ze dwie minuty złapiemy. A później podróżny potrafi wysiąść, podejść pod kabinę i pokazywać na zegarek. Jakby myślał, że mu na złość stanąłem przed stacją i nie chcę wjechać, by on się spóźnił na spotkanie – opowiada.

Przechodzimy na silnik spalinowy. Ruszamy w kierunku Trzebnicy. – Patrz, jak się zbiera przy mżawce, czujesz? – pyta. – Zupełnie inny pojazd.

Około 150 ton to nawet dla dwóch silników o mocy ponad 2000 koni mechanicznych nie lada zadanie przy rozpędzaniu. Docieramy do Trzebnicy. Szybka zmiana czoła i ruszamy w drugą stronę – w kierunku na Świdnicę.

DZIEWIĘĆ GODZIN KONCENTRACJI

Nikt z podróżnych tego dnia ostantacyjnie nie chwalił się na peronie swoim zegarkiem. Całą zmianę przejechaliśmy z odchyleniami, które – by odczuć – trzeba mieć rozkład uwzględniający sekundy.

W ciągu jednej służby przez tory licznie przebiegają różne zwierzęta. Raczej kilkanaście niż kilka saren. Kuropatwy. Kot. Króliki – te są najgorsze, bo myślą, że ucieczka środkiem torowiska zadziała. Orientują się w ostatnich chwilach, czmychają w bok.

Ludzie na torach?

– Najdziwniejszą historię miałem z parą, która przechodziła mostem kolejowym koło Mostów Warszawskich. Dają sygnał: „Bacność”, a ci ani się nie chowają, ani zbytnio nie przejmują. Stoją w najlepsze. Zdążyłem zatrzymać cały skład. I oni, widząc, że stoję, niewzruszeni ruszają torami dalej, w kierunku Karłowic. Przecież stanąłem, to co im się stanie? Dalej szli sobie w najlepsze za rękę.

A wypadki śmiertelne? Łukasz długo myśli. – Uniknąłem i niech tak zostanie. Współczuję kolegom i koleżankom, któ-



Około 119 ton to nawet dla dwóch silników o mocy ponad 1060 koni mechanicznych nie lada zadanie przy rozpędzaniu

rym się przytrafiły. Często zabierałem maszynę po wypadku i widziałem, jak to wygląda.

O wypadek prosi się kierowca auta na niestrzeżonym przejeździe. Z daleka widzimy, jak się zastanawia, czy jechać, ale jednak się nie decyduje. Staje tak, że znak stopu ma na wysokości bagażnika.

Łukasz hamuje. Zdążyliśmy zwolnić do jakichś 10 km/h. Sygnał „Bacność” w tonach wysokich i niskich podaje bez ustanku. Kierowca niewzruszony – mijamy go na centymetry. Na hałas reaguje gestem dłoni, który nie jest międzynarodowym znakiem pokoju.

– Nic nie rozumiał, i co z takim zrobisz? Facet myśli, że ja dla zabawy mu trąbię, na złość. Wszyscy dookoła źli, a on przecież grzecznie stał. Minął stop, o co nam chodzi? Zmieściliśmy się przecież – mówi maszynista.

To jedyny taki przypadek tego dnia – reszta kierowców wzdorowo czeka przed przejazdem. Nawet, gdy my stoimy w peronach, ani myślą ruszyć. Cierpliwie czekają.

Jest Świdnica. Zawracamy na Trzebnicę. I z powrotem – po kilkudziesięciominutowej przerwie – do Wrocławia Głównego. Tam koło południa Łukasz kończy służbę.

– Pod kładkę – podaje dyżurna ruchu na Wrocławiu Głównym miejsce, gdzie mamy przekazać pojazd kolejnemu maszyniście.

– To tam, gdzie startowaliśmy – mówi Łukasz.

Witamy się, przekazujemy papiery. – Teraz gdzie? – pyta kolega Łukasza, na co on odpowiada: – Kończymy.

Jutro ruszy znowu. – Dzwonili, czy znów przyszedłbym na rano, muszę oddzwonić – mówi, gdy się żegnają.

Łukasz jest jednym z ponad 200 maszynistów i maszynistek, które wożą was codziennie na szlakach Kolei Dolnośląskich. W 2023 roku przejechali oni łącznie 12 milionów kilometrów.

Andrzej Padniewski

Dolny Śląsk 2014–2024

– BILANS OSTATNIEJ DEKADY

Od 10 lat na czele samorządu naszego województwa stoi marszałek Cezary Przybylski. To najdłużej pełniący to stanowisko człowiek od czasu reformy samorządowej z 1999 roku. Średnio poprzednicy zajmowali je zaledwie dwa lata.

W czasie mijającej dekady na Dolnym Śląsku wydarzyło się wiele dobrego. Trwają ogromne inwestycje, a zadłużenie województwa w zakresie kredytów i pożyczek zmniejszono z 750 mln zł do zera. Był to czas, w którym jak w soczewce skupiły się największe sukcesy, ale i wyzwania.

–Z jednej strony dobrze wykorzystaliśmy ogromne fundusze unijne, które umożliwiły nam realizację tysięcy inwestycji tak potrzebnych w codziennym życiu mieszkańców Dolnego Śląska. Z drugiej zmagaliśmy się z trudnymi problemami związanymi z pandemią i wojną w Ukrainie, które mocno wpłynęły na nasze codzienne życie, ale też i na kondycję gospodarczą regionu. Jedno jest pewne, wszystkie te wyzwania utwierdziły mnie w przekonaniu, że największą wartością, jaką mamy, są mieszkańcy – Dolnoślązacy – mówi Cezary Przybylski, marszałek województwa dolnośląskiego.

Sukcesów w ostatniej dekadzie wyliczyć można wiele. Samorząd województwa zamknął poprzednią perspektywę unijną, wykorzystując wszystkie dostępne fundusze, a obecnie wynegocjował rekordową kwotę ponad 11 mld zł. Zyskał wsparcie rządowe w ramach programów Kolej+, budowy dróg, Polskiego Ładu i wielu innych. Ukończył, ale i wciąż prowadzi wiele inwestycji, wśród nich są: budowa Dolnośląskiego Centrum Sportu na Polanie Jakuszyckiej i budowa obwodnic Jeleniej Góry, Bolesławca, Dzierżoniowa czy Wrocławia. Ponadto buduje największy w historii regionu Szpital Onkologiczno-Pulmonologiczno-Hematologiczny i prowadzi niespotykany w skali kraju program rewitalizacji i przywracania nieczynnych linii kolejowych.

Celina Marchewka



W ciągu dziesięciu lat pełnienia funkcji marszałka województwa przez Cezarego Przybylskiego w regionie wiele się zmieniło na lepsze



Dolnośląski Fundusz Odrzański 2024

W ramach tegorocznej edycji programu gminy i organizacje pozarządowe będą miały do dyspozycji łącznie 2 mln zł na budowę lub modernizację małej infrastruktury turystycznej na Odrze oraz jej dopływach, a także na zakup sprzętu turystycznego, który umożliwi uprawianie turystyki wodnej na rzekach regionu.

W 2023 roku swoje projekty zrealizowało sześć gmin oraz dwanaście organizacji pozarządowych. Wśród nich Gmina Głogów zakupiła kajaki wraz z wyposażeniem do wypożyczalni sprzętu wodnego na Starym Mieście w Głogowie, Wrocławski Oddział PTTK zbudował pomost na wrocławskim odcinku Odry i wyposażył Wrocławski Klub Wodniacki „Wiadrus” w nowe kajaki, wiosła i kamizelki, Stowarzyszenie Zalew Prężyce po-



W naborach Dolnośląskiego Funduszu Odrzańskiego chętnie biorą udział gminy i organizacje pozarządowe, które mają wiele pomysłów na rozwój turystyki wodnej

FOTOGRAFIE: UMWID

stawiło pomost na Zalewie Prężyce, a wrocławskie Odra Centrum kupiło ekologiczne, elektryczne łodzie do organizacji zajęć turystycznych na Odrze. W tegorocznym konkursie nastąpiły drobne zmiany. Dotyczą obszaru realizacji inwestycji oraz rodzaju projektów, które można prowadzić z dofinansowaniem.

– Proponujemy organizacjom pozarządowym nie tylko zadania infrastrukturalne, ale również organizację wydarzeń z wykorzystaniem infrastruktury czy sprzętu, które zakupiono dzięki dofinansowaniom w dwóch poprzednich edycjach funduszu – w roku 2023 i 2018. Kolejna duża zmiana w tegorocznej edycji to obszar realizacji projektów – zachęcamy do działania wprost nad rzeką, do 600 m od jej brzegu i poza Odrą, dopuszczamy również dopływy Odry, a więc do konkursów będzie można zgłaszać projekty związane z takimi rzekami jak Bóbr, Nysa Kłodzka czy Barycz – informuje Krzysztof Maj, członek Zarządu Województwa Dolnośląskiego odpowiedzialny za turystykę. Należy pamiętać, że wszelkiego rodzaju inwestycje na rzece lub na jej brzegu wymagają dopełnienia formalności wynikających m.in. z prawa wodnego.

Celina Marchewka

10 milionów złotych NA OCHRONĘ ZABYTKÓW NA DOLNYM ŚLĄSKU

W tegorocznym budżecie Dolnego Śląska samorząd województwa przewidział aż 10 milionów złotych na ochronę zabytków. Pieniądze te zostaną przeznaczone na prace konserwatorskie, restauratorskie lub roboty budowlane. Nabór wniosków trwa.

Rocznie na ten cel udziela się około 100 – 150 dotacji. Ich beneficjentami są najważniejsze obiekty z listy UNESCO, pomniki historii, dolnośląskie twierdze, pałace, dwory, kościoły, a także budynki użyteczności publicznej: teatry, muzea, sanatoria, szpitale. Warunek stanowi wpis do rejestru zabytków i położenie na obszarze województwa dolnośląskiego.

– W tym roku z budżetu województwa na ochronę zabytków na Dolnym Śląsku przeznaczono rekordowe 10 milionów złotych. Warto wspomnieć, że w ostatnich latach kwoty przekazywane na ten cel systematycznie wzrastały – z 4,5 miliona złotych w roku 2020 do obecnej wysokości – mówi Tymoteusz Myrda, członek Zarządu Województwa Dolnośląskiego. Nasz region jest bogaty i różnorodny kulturowo. Znajduje się tutaj kilkaset zamków i pałaców, tajemnicze podziemia, zabytki techniki. To obiekty, które były świadkami dziejów Dolnego Śląska, zmian oraz nieustannego rozwoju techniki i architektury. Zabytki są wizytówką regionu rokrocznie odwiedzanego przez miliony turystów z Polski i świata.

Celina Marchewka



Z funduszu na ochronę zabytków przeprowadzono m.in. niezbędne prace w Twierdzy Srebrna Góra

KOLEJ JEST WSPÓLNYM DAREM

Rozmowa
z **Robertem Raczyńskim**,
prezydentem Lubina

Rozmawiała **Joanna Dziubek**

Z jednej strony nowa jakość kolei, z drugiej – nowa jakość pasażera. Pomędzy nimi są nowe technologie i zmieniające się potrzeby mieszkańców Dolnego Śląska. – Tłumaczę, że kolej jest naszym wspólnym wyzwaniem, ale też i wspólnym darem – mówi prezydent Lubina Robert Raczyński.

Zaczęliście od stworzenia dziesięć lat temu największej w Polsce bezpłatnej komunikacji autobusowej, dziś łączącej już kilka powiatów. Potem przyszła kolej na kolej. Od momentu, gdy w czerwcu 2019 roku pociągi pasażerskie wróciły do Lubina, do składów Kolei Dolnośląskich wsiadło tu 2,5 miliona mieszkańców. Robi to panu wrażenie ta liczba?

To mnie tylko utwierdza w przekonaniu, jak słuszne były decyzje, które podjęliśmy w 2006 roku – wtedy rozpoczęliśmy walkę o linię kolejową do Wrocławia. Wówczas mało kto wierzył, że kolej może mieć taką siłę oddziaływania. Byliśmy oswojeni z koleją brudną, wiecznie spóźnioną, nieciekawą, niebezpieczną... Ostatnie pięć lat pokazało, że mówimy o zupełnie nowym zjawisku. Możemy też być zaskoczeni nowym formatem pasażera. W kontekście kolei mówi się na ogół o jakości usługi wykonywanej przez przewoźników, a zapomina się, jak bardzo zmienił się właśnie pasażer. To nie jest ten typ sprzed dwudziestu laty, który dewastował pociągi – tego już nie ma. Proszę zwrócić uwagę, że z nowych wagonów dawno zniknęło graffiti będące symbolem tej niechlujności kolei. Dzisiaj jest odwrotnie – jesteśmy zaskoczeni, gdy gdzieś w wagonie jest brudno. W jedną i drugą stronę nastąpiła jakościowa rewolucja.

W siatce połączeń z Lubina zdecydowaną większość stanowią kursy KD. Jak ocenia pan poziom usług, które spółka oferuje pasażerom?

Trudno mieć jakiegokolwiek zarzuty, naprawdę – zarówno co do warunków podróży, jak i liczby połączeń. Jeśli dochodzi do opóźnień, to mamy świadomość, że wynika to niestety z charakteru linii – jeden tor powoduje, że pociągi, których jest coraz więcej, muszą na siebie czekać na stacjach. Nie możemy winić przewoźnika za to, jaką infrastrukturę ma do dyspozycji, bo to nie on za nią odpowiada.

W zeszłym roku do tych pociągów wsiadło blisko 700 tysięcy lubinian – ponad dwa razy więcej niż w roku 2020. Planowane przez was Centrum Przesiadkowe jest już zatem pilną potrzebą...

