

ISSN 1898-5599  
Wrocław - Dolny Śląsk

egzemplarz bezpłatny

# Ludzka sprawa

niezwykły magazyn dla zwykłych ludzi

1(73)/2020



Sztłam tam,  
gdzie rozum dawali...

# Jacek

Jacek zawsze po prostu był. Niezawodny jak nikt inny, zawsze odbierał telefon, maile i tym swoim superspokojnym głosem mówił „Miłka, zdążymy”. Bez względu na to, jak krótkie były terminy i jak wielki chaos panował wokół, Jacek dawał wytchnienie i pewność, że wszystko będzie dobrze. Kiedy nerwowo nakładałam poprawki na kolejne teksty, on „na relaksie” znosił moje histerie. Nie znałam nikogo podobnego i pod Jego odejściu nie miałam ochoty pracować z nikim innym nad wspólnymi projektami. Bo to były zadania Jacka. Wciąż trudno mi sobie wyobrazić, że go nie ma, bo choć w realu spotykaliśmy się rzadko, to były dni, kiedy kontaktowaliśmy się kilkadziesiąt razy na dobę. Od kiedy zniknął, niektóre rzeczy po prostu przestały się dziać. Pozostał tylko brak.

Dobromiła Jankowska



„Jacek to moja zewnętrzna pamięć”, mówiłam i uparcie odmawiałam zapamiętywania przeróżnych potrzebnych haseł. Po co było obciążać pamięć, skoro Ty wszystko skrętnie i pieczołowicie zapisywałeś, fotografowałeś (na wszelki wypadek). Katalog do poczty, do strony, do komputera i różnych innych przydatnych urządzeń.

Tuż przed moim urlopem spotkaliśmy się jak co dzień w pracy, szybko trzeba było „ogarnąć” bieżące sprawy. Lipiec, więc targi... Hala Stulecia, nowy format zgłoszeń i tak dalej. Kilka spotkań, rozmów, ustalenia.

Zostaliśmy „po godzinach”, aby omówić, kiedy i jak zrobimy kolejny numer „Ludzkiej Sprawy”. *Anka, przyslij mi teksty, kiedy będziesz na urlopie, przygotuj je do druku. Jak wrócisz, gazeta powinna być gotowa. Czy wiesz już, co ma być na nowej stronie internetowej? Napisz chociaż, jakie będą działy, spróbuję w wolnych chwilach poprzemnieść...*

Gadaliśmy o wielu sprawach. Zawsze ceniłam Twój rozsądny głos i stoicki spokój. „Nie martw się, Anka”, zwykleś mawiać. Czasami to Twoje „nie martw się” było dla mnie bardzo ważne. Ważne też były dla mnie rozmowy z Tobą. Często mieliśmy różne poglądy i różne spojrzenia na świat i otaczającą nas rzeczywistość. Ty zawsze mówiłeś, że trzeba się szanować. Szanowałeś ludzi, z którymi pracowałeś, z którymi rozmawiałeś. Słuchałeś uważnie, zawsze gotowy, by pomóc.

Informacja o Twojej śmierci przyszła, kiedy staliśmy przy wielkim, półokrągłym kamieniu, który starożytni Grecy uważali za pępek świata. Blisko domu Wyroczni. Nie przewidziała tego, nie przepowiedziała. Nie powiedziała też, co dalej.

Pozostało Twoje biurko w pracy, niedokończona gazeta. Strona internetowa, do której nie mam hasła. I smutek. Pozostały takie zwykłe ludzkie sprawy...

Anna Morawiecka

**Jacek Budziszewski**, współtwórca i dobry duch magazynu „Ludzka Sprawa”, współpracownik „Gazety Obywatelskiej”. Urodził się 11 lutego 1958 roku we Wrocławiu. Zmarł niespodziewanie podczas snu w nocy z 26 na 27 lipca 2017 roku.

Redaktor naczelny:  
Anna Morawiecka

Redaguje zespół

Projekt okładki:  
anief

Korekta:  
Dobromiła Jankowska

DTP:  
Tomasz Stasiak

Wydawcy:

Fundacja „Ludzka Sprawa”  
ul. Gdacjusza 36, 54-515 Wrocław  
tel. +48 790 406 330  
e-mail: redakcja@ludzkasprawa.pl  
www.ludzkasprawa.pl

Ośrodek Kultury i Sztuki we Wrocławiu  
Instytucja Kultury Samorządu  
Województwa Dolnośląskiego



**OŚRODEK KULTURY I SZTUKI  
WE WROCŁAWIU**

INSTYTUCJA KULTURY SAMORZĄDU  
WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO



**DOLNY  
ŚLĄSK**

Rynek-Ratusz 24, 50-101 Wrocław  
tel. 71 344 28 64, faks 71 344 28 65  
sekretariat@okis.pl  
www.okis.pl

Dyrektor:  
Igor Wójcik  
Zastępca Dyrektora:  
Alicja Cwyl  
Dział Wydawniczo-Literacki, Kierownik:  
Marta Przetakiewicz

Wszelkie prawa zastrzeżone

Na okładce:  
Jolanta Kryswata  
fot. Kamila Żółkiewicz

Projekt współfinansowany  
z Budżetu Województwa Dolnośląskiego.

URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO



**DOLNY  
ŚLĄSK**

www.umwd.pl

© Fundacja „Ludzka Sprawa”, 2020  
© Ośrodek Kultury i Sztuki we Wrocławiu,  
2020

*Szanowni Państwo,*

*z wielką przyjemnością oddajemy w Państwa ręce kolejny, po bardzo długiej przerwie, papierowy numer „Ludzkiej Sprawy”. Powodów, dla których przez tak długi czas nie byliśmy z Wami, jest co najmniej kilka. Napiszę jednak o jednym, najważniejszym: śmierci Jacka Budziszewskiego, naszego Przyjaciela, współtwórcy „Ludzkiej Sprawy”. Bez Jego pracy, zaangażowania i motywacji tej gazety nigdy by nie było. Dlatego tak bardzo trudno wrócić. Nasze wspomnienia o Jacku przeczytacie na stronie obok.*

*Miło nam przedstawić i powitać nowego współpracownika, Tomka Stasiaka, który przy składaniu tego numeru dzielnie znosił wszystkie moje „a Jacek to czy tamto robił inaczej...”. Dziękuję, Tomku, za wyrozumiałość. W tym numerze przeczytają Państwo wywiad z fantastyczną dziennikarką Jolantą Kryswatą, obecną wójt gminy Wińsko. Magda Wieteska podsunie kilka twórczych pomysłów na spędzenie wolnego czasu nie tylko na kwarantannie, Tobiasz Biernacik opowie o dobroczynnym działaniu słońca i witaminy D, tradycyjnie polecimy dobrą książkę i spacer...*

*Anna Morawiecka*

# W numerze:

## LUZKIE ROZMOWY

Szłam tam, gdzie rozum dawali... 4

## ŚLAD HISTORII

Jerzy Wilhelm. Książę legnicko-brzeski 8

## WARTO WIEDZIEĆ

Niebezpiecznie we własnym domu 10

## WARTO WIEDZIEĆ

Co robić nie tylko podczas kwarantanny,  
czyli pomysły na twórcze ćwiczenia 10

## WARTO WIEDZIEĆ

ProteGO Safe dla wszystkich 12

## NASZE ZDROWIE

Uwaga, rak! 14

## NASZE ZDROWIE

Popularna witamina 15

## WARTO WIEDZIEĆ

Smoczek okiem logopedy 16

## POLECAMY

Skrzydło anioła 18

Spacer po gminie Wińsko 19

# Szłam tam, gdzie rozum dawali...

*Z Jolantą Kryswatą rozmawia Anna Morawiecka*

Anna Morawiecka: **Pamiętam, jak weszłaś do radia, rzuciłaś kilkoma k..., a potem było już tylko gorzej...**

**Jolanta Kryswata:** Szczerza prawda, przeklinanie to moja wada. Ale żeby nie było, nigdy nie zdarzyło mi się na antenie. Czerwone światło w studio działało jak przełącznik mowy. Właściwie samo zbliżenie się do studia już tak działało. Wiadomo przecież, że z mikrofonem jest jak z bronią: raz w roku sam odpala. Śmieszne, bo zu-

pełnie nie musiałam się pilnować. Działałam jak automat. Studio, praca, antena – zero przekleństw, chociaż, jak wiesz, to moja druga natura.

**Rzeczywiście, ale musisz przyznać, że zawsze robisz to z wielkim wdziękiem...**

**Nie ciągnijmy tego tematu. Jesteś „dziennikarskie zwierzę”. Kiedy stwierdziłaś, że to właśnie cię kręci? Podobno z tym się trzeba urodzić.**

Coś w tym jest. Gdy byłam dzieckiem, miałam już sprecyzowany pogląd na to,

kim będę, gdy dorosnę. Z moich wypowiedzi i gestykulacji rodzina wyciągnęła jednak wnioski, że chcę być spikerką jak Loska. Nie znałam jeszcze trudnego słowa „dziennikarz”, więc nie umiałam tego dokładnie wytłumaczyć. Chyba rzeczywiście się taka urodziłam (*śmiech*). Już na podwórku wśród rówieśników ćwiczyłam się w dochodzeniu do prawdy. Miałam taki siódmy zmysł. Wiedziałam, kiedy ktoś mówi prawdę, a kiedy kłamie. Jeśli wszystko w opowia-



daniu układało się jak puzzle, nie było żadnej luki, do niczego nie można było się przyczepić, wiedziałam, że to kłamstwo. Przychodziło do mnie więc podwórkowe towarzystwo, a ja z miną wyroczni słuchałam i ferowałam wyroki. Prawda czy fałsz... Życie i prawda nigdy nie są takie poukładane, coś zawsze musi nie pasować, jakaś niekonsekwencja świadczy o tym, że to prawda. Tylko kłamstwo sobie można tak wymyślić i nauczyć się go na pamięć...

#### **Byłaś szkolną gwiazdą?**

Nie, w życiu! Z podstawówki w Wińsku mam prawie same dobre wspomnienia. Nie miałam żadnych problemów z nauką, czasem jednak z nauczycielami. Ale to dopiero w ogólniaku. Na przykład pani od geografii. Czarny sen wielu absolwentów wołowskiego LO. Nie mogła pojąć, że taka sobie prowincjonalna panienska (urodziłam się i mieszkałam w Wińsku, a od ogólniaka chodziłam do Wołowa) ma jakieś zdolności i marzenia. Jak pamiętasz, kilka przedmiotów, między innymi geografia, kończyło się już w trzeciej klasie liceum, stopień z tych przedmiotów był na świadectwie maturalnym. Pani od geografii stwierdziła, że nie będzie to dobra ocena... Miała jednak pecha.

