

Wileńskie Kaziuki już od 8 marca »10

Chociaż wiosnę czuć w powietrzu,  
kurtek zimowych nie odkładajmy »11

Sezon na sok z drzew otwarty! »20

Seniorzy z Wilna są zachęceni  
do adopcji zwierząt domowych »28

## Tusk w Wilnie: „Partnerstwo z Litwą to najwyższy geopolityczny priorytet”



Fot. Julius Kalinskas, ELTA

„Partnerstwo z Litwą jest naszym priorytetem” — powiedział Donald Tusk. „Nie ma żadnej nadzwyczajnej sytuacji na granicy polsko-litewskiej” — stwierdziła Ingrida Šimonytė. Kwestie bezpieczeństwa, wojna w Ukrainie i protesty rolnicze — to główne tematy poruszone podczas wizyty premiera RP w Wilnie. »6-7

### W maju ma wrócić temat Ustawy o mniejszościach »12-13



ISSN 1392-0405



9 771392 040028

### Białoruska opozycja szykuje zamach stanu? »14-15



**KURIER**  
WILEŃSKI

Ukazuje się od 1 lipca 1953 r.

Birbynių g. 4a, 02121-30 Vilnius,  
Lietuvos Respublika,  
tel. +370 260 84 44

**Redaktor naczelny:**  
Robert Mickiewicz  
(redaktor@kurierwileński.lt).

**Zastępcy red. naczelny:**  
Brygita Łapszewicz  
(b.lapszewicz@kurierwileński.lt)  
Apolinary Klonowski (ds. online)  
(a.klonowski@kurierwileński.lt)

**Dziennikarze:** Honorata Adamowicz,  
Aleksander Borowik, Justyna Giedrojc,  
Rajmund Klonowski, Anna Pieszko,  
Antoni Radczenko, Marian Paluszkie-  
wicz — fotoreporter.

**Dział Promocji:** Andrzej Podworski —  
prenumerata (tel. +370 685 040 84),  
kolport@kurierwileński.lt), Jolanta  
Balkiewicz — reklama (tel. +370 260  
84 44, reklama@kurierwileński.lt).

**Wydawca:** VšĮ „Kurier Wilenski”

**Druk:** VšĮ „Vilnijos žodis”

**Nakład:** 2500 egz.

*Materiałów niezamówionych redakcja  
nie zwraca. Zastrzega sobie prawo  
do skracania i adiustacji tekstów.*

*Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada.*

*Opinie Czytelników zawarte w ich listach  
nie zawsze są zbieżne z opinią redakcji.*



DZIENNIK NALEŻY DO  
EUROPEJSKIEGO  
STOWARZYSZENIA GAZET  
CODZIENNYCH  
MNIJSZOŚCI  
NARODOWYCH



Fundacja  
**POMOC POLAKOM  
NA WSCHODZIE**  
im. Jana Olszewskiego

Projekt finansowany ze środków  
Kancelarii Prezesa Rady Ministrów  
w ramach konkursu Polonia i Polacy  
za Granicą 2023.

Publikacja wyraża jedynie poglądy autorów  
i nie może być utożsamiana  
z oficjalnym stanowiskiem  
Kancelarii Prezesa Rady Ministrów  
i Fundacji „Pomoc Polakom na Wschodzie”  
im. Jana Olszewskiego.

Aleksander Borowik

Rosyjska FSB zatrzymała w Jekaterynburgu znaną amerykańską baletnicę Ksenię Karelinę. Służby zarzuciły jej „zdradę stanu”.

A było tak. Tancerka baletowa przyleciała do Rosji odwiedzić swoich dziadków. Amerykańska balerina, niczego nie przeczuwając, wsiadła na pokład samolotu relacji Sztambuł-Jekaterynburg. Rosjanka z amerykańskim paszportem chciała odwiedzić dziadków. 33-latką była bardzo podekscytowana spotkaniem ze swoimi starszymi krewnymi w ich rodzinnym mieście. Wcześniej spędziła cztero-dniowy urlop w Turcji i postanowiła „przy okazji”, że „skoczy” jeszcze na trzy tygodnie do dziadków. Służby specjalne zatrzymały 33-latkę już na płycie lotniska. Ale mundurowi zabrali jej wówczas tylko telefon i „puścili z Bogiem”. Obiecali, że drogi aparat oddadzą jej tuż przed odlotem.

Gdy naiwna Amerykanka przyszła po telefon, została aresztowana, bo dopuściła się... zdrady stanu! Dlaczego? Bo śmiała przekazać marne 51 dol. na ukraińską organizację charytatywną.

Też mnie dała „machu” — aż tyle forsę wybuliła?!