...i dlatego jest już budowane. Zakończyliśmy prace projektowe i pod koniec lutego ogłosiliśmy przetarg na wykonawstwo. Powstanie nowy budynek poczekalni, duże parkingi dla podróżnych, tunel i nowe drogi dojazdowe do stacji. Planując kilka lat temu tę inwestycję już wtedy przygotowywaliśmy się do tego, co nas czeka: nagłego wzrostu liczby osób wysiadają-

cych u nas z pociągu. Regionalne Centrum Sportowe sprawia, że Lubin i Wrocław to obecnie dwa wiodące ośrodki, w których organizowane są najważniejsze zawody, duże koncerty czy inne imprezy masowe. Za kilkanaście miesięcy uruchamiamy największy na Dolnym Śląsku ośrodek rekreacyjno-rehabilitacyjny, w związku z czym spodziewamy się dodatkowo co najmniej trzech tysięcy pasażerów dziennie.

Chcielibyśmy, żeby Centrum Przesiadkowe było gotowe w ciągu szesnastu miesięcy. Przebieg przetargu pokaże nam, czy rynek budowlany jest w stanie sprostać tym oczekiwaniom.

Czy to ta popularność kolei regionalnej sprawiła, że jako prezydent Lubina zdecydował się pan finansowo wesprzeć budowę Kolei Aglomeracyjnej Zagłębia Miedziowego (KAZM), nad którym pracuje teraz województwo dolnośląskie?

Lubin w większości finansuje projekt KAZM, bo zależy nam, żeby dojeżdżali do nas mieszkańcy nie tylko Legnicy czy Głogowa, ale też Polkowic, a dalej Jawora i Złotoryi – te miejscowości ma bowiem połączyć kolej aglomeracyjna. Wychodzimy z publicznymi usługami na zewnątrz, bo staliśmy się najszybciej rozwijającym się miastem w tej części Polski, więc ciąży na nas też obowiązek udostępnienia tej jakości życia także społecznościom spoza samego Lubina.

Jeden pociąg mieści tylu ludzi, co 15 autobusów lub 200 samochodów. Kolej oszczędza energię, miejsce na infrastrukturę i czas na podróż. Jak powinien być dalej rozwijany ten środek transportu w skali regionu i kraju?

Koleje Dolnośląskie rozpoczęły już podróże dalekobieżne, docierając do Świnoujścia. Mamy nadzieję, że spółka będzie takie połączenia rozwijać. Nowoczesny pociąg niezaprzeczalnie jest wygodniejszy, bezpieczniejszy i szybszy niż samochód, dlatego szczególnie mocno liczymy na połączenia z Warszawą. Dziś pół miliona ludzi z Zagłębia Miedziowego nie może sprawnie dotrzeć do stolicy pociągiem i tego nam brakuje.

A co z miejscowościami, do których z różnych względów nie da się doprowadzić torów?

Cóż, wójtowie gmin wiejskich i burmistrzowie małych miast powinni wreszcie zrozumieć, że muszą zapewnić lokalny transport – busami lub autobusami – do stacji kolejowych. A jeśli nawet mają tę kolej u siebie, to należy doprowadzić do stacji drogę, chodnik, zbudować parking... Wielu z nich nie zdaje sobie sprawy, że taka dziś jest potrzeba ich mieszkańców. Przekonują ich do tego, gdy spotykamy się na różnych konferencjach. Tłumaczę, że kolej jest naszym wspólnym wyzwaniem, ale też i wspólnym darem.

Myszę, że Lubin jest jednym z niewielu miast, które tak bardzo otworzyło się na ten środek transportu. W zasadzie bez kolei nie ma mowy o jego dalszym rozwoju.

Co pan osobiście najbardziej lubi w podróży pociągiem?

Patrząc przez okno. Ten szybko zmieniający się krajobraz jest najbardziej urokliwy i sentymentalny.

Dziękuję za rozmowę.



BARTEK DZIWAK
podróżnik, fotograf, autor
bloga bartekwpodrozy.pl

ŚWIERADÓW- -ZDRÓJ

Wycieczka bez samochodu

Po długiej, trwającej aż 27 lat przerwie, pod koniec 2023 r. do Świeradowa-Zdroju znowu dojechały pociągi – tym razem pod biało-żółtą banderą Kolei Dolnośląskich. Dzięki temu pojawiło się więcej możliwości dojazdu w Góry Izerskie i kilka ciekawych opcji na jednodniowe i weekendowe wycieczki w góry z różnych zakątków Dolnego Śląska. Nowe połączenie kolejowe pozwoliło też, aby Świeradów-Zdrój znowu znalazł się na liście ciekawych miast do zwiedzania bez konieczności jazdy samochodem.



#PO
DRO
ZUJ **KD**



FOT. BARTEK DZIWAŁEK

Na Świeradów-Zdrój warto spojrzeć z góry, np. z darmowej wieży widokowej na Młynicy



Klimat hali spacerowej w Pijalni Wód Mineralnych oddaje ducha uzdrowiskowych miejscowości Dolnego Śląska

FOTOGRAFIE: BARTEK OZIMAK

Odwzorowano na niej budynki dworcowe i charakterystyczne miejsca z okolicy miasta. Stacja Kultura działa też jako Punkt Informacji Turystycznej, który pomoże zaplanować dobry dzień w okolicy. Wychodząc z dworca, po lewej stronie znajdziesz pochodzący z 1918 r. parowóz Tp4-217, który do Świeradowa trafił już jako pomnik w 2019 r.

Czerwonym szlakiem dojdiesz spod dworca do ulicy Parkowej, która od północy zamyka pierwszą część świeradowskiego parku Zdrojowego. Skrzyżowanie Parkowej i Zdrojowej to centrum uzdrowiskowego życia miasta – Zdrojowa zamienia się tu w deptak z licznymi restauracjami, kawiarniami i sklepami z pamiątkami, a kilka kroków Parkową prowadzi do stojącej na wzniesieniu pijalni wód mineralnych. Wodna kuracja to obowiązkowa atrakcja Świeradowa, a powagi dodaje jej reprezentacyjne wnętrze hali spacerowej.

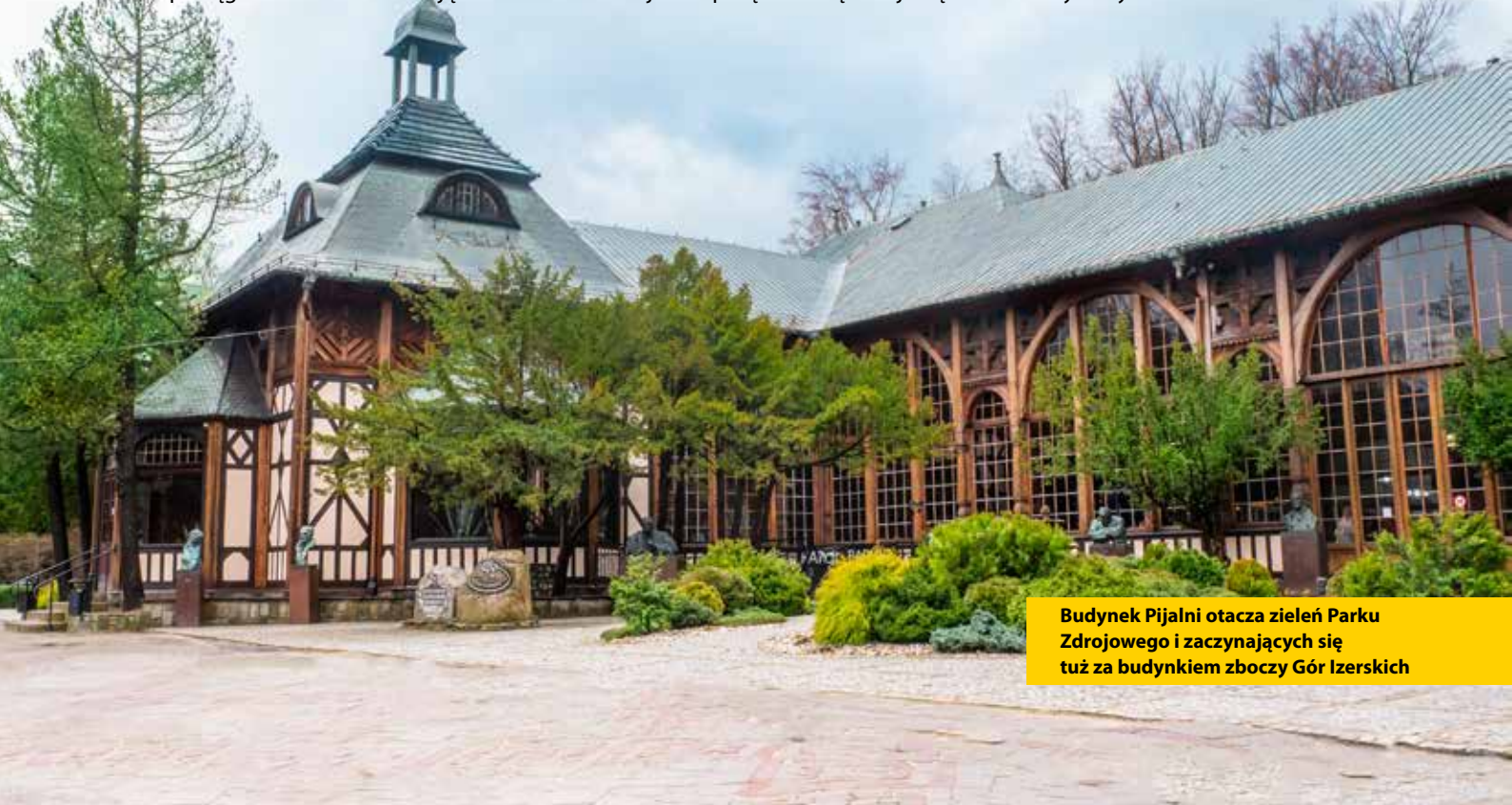
Jest ono urządzone w drewnie, a oświetla je ciąg wysokich okien, wzdłuż których rozstawiono stoliki dla kuracjuszy i klientów kawiarni. Belki drewna są rzeźbione, a sufit pokrywają wymalowane na drewnie roślinne motywy. Wnętrze jest bogate, ale jednocześnie nie razi nadmiarem dekoracji i przepychem, ma klasę. W kameralnej pijalni, którą łatwo przeoczyć, możesz kupić kubek leczniczej wody (płacąc kartą lub gotówką) i pamiątki z uzdrowiska: ozdobne pijałki, kosmetyki czy zdrowotne herbatki.

Świeradów-Zdrój to jedno z ważnych uzdrowisk w południowej części województwa. Leży u stóp Gór Izerskich i stanowi dobrą bazę wypadową do wędrówek, a zimą – do narciarstwa zjazdowego. Krótki spacer ze stacji kolejowej dzielić cię będzie od dzielnicy uzdrowiskowej z rozległym, zajmującym sporą część centrum parkiem Zdrojowym i reprezentacyjnym domem zdrojowym z pijalnią wód mineralnych. Nawet gdy od razu skierujesz się w góry, szlaki z dworca przeprowadzą cię przez tę część Świeradowa.

Połączenie z Wrocławia do Świeradowa wymaga jednej przesiadki, a najszybsze pociągi do miasta docierają w ok.

3,5 godziny. Ja dojechałem tu pierwszym połączeniem jeszcze przed 10:00, co daje sporo czasu na wyjście w góry i powrót do miasta na ostatni pociąg w kierunku Wrocławia. W okolicy przebiega sporo szlaków turystycznych – dobrych na jednodniowe wycieczki z różnym stopniem trudności. Pierwszy pobyt w Świeradowie polecam spędzić tak, by połączyć zwiedzanie najważniejszych części uzdrowiska z krótką wycieczką w góry.

Jeśli do miasta przyjedziesz pociągiem, zwiedzanie warto zacząć już od budynku dworca kolejowego. Działa w nim Stacja Kultury, w której bezpłatnie możesz obejrzeć sporą makietę kolejową.



Budynek Pijalni otacza zielen Parku Zdrojowego i zaczynających się tuż za budynkiem zboczy Gór Izerskich



Zanim ruszysz do centrum miasta, obejrzyj wystawę i makietę w budynku dworca kolejowego

W podziemiach pijalni wód mineralnych działa muzeum zdrojowe znane jako Muzeum Górnictwa Uzdrawiskowego. To ważny punkt zwiedzania, jeśli poza picciem wody zdrojowej masz też ochotę na poznanie historii jej wydobycia i tego, w jaki sposób Świeradów-Zdrój stawał się miejscowością uzdrawiskową. Zabudowania zdrojowe pochodzą głównie z XX w., ale o zdrowotnych właściwościach wody wiedziano już w XII w. W rozpropagowaniu lokalnych źródeł pomógł berliński lekarz Leonard Thurneysen, który opisał je po raz pierwszy w XVI w. Po zwiedzaniu i wodnych kuracjach w domu zdrojowym możesz albo ruszyć w góry, albo poświęcić resztę dnia na głębsze poznanie samego Świeradowa. Miłośnikom wędrowek polecam klasyczną trasę, od której warto zacząć przygodę z Górami Izerskimi. Prowadzącym obok domu zdrojowego czerwonym szlakiem dojdiesz w około



dwie godziny do Schroniska na Stogu Izerskim (4,5 km). Stąd możesz wejść na Stóg Izerski i do miasta wrócić tą samą drogą (łącznie) albo zrobić pętlę zielonym i czarnym szlakiem (łącznie 12 km, 4 godziny).