?

Z pracy klasyfikacyjnej dostałam ocenę niedostateczną z komentarzem „dziennikarka powinna pisać poprawnie”. Chodziło o to, że pisząc o złożach i gospodarce Związku Radzieckiego, „radzieckiego” napisałam małą literą. To tak, jakbym małą literą napisała na religii „Pan Bóg”. Radzieckość była dla pani od geografii religią. Był rok 1984... Wtedy jedyny raz w całej mojej edukacyjnej karierze zainteresowała moja mama. Poszła do dyrektora i powiedziała, że wie, gdzie ma jechać z tą klasówką... Nie będę się rozwodzić nad tą opowieścią, ale efekt był taki, że na świadectwie maturalnym z geografii mam stopień pozytywny, a z tą panią już nigdy nie zamieniłam słowa.

#### **Czasy, w których uczyłaś się fachu, nie były łatwe. Ale, o ile pamiętam, nie zajmowałaś się sprawami politycznymi.**

W czasach komunistycznych oczywiście nie. Kiedy robiliśmy materiał o tym, że panna w ciąży jest na wsi szykanowana, nie pytaliśmy, czy jest członkiem partii (*śmiech*). Natomiast gdy zaczynałam pracę, w mediach mieliśmy taką wolność, jakiej nie było nigdy przedtem ani nigdy potem. Taki był początek lat 90.

#### **Rozgłośnia Radia Wrocław to była twoja pierwsza praca?**

Praca na stałe tak. Pierwsza i ostatnia w mediach. Pracowałam dla kilku gazet, kilku stacji telewizyjnych jednocześnie, ale etatowo tylko w radiu.

#### **Można powiedzieć, że wszędzie było Cię pełno. Jak jednak trafiłaś do radia?**

W 1990 skończyłam studia. Byłam pierwszym rocznikiem na Uniwersytecie Wrocławskim bez „im. Bieruta” na dyplomie. Po moim powrocie z wakacji (zawsze jeździłam do Włoch, gdzie pracowałam całe lato w pensjonacie) okazało się, że z rynku poznikały tygodniki i miesięczniki takie „Razem” i „Na Przełaj” i inne, dla których pisałam. Co robić? W Telewizji Wrocław ogłosili konkurs, więc poszłam i „się załapałam”. Powiedzieli mi jednak, że przez miesiąc muszę popracować w *Faktach*. To zupełnie nie była moja bajka, ale miesiąc przetrwałam. Poszłam do dyrektora, który stwierdził, że bardzo mu się moja robota podoba i nie chciałby mnie stracić, ale jeszcze jeden miesiąc w *Faktach* muszę zostać, bo nie zwolnił się etat w redakcji społeczno-publicystycznej, gdzie docelowo miałam pracować. Poryczałam się. Wiesz, nie cierpiałam dwóch rzeczy: takich ludzi jak ówczesny szef *Faktów* i dziennikarstwa newsowego. Oczywiście robiłam newsy, ale nigdy nie były treścią mego życia, codziennością. Powiedziałam więc, że nie wytrzymam jeszcze miesiąca w redakcji *Faktów* i ze łzami w oczach wyszłam na ulicę, gdzie spotkałam Darka Sobiczewskiego.

#### **Sporo starszy od ciebie, skąd się znałście?**

Znaliśmy się od czasów warsztatów dziennikarskich, na które jeździłam w czasach liceum i studiów. Darek był jednym z wykładowców. Tak poznałam wielu dziennikarzy, których uważałam za mistrzów. Marka Millera z „Radaru”, Ryszarda Kapuścińskiego, Hannę Krall. Na warsztatach miesięcznika „Reporter” poznałam początkującego Eryka Mistewicza. Utrzymujemy kontakt do dziś. Miałam staże w ogólnopolskich tygodnikach i miesięcznikach. Wiesz, byłam taka, że gdzie dawali rozum, tam szłam. Wracając do Darka, klepnął mnie w plecy i powiedział: „Nie przejmuj się, chodź do radia, popracuj się ze dwa miechy i zobaczymy”. Zostałam tam ponad dwadzieścia lat.

#### **Twój pierwszy poważny reportaż?**

Sijum Kefele (pisze się chyba, jak słyszy, ale nie pytaj, robiłam to do radia...). O czarnoskórym studencie, którego uczelnia chciała się pozbyć, bo miał problemy z psychiką. Długo by mówić o jego problemach, staraliśmy się z moim obecnym mężem mu pomóc. Doprowadzić do tego, aby skończył studia i wrócił do tej swojej Afryki. Ciągnęło się to za mną. Wtedy po raz pierwszy zrozumiałam, że nie można się zbyt angażować w życie swoich bohaterów. Tylko do pewnego momentu i koniecznie trzeba ten moment prawidłowo rozpoznać. Sam reportaż jednak okropnie skopałam... Pojechałam z nim na warsztaty radiowe i od Janki Jankowskiej strasznie dostałam za niego w dupę. Znowu więc myślałam, że radio też nie jest dla mnie. Ale dobrze się stało, że wtedy oberwałam. Za naukę się płaci. A z Janką zaprzyjaźniłam się dopiero na kolejnych warsztatach. I ta znajomość trwa do dziś.

#### **Zrobiłaś wiele poważnych reportaży.**

Najpierw były wsady do cudzych programów publicystycznych, potem reportaż i własna publicystyka. Miałam to

szczęście, że po Darku odziedziczyłam program publicystyczny. Za zgodą szefa zmieniałam mu nazwę na *Kto za, kto przeciw, kto się ustrzymał*. Wsady do programu robili mi reporterzy. Temat wiodący jednak zawsze ciągnęłam sama. Właśnie za taki temat dostałam pierwszą dużą nagrodę Stowarzyszenia Dziennikarzy Polskich. To była sprawa „Reduty” – porachunki mafijne i zamieszana w nie policja. Był rok 1996, komendant wojewódzki, który prosto ze studia poszedł na długie zwolnienie lekarskie, potem wyjechał do Moskwy. To rzeczywiście był materiał, który wpłynął na rzeczywistość. Zamieszani w aferę mieli układy wszędzie, również w radiu. Ależ ja z każdej strony wtedy oberwalam. Ile było telefonów i pogróżek, by zamknąć mi buzię. Łącznie z argumentami, że podważam społeczne zaufanie do policji. I tu opowiem ci anegdotę. Wracalam zmęczona do domu i oczywiście jechałam dużo za szybko. Na drodze zatrzymała mnie drogówka. Mam przerabane, pomyślałam. Na pewno skojarzą nazwisko (tym bardziej, że wtedy miejsce pracy było zapisane w dowodzie osobistym), a oni obejrzeni dokumenty, zsalutowali, powiedzieli, żebym uważała na siebie. I że mi dziękują. Wtedy wiedziałam, że to, co robię, ma sens...

#### **Zajmowałaś się również sprawą Małgosi z Miłoszyc.**

Tak. I o tym nie porozmawiamy. Sprawa jest powtórnie w sądzie, a ja mam być świadkiem. To nic, że od 2011 roku nie jestem dziennikarzem, odmówię zeznań. W pierwszej sprawie też odmówiłam. Choć zarówno sąd, jak i prokuratura chcieli mnie do nich zmusić. Prokurator, który zresztą potem został aresztowany za korupcję, zwolnił mnie nawet z tajemnicy dziennikarskiej, dopiero w apelacji wygrałam. Teraz nie wyobrażam sobie, że będzie inaczej.

#### **Dlaczego nie chcesz o tym mówić?**

Pracowałam jako dziennikarz i jako dziennikarz zdobywałam informacje.

Mogę powiedzieć jedno: system zawsze miał narzędzia, żeby dojść do prawdy i ma te narzędzia także obecnie. Dziennikarz, który ma wspierać system sprawiedliwości, żeby ten mógł poprawnie działać, to jest kompromitacja. Koniec. Powiem tylko, że jest mi szalenie przykro. Przez wiele lat przyjaźniłam się prywatnie z rodzicami Małgosi.

#### **Nie chcesz, żeby prawda wyszła na jaw?**

Ja nie wiem, jaka jest prawda. Do wszystkich moich materiałów sąd ma dostęp. Trzy lata pracowałam, żeby sprawa nie była umorzona, wrzucona na dno szafy, żeby nie zatrzasnęli akt jak wieka trumny. Walczyłam, żeby jej nie umarziali, żeby szukali. Chciałam zmusić system do pracy. Jak zmusiłam i wszystko spier... to co, znowu jestem potrzebna? To są drzwi, które za sobą zamknęłam.

#### **Dlaczego?**

To moja decyzja. Bardzo świadoma. I nie pogadam z tobą (nawet z tobą) o tym. Kropka.

#### **Tvoja najbardziej wzruszająca dziennikarska przygoda?**

*Osieroceni*. Czyli historia tajnego ośrodka dla koreańskich dzieci w Polsce. Dwie audycje, film i książka. Wszystko zaczęło się od grobu trzynastoletniej Koreanki na cmentarzu Osobowickim. W jaki sposób w 1955 roku znalazła się na Dolnym Śląsku? Jej historia dała początek opowieści o grupie ponad tysiąca dzieci z Korei Północnej. O to, by Polska przyjęła sieroty z ogarniętego wojną kraju, poprosił Kim Ir Sen. To było mocne. Nie powiem, że się wzruszałam, bardziej empatycznie zbierałam emocje. Jakbym sama się miała wzruszać, nic bym nie zrobiła. Trzeba było być takim ciekawskim trochę, trochę naiwnym. Ludzie myśleli, że szukam błędu lekarskiego sprzed pięćdziesięciu lat... Powodu, dlaczego mała dziewczynka zmarła w szpitalu. Wzruszam się dziś. Jak powtarzali *Osieroconych* i usłyszałam końcówkę z listem: „...a jak w tym roku jest w ogrodzie, to pamiętasz mnie tato...”.



...