Kiedy miało dojść do rozprawy w sprawie jej aresztowania, to żaden adwokat nie chciał podjąć się reprezentowania jej interesów. No pewnie, kłóżyćby chciał ryzykować swoją karierą dla jakiejś Amerykanki! Bo jeśli Karelina została uznana za winną, groziłoby jej do 20 lat łagru!

Kolejny absurd w Rosji, tym razem rodzaju militarnego. Indie nieoczekiwanie zwróciły się do Rosji „z łaskawą prośbą”. Otóż poprosiły Kreml o „wcześniejsze zwolnienie ze służby” indyjskich obywateli, którzy mieli pech znaleźć się w rosyjskim wojsku. Władze rosyjskie — jak to one, pod bliżej nieznanymi pretekstami, zmusiły indyjskich obywateli do podpisania kontraktów na udział w wojnie z Ukrainą.

Czort jeden wie, jakie Hindusi mieliby wykonywać zadania, które rosyjscy generałowie nazwali „pomocniczymi”. Czołgi im się kończą, to podobno mają zarekwirować z cyrków słonie. A hinduscy ujeżdźcze w sam raz się przydadzą i chyba na pewno wystra-

szą taką bronią ogłupiających do reszty Ukraińców! Bojowe słonie z czakrami wyszytymi „RU”...

Tymczasem MSZ Indii prowadzi intensywne rozmowy z urzędnikami z Rosji na temat wcześniejszego zwolnienia Hindusów ze służby w „zaprzyjawnionym” państwie. Zwrócili się z apelem do swoich obywateli, żeby ci „jednak nie angażowali się w wojnę prowadzoną przez Rosję w Ukrainie”.

Według nieoficjalnych danych w ciągu ostatniego roku około 100 obywateli indyjskich było zmuszonych wziąć do rąk „kałasze” i strzelać do Ukraińców. Ale nie są oni jedynymi ofiarami „nieporozumienia”. W poprzednich miesiącach pojawiły się liczne doniesienia o rekrutowaniu przez Rosjan na wojnę obywateli nie tylko Białorusi, ale też Serbii, a nawet Republiki Środkowoafrykańskiej i Nepalu! W styczniu ukraińskie media informowały, że na okupowanych terenach obwodu donieckiego zaobserwowano również najemników z Malezji. Eskimosów na razie nie widziano... ■

Z ogromnym żalem i smutkiem żegnamy

**śp. Alfredę Jankowską,**

wieloletnią Dyrektorkę Gimnazjum im. ks. J. Obrembskiego w Mejszagole, członkinię Zarządu Polskiej Macierzy Szkolnej kolejnych kadencji.

Osobę niezwykle pogodną i życzliwą, niestrudzoną w działaniach na rzecz szkolnictwa polskiego na Wileńszczyźnie,

Polonistkę, aktywną społecznikę.

Szczerze wyrazy współczucia składamy Rodzinie i Bliskim Zmarłej.

Cześć Jej pamięci!

Stowarzyszenie Nauczycieli Szkół Polskich na Litwie „Macierz Szkolna”





Prezydent Litwy Gitanas Nausėda w poniedziałek 4 marca przed rozpoczynającą się wiosenną sesją Sejmu RL spotkał się z zarządkiem parlamentu Fot. Josvydas Elinskas, ELTA

## Nie żyje Alfreda Jankowska

Dotarła do nas bardzo smutna wiadomość o śmierci Alfredy Jankowskiej — wieloletniej dyrektorki Gimnazjum im. księdza Józefa Obrembskiego w Mejszagole, aktywnej działaczki Związku Polaków na Litwie.

Alfreda Jankowska urodziła się we wsi Budniki w okolicach Mejszagoly w rej. wileńskim. Ukończyła szkołę średnią w Mejszagole. Po maturze wstąpiła do ówczesnego Wileńskiego Instytutu Pedagogicznego, gdzie zdobyła kwalifikację nauczyciela języka polskiego i geografii. Po studiach rozpoczęła pracę w szkole ośmioletniej w Korkożyskach w rej.

święciańskim. Pracowała tu przez trzy lata, a potem swoją drogę zawodową związała z Wilnem (...).

W 1994 r. wróciła do Mejszagoly, gdzie rozpoczęła pracę jako nauczycielka klas początkowych w szkole średniej, potem była wicedyrektorką ds. nauczania. W 2003 r. wygrała konkurs na dyrektora szkoły, którą kierowała do 2022 r. Za czasów jej dyrektorstwa szkoła otrzymała imię księdza prałata Józefa Obrembskiego (2007) oraz uzyskała status gimnazjum (2014).

Śp. Alfreda Jankowska była aktywną działaczką ZPL. Przez wiele lat kierowała kołem ZPL w Mejszagole.