Do pokonania jest ponad 500 metrów różnicy wysokości między parkiem Zdrojowym a Stogiem Izerskim, więc trasa fragmentami może wymagać nieco kondycji. Schodząc do Świeradowa czarnym szlakiem, polecam jeszcze zboczyć z niego na wysokości ul. Strażackiej i wejść na zbudowaną niedawno wieżę widokową Młynica. Wstęp na górę jest darmowy, a z platformy widokowej rozpościera się rozległy widok na miasto i górską okolicę. Dochodząc do centrum Świeradowa, miniesz jeszcze dolną stację kolei gondolowej Ski & Sun, którą możesz wjechać na Stóg Izerski, jeśli nie masz dużej ochoty na wędrowkę. Świeradów-Zdrój możesz też odwiedzić, mając za cel sprawdzenie lokalnych singletracków i tras przygotowanych z myślą o rowerach górskich MTB. Wzgórza na północ od centrum miasta, m.in. Smolak, Świeradówka

i Tarczowa, są poprzecinane jednokierunkowymi trasami dla miłośników górskich zjazdów. Z rowerem możesz przyjechać do Świeradowa pociągiem, np. kupując Dolnośląski Bilet Weekendowy i dokupując do niego ryczałtowy bilet na przewóz roweru.

Moje serce cieszy się za każdym razem, gdy na mapę kolejowych połączeń wraca kolejna polska miejscowość. Radość jest tym większa, że tym razem jest to Świeradów-Zdrój, atrakcyjna turystycznie miejscowość, do której będzie można wracać wielokrotnie bez samochodu. Wędrowki, rowery, lecznicze wody, ładna architektura, wieże widokowe... W Świeradowie jest co robić.

Bartek Dziwak



Dojeżdż do ŚWIERADOWA-ZDROJU Kolejami Dolnośląskimi:

z WROCŁAWIA GŁ. 🕒 3 h 17 min





HANIA RANI

(ur. 5 września 1990 r. w Gdańsku)

- wielokrotnie nagradzana
polska pianistka, kompozytorka
i wokalistka

MUZYKA

**ŻYJE
WŁASNYM
ŻYCIEM**

Rozmawia Przemek Corso

Jakie jest twoje pierwsze wyraźne wspomnienie związane z muzyką?

Podróż z tatą samochodem i słuchanie płyt. To był prawdziwy miks gatunków i artystów - od Pink Floyd przez Haendla do Marka Grechuty. Tam było naprawdę wszystko, często rzeczy pozornie kompletnie do siebie niepasujące, ale jednocześnie z perspektywy czasu tworzące jakąś niesamowicie ciekawą opowieść.

Weszło ci w krew!

Nie myślałam o tym w ten sposób (śmiech)... ale chyba rzeczywiście masz rację.

Tvoja muzyka cały czas ewoluuje. Łączysz gatunki i eksperymentujesz – od muzyki klasycznej przez jazz aż po elektronikę. Co ciekawe, chociaż jesteś jedną z najbardziej znanych polskich pianistek i kompozytorek, bardziej znają cię za granicą niż w kraju. To fascynujące.

Wydaje mi się, że aby stać się naprawdę rozpoznawalną osobą w Polsce, trzeba pójść niestety na pewien kompromis i brać udział w projektach bardziej komercyjnych czy reklamowych, a to byłoby wbrew moim wartościom. Nie mam ambicji, żeby być sławną, bardziej fascynuje mnie tworzenie muzyki, która mnie interesuje, w sprzyjających warunkach. Mam wrażenie, że ludzie, którzy trafiają na moją muzykę i postanawiają z nią zostać, godzą się na pewien eksperyment i są gotowi wybrać się ze mną w jakąś podróż. Szczególnie w Polsce widać zróżnicowanie słuchaczy, bo na moje koncerty przychodzą czasami ludzie, którzy słuchają metalu albo bardzo ciężkich brzmień, a mimo to trafia do nich to, co robię. Myślę, że moich odbiorców cechuje duża otwartość... i jeżeli miałabym trafić do większego grona słuchaczy, to na pewno nie wbrew moim przekonaniom.

Miałem na myśli, że jako artystka jesteś bardziej zagraniczna.

Tak myślisz?

Komunikujesz się z fanami po angielsku, grasz z zagranicznymi muzykami. Jesteś nasza, ale jednak bardziej światowa, grasz zagraniczne trasy. A co do skali, bądźmy szczerzy, nawet legendarny reżyser Hideo Kojima wrzucił na Instagrama informacje o Hani Rani. A to człowiek współpracujący z największymi gwiazdami na świecie.

Teraz rozumiem (śmiech). Po tej publikacji wiele osób się do mnie odezwało. Miałam już w życiu kilka takich momentów, że nagle pojawiał się napływ nowych odbiorców. Za każdym razem to był zastrzyk szczęścia i motywacja do dalszej pracy, że ktoś tam mnie wynalazł. Pamiętam, był też taki moment w czasie pandemii, kiedy odbywała się premiera mojej drugiej płyty i trudno było cokolwiek promować. Wtedy zainteresowało się mną BBC, proponując, że zrobi o mnie materiał. Formuła była bardzo ciekawa, zamiast normalnego wywiadu ze mną, prowadzący postanowił przeprowadzić prawdziwe śledztwo – przepytował moich bliskich znajomych, rodzinę i współpracowników, aby dowiedzieć się, kim jest ta „tajemni-

cza” dziewczyna z Europy Wschodniej, która stoi za jego ulubionymi nagraniami.

To właśnie miałem na myśli!

Trochę to było prawdą, że jestem taką dziewczyną znikąd. Po prostu się pojawiłam i nagle mam mieć całe 45 minut w programie BBC. I pamiętam, że bardzo dużo ludzi słuchało tego programu, bo nikt nie miał wtedy nic innego do roboty. Wszyscy siedzieli w domach podczas kwarantanny.

To był jeden z tych rozbłysków?

Tak. I takich momentów było kilka, na przykład związanych z udostępnionymi przeze mnie live sesjami. Jedną z nich nagraliśmy w Polskim Radiu, w studiu S2. Dzisiaj to video ma już 6,5 miliona wyświetleń. Jak na moją muzykę, to dużo.

To jest w ogóle jak na muzykę bardzo dużo.

I takie rzeczy trafiają czasami w niewytłumaczalny sposób do mnóstwa ludzi, również moich idoli. Później miałam przyjemność ich spotkać i mówili, że obojętni, więc to musiało zatoczyć spore kręgi. To zaskakujące i nobilitujące.

Jesteś laureatką Paszportów Polityki, w tym roku odebrałaś nagrodę. Otrzymałaś też wiele Fryderyków za dokonania muzyczne. Która z tych nagród była dla Ciebie najważniejsza?

Myślę, że te po pierwszym albumie. To był taki gigantyczny strzał. Wydawało mi się wtedy, że byłam nawet bardziej znana w środowisku muzycznym niż wśród publiczności, i przypuszczam, że ludzie z mojego środowiska fascynowali się faktem, że miałam odwagę poprowadzić karierę w inny sposób niż większość polskich artystów – zaważać o wydanie w zagranicznej wytwórni, trasę po Europie i trzymanie się swoich artystycznych wyborów. Fryderyki mnie zaskoczyły. Nominacje były już genialną rzeczą, ale otrzymanie czterech? Pierwsza gala Fryderyków w życiu, pierwsze nominacje i od razu nagrody. Myślę też, że ta ostatnia nagroda jest równie ważna. Paszport Polityki. Byłam nominowana w 2019 za album „Esja”. Teraz kiedy w końcu ją dostałam, jestem już po trzech albumach i po skomponowaniu ścieżek do kilku filmów. Naprawdę bardzo mnie to ucieszyło i wzruszyło.

Który etap pracy nad muzyką jest dla Ciebie najbardziej, nie wiem, wdzięczny w tym momencie? Czy to praca w studiu, czy jednak trasy koncertowe, czy spotkania ze słuchaczami?

Sama kreacja jest świetna, granie koncertów również. Choć to pierwsze wiąże się często, jeżeli chodzi o komponowanie, z blokadą twórczą albo z...

Tak?

To po prostu trudny proces i tak myślę też o produkcji. Uwielbiam to, ale przedzieranie się przez ogromną ilość materiału – będąc szczerą – to godziny spędzone w samotności przed ekranem. I nie zrozum mnie źle, ja to lubię, ale bywa to bardzo pracochłonne i czasami spędzam przy tym całe dni

i czuję to w swoim ciele; po prostu, że to jest ciężka robota. To jest też proces bardzo indywidualny i czasami nawet nie mam czasu, żeby komuś to wytłumaczyć albo podzielić się tym swoim cierpieniem.

Ładnie to ujęłaś.

Tak (śmiech). A koncerty? Najtrudniejszy jest początek trasy i przygotowanie nowego repertuaru. Zawsze mnie to stresuje. Podczas pierwszego tygodnia każdej trasy jestem jak na szpilkach. Na szczęście, kiedy program zaczyna się naturalnie układać, pojawia się wielka przyjemność. Tym bardziej że mam teraz też świetny zespół ludzi, z którym współpracuję, i dzięki temu nawet najbardziej stresujące sytuacje wydają się do zniesienia. Ale samo przygotowanie...

Rozumiem.

Próby są zawsze ciężkie, wymagające i bardzo stresujące, powiedziałabym, że wiele rzeczy rodzi się w bólach.

Podoba mi się, że ten swój akt twórczy porównałaś do cierpienia.

Trochę tak, szczególnie jeżeli człowiek chce się zmieniać. Wtedy cały czas trzeba stawiać sobie nowe pytania i szukać nowych odpowiedzi. Myślę, że to wymaga po prostu dużo energii i wysiłku. Codzienne wizyty w studiu, próbowanie, uczenie się nowych instrumentów i godziny analitycznego słuchania. Tak to wygląda, to proces. Warto pamiętać, że jest dużo takich dni, kiedy nic świetnego nie powstaje. Trzeba to zrozumieć i zaakceptować.

Wierzysz w wene?

Tak i nie. Wena u mnie się pojawia, jak jestem już w tej muzyce głębiej, kiedy jestem już rozgrzana.

Rozgrzana? Jak silnik?

Tak. Kiedy pracuję kilka dni i jestem właśnie w takim twórczym poruszeniu, wtedy pojawia się u mnie taki stan ośmieszenia – być może to właśnie jest wena. Sięgam wtedy po coś nowego, mam otwarty umysł. Inspiracja to jest dla mnie taka otwartość głowy na wszystko, co się dzieje dookoła. Tworzenie muzyki to dla mnie bardzo fizyczny proces. Czasami porównuję to do jakiegoś impulsu energetycznego.

Ciekawe spostrzeżenie.

Grając, dosłownie dostajemy energię zwrotną od instrumentu, no bo dźwięk jest energią w takim czysto fizycznym sensie.

Porozmawiajmy o duchach, a dokładnie o twojej najnowszej płycie „Ghosts”. Trafiała na rynek pod koniec zeszłego roku i zastanawiam się, jak wyglądała droga do jej powstania.

„Ghosts” to kompilacja różnych pomysłów i motywów. Po zebraniu wielu szkiców, fizycznie przysiadłam do niej na początku 2022. Pracowałam w studiu nagraniowym w górach szwajcarskich, przerobionym ze starego sanatorium. W na-

prawdę odległym i stosunkowo ponurym miejscu. Warto dodać, że to zdecydowanie nie było miejsce, które jest cały czas w słońcu, że to nie była klisza szwajcarskich gór, tylko miejsce z historią – czasami niełatwą. W tym niezwykle atmosferycznym i odosobnionym punkcie powstała właśnie spora część mojej najnowszej płyty i również tematy, które przychodziły mi do głowy, w dużej mierze miały swoje źródło w otaczającej mnie rzeczywistości. Stąd właśnie te duchy.

W jakim sensie?

Nie dosłownym. W moim rozumieniu duchy to... pamięć. To wszystko, co było przed nami i co z nami nadal jest. Każde miejsce, do którego przyjeżdżam, ma pewną historię, smak, zapach, pewną namacalną obecność. To stare sanatorium aż wibrowało historiami, które w kontraście do ukrytej lokalizacji i otaczającej je ciszy tworzyły jakąś fascynującą mieszankę energetyczną. Czułam, że pomimo nowej funkcji duch tego miejsca jest nadal niezwykle żywy.

Nawet sam wygląd prowokował do snucia historii – w wielu pomieszczeniach nadal można było odnaleźć powidoki starego uzdrowiska – kafelki, wielkie wanny, ukryte przejścia i kręcone schody. W Polsce też mamy jeszcze kilka takich starych budynków, więc ten widok nie był dla mnie do końca egzotyczny. Raczej dziwnie znajomy. Nawet z książek Olgi Tokarczuk.

I we mnie również zaczęły się formułować podobne historie. Marzyłam, żeby ta płyta była nie tylko moimi opowieściami - i w tym miejscu pojawiła się ku temu wspaniała okazja. Postanowiłam opowiadać zasłyszane historie albo historie opowiedziane ustami wyimaginowanych postaci. Taki fantastyczny sposób wydawał mi się najbardziej stosowny do przypatrywania się tematom skrajnie realnym - cienkiej granicy pomiędzy życiem a śmiercią, dojrzwaniu, starzeniu się, stracie.

Duchy nie tylko scaliły te tematy w jedną przestrzeń, ale dodały też animuszu dźwiękom. Ponieważ świat spirytualistyczny nie ma żadnych granic, więc i taki cel przyświecał mi przy produkcji i miksowaniu tej płyty. Duchy okazały się też wspaniałym kluczem do moich słuchaczy. Jest to temat niezwykle żywy w każdej kulturze i każdy inaczej go interpretuje.

Muzyka jako międzynarodowy język, a do tego temat, z którym każdy może się utożsamić?

Tak. Moim zdaniem to otwiera drogę do trudnych tematów. W momencie, kiedy zabierałam się do albumu, wybuchła wojna na Ukrainie, w wielu innych miejscach trwały i trwają inne konflikty, które możemy obserwować naprawdę z bliska dzięki social mediom, naszym telefonom. Nie mogę ukrywać, że to wszystko mnie jakoś dotyka, że zaczynam się przyglądać sprawom ostatecznym. Że trywialność wydaje się czymś nieodpowiednim. Czułam się na siłach by opowiadać o rzeczach, które rzeczywiście mnie poruszają, bołą, przerażają, o świadomości pewnego końca, rozumieniu straty.