Opowiem ci jeszcze o Boguszowie-Gorcach. Jeździłam tam często, byłam zaprzyjaźniona z wieloma osobami. Przeżyłam z nimi upadek miasta, likwidację kopalń w latach dziewięćdziesiątych, depresje ludzi. Minęło kilka lat i nagle informacja, że zaginął dziesięcioletni chłopiec. Jego ciało znaleziono w lesie, przy stacji Drogi Krzyżowej Górniczego Trudu. Pełna metafizyka. Zabił go jego mistrz, trener walk wschodu. Razem z Patrikiem Yoką kręciliśmy materiał filmowy przez dwa lata. Zapada wyrok: dwadzieścia pięć lat, apelacja. Mija kolejny rok, wyrok prawomocny: dożywocie z możliwością opuszczenia więzienia nie wcześniej niż po czterdziestu latach. Mamy kupę materiału zdjęciowego, zaprzyjaźniliśmy się z rodzicami i siostrą zamordowanego chłopczyka, relacja jest prawdziwa, obserwujemy, jak ta rodzina po okrutnej zbrodni się rozpada... Nie ma sprawiedliwości. Nie ma też dobrego reportażu. Bo jak pokazać, że śmierć to lej po bombie, że się wszystko rozlatuje? Po co? To każdy wie.

Dni zdjęciowych poszło bez liku. Koszty... Producent naciska. A my nie wiemy, po co montować ten film.

Gdzie jest nadzieja? Boże, daj coś na pointę, bo ta historia, choć równie straszna, co atrakcyjna, nie ma sensu.

Mija dłuższy czas, czasami wpadam do nich na kawę, niby przejazdem, marazm i depresja. Po ludzku zastanawiam się, czy ta historia mimo wszystko może mieć jakieś dobre zakończenie. Czy Bóg da tej rodzinie ukojenie. Nie widzieliśmy się przez dłuższy czas i nagle telefon. Głos w słuchawce: „Ja wiem, że takie sprawy powinno się osobiście, ale dawno cię u nas nie było, a mamy prośbę. Czy zgodzicie się z Patrikiem zostać rodzicami chrzestnymi naszego dziecka?”. Szok i radość. Nasz film kończy się ujęciem w kościele. Trzymamy do chrztu noworodka. Ogromne wzruszenie. Chyba największe w mojej dziennikarskiej karierze. Przeszliśmy na drugą stronę kamery, ale skoro robimy dokument, a rzeczywistość jest taka, że jesteśmy chrzestnymi, to dlaczego nie?

**Nagrania, filmy, nagrody i decyzja o zakończeniu kariery dziennikarskiej. Dlaczego?**

Decyzja podjęła się sama.

**Nie do końca chce mi się wierzyć, to jednak zostaje we krwi...**

Krew to krew, życie to życie, a praca to praca. Po pierwsze dziennikarstwo się bardzo zmieniło (już wtedy, dziesięć lat temu, nie teraz). To wtedy polityka zasłoniła potrzebę szukania prawdy. Ja oczywiście zawsze miałam swoje poglądy, ale nigdy się z nimi nie obnosiłam na antenie. Jak na początku, w anegdocie o pannie w ciąży. Po drugie, wszystkie tematy już robiłam. Te, które miały tak zwane „branie”, mnie nie interesowały. Trudno było pozostać niezależnym i profesjonalnym.

Los sprawił, że zakończyły się kwestie spadkowe dotyczące domu i gospodarstwa moich dziadków. Uznałam, że nie będę się dalej męczyć, odremontuję dom i na „dziadkowiźnie” otworzę pensjonat i agroturystykę. Na początku „jedną nogą” wróciłam w rodzinne strony, do gminy Wińsko. Tyle tu pięk-

nych rzeczy niepokazanych światu: Białków na przykład i obserwatorium astronomiczne, które stworzył szaleniec sto lat temu, ruiny pierwszej na świecie cukrowni produkującej cukier z buraków cukrowych wzniesionej przez Franza Karla Acharda w miejscowości Konary, Pastorówka w Słupie... Co z tego, że odbudowaliśmy dom i nie było problemu z gośćmi, myślałam, co zrobić, żeby pokazać te nasze cuda zrujnowane, pozamykane i za zardzewiałą siatką. Do większości ani drogi, ani drogowskazu...

**Wtedy postanowiłaś, że zostaniesz wójtem?**

Nie. Wtedy namawiałam znajomych, żeby startowali na wójta (był rok 2014).

**Efekt?**

Ja ich nie przekonałam, ale oni przekonali mnie. Ja, która po skończeniu szkoły mówiłam, że jedno jest w życiu pewne. Mianowicie, że ja tu nigdy do Wińska nie wrócę (*śmiech*).

**Czyli „na kobiety stałość niewzruszoną ślubując...”, można by zacytować klasyka.**

Sprawa okazała się kłopotliwa. Najstarsza córka była w klasie maturalnej, młodsza w szkole średniej, a syn w gimnazjum. Wszystko w Oławie, bo pod koniec lat 90. pobudowaliśmy się z mężem pod Oławą, pozbyliśmy

się wrocławskiego mieszkania. Nie da się być wójtem dojeżdżającym sto kilometrów ani e-wójtem. Trzeba być na miejscu, i to siedem dni w tygodniu. Rodzina jednak wsparła mnie z całą mocą. Stopniowo przenosili się do mnie, aż latem 2015 byliśmy wszyscy znowu razem. Nie na długo. Najstarsza córka poszła na studia i mieszka we Wrocławiu, młodsza uznała, że pełnoletniość zobowiązuje i również wyprowadziła się z domu. Najmłodszy syn skończył szkołę i uruchomił małą firmkę pielęgnacji zieleni. Dobrze mu idzie, jak na początek. Mieszkamy razem, choć dziadkowy dom po zlikwidowanej agroturystyce jest tak duży, że tylko po muzyce (jest też DJ-em), wiem, kiedy syn jest w domu.

**Planowaliście troje dzieci?**

Niczego nie planowaliśmy, życie się samo zaplanowało w tym względzie. Stąd nasze adopcje, średnio co trzy lata, czyli jak okrzepiliśmy w boju, zabieraliśmy się za następną, zamknęły się liczbą trzy. Wiodło nam się bardzo dobrze, czuliśmy potrzebę dzielenia się tym, co mamy.

**Piszesz książkę?**

Coś ty. Nie mam czasu. Bycie wójtem to sport ekstremalny. Chociaż, tak sobie myślę, że wiele rzeczy, które tutaj robimy, nadaje się na książkę. Więc może, jak przejdę na emeryturę...

### Jolanta Kryswata

Najdłużej związana z Polskim Radiem Wrocław. Jednocześnie współpracowała ze stacjami telewizyjnymi, m.in. Polsatem – talk show *Podejrz no do płota*, *Nasze dzieci*, Polsatem News – *Ostatnia instancja*, z RTL7 – *Zoom*, TVP 1 i TVP 2 – *Express Reporterów*, *Czas na dokument*, TVP Wrocław – *Raport* i *Kto za, kto przeciw, kto się wstrzymał* oraz z tytułami prasowymi i wydawnictwami, m.in. *Agora*, *Press*, *Prószyński i s-ka*. Reportaże w „Przeglądzie”, „Polityce”, „Magazynie” i późniejszym „Dużym Formacie Gazety Wyborczej”; kolumnistka „Nowego Dnia”, reportażystka „Magazynu Gazety Wrocławskiej”, autorka artykułów dokumentalnych w kwartalniku historii współczesnej „KARTA”. Autorka scenariuszy do filmów dokumentalnych dla TVP: *I nie opuszczę cię aż do śmierci*, *Co dzień bliżej nieba* i *Kim Ki Dok*, reżyserka filmów dokumentalnych *Nigdy nie wrócisz do domu*, *Walet Pik*, *Zmartwychwstania miało nie być*. Pomysłodawczyni i współautorka cyklu *Droga Krzyżowa* oraz współautorka Wystawy Fotografii i Dźwięku *Ludzie z Barytu*. Autorka powieści dokumentalnej *Skrzydło anioła*. Ważniejsze nagrody: SDP, Grand Press, Oczy Otwarte, Grand Prix Centrum im. Jana Pawła II, laureatka pierwszej dla Polski nagrody Prix Europa za audycję dokumentalną *Osieroceni*. Od grudnia 2014 roku wójt gminy Wińsko na Dolnym Śląsku.

**ŚLAD HISTORII** to nowy cykl w naszej gazecie. W każdym wydaniu Tomasz Sokołowski, historyk i działacz społeczny, będzie nas prowadził ścieżkami dawnych dziejów. Pojawiają się tu opowieści dawne i współczesne, te zapomniane i te, o których wszyscy dobrze pamiętamy. Obiecujemy, że będzie ciekawie. W tym numerze możecie poczytać o ostatnim Piaście.

# Jerzy Wilhelm. Książę legnicko-brzeski

Narody są dumne ze swojej przeszłości. Od początków historiografii poznajemy losy państw i narodów, którymi rządziły dynastie. W starożytnym Egipcie było ich ponad trzydzieści. Rosjanie mieli swoich Rurykowiczów i Romanowów, Austriacy Habsburgów, a Czesi Przemyślidów. My, Polacy, Piastów, Jagiellonów i Wazów.

Piastowie byli założycielami państwa polskiego i naszą narodową dynastią. Jagiellonowie pochodzili z Litwy i można uznać, że pomimo faktycznego dziedziczenia tronu krakowskiego dynastia ta była formalnie monarchią dziedziczną jedynie na Litwie, a w Koronie wybór króla musiał być akceptowany przez szlachtę. Wazowie byli dynastią szwedzką, a w Polsce rządzili jedynie na mocy wyboru przez sejm elekcyjny.

Protoplastą Piastów według Galla Anonima był Chościsko, a jego następcą Piast (ten, za którego panowania według



legdy myszy zjadły Popiela). Z tego rodu wywodziło się sześciu królów i niezliczona liczba książąt. Ostatnim

królem Piastem był Kazimierz Wielki, zmarły w 1370 roku.

Piastowie dalej jednak rządzili w różnych księstwach śląskich. Było wśród nich wielu wybitnych mężów stanu, takich jak Henryk Brodaty, jego syn Henryk Pobożny, prawnuk Henryka Brodatego – Henryk Probus, czy Bolko Mały.

Dziś chciałbym opowiedzieć historię księcia legnicko-brzeskiego Jerzego Wilhelma, syna Chrystiana i jego żony Ludwiki Anhalckiej. Był on ostatnim księciem ze śląskiej linii Piastów i całej dynastii.