Za całokształt działalności pedagogicznej, krzewienie polskości i oświaty polskiej na Litwie, wieloletnią pracę na rzecz polskości została uhonorowana w 2023 r. Złotą Odznaką ZPL. Należała do Zarządu Stowarzyszenia Nauczycieli Szkół Polskich na Litwie „Macierz Szkolna”.

W 2014 r. znalazła się w gronie dziesięciu finalistów prestiżowego konkursu „Polak Roku”, organizowanego przez „Kurier Wileński”.

Jedną z jej pasji był śpiew i była związana z miejscowym zespołem wokalnym „Mejszagolanki”. ■ 124.lt

## Imieniny

### 5 marca

Adriana, Fokasa, Fryderyka, Jana, Jeremiasza, Krzysztofa, Marka, Oliwii, Teofila, Wirgili, Wolimira

### 6 marca

Cyryła, Eugenii, Frydolina, Jordana, Koleta, Konona, Róży, Wiktora

## Cytat dnia

„Rosyjskie straty pod Awdiijką były tak wielkie, że nawet radykalna prawica w Rosji nie chce nazwać tego zwycięstwem” — powiedział w wywiadzie udzielonym telewizji ERR podpułkownik estońskiej armii Toomas Vali.

## Liczba dnia

# 2319,5

— tyle przed odliczeniem podatków wynosiła średnia płaca zarobkowa w Wilnie i regionie stołecznym w ostatnim kwartale 2023 roku.

„Śpieszmy się kochać ludzi... Tak szybko odchodzą...!”

Ks. Jan Twardowski



Składamy wyrazy szczerego współczucia całej **Rodzinie** z powodu śmierci wieloletniej dyrektorki Gimnazjum im. ks. Józefa Obrembskiego w Mejszagole **Alfredy Jankowskiej**.

Jej odejście jest ogromną stratą dla społeczności gimnazjalnej. Dziedzictwo **ś.p. Sz. P. Alfredy** w postaci pozytywnego wpływu na życie uczniów będzie trwać wiecznie, a oddanie, pasja i zaangażowanie w edukację pozostaną na zawsze w naszej pamięci. Cześć Jej pamięci!

**Spółeczność Gimnazjum im. ks. Józefa Obrembskiego w Mejszagole**

## OBRONA Drugie spotkanie dot. finansowania 18 marca



Premier Ingrida Šimonytė zaplanowała drugie spotkanie polityków i przedstawicieli biznesu na 18 marca w celu omówienia finansowania obronności. Pierwsze spotkanie odbyło się pod koniec stycznia. Obecne finansowanie wynosi 2,75 proc. PKB, jednak po wygaśnięciu podatku solidarnościowego, spadnie do 2,5 proc. PKB. Ministerstwo Ochrony Kraju prognozuje, że do 2030 r. potrzebne będą dodatkowe 0,7 proc. PKB na obronność. Litewska Konferencja Biznesu proponuje globalny podatek obronny w wysokości 1 pkt. proc. od stawek podatków. Premier podkreśla, że ta konkretna propozycja zostanie omówiona. Powiedziała również, że finansowanie obronności można zwiększyć poprzez już istniejące podatki. Badanie opinii publicznej wykazało, że 20 proc. mieszkańców Litwy popiera samodzielne płacenie podatku na obronność. 32 proc. uważa, że biznes powinien płacić wyższe podatki, a 36 proc. jest przeciwnych zwiększeniu finansowania obrony.

## GRANICA Na przejściach białoruskich kolejki zmniejszyły się

Państwowa Służba Ochrony Granic (lit. VSAT) podaje, że kolejki ciężarówek na granicy z Białorusią nieco się zmniejszyły. Po zamknięciu dwóch przejść granicznych, w Miednikach czekało ok. 450 ciężarówek (w niedzielę ponad 500), a w Solecznikach ok. 340 (w niedzielę 400). Czasy

oczekiwania wynoszą odpowiednio 45 i 34 godziny. Łącznie na punktach kontrolnych po stronie białoruskiej czekało ok. 790 i 690 ciężarówek. Wśród samochodów osobowych kolejek nie ma. Litwa zamknęła część przejść granicznych (ostatnio Ławaryszki i Rajgród), obecnie czynne są tylko dwa punkty kontrolne. Decyzja o zamknięciu miała zapewnić bezpieczeństwo narodowe, przeciwdziałać przemytowi i naruszeniom sankcji.

## TRANSPORT Litwę zasili 15 szwajcarskich pociągów z Polski

Szwajcarska spółka Stadler Rail produkująca w Polsce dostarczy 15 elektrycznych pociągów na Litwę. Kristina Meidė, nowa szefowa LTG Link, zapowiada częstsze połączenia i większą elastyczność po 2026 r. Planuje także nowe trasy i zachowanie stabilnych cen biletów. Ambicją jest przyciągnięcie pasażerów oraz rozwój infrastruktury kolejowej. Meidė podkreśla też wysoki wskaźnik punktualności i plany związane z projektem Rail Baltica. Natomiast konkurencja z autobusami oraz rozwój kolejowych tras międzynarodowych to kolejne wyzwania stojące przed LTG Link.