To bardzo osobiste historie, ale opakowane w formę, z którą każdy może się utożsamić. Lubię do tych swoich solowych

płyt przyglądać się właśnie takim tematom, które są swego rodzaju otwieraczami. Każdy może w tych opowieściach znaleźć coś znajomego i później zinterpretować na swój własny sposób. Każda płyta jest ekstremalnie personalnym dziełem, ale później staje się też częścią innych istnień, cudzych przemyśleń. I to jest wspaniałe, że się przenikamy. Że muzyka wypuszczona w świat żyje własnym życiem i przyciąga do siebie nieznajomych ludzi.

A co z doбором gości do albumu? Masz niesamowitych współpracowników, ale ja nie potrafię poprawnie wypowiedzieć nazwiska żadnego z nich.

Patrick Watson? Łatwo się wymawia.

No dobra, to jeden. A pozostali?

Rozumiem (śmiej). To są artyści, których niesamowicie cenię i którzy są w moim życiu. Uznałam, że to dla mnie ważne, bo widzisz, ja nigdy wcześniej nie zapraszałam żadnych gości na płytę, więc chciałam, żeby ci goście, którzy pojawią się w albumie, wiedzieli, kim jestem, jaką muzykę robię, żeby czuli się naturalnie w tym środowisku. Nie znoszę niezręczności, więc trudno byłoby mi napisać do kogoś, kogo nie znam. Chciałam, żeby wydarzyło się to naturalnie.

Olafur Arnalds to jest islandzki artysta, który mocno wspierał mnie na początku kariery i który też jest w zasadzie prekursorem tego gatunku modern classic, który ja po części uprawiam czy uprawiałam. Duncan Bellamy to perkusista chyba mojego ulubionego zespołu – Portico Quartet, którego fanką jestem od 2009 roku. No i Patrick Watson, kanadyjski singer-songwriter, którego twórczość uwielbiam i która miała wielki wpływ na moje rozumienie muzyki.

Niesamowite.

Tak i oni się wszyscy zgodzili i tak przepięknie dodali od siebie tyle wspaniałej muzyki. Ta płyta nabrała absolutnie innego kształtu, mając ich na swoim pokładzie. Liczyłam, że każdy z nich podejdzie do tematu po swojemu, że nie będą się do mnie dopasowywać. I rzeczywiście, tak jak sobie wymarzyłam, każdy z tych gości dodał od siebie coś zupełnie innego. I myślę, że to się udało.

Czy pracujesz już nad nową płytą? Czy na razie wzięłaś sobie emocjonalną przerwę?

Nie (śmiej), cały czas komponuję. Czasami składa się to w nową płytę, czasami w coś innego. Skomponowałam dużo nowych rzeczy. Nie wiem, czy to będzie moja solowa płyta. Mam kilka pomysłów, każdy skrajnie inny. W studio mam ten luksus, że mogę tworzyć symultanicznie kilka kompozycji, wszystko powstaje w bardzo spontaniczny sposób, czasami jeden utwór pisany z myślą o filmie inspirowane jakiś zupełnie inny. Robię, działam, komponuję. Czasami nie mogę wytrzymać z zachowaniem nowości dla siebie, dlatego już wykonuję kilka nowych kompozycji podczas mojej trasy.

Ostatnie pytanie.

Proszę.



FOT. JAKUB STUSZEK



Posłuchaj:

Co ci obecnie najbardziej cieszy? Co ci daje największą radość?

Nie spodziewałam się...

Jak chcesz, możesz powiedzieć muzyka i przyjmę tę odpowiedź. Będzie uczciwa.

Wchodzenie z ludźmi w głębsze relacje i rozmowy. Przed wszystkim rozmowy i...

Tak?

Nauka języka obcego. Naprawdę. Uprzedzając fakty, to nie jest japoński ani nic mocno skomplikowanego. To po prostu angielski, ale próbuję go doszlifować do perfekcji. Poprzez to wkręcałam się w kulturę angielską. W ich literaturę, pisarzy, filmy. To jest moja mała pasja. Największą radość obecnie daje mi chodzenie na lekcje angielskiego. Dużo czytam, dużo piszę. Wiesz, korzystam z języka angielskiego od lat, ale nigdy się tak mocno nie wkręcałam w kulturę jakiegoś kraju. To dla mnie coś nowego. Bardzo mnie cieszy i jeżeli uda mi się jakieś nowe słowo wykorzystać w rozmowie, to w mojej wyobraźni nad moją głową pojawia się taki dymek: właśnie zdobyłaś punkt.

Dziękuję za rozmowę.



PIOTR KRUK

poliglota, autor książek,
praktyk międzynarodowego
biznesu, piotrkruk.pl

Jesteś odkrywcą
czy gawędziarzem?

NAUKA JĘZYKA JAK ROZRYWKA



Profesor psychiatrii na Uniwersytecie Kalifornijskim w San Diego doktor Stuart Brown spędził większość kariery na badaniu psychologii zabawy. Jako psycholog kliniczny zaczął badać korzyści płynące z zabawy, obserwując swoich pacjentów, ale również rozmawiając z tysiącami osób z różnych środowisk – od artystów przez kierowców ciężarówek aż po laureatów Nagrody Nobla – na temat tego, co oznacza dla nich zabawa. W trakcie tych wywiadów odkrył, że większość z nas da się przypisać do jednej lub dwóch osobowości zabawy. A to z kolei uwalnia w nas zmysł przygody i pozwala lepiej zapamiętywać to, czego się uczymy. Ma również wpływ na naszą chęć do nauki języków obcych.

W artykule postanowiłem przedstawić wam każdą z ośmiu osobowości, a następnie przypisać do nich właściwe metody nauki, które mogą sprawić, że każdy znajdzie coś dla siebie. A przynajmniej zrozumie, co najbardziej do niego pasuje.

KOLEKCJONER – lubi zbierać i organizować, czerpiąc radość z takich zajęć jak poszukiwanie rzadkich roślin, przeglądanie archiwów czy aktywność na wyprzedażach.

ZAWODNIK – czerpie przyjemność z gier i sportów, starając się grać jak najlepiej i próbując wygrać. Lubi rywalizację i stara się być w tym najlepszy.

ODKRYWCA – lubi wędrować, odkrywając nowe miejsca i rzeczy, których jeszcze nie widział. Uwielbia wędrowki, wycieczki samochodowe i inne przygody.

TWÓRCA – znajduje radość w tworzeniu rzeczy i każdego dnia może spędzać godziny, rysując, malując, tworząc muzykę albo zajmując się ogrodem.

GAWĘDZIARZ – ma żywą wyobraźnię i używa jej do zabawiania innych. Szuka zajęcia w takich aktywnościach jak pisanie, taniec czy teatr.

DOWCIPNIŚ – stara się rozśmieszyć innych, chętnie gra w stand-upach, lubi improwację i dużo psikusów. Wszystko ku uciesze innych.

REŻYSER – lubi planować, organizować i dyrygować innymi. Może również wpasować się w wiele różnych ról i działań, od reżyserowania przedstawień teatralnych przez zarządzanie firmą po pracę w obszarze polityki lub działalność społeczną.

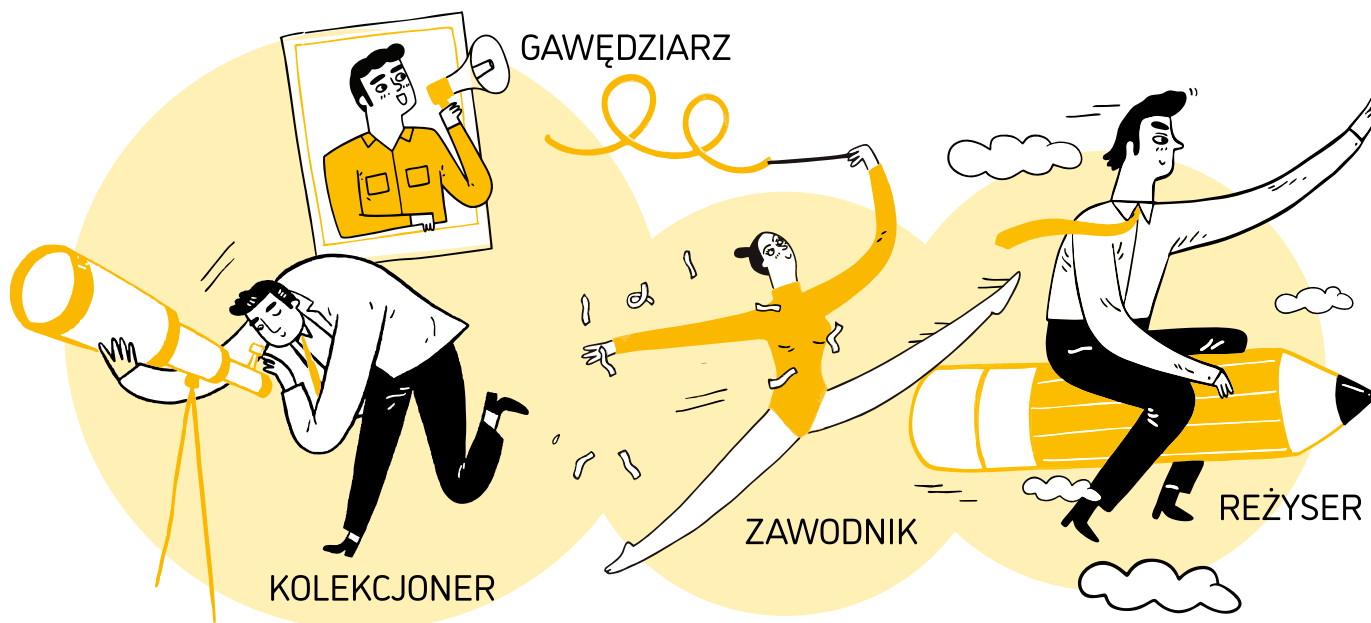
KINESTETA – znajduje radość w aktywnościach fizycznych, takich jak akrobatyka, gimnastyka i bieganie. Lubi uczyć się poprzez działanie.

Każdego z nas da się przypisać do jednej lub nawet dwóch z powyższych osobowości zabawy. A to z kolei odkrywa przed nami wiedzę, jakie metody nauki języków sprawiają nam największą przyjemność:

docelowym. Bardzo cieszy je uczestnictwo w grupach wymiany językowej, gdzie mogą opowiadać coś innym w języku obcym.

DOWCIPNIŚ: Osoby te mogą czerpać radość z nauki języka poprzez zabawne i interaktywne metody, takie jak gry językowe, łamańce językowe czy dowcipy w języku docelowym. Chętnie wprowadzają do nauki humor poprzez skecze komediowe, występy stand-upowe lub improwizowane rozmowy.

REŻYSER: Osoby te lubią przejmować kontrolę nad procesem nauki i ustalać konkretne cele. Mogą czerpać przyjem-



KOLEKCJONER: Osoby o tej osobowości mogą czerpać przyjemność z nauki języka poprzez zbieranie i organizowanie słów oraz zwrotów w odpowiedni dla siebie sposób. Mogą preferować strukturalne metody nauki, takie jak fiszki lub aplikacje językowe, które pozwalają skutecznie zbierać i organizować wszystkie potrzebne informacje.

ZAWODNIK: Osoby te mogą czerpać radość z nauki języka poprzez platformy z elementami gier lub konkursy językowe, gdzie mogą śledzić swój postęp, rywalizować z innymi i zdobywać nagrody za osiągnięcie kolejnych etapów lub poziomów biegłości.

ODKRYWCA: Osoby o tej osobowości preferują poznawanie języka poprzez pełne zagłębienie się w nim lub podróże do krajów, gdzie język ten jest używany. Mogą czerpać przyjemność poprzez praktyczne doświadczenia, takie jak interakcje z native speakerami czy poznawanie lokalnych tradycji.

TWÓRCA: Osoby kreatywne mogą czerpać radość z nauki języka poprzez wyrażanie się twórczo, pisząc opowiadania lub wiersze w języku docelowym, komponując piosenki lub wykorzystując podcasty albo filmy.

GAWĘDZIARZ: Osoby o tej osobowości mogą korzystać z narracyjnych metod nauki języka, takich jak czytanie książek, oglądanie filmów lub słuchanie audiobooków w języku

ność z kursów językowych z dobrze zdefiniowanym programem nauczania lub spersonalizowanych planów nauki dostosowanych do ich indywidualnych potrzeb.

KINESTETA: Osoby te lubią aktywność fizyczną, mogą preferować metody nauki języka, które obejmują ruch i praktyczne doświadczenia, takie jak programy z interaktywnymi zajęciami, naukę języka poprzez taniec, warsztaty teatralne albo aktywności na świeżym powietrzu.

Ciekawe w odkrytych przeze mnie badaniach było to, że za skutecznym odtworzeniem wiedzy z pamięci i radością uczenia się stała dopamina, czyli rodzaj chemicznego związku w mózgu. Ponieważ pytania i fakty związane z nimi były ciekawe, pojawiała się przyjemność porównywalna do tej, którą odczuwamy, jedząc smaczne jedzenie lub wygrywając w jakąś grę.

Dopasowanie nauki języka do właściwej osobowości staje się zatem jedną z najskuteczniejszych strategii, kiedy pragniemy zadbać o radość płynącą z nauki języka i kiedy chcemy być w tym konsekwentni. W końcu nikt nigdy nie zmuszał nas do oglądania kolejnych odcinków seriali czy grania w ulubioną grę.

Którą osobowością jesteście wy?