Jego ojciec, książę Chrystian, który nosił się z zamiarem kandydowania do tronu polskiego po abdykacji w 1667 r. Jana Kazimierza, pragnął zachować pewną niezależność wobec Habsburgów. Pamiętając o swym piastowsko-polskim pochodzeniu, chciał dla podkreślenia związków z polską dynastią ochrzcić syna Jerzego Wilhelma imieniem Piast. Nie dostał na to jednak



zgody swojej żony i duchowieństwa protestanckiego.

Jerzy Wilhelm urodził się w 1660 roku na zamku w Oławie. Po śmierci ojca w lutym 1672 roku został spadkobiercą księstw brzeskiego i wołowskiego. W testamencie do czasu uzyskania przez Jerzego Wilhelma pełnoletności księżę Chrystian ustanowił regentką swoją żonę, Ludwikę.

Jerzy Wilhelm, wychowywany w duchu kalwińskim, był bardzo zdolnym dzieckiem. Opanował kilka języków obcych: polski, łacinę, włoski, hiszpański i francuski, odebrał staranne wykształcenie.

Wiele osób z niecierpliwością czekało, aż Jerzy osiągnie pełnoletność. Poddani nie byli zadowoleni z rządów regentki, która mocno zubożyła księstwo. W latach 1673-1675 Jerzy przebywał we Frankfurcie nad Odrą, gdzie miał własny dwór. Chociaż małoletni Jerzy niewiele podróżował, odwiedził jednak w Berlinie wielkiego elektora Fryderyka Wilhelma. Kiedy wrócił do Brzegu, namawiano go do przejęcia władzy w księstwie, na co, wbrew woli matki, wyraził zgodę.

Jeden z zaufanych doradców Jerzego Daniel Casper von Lohenstein pojechał do Wiednia i tam z rąk cesarskich uzyskał przeniesienie lenna z rąk regentki na młodego księcia. Jerzy Wilhelm natychmiast udał się do Wiednia, gdzie w dniu 14 lutego 1675 roku odbyła

się uroczystość złożenia hołdu cesarzowi Leopoldowi I.

Po powrocie 30 marca 1675 roku do Brzegu urządzono księciu Jerzemu wspaniałą wjazd i następnego dnia stany księstwa brzeskiego złożyły mu hołd. W sierpniu tego samego roku uroczyste odebrał także hołd od

Od najmłodszych lat uczestniczył w polowaniach. W listopadzie obchodzony jest dzień świętego Huberta, patrona myśliwych. Zgodnie z tradycją tego dnia 1675 roku Jerzy Wilhelm zarządził polowanie na jelenie. Było przeraźliwie zimno i książę nabawił się silnej gorączki. Zatrzymał się w chłopskiej chacie, gdzie na domiar złego panowała ospa.

Jerzy Wilhelm zmarł 21 listopada 1675 roku w wieku piętnastu lat. W ten sposób odszedł ze świata ostatni męski przedstawiciel kilkusetletniej dynastii Piastów.

Po jego śmierci całe księstwo przeszło w ręce cesarskie, a matka Jerzego Ludwika otrzymała jedynie wdowie dożywocie.

Pogrzeb Jerzego Wilhelma odbył się 30 stycznia 1676 roku, a trumna z ciałem spoczywa w kościele świętego Jana w Legnicy.

Ludwika przeżyła syna o pięć lat i została pochowana obok niego i męża. Linia żeńska Piastów dotrwała do roku 1707, kie-



stanów księstwa legnickiego, a następnie wołowskiego.

Swoje rządy piętnastoletni Jerzy Wilhelm rozpoczął od reform, ulepszając administrację księstwa. Zamierzał zająć się również kwestią naprawy dróg i poprawić bezpieczeństwo podróżujących.

Jak prawie wszyscy Piastowie Jerzy Wilhelm był zapalonym myśliwym.

dy to zmarła siostra Jerzego, Karolina. Zgodnie ze swoją wolą została pochowana w Trzebnicy, u stóp świętej Jadwigi.

Krew Piastów płynęła w żyłach wielu znacznych rodów królewskich w całej Europie. Trzeba pamiętać, że polską państwowość ukształtowali właśnie Piastowie.

Tomasz Sokołowski  
Ilustracje: Wikipedia

# Niebezpiecznie we własnym domu

*Wciąż panuje stan zagrożenia pandemicznego, dalej obowiązują przepisy nakazujące odbycie kwarantanny osobom powracającym z zagranicy, czy tym, które miały styczność z osobami chorymi na COVID-19.*

*Co zrobić, gdy podczas kwarantanny doświadczamy przemocy domowej? Czy można uciec z domu? Gdzie szukać pomocy? Wyjaśniamy.*

Część z nas, będąc na kwarantannie, nie ma większych problemów z pozostawaniem we własnym domu. W wielu miastach prężnie działa sąsiedzka i wolontariacka pomoc, zakupy możemy też zamówić telefonicznie i online. Psychicznie radzimy sobie lepiej lub gorzej, ale – zwłaszcza gdy koronawirusa przechodzimy bezobjawowo – czujemy się bezpieczni we własnym domu.

Isolacja, szczególnie ta przymusowa, ma jednak również inne oblicze: pełne lęku o każdy dzień, a nawet godzinę. W takim czasie bardziej niż dotychczas cierpią zastraszane, maltretowane ofiary

przemocy domowej. Cierpią zamknięte we własnym domu niczym w klatce, z której nie można wyjść. Bo za złamanie kwarantanny grożą surowe kary finansowe, włącznie z tymczasowym aresztem.

Co znaczące, do aktów przemocy dochodzi także w tych rodzinach, w których wcześniej nie było zachowań agresywnych. Psycholodzy tłumaczą to nowe zjawisko stresem wynikającym z zakazem opuszczania domu, a co za nim idzie – nierzadko utratą dochodów. Złość, gniew, frustracja manifestują się wtedy często wybuchami agresji skierowanymi w stronę najbliższych osób

– żony, dzieci. Sprawcy przemocy w obecnej sytuacji to oczywiście także osoby, które już wcześniej dopuszczały się jej wobec domowników. Część z nich z powodu pandemii przerwała terapię uzależnień, u innych nieleczony nałóg przybrał na sile.

## Plan awaryjny

Co robić, jak się bronić przed aktami przemocy? Rzecznik Praw Obywatelskich we współpracy z Fundacją Femi-noteka, Centrum Praw Kobiet i Niebieską Liniją IPZ opracował „Plan awaryjny” z informacjami na temat pomocy w czasie pandemii dla wszystkich, którzy w czterech ścianach doświadczają przemocy. Znajdziemy w nim porady, jak znaleźć bezpieczne miejsce w swoim domu, jak zachować się w sytuacji bezpośredniego zagrożenia, jak przygotować się do ucieczki, jak nauczyć dzieci dbać o bezpieczeństwo, w jaki sposób opracować strategię postępowania na wypadek

## Co robić nie tylko podczas kwarantanny,

Dzisiaj historia ze zdjęć. Sięgnijmy po wypełnione fotografiami albumy. Już samo przeglądanie i porządkowanie zdjęć potrafi wciągnąć, a proces przeglądania, sięgania pamięcią do przeszłych zdarzeń może być przyjemny i refleksyjny. Można na oglądaniu zdjęć i ich porządkowaniu zakończyć, ale można też twórczo się przy tym pobawić.

**Ćwiczenie 1:** Wybierz jedno zdjęcie, najlepiej takie, na którym jesteś, ale niekoniecznie sam. Zastanów się, dlaczego akurat ta fotografia przyciągnęła Twoją uwagę. Jakie wspomnienia się za nią kryją? Kiedy to było? Gdzie

to było? Kto Ci towarzyszył? Co się wtedy działo? A może pamiętasz inne szczegóły – jaka to była pora roku, jaka pogoda, czy to był miły czas, czy ważny dla Ciebie? A teraz usiądź wygodnie i napisz krótką historię tego zdjęcia. Możesz pisać w pierwszej osobie, np.: „Był rok 1974. Byliśmy na wakacjach w Ustce. Pamiętam, że tego dnia...”. A może łatwiej będzie Ci wprowadzić bohatera tej historii? Np. tak: „Anna miała wtedy 34 lata. To był jej pierwszy od pięciu lat wyjazd nad ukochane morze...”.

konieczności pomocy i co powinno się w niej znaleźć. W poradniku są także numery telefonów interwencyjnych oraz adresy bezpłatnych aplikacji mobilnych. Każda osoba doświadczająca przemocy domowej powinna przygotować taki plan awaryjny. Warto zajrzeć:

<https://www.rpo.gov.pl/pl/content/>

plan-awaryjny-przemoc-domowa-pomoc-w-epidemii

Prawnicy przypominają natomiast, że zgodnie z art. 26 kodeksu karnego „nie popełnia przestępstwa, kto działa w celu uchylenia bezpośredniego niebezpieczeństwa grożącego jakimkolwiek dobru chronionemu prawem, jeżeli niebezpieczeństwa nie można inaczej uniknąć, a dobro poświęcone przedstawia wartość niższą od dobra ratowanego”. Jeśli zatem podczas domowej izolacji dochodzi do aktów przemocy, zagrażających zdrowiu i życiu, mamy prawo opuścić miejsce kwarantanny i nie popełniamy wtedy przestępstwa. Musimy jednak zawiadomić policję i stację epidemiologiczną oraz oddalić się do odosobnionego miejsca, takiego, w którym nie będziemy narażać innych na zarażenie koronawirusem.

### Nie milcz! Reaguj!

Jeśli mamy możliwość, dokumentujmy akty przemocy (choćby za pomocą dyktafonu czy kamery w telefonie), pamiętając, że przemoc nie ogranicza się wyłącznie do tej fizycznej. Zastraszanie, szantażowanie, wyzywanie, poniżanie czy zmuszanie do seksu także oznaczają przemoc. W sytuacji zagrożenia nie bójmy się alarmować bliskich, a nawet sąsiadów. Czasem jeden telefon może uratować nam życie.

Jeśli natomiast jesteśmy świadkami przemocy, albo nawet tylko podejrzewamy, że ktoś może jej doświadczać, jesteśmy zobowiązani reagować. Zgodnie z Ustawą o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie osoby będące jej świadkami powinny zawiadomić policję, prokuratora lub organizację działającą na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Nie uspra-

wiedliwajmy się sami przed sobą, że nie widzieliśmy zdarzenia (za to słyszeliśmy krzyki, wołania o pomoc) i nie cedujemy zawiadomienia o dokonywaniu przemocy na innych sąsiadów. Efekt widza, zwany też efektem obojętnego przechodnia, to zjawisko polegające na rozproszeniu odpowiedzialności. Nie reagujemy na kryzysowe zdarzenie, sądząc, że inni na nie zareagują. W konsekwencji osoba znajdująca się w niebezpieczeństwie w ogóle nie otrzymuje pomocy.