Piotr Kruk

**MARCIN KUC**

dziennikarz kulinarny,
gospodarz radiowej
audycji „Jaja w kuchni”

WIOSNA -- ACH TO TY



Od kilku dni, gdy wiosna przebija się przez szare chmury, chodzę szczęśliwy, pogwizduję i robię się głodny. Oczywiście na nowalijki trzeba jeszcze poczekać. Możemy jednak zrobić falstart, rzucając się na importowane młode ziemniaki z Cypru czy meksykańskie szparagi. Będzie drogo, nie tak smacznie, ale... przyjemnie. Oto kilka pomysłów na sezonowe dania wiosny.



Risotto ze szparagami

Podczas obierania szparagów pozbywamy się grubych końcówek. Wykorzystaj je przy gotowaniu warzywnego bulionu. Dodaj do niego „dupkę” parmezanu i pomidory. Upraż ryż wialone nano lub arborio na patelni, dodaj kieliszek białego wina, odparuj i dorzuć poszatkowane drobno szalotkę i czosnek, pokrojone szparagi oraz związany sznureczkiem tymianek. Podlewaj bulionem, powoli mieszając, wykończ masłem i parmezanem. Pisząc o tym daniu, nie mogę się go doczekać. Takie risotto łączy się doskonale z winami z dolnośląskich winnic! Zatem nawet jeśli oszukamy szparagami z Meksyku, nie będzie wstydu.

Nowalijkowy cesar

Uważam sałatkę cesar za niesałatkę ze względu na zaskakująco niewielką liczbę warzyw w niej użytych. Dlatego też bardzo często rozszerzam przepis, a najprzyjemniej jest rozszerzyć go o nowalijki. Zapewne robię tę sałatkę inaczej niż każe pismo, ale zupełnie się tym nie przejmuję. Zaczynam od sosu. W słoiku łąduje żółtko, dwa upieczone ząbki czosnku, trzy fileciki anchois, łyżka musztardy, łyżka soku z cytryny, garść startego parmezanu i sporo neutralnego oleju. Następnie wjeżdżam we wszystko końcówką blendera. Gdy powstanie sos, warto go spróbować przed doprawieniem. Bosko smakujące fileciki sardeli są pieruńsko słone.

Pierś kurczaka do smażenia bez panierki zawsze powinna być wycięta ze skórą. Najlepiej posolić i wstawić na noc bez przykrycia do lodówki. Zabieg ten wyciąga niepotrzebną wodę. Następnie mięso należy osuszyć ręcznikiem papierowym i położyć skórą do dołu na... zimnej patelni. Teraz, poprzez delikatne dodawanie mocy, wytapiamy ze skóry tłuszcz, na którym mięso się smaży. Lubię też wstawić patelnię do piekarnika pełnego pary i dokończyć piec w nim mięso. Jeśli nie macie parowego piekarnika, patelni, która przeżyje takie wyczyny, albo czasu, wlejcie pół kielisz-

ka białego wina na patelnię i przykrycie ją pokrywką. Pod koniec dodajcie kilka młodych marchewek. Pozwólcie mięsu odpocząć po smażeniu około pięciu minut.

Następnie przechodzimy do umytych rzodkiewek, sałaty, ogórków, dymki i lekko rumianych marchewek. Należy je dobrze wymieszać z sosem. Polewanie sałatki sosem na końcu uważam za potężny błąd.

W miseczce układamy warzywa z sosem, pokrojonego kurczaka, grzanki i mnóstwo parmezanu. Do tego dekoracja z czarnego pieprzu i kilku filecików anchois i możemy udawać, że danie to jest fit.

Młode ziemniaczki, fasolka i jajeczko

Nie cierpię zdrobnień, jednak ciężko jest obok takiego cudu przejść obojętnie! Nawet jeśli oszukujemy, kupując ziemniaczki z Cypru. Należy je umyć, nie obierać, ugotować w mocno osolonej wodzie i pozwolić im odparować. Lubię je lekko zgnieść, polać oliwą i wstawić do piekarnika pod grill.

Fasolkę szparagową pozbawiamy zgrubiałego końca i gotujemy w osolonej wodzie, następnie łączymy ze zrumienioną na maśle bułką tartą. Świetnie sprawdzi się tu również panko. Mieszanie, podobnie jak w wypadku sosu do cesara, polecam zrobić przed podaniem. Każda fasolka pokryje się smakiem równomiernie.

Jajeczko smażone na smalcu z mangelicy to moja miłość, ale jeśli ma być wege, pójdźmy w maselko (a jakże!).

Miseczka ziemniaków udekorowanych koperkiem i czarnym pieprzem, fasolka z panko i jajko sadzone. Do tego śmietana i chrupiące rzodkiewki...

Wiosna – ach to ty?

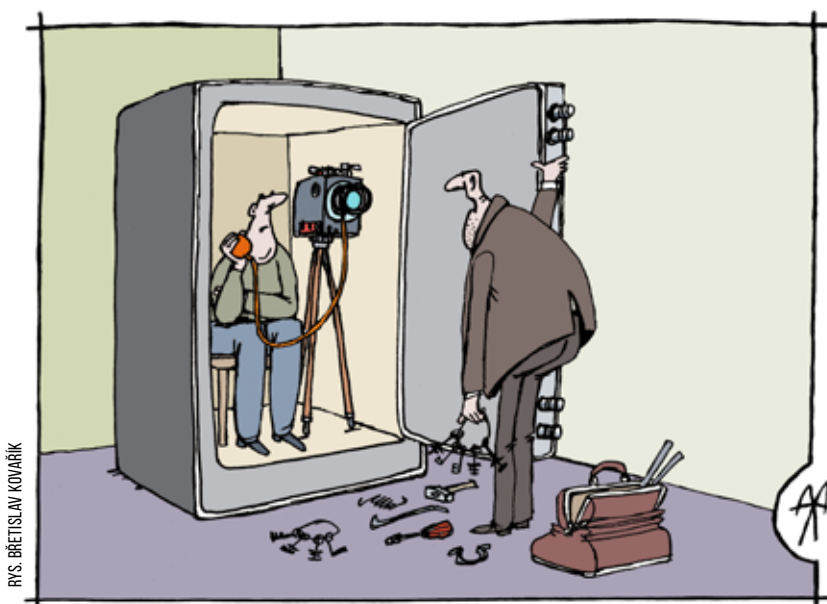
Marcin Kuc



FOT. FREEPIK.COM



MARLENA KOVAŘÍK
dziennikarka, autorka
książek, czechofilka



RYS. BŘETISLAV KOVAŘÍK

WDZIĘCZNE CHWILE

Jitka, fotografka amatorka, wręcz zagnała mnie na najnowszą wystawę Bohdana Holomička w Trutnovie. Byłam przekonana, że ponownie chodzi o legendę fotografii ukazującą piękno Karkonoszy. Jakże się myliłam. *Fotograf spotkań przyjaciół, zatrzymujący (w kadrze) pozytywne sytuacje, wdzięczne chwilki, migotanie miłości przy magicznym udziale światła* – mówi o nim Anna Fárová, historyczka sztuki.

Bohdan Holomiček związany z regionem Trutnova zaprezentował setki fotografii z lat ok. 1970–2010, jednak najwięcej zdjęć jest sprzed Aksamitnej Rewolucji 1989 roku. Jakkolwiek pompatycznie to zabrzmia, na godzinę (albo więcej) przeniosłam się w czasie. Wehikuł zawiózł mnie przede wszystkim na Hradeček, do domu i stodoły Olgi i Václava Havlów. Jakże to tak, ładnie zaglądać do kuchni gospodarki i to przy śniadaniu? Oto Václav i Olga przy kuchennym stole, oto przyszły czechosłowacki prezydent podczas przeróżnych spotkań towarzyskich z czeskimi dysydentami, także polskimi (Miroslawem Jasińskim, późniejszym dyrektorem Instytutu Polskiego w Pradze, Janem Lityńskim późniejszym posłem), aktorami pierwszego planu znanymi z czechosłowackiej telewizji i tymi z drugiego, z legendarnych praskich teatrów. Oto premiera sztuki Václava Havla *Audiencia* w stodole na Hradečku, w której swoje *alter ego*, czyli inteligenta zesłanego do roboty w (trutnovskim) browarze zagrał sam Havel. Oto spotkanie z trutnovianami na rynku tuż po wyborze na prezydenta. Mały trutnovski rynek zdaje się być większy, tyle ludzi tam wtedy przyszło. Fotografie przywołują słowa brzmiące gdzieś w głowie znane z filmiku udostępnionego na YT: *Niech żyje Havel!* I jeszcze ten zaskakujący momencik uchwycy-

ny przez fotografa przed ówczesnym domem partii – transparent z napisem *Už je to tady!*, co można przełożyć na *Zaczęło się!* z 1989 roku. Jest wiele innych niespodzianek i odkryć, dla czechofilów prawdziwa uczta.

Bohdan Holomiček to legenda czeskiej fotografii, był jednym z nielicznych „nadwornych” fotografów czechosłowackiego, później czeskiego prezydenta. Urodził się w Sienkiewiczówce (1943 rok) w Ukrainie, z ojca wołyńskiego Czecha i matki Ukrainki. Powojenny los przeniósł rodzinę do Młodych Buków w Karkonoszach. Fotograficzny samorodny geniusz jest elektrykiem z wykształcenia, pracował w Elektrowni Poříčí 1 w Trutnovie. Imponujący przemysłowy budynek dawnej elektrowni, dzięki miejscowemu milionerowi został wyremontowany i zaadaptowany na galerię sztuki EPO1 i oto przedziwnym zrzędzeniem losu Holomiček wrócił do korzeni swoim wehikułem czasu już nie w roli elektryka, ale artysty, dokumentalisty.

Także idziemy na tę wystawę do imponującego poprzemysłowego budynku, a tam osobiście przywitał nas Bohdan Holomiček. Jitka o mało nie ukłękła przed mistrzem. Gadu-gadu, o on... pstryk swoim aparatem. Historia tworzy się na bieżąco, będziemy pewnie z Jitką „wisieć” gdzieś w korytarzach galerii jako dokument o odwiedzających. I pomyśleć, za kilkadziesiąt lat, jak nam się poszczęści, razem z Jitką będziemy materiałem archiwalnym z teczek tzw. dokumentów życia codziennego uwiecznionych przez mistrza.

À propos, wystawa w EPO1 jest czynna do końca marca, do Trutnova można przyjechać pociągiem.

Marlena Kovařík

ZAWSZE **PIER(W)SI**

Rozmawia Przemek Corso

Marzena Michalec, czyli Kobieta w Biegu

pasjonatka aktywności i górskich wypadów. Inicjatorka Biegu Kobiet Zawsze Pier(w)si. W 2016 r. wykryła u siebie guza w piersi. To doświadczenie stało się dla niej impulsem, aby zaangażować się w edukację kobiet w zakresie profilaktyki raka piersi oraz by wspierać je w potrzebie, co czyni z sukcesami w ramach charytatywnych działań fundacji „W Biegu”.



FOT. WALDEMAR ŁOMZA

Jak pani ocenia tę inicjatywę z perspektywy lat?

Przede wszystkim robimy dużo dobra. Podejmując tę inicjatywę, po prostu mówiłam: okej, ruszmy się, pobiegajmy, solidaryzujemy się, my, kobiety, które biegamy bardziej dla frajdy niż dla wyników. W 2015 roku w inicjatywie wzięło udział raptem sto kobiet, a teraz jest nas ponad 10 tysięcy rocznie. Od początku chciałam, żeby stała za tym jakaś idea. Zmotywowała mnie moja osobista historia. Wykryłam u siebie guza w piersi, ale otrząsnęłam się, zaczęłam szukać rozwiązań i na szczęście wszystko skończyło się happy endem. To pokazało mi jednak, że profilaktyka raka piersi jest bardzo ważnym tematem, który można połączyć z bieganiem.

Zaczęło się od stu osób...

Tak, a teraz mamy fundację i zajmujemy się kompleksowo edukacją dotyczącą zdrowia kobiet. Zainspirował mnie mocno pan doktor Wojciech Homola. Poznaliśmy się i powiedział, że warto byłoby również edukować kobiety w kwestii profilaktyki raka szyjki macicy. Wtedy byłam jeszcze mocno zafiksowana na naszym temacie przewodnim, czyli profilaktyce raka piersi. Ale szybko stwierdziłam, że skoro październik jest Światowym Miesiącem Świadomości Profilaktyki Raka Piersi, to możemy wiosną zrobić dół i w związku z tym biegamy w intencji badań HPV.

Jak ta inicjatywa przebiega?

Dzięki uczestnictwu i zamówionym pakietom startowym kobiety mogą na przykład wykonać bezpłatne badania w kierunku HPV, co uważam za ogromną pomoc. Poprzez to bieganie namawiamy i motywujemy je do badań profi-

laktycznych, które mogą wykonać także w dniu naszych wydarzeń. Dodatkowo realnie wspieramy proces, finansując badania profilaktyczne. Panie robią to ochoczo i to jest dla mnie dowód społeczny, gdy na przykład któraś z nich mówi, że dzięki nam po raz pierwszy się zbadła, wykryto u niej raka, a dzisiaj żyje.

Następny bieg odbędzie we Wrocławiu?

Tak, we Wrocławiu wszystko się zaczęło i tam właśnie co roku zaczynamy. Ruszamy 21 kwietnia. Biegniemy pięć kilometrów, trasa przecina urokliwy park Szczytnicki. Zapisy są możliwe przez naszą stronę internetową kobietawbiegu.pl. Można też bezpłatnie skorzystać z porad lekarskich. Będą z nami lekarze, którzy również opowiedzą uczestniczkom o profilaktyce raka szyjki macicy, ale także raka piersi, więc zachęcam gorąco do udziału. Limit uczestników wynosi trzy tysiące osób. W połowie jest już wypełniony, to ostatni dzwonek, aby być z nami.

Dodam, że trasa nie jest wymagająca, bo uczestniczki często myślą, że nie dadzą rady, że bieganie nie jest dla nich. Przewrotnie powiem, że u nas bieganie jest dodatkiem, choć oczywiście są panie, które się ścigają, chcą zdobyć miejsca na podium i każdej z nich kibicujemy. Ale zdecydowana większość startujących to panie tak zwane rekreacyjne, które albo maszerują, albo biorą udział w Nordic Walking, czyli z kijkami. Na pewno każda kobieta znajdzie tu swoje miejsce, bez presji i co najważniejsze, w cudownej atmosferze.

Dziękuję za rozmowę.

#PO
DRÓ
ZUJ
KD

Dolny Śląsk

KOBIECYM OKIEM

Inspirujące, silne, zaradne i wielozadaniowe...
Matki, singielki, żony, córki czy przyjaciółki.
Panie domu i szefowe. Spokojne i przebojowe.

Marzec to miesiąc kobiet!

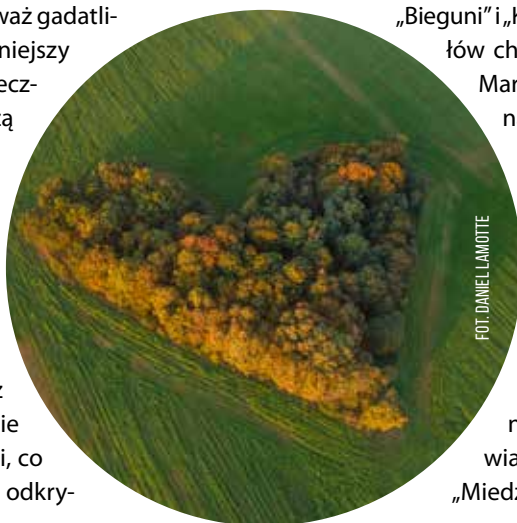
FOT. MATEUSZ REZA

Dolny Śląsk wszystkim Paniom wysyła życzenia: wytrwałości w spełnianiu marzeń i osiągnięciu ważnych celów! Oto płynące od kobiet związanych z regionem inspiracje na najpiękniejsze prezenty: czyli chwile, o których trudno zapomnieć.

Z MIŁOŚCI DO SŁOWA

„Nawet jeśli współczesny system edukacji sprawi, że większość populacji stanie się wtórnymi analfabetami, pisanie książek będzie kontynuowane, ponieważ gadatliwość pomaga uśmierzyć najstraszniejszy element ludzkiego życia – naszą odwieczną samotność – i zadowolić największą potrzebę człowieka, nieuleczalne pragnienie komunikacji” – pisała niegdyś jedna z legendarnych kobiet Dolnego Śląska – księżna Daisy von Pless, mieszkająca w Zamku Książ. Niezależnie od systemów edukacji czy poziomu alienacji miała rację: miłość do książek wśród wielu wciąż trwa, powstają kolejne dzieła, które nie tyle stanowią ucieczkę od samotności, co są jedną z piękniejszych możliwości odkry-

wania świata na wielu płaszczyznach i z różnych perspektyw. Fankom czytania i eksploracji świata poprzez książki polecamy lektury dolnośląskich autorek i autorów. Na ich liście nie może zabraknąć Olgi Tokarczuk – pisarki, eseistki, poetki i autorki scenariuszy, laureatki Nagrody Nobla w dziedzinie literatury za rok 2018 oraz zdobywczyni The Man Booker International Prize 2018 za powieść „Bieguni” i oraz dwukrotnej laureatki Nagrody Literackiej „Nike” za powieści: „Bieguni” i „Księgi Jakubowe”. Wielbiciele kryminałów chętnie sięgną natomiast po twórczość Marka Krajewskiego, który akcję swojej najślawniejszej serii książek z bohaterem Eberhardem Mockiem osadził w przedwojennym Wrocławiu, ukazując ówczesną sytuację społeczną i polityczną. Twórczość Krajewskiego została doceniona w Polsce i za granicą, a jego książki przetłumaczono na 18 języków. Choć Filip Springer pochodzi z Poznania, zasłynął dzięki niesamowitej historii opowiadającej o naszym regionie – reportaż „Miedzianka. Historia znikania” znalazł się



FOT. DANIEL LAMOTTE

w finale Nagrody im. Ryszarda Kapuścińskiego za Reportaż Literacki 2011. Autor przez ponad dwa lata szukał odpowiedzi na pytanie, dlaczego miasteczko z siedmowiekową tradycją zniknęło z powierzchni Dolnego Śląska: czy stało się tak na skutek rabunkowego wydobywania uranu przez Rosjan w latach 1948–1952, czy może opowieści o szkodach górniczych zostały wymyślone przez władzę jako pretekst do wyburzenia miasta i ukrycia tajemnicy z przeszłości...

W KULTURALNYM KONTAKCIE

„Mam bardzo głęboki kontakt z własnymi pracami, tworzę je właściwie dla siebie, dla poznania tego, czego o sobie nie wiem... W ciszy, w spokoju, w obcowaniu z mandalą i własnym przeżyciem odnajduję równowagę psychiczną” – pisała mieszkająca od 1983 roku w Przesiecu w Karkonoszach Urszula Broll, malarka i animatorka, której prace inspirowały innych twórców. O jej dorobku wypowiadał się między innymi Zdzisław Beksiński, podkreślając kunszt przekazu i formy. Prace Broll znajdziemy na Dolnym Śląsku w zbiorach Muzeum Narodowego we Wrocławiu, Muzeum Karkonoskiego i BWA w Jeleniej Górze oraz w kolekcjach prywatnych. Wizyta w muzeum to nie jedyny z pomysłów na celebrowanie Dnia Kobiet na Dolnym Śląsku. Warto też zainspirować się przekazem Urszuli Broll i znaleźć własne, bliskie sercu miejsce, by w pięknych okolicznościach oddać się twórczości, która wyzwala.

SZCZYTY ZACHWYTU

„Czasami myślę, że wspinam się dlatego, aby przekonać się, jak droga jest mi nasza szara codzienność. Wracając poznaję, jak smakuje kubek gorącej herbaty po dniach pragnienia, sen po wielu nieprzespanych nocach, spotkanie z przyjaciółmi po długiej samotności, cisza po godzinach przeżytych w przeraźliwej wichurze” – tak o docenieniu codzienności, dzięki niecodziennym wyzwaniom i towarzyszącemu górskim wyprawom dyskomforcie, pisała Wanda Rutkiewicz, uznawana



FOT. SZYMON BALIĆ

Sokoliki - szczyt w Sokolich Górach



FOT. SEBASTIAN BABIŁ

Zamek Książ w Wałbrzychu

za jedną z najlepszych himalaistek świata. Trzecia kobieta i pierwsza Europejka na Mount Evereście, pierwsza, która zdobyła szczyt K2, wspinaczkę zaczynała w Rudawach Janowickich, na skałkach koło Janowic Wielkich, w pobliżu Jeleniej Góry. Słynęła z uporu, umiłowania wolności i swojej wielkiej miłości do gór. W Karkonoszach, Górach Sowich czy Wałbrzyskich – wszędzie tam możemy odnaleźć szlaki bez turystów, te mniejsze, omijające Śnieżkę czy Wielką Sowę, które pozwolą na chwile samotności, kontakt z przyrodą, fizyczne zmagania, tak przydatne w przypominaniu, jak zachwycić się światem w podróży, ale też pozwalające docenić bezpieczną, wygodną, domową przestrzeń.

MUZYKA ŻYCIA

O rytmie swoich doświadczeń tak mówiła wychowana w Lewinie Kłodzkim piosenkarka Violetta Villas: „Inaczej rozłożyłabym akcenty w swoim życiu. Nie marnowałabym cennego czasu na niepotrzebne, czcze rozmowy, zbędne spotkania, życie między płytkimi, pustymi, a jednocześnie mocno zadufanymi w sobie ludźmi. Żeby śpiewać – musiałam zaistnieć w różnych kontaktach międzyludzkich, w rozmaitych środowiskach. Strwożyłam wiele czasu na bzdury i to dziś boli najbardziej”. Czerpiąc z doświadczeń i refleksji nad życiem artystki, warto znaleźć chwilę, by się zatrzymać. Zobaczyć prawdziwy sens, własne priorytety, swoje miejsce, a przede wszystkim nawiązać dobre relacje. Otwartość na drugiego człowieka, ciekawość i szczerze motywacje – na Dolnym Śląsku nietrudno o ludzi pełnych pasji, wrażliwych na drugiego człowieka, a podróże i uważność nawet w najbliższym otoczeniu sprawiają, że życie może stać się bogatsze o takie osoby. Osoby, których potrzebujemy, by niczego nie żałować.

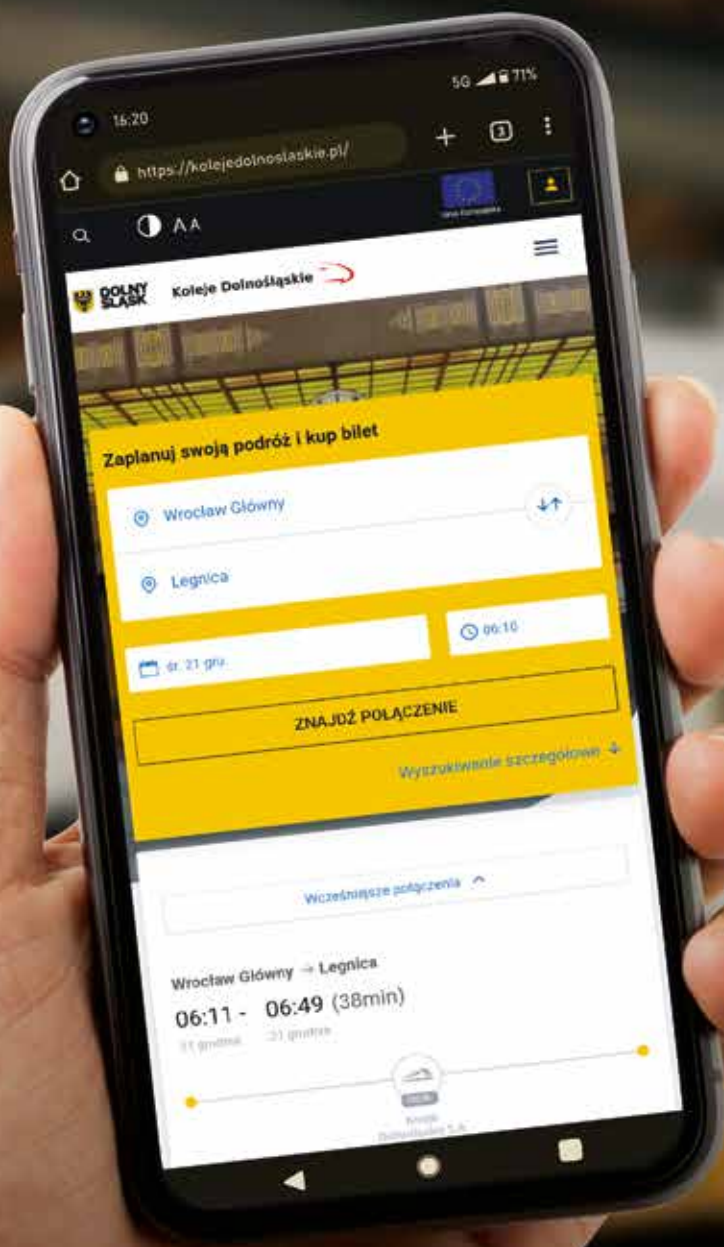
Justyna Butryn



Na Dolnym Śląsku nietrudno o ludzi pełnych pasji!

FOT. UMWID

KUPUJ BILETY NA KOLEJEDOLNOSLASKIE.PL



**BEZ REJESTRACJI
SZEROKA OFERTA KD
WYGODNE FORMY PŁATNOŚCI**



NIEZŁOMNI z Osobowic



INSTYTUT PAMIĘCI
NARODOWEJ
Oddział we Wrocławiu

1 marca obchodzimy Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych. Nie jest to data przypadkowa. 1 marca 1951 r. w więzieniu mokotowskim przy ul. Rakowieckiej 37 w Warszawie strzałem w tył głowy zamordowane zostało kierownictwo IV Zarządu Głównego Zrzeszenia Wolność i Niezawisłość m.in.: ppłk Łukasz Ciepliński „Pług”, mjr Adam Lazarowicz „Klamra”, mjr Mieczysław Kawalec „Iza”. Ich szczątki do dzisiaj nie zostały odnalezione. Bohaterom tym i wielu innym winni jesteśmy wieczną pamięć.



Komuniści przez cały okres Polski „ludowej” dążyli do zacierania śladów po swoich zbrodniach, szczególnie tych dokonanych w pierwszym dziesięcioleciu po zakończeniu II wojny światowej. Tak też było w przypadku cmentarzy. Pod koniec lat 80. w PRL zlikwidowano prawie wszystkie groby, w których pochowane zostały osoby stracone i zmarłe w okresie stalinowskim (do 1956 r.). Przeznaczono je do ponownego pochówku. Dotyczyło to szczególnie miejsc grzebania członków polskiego podziemia niepodległościowego. Symbolem zacierania śladów stała się „Łączka” na Cmentarzu Wojskowym na Powązkach. W latach 80. pochowano tam osoby zasłużone dla komunistycznego państwa, w miejscu gdzie w okresie stalinowskim grzebano w bezimiennych mogiłach zamordowanych w bestialski sposób bohaterów podziemia. Mimo iż dzisiaj doskonale znamy życiorysy takich niezłomnych, jak gen. August Emil Fieldorf „Nil”, rtm. Witold Pilecki czy ppłk Łukasz Ciepliński „Pług”, to jednak miejsca ich spoczynku pozostają nieznane.