Nie bądźmy obojętni na cudzą krzywdę! Reagując, dajemy szansę na zdrowie, a często i życie ofiarom przemocy.

Magda Wieteska

## ludzka sprawa

pomagać potrzebującym

### Uruchamiamy „Bank czasu”

Jeżeli możesz pomóc tym, którzy w czasie zagrożenia epidemicznego powinni zostać w domach: ludziom starszym, schorowanym i samotnym z terenu powiatu trzebnickiego, lub potrzebujesz pomocy, zadzwoń:

**+48 790 406 330**

**+48 508 505 916**

Z wolontariuszem podpiszemy umowę, która z mocy ustawy o wolontariacie gwarantuje ubezpieczenie.

Projekt „Ludzka Sprawa – pomagać potrzebującym” jest dofinansowany przez Marszałka Województwa Dolnośląskiego

## czyli pomysły na twórcze ćwiczenia

**Ćwiczenie 2:** Wybierz 4-5 zdjęć ze swojego albumu. Zwróć uwagę, by nie były to podobne ujęcia, w tej samej scenerii, w tym samym czasie. Ułóż je w takiej kolejności, by móc przedstawić pewną historię opartą na fotografiach. Pamiętaj, że dobra historia powinna mieć początek, rozwinięcie, punkt kulminacyjny i zakończenie. Teraz pod każdym zdjęciem napisz kilka zdań, ale tak, by stanowiły podstawę do ciągu dalszego historii, czyli nawiązywały do następnej fotografii. Jeśli brakuje Ci zdjęcia, który będzie punktem kulminacyjnym opowieści, sięgnij jeszcze raz do swojego albumu. Historia już jest? To teraz, na koniec, nadaj jej tytuł.

Autorką pomysłów jest Magda Wieteska – pedagog, andragog, dziennikarka, autorka książek i artykułów naukowych. Instruktorza warsztatów dziennikarskich i literackich. Od 2015 r. prowadzi warsztaty na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Uniwersytecie Wrocławskim. Efektem zajęć stała się wydana w 2019 r. książka pod jej redakcją napisana przez seniorów (*Mój przyjaciel smartfon*). Więcej: <http://magdawieteska.pl/> W następnym numerze opublikujemy kolejne twórcze pomysły Magdy.

(redakcja)

# ProteGO Safe dla wszystkich

***Najnowsza wersja aplikacji ProteGO Safe jest już dostępna w sklepach Google Play i App Store.***

***Aplikacja powiadamia o możliwym kontakcie z koronawirusem. Jest bezpłatna, dobrowolna i bezpieczna. Może skutecznie zahamować rozprzestrzenianie się koronawirusa. Jest jednak jeden warunek: powinno z niej korzystać możliwie najwięcej osób. Dlatego zachęcamy: pobierz i korzystaj z aplikacji ProteGO Safe. Wszystko w Twoich rękach.***

## **Pobierz i... możesz zapomnieć**

Polska jest jednym z pierwszych krajów, które udostępniają swoim obywatelom tak dopracowane rozwiązanie. ProteGO Safe to efekt pracy polskich programistów. W aplikacji wykorzystujemy też rozwiązanie opracowane przez firmy Google i Apple. Nasz priorytet? Bezpieczeństwo i prywatność.

– Aplikacja nie śledzi naszej lokalizacji, nie wie z kim i kiedy się widzieliśmy. Nie ma dostępu do żadnych danych ani plików, które trzymamy w telefonie – przypomina minister cyfryzacji Marek Zagórski. – Aby zadbać z nią o swoje, ale i swoich bliskich bezpieczeństwo, nie musimy robić wiele. Wystarczy ją zainstalować i uruchomić. Resztę aplikacja robi już za nas – dodaje szef MC.

A co robi? Przede wszystkim monitoruje nasze otoczenie w poszukiwaniu

innych urządzeń (nie użytkowników), w których także zainstalowana jest ProteGO Safe. To urządzenia się komunikują. Użytkownicy mogą nic o sobie nie wiedzieć.

Po co monitoruje? Po to, by gdy jeden z użytkowników aplikacji zachoruje na koronawirusa, mógł na telefony innych napotkanych osób wysłać odpowiednie powiadomienie. Nikt nigdy nie dowie się kto zachorował, ani gdzie tę osobę spotkaliśmy.

## **Zabierz aplikację na wakacje**

Wyobraźmy sobie taką sytuację. Jedziemy na wakacje lub na weekend. Pociągiem lub autobusem. Podróż trwa trzy godziny. Kto z nami jedzie? Być może rodzina lub znajomi, ale także kilkadziesiąt lub kilkaset innych osób, których nie znamy. Być może nigdy więcej się z nimi nie zobaczymy. Nie wiemy, czy któraś z tych osób jest chora na koronawirusa. Być może ona sama o tym nie wie, bo na tym etapie przechodzi chorobę bezobjawowo. Czy nie chcielibyśmy dostać powiadomienia, gdyby okazało się, że któryś z współpasażerów zachoruje? To szansa na szybką reakcję i kontakt ze specjalistą.

Aplikacja ProteGO Safe właśnie takie powiadomienia wysyła. W pełni anonimowo. Dlatego tak ważne, aby możliwie najwięcej osób miało ją zainstalowaną w swoich telefonach. Powiadomienia są wysyłane tylko do użytkowników aplikacji. Wraz z powiadomieniem otrzymujemy wskazówki, jak się zachować i – w razie potrzeby – z jakim specjalistą się skontaktować.

Jeśli nie jeździsz pociągiem lub autokarem, pomyśl o liczbie osób, które spotkasz na plaży lub w kolejkach w sklepach czy restauracjach.

– Zainstalowanie aplikacji nic nas nie kosztuje. Ten niewielki gest może

za to realnie nam pomóc. Z zainstalowaniem ProteGO Safe poradzą sobie nawet osoby starsze, czy gorzej radzące sobie z nowymi technologiami – mówi minister cyfryzacji Marek Zagórski. – Zachowujmy dystans społeczny, tam, gdzie trzeba, nośmy maseczki, a w telefonie miejmy zainstalowaną aplikację ProteGO Safe – apeluje szef MC.

## **Daj sobie pomóc**

Aplikacja analizuje długość (czas) i odległość kontaktu. Jak zakażony będzie mógł poinformować innych użytkowników aplikacji o swojej chorobie?

Po otrzymaniu pozytywnego wyniku testu na koronawirusa skontaktuje się z nim pracownik Centrum Kontakt, który poza informacjami dotyczącymi dalszego postępowania przekaże mu także numer PIN, który umożliwi przesłanie informacji na urządzenia innych użytkowników aplikacji, z którymi miał kontakt w ostatnich 14 dniach.

Ważne! Taka informacja trafi tylko na urządzenia innych użytkowników aplikacji. Jeśli mieliśmy kontakt z tą osobą, a na swoim telefonie nie mamy zainstalowanej aplikacji, nie otrzymamy takiego powiadomienia.

Poza monitorowaniem otoczenia i wysyłaniem powiadomień o możliwym kontakcie z koronawirusem ProteGO Safe daje także możliwość monitorowania stanu zdrowia.

Możemy to robić, wykonując test oceny ryzyka i prowadząc dziennik zdrowia. Zarówno test oceny ryzyka, jak i dziennik zdrowia, są częścią aplikacji. Na podstawie odpowiedzi udzielonych w teście oraz analizy naszych kontaktów aplikacja na bieżąco informuje, w jakiej grupie ryzyka zachoro-

wania jesteśmy – niskiej, średniej czy wysokiej. Wraz z informacją o grupie ryzyka aplikacja przekazuje odpowiednie informacje, porady i wskazówki dotyczące ochrony naszego zdrowia.

### Po pierwsze – zaufanie

ProteGO Safe stworzyliśmy na bazie wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO). Jest zgodna z wytycznymi Komisji Europejskiej i przepisami dotyczącymi ochrony danych osobowych. Przeszła niezależne i obiektywne testy bezpieczeństwa. Stale współpracujemy z gronem ekspertów, którzy na każdym etapie prac nad aplikacją czuwają nad jej bezpieczeństwem. Proces tworzenia

ProteGO Safe jest transparentny. Kod źródłowy aplikacji jest publiczny.

Zdajemy sobie sprawę, że aby przekonać Polaków do korzystania z aplikacji, muszą mieć do niej zaufanie.

– Wierzymy w odpowiedzialność Polaków, którą już wielokrotnie udowodnili. Korzystanie z ProteGO Safe ma sens, może nam skutecznie pomóc. Dlatego zachęcamy Polaków do korzystania z tego rozwiązania. Wszystko w naszych rękach – apeluje minister zdrowia Łukasz Szumowski.

### Pobierz ProteGO Safe już dziś

Warto zacząć korzystać z ProteGO Safe jak najszybciej. Skąd i jak ją pobrać? To bardzo proste.

Jeśli korzystasz z telefonu z systemem Android – aplikację znajdziesz w sklepie Google Play. Jeśli Twój smartfon to iOS – znajdziesz ją w App Store. Niezależnie od modelu telefonu, sklepy znajdziesz na pulpicie smartfonu.

Będąc w sklepie (Google Play lub App Store),

w polu wyszukiwania wpisz nazwę aplikacji, czyli ProteGO Safe. Po jej wyszukaniu kliknij przycisk „Instaluj”.

Aplikacja zainstaluje się na pulpicie Twojego telefonu. Tam ją znajdziesz. Aby ją uruchomić, kliknij w ikonę aplikacji na pulpicie telefonu. System podpowie Ci, co zrobić dalej.

Do ProteGO Safe nie trzeba się logować. Aby ją uruchomić, nie musisz podawać żadnych swoich danych osobowych, ani nawet numeru telefonu.

Jeśli potrzebujesz pomocy w instalacji, nie wstydź się o nią poprosić dzieci, wnuków czy znajomych. Pobierz aplikację i zachęcaj do tego innych. Pamiętaj, im więcej z nas z niej korzysta, tym lepiej.