Pola 81A i 120 na Cmentarzu Osobowickim we Wrocławiu to unikatowe i jedyne w skali kraju zachowane kwatery więzien-

ne. Pochowano tutaj m.in. ofiary systemu komunistycznego, stracone oraz zmarłe w Więzieniu nr 1 przy ul. Kleczkowskiej we Wrocławiu w wyniku zbrodniczych wyroków sądowych. Wiele z nich to osoby zasłużone dla tzw. drugiej konspiracji, które po zakończeniu działań wojennych podporządkowały swoje życie walce z rodzącym się w Polsce systemem komunistycznym. Poczesne miejsce w panteonie żołnierzy niezłomnych na Dolnym Śląsku zajęli członkowie Zrzeszenia Wolność i Niezawisłość, podkomendni Cieplińskiego i Lazarowicza: mjr Ludwik Marszałek „Zbroja”, Stanisław Dydo „Steinert”, Władysław Cisek „Rom”, Jan Klamut „Górski”, Roman Szczur Szumski „Urszula” i wielu innych. Ich ciała zostały złożone w bezimiennych mogiłach, w tajemnicy przed światem, a przede wszystkim przed rodzinami. Tylko w nieco ponad 20 przypadkach rodziny dowiedziały się, gdzie został pochowany ich bliski i w jakiś sposób oznaczyły te miejsca. Wyjątkowa jest historia Mieczysława Bujaka. Jego matka i siostra, po wykonaniu na nim wyroku śmierci po sfingowanym procesie Wojskowego Sądu Okręgowego nr IV we Wrocławiu, przyjechały na cmentarz, przekupiły grabarza, który wskazał miejsce pochówku. Po odkopaniu zwłok pod osłoną nocy, do jamy grobowej włożyły butelkę z dwiema karteczkami. Jedna z nich kończyła się zdaniem: „Rozstrzelony dnia 30 sierpnia 1951 r. za to, że był Pola-



kiem”. 55 lat później butelka ta została odnaleziona podczas ekshumacji prowadzonych przez wrocławski oddział IPN pod kierunkiem prof. Krzysztofa Szwagrzyka.

Tylko do 1956 r. pochowano na tych dwóch polach Cmentarza Osobowickiego blisko 360 osób, nie tylko członków podziemia, ale również zwykłych kryminalistów, a nawet funkcjonariuszy aparatu represji, którzy zostali straceni za dokonane przestępstwa lub zmarli w więzieniu.

Instytut Pamięci Narodowej, otaczając pamięcią tych, którzy oddali życie w walce z totalitarnym reżimem, podjął się badań i weryfikacji życiorysów osób pochowanych na polach 81A i 120 Cmentarza Osobowickiego. W niedalekiej przyszłości efekty prac zostaną przedstawione w postaci kwatery honorowej bohaterów i uczestników konspiracji antykomunistycznej, która powstanie w tym miejscu. Niezłomni z Osobowic doczekają się godnego upamiętnienia, na które musieli czekać kilkadziesiąt lat.

Dr Krzysztof Łagojda

Oddziałowe Biuro Badań Historycznych IPN we Wrocławiu



HONORATA RAJCA
dziennikarka, wikipedystka,
redaktorka książek

CHOROBA REFLUKSOWA W MCZ WYKONASZ KOMPLET BADAŃ

Rozmowa z lekarką Joanną Ścieszką,
specjalistką gastroenterologii z lubińskiego szpitala
Miedziowego Centrum Zdrowia



FOT. HONORATA RAJCA

- W przypadku typowych objawów chorobę refluksową rozpoznajemy na podstawie wywiadu lekarskiego. Natomiast są przypadki, kiedy należy wykonać badanie endoskopowe, takie jak gastroscopia - wyjaśnia lekarka Joanna Ścieszka

W lubińskim szpitalu MCZ przy oddziale działają poradnia gastroenterologiczna i pracownia endoskopowa, gdzie diagnozuje się choroby przewodu pokarmowego, w tym chorobę refluksową przełyku. Ze statystyk wynika, że dotyka ona coraz więcej osób. Czym jest refluks i jak go rozpoznać?

Klasycznie choroba refluksowa przełyku to stan, w którym dochodzi do zarzucania kwaśnej treści żołądkowej do przełyku, co powoduje to dokuczliwe objawy lub powikłania. Typowe związane z nią dolegliwości to zgaga i regurgitacje, czyli cofanie się treści żołądkowej do przełyku.

Wtedy pacjent nie ma wątpliwości, że chodzi o problemy gastryczne, ale bywa że objawy kierują go... do laryngologa albo kardiologa.

Bo choroba refluksowa może też przebiegać nietypowo i dawać objawy pozaprzelykowe, takie jak chrypka, suchy kaszel, świszczący oddech czy ból w klatce piersiowej, który pacjenci często wiążą z chorobami serca. Ocenia się, że refluks może być przyczyną nawet 50 procent niesercowego bólu w klatce piersiowej.

Co powoduje chorobę refluksową i dlaczego w krajach wysokorozwiniętych wzrasta liczba zachorowań? Szacuje się, że dotyka ona nawet 30 procent społeczeństwa?

Etiologia jest wieloczynnikowa, związana z zaburzeniami motoryki przełyku, budową ciała, a także ze stylem życia: niewłaściwą dietą, siedzącym trybem życia oraz nadwagą i otyłością, które istotnie zwiększają ryzyko zachorowania.

Kiedy pacjent powinien zgłosić się do poradni gastroenterologicznej?

Wszelkie niepokojące objawy należy konsultować z lekarzem rodzinnym, który zdecyduje, czy konieczne jest skierowanie do specjalisty. W wielu przypadkach chorobę refluksową rozpoznajemy na podstawie objawów i wdrażane jest standardowe leczenie farmakologiczne oparte na lekach zmniejszających wydzielanie kwasu solnego. Nie mniej ważne są zalecenia dotyczące stylu życia – redukcja masy ciała u osób z nadwagą i otyłością, spożywanie mniejszych porcji posiłków, unikanie jedzenia trzy godziny przed snem.

Tak jak radzą dietetycy.

Dodatkowo pacjenci z chorobą refluksową mogą odnieść korzyści z zaprzestania palenia tytoniu oraz picia alkoholu, unikania kawy, jedzenia cytrusów, stosowania ostrych przypraw czy picia napojów gazowanych. Zaleca się też uniesienie wezgłowia łóżka przynajmniej o kilkanaście centymetrów, co łagodzi objawy.

Refluks to niestety choroba przewlekła, która ma nawracający charakter, Czy aby ją zdiagnozować zawsze konieczna jest gastroskopia?

Nie zawsze. Jak wspomniałam, w przypadku typowych objawów chorobę rozpoznajemy na podstawie wywiadu. Natomiast są przypadki, kiedy należy wykonać badanie endoskopowe i to w trybie pilnym. Tak jest u pacjentów z objawami alarmowymi: niezamierzonym spadkiem masy ciała, anemią, objawami krwawienia z przewodu pokarmowego, guzem w nadbrzuszu, a także bólem lub trudnościami przy przełykaniu.

Na gastroskopię kierujemy także pacjentów z długoletnią chorobą refluksową, u których współistnieją inne czynniki ryzyka. Pozwala to sprawdzić, czy nie doszło do powstania przełyku Barretta, który jest stanem przednowotworowym i wskazaniem do stałego nadzoru endoskopowego. Albo czy

nie rozwinęło się coś, czego lekarze i pacjenci obawiają się najbardziej, czyli... rak gruczołowy przełyku.

Częstość występowania tego nowotworu rośnie w krajach wysokorozwiniętych, 20 procent chorych ma w wywiadzie długoletnią chorobę refluksową.

Szczególnym wyzwaniem są pacjenci oporni na leczenie, z nietypowymi objawami i wadami anatomicznymi, u których odstawienie leków nie jest możliwe nawet przy zachowaniu restrykcyjnej diety.

Tacy powinni zostać poddani wysokospecjalistycznym badaniom, które wykonujemy w ramach naszej poradni także na NFZ.

Poradnia endoskopowa MCZ dysponuje nowoczesnym wyposażeniem. Jakie, oprócz gastroskopii, wykonujecie tu badania diagnozujące refluks?

Dysponujemy m.in. urządzeniami do wykonywania manometrii i pH-metrii przełyku. U pacjentów z objawami nietypowymi, niereagującymi na standardowe leczenie, a także u chorych kwalifikowanych do leczenia operacyjnego konieczne jest wykonanie 24-godzinnej pH-metrii z impedancją, czyli badania, które dostarcza informacji na temat ekspozycji dolnej części przełyku na kwaśną treść żołądkową. Przez nos wprowadzana jest do przełyku cienka sonda, która rejestruje zmiany pH. W trakcie badania pacjent prowadzi dzienniczek, w którym zapisuje spożywane pokarmy, czas aktywności i spoczynku, a także odczuwane dolegliwości. Manometria natomiast dostarcza informacji na temat pracy przełyku i jest szczególnie istotna w diagnostyce zaburzeń połykania.

Te nowoczesne badania umożliwiają wybór optymalnej terapii u chorych opornych na leczenie, a także stanowią przygotowanie do zabiegu osób zakwalifikowanych do operacji.

Dziękuję za rozmowę.

Honorata Rajca



ZALECANE W CHOROBIE REFLUKSOWEJ:

- **zmniejszenie masy ciała** (szczególnie w przypadku nadwagi i otyłości)
- **unikanie tłustych potraw**
- **zaprzestanie palenia tytoniu, picia alkoholu i kawy**
- **uregulowanie posiłków** (mniejsze objętościowo, 5 razy dziennie, spożywane powoli)
- **spożywanie ostatniego posiłku min. 3 godziny przed snem**
- **unikanie cytrusów, słodczy, ostrych przypraw, napojów gazowanych**
- **uniesienie wezgłowia łóżka o 10-15 cm**, co łagodzi objawy



MAREK ŻAK
 historyk regionalista,
 pracownik Muzeum
 Miedzi w Legnicy

W KIERACIE MELPOMENY,

czyli o teatrach i teatrzykach Związku Zawodowego Kolejarzy

Działające przez wiele lat przy kolejowych świetlicach i domach kultury zespoły teatralne – zarówno te dla dorosłych, jak i dzieci oraz młodzieży – były jednym z ciekawszych przejawów działalności kulturalno-oświatowej tego środowiska. Żal, że wiele tych inicjatyw nie zostało odpowiednio udokumentowanych i poszło w zapomnienie, kiedy odeszli ludzie je tworzący.

ZŹRÓDŁO: BIBLIOTEKA NARODOWA W WARSZAWIE (POLONA.PL)



Afisz zapowiadający przedstawienie kolejowego zespołu teatralnego przy ZZK we wrocławskim Brochowie, 1946 r.

W kolejowych świetlicach i domach kultury rozwijał się nie tylko teatr amatorski. Działało w nich wiele innych różnych zespołów. Na fotografii członkinie dziecięcego zespołu tanecznego przy Domu Kultury „Kolejarz” w Legnicy, 1971 r.



ZŹRÓDŁO: ARCHIWUM MAŁGORZATY WARAŃC

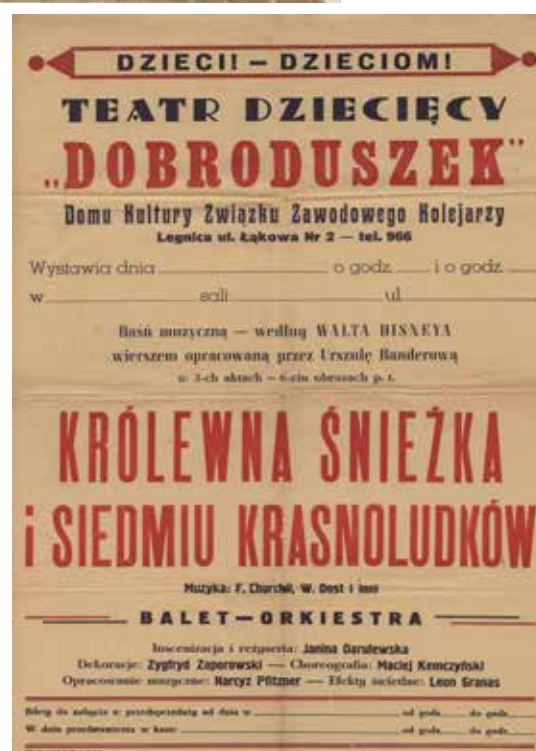


ŹRÓDŁO: MIEJSKO-GMINNY OŚRODEK KULTURY, BIBLIOTEKA PUBLICZNA MIASTA LEGNICY W WĘGLIŃCU/STOWARZYSZENIE MIŁOSNIKÓW ZIEMI WĘGLIŃCKIEJ

Jasełka
wystawione przez
zespół dziecięcy
w kinie „Kolejarz”
w Węglińcu,
1958 r.

Amatorskie zespoły teatralne tworzone przy świetlicach ZZK już w drugiej połowie 40. XX w. W tym czasie swoje sztuki wystawiał chociażby Teatr Kolejowy „Pochodnia” z Brochowa. Nie próżnowano też w Legnicy, gdzie w marcu 1947 r. Teatr Amatorski Z.Z.K. zaprezentował swój pierwszy spektakl. Była to sztuka Konstantego Krumłowskiego pt. „Białe fartuszki”. Wiadomo też, że kolejowe trupy teatralne konkurowały z amatorami z innych branż w organizowanych wówczas cyklicznie eliminacjach (najpierw powiatowych, a później wojewódzkich) mających wyłonić najlepsze zespoły amatorskie, które następnie miały reprezentować Dolny Śląsk na arenie ogólnopolskiej. Największy nacisk na aktywność tego typu zespołów kładziono w czasach stalinizmu, kiedy w ramach promowanych wówczas haseł łączności miasta ze wsią starano się wychodzić ze sztuką teatralną w kierunku ludności wiejskiej – „miastowi” mieli tam bowiem krzewić kulturę. To zadanie spadało niejednokrotnie na barki amatorów z przykładowych teatrów, w tym również pracowników PKP. Nikt jednak nie dbał o zapewnienie im pomocy, chociażby z transportem na miejsce spektaklu – przykładem może być sytuacja odnotowana w Legnicy, gdy członkowie zespołu teatralnego z powodu braku samochodu byli zmuszeni docierać do okolicznych miejscowości na piechotę! Ot, kolejne brutalne zderzenie teorii z rzeczywistością.

Amatorskie teatry kolejowe działały również z powodzeniem na przełomie lat 50. i 60. XX w. Wedle informacji Zarządu Okręgowego ZZK we Wrocławiu w drugiej połowie 1959 r. na podległym mu terenie funkcjonowało osiem grup teatralnych, liczących łącznie 136 członków. Działały one m.in. w Jaworzynie Śląskiej, w Legnicy, w Miłkowicach, w Opolu i we Wrocławiu. Ponadto istniał też jeden dziewięcioosobowy teatr kukiełkowy. Do kategorii „zespołów teatralnych” zaliczono również pięć grup estradowych oraz trzy recytatorskie. Niektóre z takich inicjatyw dotyczyły dzieci i młodzieży z ro-



ŹRÓDŁO: ARCHIWUM PAŃSTWOWE WE WROCŁAWIU ODDZIAŁ W LEGNICY

Afisz zapowiadający spektakl Teatru Dziecięcego „Dobroduszek” przy Domu Kultury „Kolejarz” w Legnicy, 1960 r.

dzin kolejarskich, które w tamtym czasie miały możliwość spędzania w ten sposób wolnego czasu, a jednocześnie rozwijania i kształtowania pasji twórczych. Swoimi umiejętnościami scenicznymi dzieliły się zaś w czasie przedstawień organizowanych regularnie w świetlicach i domach kultury, przynosząc swoim rodzicom powód do dumy. Zdarzało się, że ich występy włączano w programy uroczystych gal i akademii okolicznościowych. Zespoły dziecięce i młodzieżowe działały zresztą wśród kolejowej braci najdłużej, a ostatnie inicjatywy tego rodzaju twórczej aktywizacji sięgają przełomu lat 70. i 80. XX w.

Marek Żak

WIOSNA Z KULTURĄ NA DOLNYM ŚLĄSKU!

Cezary Olejnik

Wiosna! Długo oczekiwana dotarła w końcu na Dolny Śląsk! Za nami pełne zimowych wrażeń kulturalne podróże po regionie. Dziś zapraszamy na spotkania w instytucjach kultury, pełnych emocji i wiosennej, pozytywnej energii. Zaczynamy!

Wykład „Neobarokowość we franczyzie Transformers”

26 marca 2024 r., godz. 17.00

**Dolnośląska Biblioteka Publiczna
im. Tadeusza Mikulskiego we Wrocławiu
sala nr 22, Rynek 58**

Wstęp wolny

Jeśli zapytać kogokolwiek o właściwości współczesnej kultury, to niemal na pewno wymieni takie elementy jak seryjność, interaktywność, transmedialność, fragmentaryczność, nadmiarowość czy wizualność. Są to niektóre cechy charakteryzujące współczesną estetykę neobarokową w ujęciu australijskiej badaczki Angeli Ndalianis oraz – tak się (nie) przypadkowo składa – multimedialnej franczyzy o Transformerach, która w tym roku obchodzi 40-lecie. Podczas prelekcji literaturoznawca i filmoznawca Michał Wolski postara się dowieść związków między wielkimi robotami z kosmosu a neobarokiem oraz odpowiedzieć na pytanie, czy transformujące się zabawki i towarzyszące im multimedia nie mówią przypadkiem o naszej kulturze więcej, niż mamy odwagę sądzić. Zapraszamy na wykład z cyklu *Fenomeny Popkultury Kontratakują* do Dolnośląskiej Biblioteki Publicznej im. Tadeusza Mikulskiego we Wrocławiu – wstęp wolny!



FOT. MAT. PRASOWE DPB WE WROCŁAWIU

Multimedialna franczyza o Transformerach obchodzi w tym roku 40-lecie. Warto poznać to zagadnienie



FOT. NATALIA KARANOW

Ponadczasowa powieść Dostojewskiego stanowi punkt wyjścia do refleksji nad ofiarami konfliktu w Ukrainie

Spektakl „Zbrodnia i kara”

22, 23, 24 marca 2024 r.

Wrocławski Teatr Pantomimy im. Henryka Tomaszewskiego
Centrum Sztuk Performatywnych Instytutu Grotowskiego (PIEKARNIA Żywa Kultura)
ul. Księcia Witolda 62

Bilet: 50 zł normalny, 40 zł ulgowy, 30 zł dla seniora

Scenariusz spektaklu *Zbrodnia i kara* powstał na podstawie materiałów dokumentujących rosyjskie zbrodnie wojenne, które zgromadzili ukraińscy dziennikarze, szczególnie członkowie grupy *Slidstvo*. Widzowie znajdą tam też różne możliwe odpowiedzi na pytanie, co właściwie czujemy, widząc obrazy wojny. Wykorzystano w nim również fragment dzieła Fiodora Dostojewskiego. Spektakl dla widzów dorosłych.

Koncert Poranek Muzyczny dla szkół i przedszkoli „Tajemnica muzycznego lasu”

18 marca 2024 r., godz. 10.00 oraz 11.45

Filharmonia Sudecka im. Józefa Wiłkomirskiego w Wałbrzychu
ul. Juliusza Słowackiego 4

Bilety: 10 zł/uczeń, opiekunowie (1 na 10 uczniów) wstęp bezpłatny

Wiosna jest ulubioną porą roku wielu kompozytorów. Śpiew ptaków, powiew wiatru czy wiosenną burzę słycać w niejednym utworze. Muzyka ilustracyjna uruchamia wyobraźnię i zachęca do szukania dźwięków w otaczającym świecie. Dlatego zapraszamy najmłodszych dolnośląskich słuchaczy do Filharmonii Sudeckiej w Wałbrzychu i udziału w *Poranku Muzycznym dla szkół i przedszkoli „Tajemnica muzycznego lasu”*. Usłyszymy m.in. *Cztery pory roku – Wiosna Vivaldiego* oraz *Walc Odgłosy wiosny Johanna Straussa*.



FOT. DARIUSZ GDESZ

Popularne melodie znane nawet najmłodszym melomanom to świetny pomysł na rozpoczęcie przygody z muzyką poważną



WROCŁAWIANIE MOGĄ WYSTARTOWAĆ W PARYŻU

Drużyna polskich florecistów po 24 latach wywalczyła kwalifikacje olimpijskie. Co najważniejsze bardzo duże szanse na to, żeby pojechać do Paryża, ma dwóch zawodników z Wrocławia: Andrzej Rządkowski oraz Leszek Rajski (klub Wrocławianie).

Jako pierwsza na ostatnich zawodach kwalifikacyjnych przepustkę na igrzyska w Paryżu wywalczyła drużyna polskich florecistek. Białoczerwone występowały w składzie: Julia Walczyk-Klimaszyk, Martyna Jelińska, Martyna Synoradzka i Hanna Łyczbińska. Polskie florecistki na igrzyska wrócą po 12-letniej przerwie.

Zaraz po nich kwalifikację zdobyli ich koledzy po fachu. Sytuacja panów przed ostatnimi zaliczanymi do rankingu olimpijskiego zawodami była mocno skomplikowana. Polacy co prawda plasowali się na miejscu premiowanym

awansem z solidną, ale nie niemożliwą do odrobienia przewagą nad Niemcami (17 punktów). Wyprzedzić mogli ich też Węgrzy, ale oni do tego potrzebowali zwycięstwa w całym zawodach. Dodatkowo trzymać kciuki musieli za Francuzów. Ci przed PŚ w Kairze zaj-



Polscy floreciści – w tym zawodnicy z Wrocławia – wywalczyli kwalifikacje na igrzyska w Paryżu

FOT. ARCHIWUM PZSZERM

mowali czwarte miejsce w zestawieniu i mieli 13-punktową przewagę nad Chińczykami oraz 40-punktową nad Hongkongiem (potrzebowali wygranej w turnieju, by jechać na igrzyska). Gdyby Trójkolorowi wypadli z TOP4, odebraliby miejsce z puli kontynentalnej Polakom. Warto wyjaśnić, że na igrzyska w szermierce kwalifikują się pierwsze cztery drużyny z listy – niezależnie od tego, z jakiego kontynentu pochodzą. Następnie po jednej z każdej strefy: Europy, obu Ameryk,

Afryki oraz Azji, Australii i Oceanii. Pierwszy mecz przyniósł wygraną Polaków. Michał Siess, Andrzej Rządkowski, Jan Jurkiewicz i Adrian Wojtkowski zwyciężyli z Koreańczykami 43:42. Natomiast Niemcy przegrali z Egipcjanami 30:45. Jeden z rywali przestał więc zagrażać Polakom. Niestety na tym nerwy się nie skończyły. Francuzi przegrali 31:45 z Węgrami. W ćwierćfinale swój mecz przegrali jednak Chińczycy (36:45 z USA) i stało się jasne, że na pewno nie wyprzedzą gospodarzy tegorocznych igrzysk. Popsuć plany Polaków mogły już tylko drużyny Węgier i Hongkongu. Co ciekawe, zmierzyły się one ze sobą w ćwierćfinale. Górą wyszli z tego starcia Azjaci, triumfując 45:37. Na szczęście w półfinale, mimo ambitnej walki, przegrali z ekipą z Japonii (45:42). W ten sposób biało-czerwoni utrzymali miejsce z puli kontynentalnej.

Polscy floreciści na igrzyska wracają po 24-letniej przerwie. W 2000 roku Adam Krześciński, Ryszard Sobczak i Sławomir Mocek w meczu o brąz przegrali z Włochami 38:45.

W Paryżu wystąpią w sumie trzy polskie drużyny szermiercze – floreciści, florecistki i szpadzistki. Zespoły władające inną bronią nie mają już szans awansu. Warto dodać, że spore szanse na występ w Paryżu ma dwóch dolnośląskich florecistów: Andrzej Rządkowski oraz Leszek Rajski (klub Wrocławianie). Obecnie trwają wewnętrzne kwalifikacje. Przed zawodnikami jeszcze start w Pucharze Świata w Waszyngtonie oraz mistrzostwa Polski.

Aleksandra Szumska



FOT. ARCHIWUM ORGANIZATORÓW

SEZON KOLARSKI RUSZY W SOBÓTCE

Sezon kolarski w Polsce oficjalnie rozpocznie się 6 kwietnia w Sobótce. Tradycyjnie nastąpi to podczas wyścigu Ślęzański Mnich. Poza rywalizacją we wszystkich kategoriach wiekowych zaplanowano również odświeżenie kolejnych kamieni w Alei Sław Kolarskich.

Tym razem wyścig będzie inny niż wszystkie i z pewnością nie zabraknie sportowych emocji. Organizatorzy Ślęzańskiego Mnicha, czyli Ślęza Sobótka Bike Academy, przygotowali przy okazji 37. edycji coś naprawdę wyjątkowego. W tym roku na zawodników czekają nie tylko klasyczne dla tego regionu podjazdy, ale i masa odcinków brukowanych oraz szutrowych. W ramach

I serii Pucharu Polski rywalizować będą sportowcy prezentujący przekrój kategorii wiekowych, dla których przygotowano dwie konfiguracje trasy. Co prawda trasa Ślęzańskiego Mnicha zmieniała się w ostatnich latach, były to jednak zmiany raczej kosmetyczne. Dodawano dwa lub trzy podjazdy. W tym roku jednak elita mężczyzn przejedzie zupełnie inną i urozmaiconą trasą.

Dzień otworzą dwa wyścigi rozgrywane na 31-kilometrowej rundzie wokół Sobótki. Najpierw dwukrotnie pokonają ją amatorzy i mastersi. Rywalizować będą w ramach cyklu Via Dolny Śląsk. Co roku w związku z tym do Sobótki zjeżdża nawet kilkuset miłośników ścigania z całego kraju. Informacje znaleźć można na stronie wiadolnyslask.pl. Po amatorach do zmagania przystąpią na tym samym dystansie juniorzy młodsi. Juniorki młodsze, młodzicy i młodziczki zrobią z kolei jedno okrążenie. O 14 do rywalizacji przystąpią zawodnicy najstarszych kategorii. Juniorzy będą mieli do pokonania trzy okrążenia o łącznym dystansie 93 kilometrów, elita kobiet, orliczki

i juniorki zmierzą się z kolei z dwiema pętlami, a zatem z 62 kilometrami. Na elitę mężczyzn oraz orlików czeka z kolei coś naprawdę niesamowitego i innego niż zawsze. Przygotowano dla nich niezwykle pofalowaną, pełną bruków i szutrów trasę liczącą 143 kilometry, spośród których prawie 15 proc. będzie do pokonania po odcinkach nieasfaltowych. Patrząc na profile, tylko czekać na jakże emocjonującą rywalizację.

Co roku podczas otwarcia sezonu w Sobótce kolejni wybitni zawodnicy i zawodniczki odświeżają swoje kamienie w tak zwanej Alei Sław Polskiego Kolarstwa. Tym razem będą to kolarze szosowi, których w ostatnich latach mogliśmy podziwiać w najważniejszych wyścigach na świecie. Mowa o: Macieju Bodnarze, Macieju Paterskim, Jarosławie Maryczu, Tomaszu Marczyńskim, Marku Rutkiewicz i Łukasz Poljańskim.

Miłośnikom kolarstwa nie pozostaje więc nic innego jak przyjechać 6 kwietnia do Sobótki.

Aleksandra Szumska

WIELKI POWRÓT KD DO ZIELONEJ GÓRY

POŁĄCZENIE DOSTĘPNE
OD 10.03.2024 r.