*Materiały Ministerstwa Cyfryzacji*



# Uwaga, rak!

***W naszym magazynie ponownie publikować będziemy rozmowy z lekarzami z Kliniki Onkologii i Hematologii Dziecięcej we Wrocławiu. Minęło już trochę czasu, od kiedy rozpoczęliśmy cykl „Uwaga, rak!”. Dlatego też o autoryzację rozmów poprosiliśmy profesor Alicję Chybicką.***

***W tym numerze o nowotworach tkanek miękkich mówi profesor Bernarda Kazanowska.***

Wywodzą się z pierwotnej tkanki, która docelowo przekształca się w dojrzałą tkankę mięśniową, naczyniową, tłuszczową, włóknistą i inne. Czyli to, z czego zbudowany jest prawie cały nasz organizm. Na pewnym etapie rozwoju dochodzi do jakiegoś nagłego genetycznego zaburzenia w organizmie, co sprawia, że tkanka nie różnicuje się w dojrzały na przykład mięsień, tylko rośnie sobie w postaci guza. Dobrze, jeśli nowotwór umiejscawia się w miejscu widocznym. Gorzej, jeśli zaczyna rosnać w środku. Takie przypadki są najtrudniejsze do zdiagnozowania. Na szczęście są to nowotwory rosnące powoli, teoretycznie więc jest dość czasu, żeby zaobserwować zmiany zachodzące w organizmie. Niestety, często jednak właśnie fakt, że te zmiany nie następują szybko, sprawia, że człowiek przyzwyczaja się i nie zwraca na nie uwagi. Sprawę dodatkowo komplikuje często niecodzienna lokalizacja takiego nowotworu.

Nowotwór tkanki miękkiej może wystąpić w każdym wieku, ale są takie dwa szczególnie niebezpieczne momenty: między czwartym a szóstym rokiem życia oraz w czasie wzrastania i dojrzewania. W tym pierwszym okresie to rodzice powinni obserwować wszelkiego rodzaju niepokojące objawy i na nie reagować. Znacznie częściej jednak trafiają do nas ludzie młodzi, którzy wstydy

się powiedziec o zauważonych zmianach. Właśnie u dzieci starszych nowotwory tkanek miękkich chętnie umiejscawiają się w okolicach kończyn, miednicy czy jąder.

Bardzo trudne do diagnozowania są guzy zlokalizowane w okolicy głowy lub szyi.

To jest nowotwór, który rozwija się z tkanki mięśniowej powieki. I teoretycznie łatwo taką zmianę zauważyć. Mama zabiera dziecko i idzie do okulisty, który przez jakiś czas leczy stan zapalny powieki. Rzeczywiście, początkowo oko jest zaczerwienione, dopiero potem widać, że ta zmiana staje się twarda. To jest bardzo ważne – naciek nowotworowy jest najczęściej twardy.

Często takiej narośli towarzyszy bolesny stan zapalny, a czujność onkologiczną osłabia wciąż panujące przekonanie, że rak w początkowym stadium nie boli. Nie dajmy się temu zwieść.

Bywa również tak, że na zewnątrz nie widać zmiany, guz rośnie w środku. Jest to tak zwana lokalizacja oponowa czy wewnątrzczaszkowa. Bardzo często umiejscawia się za gałką oczną, powodując niesymetryczny wytrzeszcz oka.

Mamy tu przykład nowotworu w jamie ustnej. Pacjent trafił oczywiście do stomatologa. Niepokój powinien wzbudzić charakterystyczny gronowy kształt narośli.

Na początku również u dentysty leczyła się dziewczynka, której tylko niewielka część guza widoczna była w jamie ustnej. Znacznie większa i bardzo niebezpieczna narośl tworzyła się wewnątrz głowy. Dziecko miało trudności z przełykaniem, co opisywało jako glut w gardle. Ważne, aby lekarz pierwszego kontaktu nie lekceważył takich sygnałów.

Bardzo niebezpieczny jest nowotwór rozwijający się w środku ucha. Początkowo daje objawy przewlekłego stanu zapalnego, któremu często towarzyszy ropny wyciek. Kiedy jednak pojawia się wydzielina zabarwiona krwią, to sygnał, że mamy do czynienia z czymś znacznie poważniejszym i należy zrobić głębsze badanie laryngologiczne lub tomografię komputerową. To są zmiany, które siedzą bardzo, bardzo głęboko.

Takim ewidentnym sygnałem, że dzieje się coś niebezpiecznego, jest porażenie nerwu twarzewego spowodowane rozwojem nowotworu, co objawia się niesymetrycznym opadaniem jednego kącika ust.

Oczywiście najłatwiej jest rozpoznać taki nowotwór, który jest na zewnątrz.

Chociaż ten chłopiec dość długo hodował tę zmianę i również był leczony dermatologicznie różnymi maściami, dopiero kiedy leczenie nie przynosiło efektów, pobrano wycinek do badania onkologicznego.

*Notowała Anna Morawiecka*

Ważne! Charakterystyczne dla tego nowotworu są zmiany niesymetryczne (zmniejszenie szpary jednego oka, wytrzeszcz jednego oka, opadanie jednego kącika ust itp.).

Czekamy na pytania. Wszystkie zostaną przekazane lekarzom onkologom i na wszystkie postaramy się odpowiedzieć na łamach naszej gazety.

W kolejnym numerze „Ludzkiej Sprawy” rozmowa z profesorem Bernardą Kazanowską o nowotworach tkanki miękkiej w okolicach kończyn, miednicy i jąder.

# Popularna witamina

O witaminie D slyszal chyba kazdy. Naukowcy twierdza, ze na jej niedobor cierpi okolo osiemdziesieciu procent populacji. Spróbujmy odpowiedziec na pytanie, jaka jest rola witaminy D i w jaki sposob powinniemy zapobiegac ewentualnym deficytom tego waznego elementu w naszym organizmie.

## Rola witaminy D

Witamina D reguluje gospodarkę wapniowo-fosforanową, do jej głównych zadań należy poprawa pobierania wapnia z przewodu pokarmowego. Odpowiedni poziom witaminy D stwarza optymalne warunki do mineralizacji kości (co oznacza zmniejszenie ryzyka i częstości złamań) oraz prawidłowego rozwoju szkieletu płodowego. Optymalny poziom witaminy D zapobiega infekcjom górnych dróg oddechowych. Zmniejsza znacząco szansę na cukrzycę typu I, pod warunkiem jednak, że o jej odpowiedni poziom dba się już od najmłodszych lat (niektóre badania mówią o 80% zmniejszenia ryzyka w stosunku do ryzyka populacyjnego). Ma ona swoje udowodnione działanie przy PCOS (zespole policystycznych jajników), depresji, nowotworach, nadciśnieniu i wielu innych schorzeniach. Prawdę mówiąc, naukowcy uważają, że wciąż poznajemy znaczenie, jakie dla naszego organizmu ma witamina D. Naukowcy są pewni, że jeszcze wiele jej zalet mogło nie zostać odkrytych.

## Źródła witaminy D

Są dwa podstawowe źródła, z których nasz organizm czerpie witaminę D. Pierwszym, ogólnodostępnym, jest



**IU**  
jednostka międzynarodowa,  
jednostka aktywności substancji  
biologicznie czynnych (witamin, leków itp.)

**ng/ml**  
nanogram na mililitr,  
jednostka stosowana przy oznaczeniu  
stężenia poziomu witaminy D

promieniowanie słoneczne, drugim są produkty pokarmowe, zwierzęce i roślinne, takie jak tłuste ryby, jaja, grzyby. Przyjmuje się, że aby zapewnić wystarczającą dawkę witaminy D z diety, powinno się zjadać jedną porcję tłustej ryby dziennie. Nie ukrywajmy, jest to dość trudne do wykonania, dlatego przyjęło się, że pożywienie pokrywa od 10% do 20% zapotrzebowania. Inaczej jest ze słońcem. W naszym kraju optymalne warunki do czerpania witaminy D z natury panują od kwietnia do września. W tym czasie wystarczy w godzinach od 10:00 do 15:00 wystawić na kwadrans na słońce co najmniej 18% odkrytego ciała, aby zapewnić syntezę dziennej dawki witaminy D.

Oczywiście nawet w okresie letnim występują ryzyka niedoborów, co zależy od pigmentacji skóry, stosowania kremów z filtrem, otyłości, nadwagi i wieku. Musimy wiedzieć, że wystarczająca podaż to 600IU (jednostek międzynarodowych) na dobę, ale kluczowe jest stężenie omawianej witaminy, które

wynosi od 30-50ng/ml (nanogram na mililitr).

## Suplementacja w Polsce

Zalecana suplementacja dla ludzi dorosłych w naszym kraju wynosi między 800 a 2000IU na dobę od września do kwietnia, kiedy to nie zapewniamy syntezy skórnej, natomiast dla ludzi zakwalifikowanych do grupy ryzyka, po ówczesnym ustaleniu stężenia metabolitu 25(OH)D (oznaczenie poziomu witaminy D wykonane w laboratorium) przyjmuje się dawkę nawet do 4000IU podawaną przez cały rok. W przypadku stwierdzonych niedoborów ustalane są dawki lecznicze do uzyskania optymalnego stężenia – wymaga to konsultacji lekarskiej.

## Nadmiar witaminy D

Uważa się, że synteza skórna poprzez ekspozycję na promieniowanie słoneczne nie może doprowadzić do nadmiaru stężenia witaminy D. Problem pojawia się, kiedy stosujemy nieprzemyslaną i niekontrolowaną suplementację, dostarczamy dawki nawet do 10000IU, która uznawana jest za dawkę niebezpieczną, oraz kiedy stężenie metabolitu we krwi przekracza 100ng/ml (stężenie toksyczne). Jeśli wskazana jest suplementacja witaminy D, najlepiej stosować preparat w formie leku, co daje nam pewność, że dawka deklarowana na opakowaniu rzeczywiście znajduje się w produkcie. Bardzo często witaminie D towarzyszy witamina K2, ale trzeba mocno podkreślić, że obecnie brak jest wiarygodnych rekomendacji, by suplementować te witaminy wspólnie.

Tobiasz Biernacki

W okresie letnim możemy dzięki ekspozycji na promieniowanie słoneczne zapewnić naszemu organizmowi pożądaną dawkę witaminy D, natomiast w okresie od września do kwietnia wskazane jest pomaganie naturze i przyjmowanie witaminy D w formie leku

# Smoczek okiem logopedy

## Rozmowa z logopedą Alicją Kopertyńską

**B**ardzo często młodzi rodzice zastanawiają się, czy smoczek jest dla dziecka bezpieczny. Dylemat pojawia się najczęściej wtedy, gdy podanie smoka ułatwia zasypianie dziecku, sprawia, że nie marudzi i jest ogólnie spokojniejsze.

Uważam, że maluchy z mocnym odruchem ssania, które często chcą być przystawiane do piersi, ssą kciuk, pościel, są niespokojne, mogą dostawać smoczek. Warto go podawać, szczególnie wtedy, gdy zaczynają ssać kciuk. Dlaczego? Ponieważ w przyszłości dziecku łatwiej będzie rozstać się ze smoczkiem niż z kciukiem, który zawsze jest „pod ręką”.

Przyjmuje się jednak, że smoczek należy odstawić, gdy dziecko skończy osiem miesięcy, a najpóźniej między osiemnastym a dwudziestym czwartym miesiącem życia. Do tego czasu niemowlę powinno ssać. Warto powiedzieć, że jeśli dziecko ma problemy ze ssaniem, to w przyszłości może mieć problemy z wymową np. głosek tylnojęzykowych, czyli [k], [g], [ch].

Moim zdaniem o odstawieniu smoczka rodzice powinni zacząć myśleć z chwilą, gdy u ich pociechy pojawiają się pierwsze zęby, bo wtedy dziecko powinno już nie tylko ssać, ale przede wszystkim gryźć. Gryzienie, jedzenie stałych pokarmów bardzo dobrze wpływają na rozwój szczęki, a tym samym – aparatu mowy. Są wręcz konieczne do prawidłowego rozwoju mowy.

Zdarza się jednak, że rodzice bagatelizują ten problem, a dziecko chodzi, śpi, a czasami nawet mówi, trzymając smoka w buzi. Wtedy pojawia się problem. Czyli wady zgryzu, złe ułożenie języka, a co z tym idzie – wady wymowy.

Nadużywanie smoczka, ale też, co warto podkreślić, butelek ze smokiem,

### Porady logopedy

- Jeśli wybierasz smoczek dla dziecka, zwróć uwagę na to, aby był płaski przy nasadzie i lekko zaokrąglony przy końcu. Smoczek nie może być duży i okrągły. Musi być giętki i elastyczny.
- Jeśli dziecko ma już pierwsze ząbki, wymień butelkę ze smoczkiem na kubek 360° i łyżeczkę. łyżeczką napoisz i nakarmisz dziecko bez utrwalania złych odruchów. Pamiętaj tylko, aby dziecko mogło samo ściągać jedzenie z łyżeczki. To wspaniałe ćwiczenie dla warg!

kubeczków z dziubkami, ma niestety złe następstwa. Podam kilka przykładów: zgryz otwarty, problem z odpowiednim napięciem mięśnia okrężnego ust, seplenienie międzyczębowe, seplenienie boczne. W pierwszym przypadku wada powstaje na skutek złego ułożenia języka, który wypycha przednie zęby. To złe ułożenie języka względem podniebienia często jest spowodowanego właśnie długotrwałym ssaniem smoczka, kciuka, smoka od butelki. W drugim przypadku przy słabym napięciu mięśnia okrężnego ust obserwujemy niedomykanie, opadanie buzi. Nazywam to mało zwartą buzią. Dziecko ma „gapiowaty” wyraz twarzy, zdarza się też bezwiedne ślinienie. Seplenienie międzyczębowe lub boczne, czyli wady związane z nieprawidłowym ułożeniem języka, są najtrudniejsze do korekcji wady wymowy. Wychodzenie ze seplenienia może trwać nawet dwa, trzy lata. Poza tym „smoczkowe” dzieci mają problemy z gryzieniem twardych pokarmów. A złe gryzienie to nieprawidłowy rozwój mięśni szczęki, co oczywiście nie pozostaje bez wpływu na wymowę.

Warto wiedzieć, że na wymowę, kształtowanie się aparatu mowy dziecka wpływa wiele czynników. Z pewnością należą do nich: smoczki, kubki z dziubkami – ale tylko w sytuacji, gdy są nadużywane. A poza tym decydują też: geny, sposób oddychania, sposób jedzenia, zachowywanie higieny jamy ustnej, rozwój psychosomatyczny, środowisko, w którym dorasta dziecko. Dlatego w swojej pracy zwracam uwagę nie tylko na to, czy dziecko ssało smoczek, ale też na to, czy na przykład nie ma skróconego wędzidełka podjęzycznego, ponieważ zbyt krótkie wędzidełko uniemożliwia swobodne poruszanie językiem. Czy oddycha przez nos, czy przez otwartą buzię? Sposób oddychania wpływa na wytworzenie właściwego ciśnienia w jamie ustnej. Przy oddychaniu nosem język powinien unieść się, nie napierając na zęby. W czasie oddychania ustami język leży na dnie jamy ustnej, co powoduje m.in. wady zgryzu. Sprawdzam ogólną kondycję fizyczną dziecka, ponieważ problemy ze zgryzem czy z otwartą buzią mają też dzieci z wadami postawy, zgarbione, ze słabym napięciem mięśniowym. Wiele pacjentów kieruję także na zajęcia sensomotoryczne (SI).

**Alicja Kopertyńska** – logopeda, terapeuta zaburzeń miodfunkcyjnych. Specjalizuje się w korekcie wad wymowy u dzieci i dorosłych. Pracuje z pacjentami ortodontycznymi w Dolnośląskim Centrum Ortodontyczno-Implantologicznym. Ortodont we Wrocławiu, a także prowadzi własną praktykę logopedyczną. Do problemów z wymową podchodzi w sposób holistyczny – współpracuje ze specjalistami z zakresu ortodoncji, neurologopedii, psychologii, fizjoterapii oraz laryngologii. Jedenastoletnie doświadczenie sceniczne wykorzystuje w prowadzeniu szkoleń i wykładów dotyczących poprawnej wymowy i wystąpień publicznych. Prowadzi także zajęcia na kierunku logopedia we Wrocławiu. Prywatnie mama dwunastoletniego Kubę i dziewięcioletniego Karola.



# Przepisy Joli

prawdziwie domowa kuchnia

## Młoda kapusta panierowana

**Składniki:** 1 mała młoda kapusta • 2 jajka • bułka tarta • sól • pieprz  
• lubczyk suszony • olej do smażenia

### Wykonanie:

Młoda kapustę przekroiłam na 4 części (nie usuwałam wcześniej głąba).

Do garnka wlałam 2 litry wody, posoliłam i gdy się zagotowała, włożyłam kapustę.

Kapustę gotowałam około 4 minut, następnie łyżką cedzakową wyjęłam i ułożyłam na sitku, żeby ociekła z wody.

W misce roztrzepałam jajka, wsypałam sól, pieprz i suszony lubczyk (wg uznania). Na patelni rozgrzałam olej, każdą część kapusty panierowałam w jajkach i bułce. Smażyłam z obu stron na złoty kolor.

Tak zrobioną kapustę można podać jako dodatek do obiadu, ale ja lubię ją jako samodzielne danie.

### Uwaga!

Jeżeli macie dużą główkę kapusty, trzeba ją pokroić na więcej części, pamiętając o tym, żeby nie usuwać głąba.



## Ciasto z rabarbarem bez pieczenia

**Składniki:** 1/2 kg rabarbaru • 1 puszka mleka skondensowanego (niesłodzonego) • 2 galaretki cytrynowe • 4 łyżki cukru • 20 g biszkoptów (1,5 paczki małych biszkoptów) • 10 dag masła • 0,5 l śmietany 36% • 3 łyżki cukru pudru • 2 paski czekolady deserowej (tartej)  
Dodatkowo: tortownica o wymiarach 24 cm

### Wykonanie:

Biszkopty pokruszyłam blenderem, dodałam miękkie masło i wymieszałam.

Tak przygotowaną maślaną kruszonką wyłożyłam dno tortownicy, dokładnie uciskając. Tortownicę włożyłam do lodówki.

Rabarbar obrałam, umyłam. Pokroiłam na małe kawałki, wrzuciłam do rondelka, wsypałam 4 łyżki cukru i zagotowałam. Gdy rabarbar się rozgotował i puścił sok, zdjęłam z ognia. Wsypałam dwie galaretki cytrynowe, dokładnie wymieszałam i odstawiłam do ostygnięcia.

Do misy robota wlałam niesłodzone mleko skondensowane i ubiłam. Do ubitego mleka dodałam schłodzony mus rabarbarowy z galaretkami.

Robotem (na średnich obrotach) dokładnie wymieszałam. Tak przygotowaną masę wyłożyłam na schłodzony spód biszkoptowy i włożyłam do lodówki, żeby stężała.

Śmietanę wlałam do misy robota, wsypałam cukier puder i ubiłam.

Na stężałą masę rabarbarową wyłożyłam ubitą śmietanę. Na wierzch startłam czekoladę na tarce i włożyłam do lodówki na dwie godziny.

Tak przygotowane ciasto rabarbarowe jest przepyszne.

# Skrzydło anioła

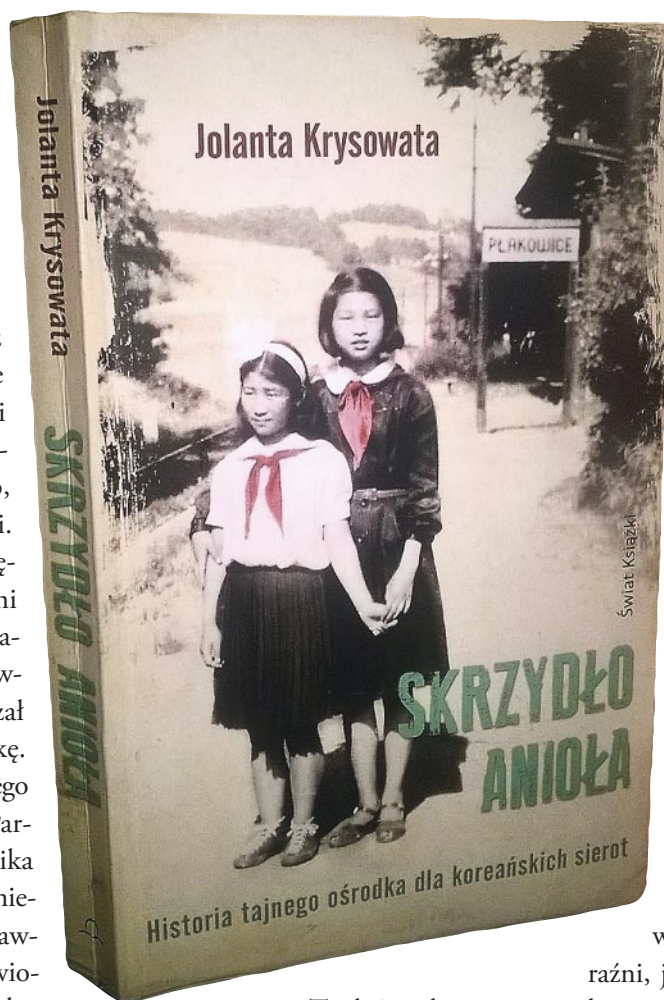
Książkę odkryłam stosunkowo niedawno, kiedy szukałam czegoś do czytania. Nie miałam wówczas pojęcia, że czeka mnie „festiwal Jolanty Krysowatej”. Najpierw dałam się ponieść *Skrzydłu...*, które okazało się fascynującą i bez reszty pochłaniającą lekturą. Historia tajnego ośrodka dla koreańskich dzieci tak zawładnęła moją wyobraźnią, że szukając informacji w sieci, trafiłam na kolejne skarby: film dokumentalny (...) *Kim Ki Dok*, na audycję dokumentalną *Portret w czerwieni* (...) oraz na *Osiroconych* (...).

Wszystko zaczęło się od tajemniczej Kim Ki Dok. Szukając historii jej choroby i przyczyn śmierci, Jolanta Krysowata zaczęła trafiać na osoby, które – jak się okazało – dziewczynkę zapamiętały. Pierwszą z nich, z trudem odnaniezoną, ponieważ akta choroby zostały uszkodzone i zachowało się tylko imię lekarki – Ludmiły, autorka książki odnalazła właściwie cudem, albo, jak kto woli: metodą dedukcji. Okazało się, że wszystko pamiętała nie tylko emerytowana pani profesor Ludmiła Hirnłowa, pamiętał także jej mąż, który dziewczynkę widział, gdy odwiedzał żonę – wówczas młodą lekarzkę. Jednak najważniejszą postacią tego dramatu okazał się Tadeusz Partyka – lekarz, student Ludwika Hirszfelda i jego żony Hanny (niezwykle zasłużonych dla wrocławskiej medycyny), prekursor krwiodawstwa we Wrocławiu, a także... poeta. Dzięki jego determinacji Kim Ki Dok cudem dożyła owego 20 września 1955 roku. Przede wszystkim jednak mogła poczuć, że jej życie jest dla kogoś bardzo ważne, że nie jest ni-

komu niepotrzebną sierotą z obcego kraju. (...)

*Ona jest samą miłością. Aniołem, któremu Pan Bóg przetrzącił skrzydło, żeby przytrzymać go trochę dłużej na ziemi i pozwolić coś zrozumieć takim durniom jak ja.*

Tak pisze człowiek mający za sobą akowską przeszłość, z którą nie umie sobie poradzić, uchodzący za mocnego i twardego faceta. I to on jest autorem słów, które posłużyły Jolancie Krysowatej za tytuł książki.



To doświadczenie pozwala ludziom takim jak Tadeusz Partyka, ale także pozostałym bohaterom historii dotyczącej tajnego ośrodka koreańskich sierot, poczuć w sobie dobro, bezinteresowną miłość, szlachetne intencje...

Autorka dociera do wielu byłych wychowawców tego ośrodka (...). Udaje się jej także dotrzeć do listów od koreańskich dzieci, które adresaci przez lata przechowywali z pietyzmem i którymi – za sprawą Jolanty Krysowatej – dzielą się teraz z nami. Wyznam, że nie sposób czytać ich (słuchać), nie ulegając wzruszeniu... Zresztą bohaterowie reportażu i filmu także nie kryją łez. Ta książka, podobnie jak film i reportaż radiowy, nie tylko głęboko porusza. Jest w niej także,

jak to w życiu, wiele humoru, który przeplata się ze smutkiem i towarzyszącymi mu refleksjami. Dzięki Krysowatej – jej wyobraźni i empatii – możemy poczuć, co mogli przeżywać, a nawet o czym mówili i myśleli jej bohaterowie. Dzięki niej poznajemy również mniej znane wątki historii Wrocławia i Dolnego Śląska, którą tworzyli ludzie tak wspaniali jak małżeństwo Hirszfeldów, dr Partyka czy też zupełnie nam nieznani wychowawcy tajnego ośrodka dla dzieci w Płakowicach. Okazuje się też, że częścią tej polskiej, dolnośląskiej historii, stali się również... Koreańscy.

Dzięki talentowi i determinacji Jolanty Krysowatej odzyskaliśmy kawał fascynującej polskiej historii, która przemawia mocno zarówno do wyobraźni, jak i do serc czytelników. Znakomita, porywająca książka, której nie można nie znać i którą gorąco polecam.

Barbara Lekarczyk-Cisek  
[kulturalneingredience.blogspot.com](http://kulturalneingredience.blogspot.com)  
 skróty pochodzą od redakcji

# Spacer po gminie Wińsko

**Cmentarz żydowski** – zabytek wpisany do Rejestru Dolnośląskiego, stał w chaszczach w Wińsku przy pięknej ulicy Piłsudskiego, z zawalonym murem. Dziś po renowacji (częściowej, ale wszystko, co ważne, udało się uratować). Cel wielu wycieczek. Finansowanie PROW.

**Białków** – obserwatorium astronomiczne z willą założone przez Leo Von Wutschichowskiego. Własność Uniwersytetu Wrocławskiego. Całość wraz z parkiem w Rejestrze Dolnośląskim. Ocalony w ostatniej chwili. Inwestycja UW w oparciu o gminny program rewitalizacji (RPO i Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego). Jeszcze w tym roku powinien być oddany do użytku (jako Centrum Edukacji Astronomicznej). Obok koronograf, czyli jedyne na świecie czynne naziemne obserwatorium słońca, w którym prowadzone są nieprzerwanie od czterdziestu lat, badania naukowe. Jedyne na świecie naziemne zdjęcie wybuchów na słońcu pochodzą z gminy Wińsko.

**Pierwszy na świecie cukier wyrafinowany z buraka cukrowego** (a nie z trzciny) powstał w Konarach, w gminie Wińsko. Po cukrowni Acharda został tylko relikw, ale jest ambitny plan... Gdyby istniało wtedy prawo patentowe, spadkobiercy wynalazcy byłiby dziś najbogatszymi ludźmi na świecie. Tymczasem sam Franz Karl Achard umarł w nędzy, w przytułku, a pochowany został na cmentarzu między Moczydlnicą Klasztorną a Moczydlnicą Dworską, na koszt ówczesnej gminy.

**Zalew Słup** – po trzydziestu latach zarastania i zaniedbania oddany ponownie do użytku. Kąpielisko i łowisko rekreacyjne zaczynają pierwszy sezon.

**Zespół poklasztorny w Głębolicach** – własność Parafii p.w. Najświętszej Maryi Panny w Głębolicach. Staraniem proboszcza i zaangażowanych parafian, dzięki środkom krajowym i unijnym, podniesiony z ruin, etapami pięknieje i staje się funkcjonalny. Wygląda, jak wiele tych niezwykłych rzeczy w gminie Wińsko, „nie z tej ziemi”. Tak jakby spory fragment Ostrowa Tumskiego przestawić gdzieś na wieś.

**Kościół św. Trójcy w Wińsku** – z symboliczną ceglana wieżą, którą widać z wszystkich stron w promieniu nawet kilkudziesięciu kilometrów. Symbol Wińska. Wieżę udało się uratować (właśnie kończy się remont), ponieważ jej ceglana konstrukcja mogła w każdej chwili eksplodować (środky MKiDN oraz parafian).

**Odra i Jezierzycza** – tereny bezcenne krajobrazowo i przyrodniczo. Turystycznie wciąż mało wykorzystane. Wioska Tipi i Ranczo w Rajczyni, Stajnia Gryżyce, pokoje w Wyszęcicach i w Wińsku. Jeden bar przy drodze krajowej 36 i dwie pizzerie w Wińsku. Słabo. To przedsięwzięcia dla osób prywatnych, ale wiara w powodzenie w ludziach jakby za mała.

**Smogorzów, Smogorzówek, Staszowice** i wiele innych tras przez gminę zatykają dech w piersiach. Jest pięknie.

Planowana od sześciu lat ścieżka rowerowa nasypem kolejowym po byłej linii – wciąż w marzeniach, bo właściciel (PKP) mierzy czas po swojemu.

Bardzo dobra droga krajowa (z Lubina do Rawicza). Drogi wojewódzkie coraz lepsze, po kawałku. Rekordowe inwestycje w drogi gminne (Fundusz Dróg Samorządowych), które pozwolą i samochodem, i rowerem dotrzeć w te wszystkie fantastyczne miejsca. Problemem są drogi powiatowe, szczególnie ta, która łączy gminę z S5. Nowy most przez Odrę w planach, stary w remoncie. To dwie główne przeszkody w rozwoju gospodarczym gminy. Fantastyczne tereny nadające się pod inwestycje, tańsze niż gdziekolwiek na Dolnym Śląsku, płaskie i słabej klasy. Zasoby wód pod ziemią do wydobycia, właściwie bez ograniczeń. Pracowici i zaradni ludzie. Tylko ten transport...





# ŁÓDŹ KALISKA

PRAWDOPODOBNIENIE NAJLEPSZY W MOŻLIWYCH ŚWIATÓW

**WYSTAWA: 19 CZERWCA – 08 SIERPANIA**

**GALERIA FOTO-GEN OŚRODKA KULTURY I SZTUKI WE WROCŁAWIU**

**PL BPA NANKIERA 8, 50-140 WROCŁAW**



AGATA SZUBA

ORGANIZATOR:

**foto-gen**  
GALERIA

**O** **K** **S**  
OŚRODEK KULTURY I SZTUKI  
WE WROCŁAWIU

**DOLNY ŚLĄSK**  
INSTYTUCJA KULTURY SAMORZĄDU  
WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO

WYSTAWA JEST DOFINANSOWANA  
Z BUDŻETU  
WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO

URZĄD MARSZAŁKOWY WOJEWÓDZTWA DOLNOŚLĄSKIEGO  
**DOLNY ŚLĄSK**  
www.umwd.pl