## OŚWIATA Do egzaminów pośrednich przystąpi 26 tys. uczniów

Narodowa Agencja Oświaty (NŠA) ogłosiła, że ponad 26 tys. uczniów trzecich klas gimnazjów i szkół zawodowych będzie mogło wziąć udział w egzaminach pośrednich (nazywanych też sprawdzianami pośrednimi). Pierwsze odbędą się egzaminy z języka francuskiego i fizyki — odpowiednio 5 i 8 marca. Vidmantas Jurgaitis z NŠA wyjaśnił, że egzaminy pośrednie to element nowej procedury oceniania. Uczniowie mają szansę poprawić swoje wyniki i uzyskać lepsze rezultaty. Egzaminy odbędą się w formie elektronicznej w okresie od 5 marca do 5 kwietnia oraz od 3 do 7 maja.

## OBRONA Za unikanie wojska ukarano już 14 tys. osób

W zeszłym roku 14 tys. osób ukarano grzywną za unikanie służby wojskowej, prowadzono 450 postępowań przygotowawczych, niektórzy poborowi byli karani już kilka razy. Wobec 5 poborowych zastosowano odpowiedzialność karną. Według służb, taka odpowiedzialność jest stosowana najczęściej wobec tych, którzy unikają służby po raz kolejny. Reforma systemu poboru umożliwiła więcej powołań. Nieobecności tłumaczono zapomnieniem lub chorobą. Grzywny za unikanie służby sięgają nawet kilku tysięcy euro. Planuje się powołanie 3,8 tys. osób do wojska. Nowością prawną jest to, że odraczenie służby nie będzie dozwolone dla studentów.

## SEJM Dyskusja o problemach rodzin z głuchymi dziećmi

W dniu 4 marca w Sejmie odbyła się dyskusja na temat problemów rodzin z głuchymi i niedosłyszącymi dziećmi. Każdego roku na Litwie rodzi się 30-40 noworodków z poważnym upośledzeniem słuchu. Wczesna diagnoza to klucz do rozwoju dziecka — podkreśla przewodnicząca stowarzyszenia rodzin mających dzieci głuche czy niedosłyszące Pagava, Rima Sitavičienė. Potrzebne jest wsparcie zarówno emocjonalne, jak i organizacyjne dla rodzin. Badania przesiewowe słuchu u noworodków już od 10 lat pozwala szybko reagować na problemy. Jednak konieczne są dalsze ulepszenia w procesach interwencji i rehabilitacji, zwłaszcza dla rodzin, które nie szukają pomocy na własną rękę, z uwagi na ograniczenia przepisów dotyczących ochrony danych osobowych.

## SPORT Zwycięstwo litewskiej drużyny kobiet w piłce ręcznej

Litewska drużyna kobiet w piłce ręcznej w Wilnie pokonała Azerbejdżan z wynikiem 41:26, rewanżując się za wcześniejszą porażkę.

Litwinki prowadziły od początku, zyskując wsparcie głośnej publiczności. Trener podkreślił znaczenie gry zespołowej. Dzięki zwycięstwu Litwa awansowała na 3. miejsce w grupie, wyprzedzając Azerbejdżan. Pilikauskaitė poprowadziła drużynę do sukcesu, zdobywając 19 bramek w dwóch meczach. Kolejne mecze Litwa rozegra z Hiszpanią (3 kwietnia) i Macedonią Północną (7 kwietnia) w ramach turnieju kwalifikacyjnego. Trener motywuje drużynę do walki o kolejne zwycięstwa, podkreślając znaczenie każdej bramki i punktu.

### **OŚWIATA** Na szkolenia dla dorosłych już 4,2 tys. zarejestrowanych

Ponad 4,2 tys. osób zarejestrowało się na platformie edukacyjnej dla dorosłych „Kursuok” na Litwie. Największą popularnością cieszą się szkolenia z języków obcych oraz zarządzania projektami i szkoleń biznesowych. Dostępnych jest ponad 80 programów szkoleniowych, a państwo przeznaczyło 50 proc. środków na rozwój umiejętności cyfrowych. Platforma Kursuok jest dostępna również dla obcokrajowców mieszkających na Litwie.

### **RZĄD** Poprawki do ustawy o zesłańcach

Gabinet ministrów poparł poprawki do ustawy o statusie osób urodzonych na zesłaniu. Nowelizacja jest obecnie procedowana w Sejmie. Propozycja zakłada przyznanie statusu zesłańca osobom urodzonym przed 31 grudnia 1964 r. Ministerstwo szacuje, że zmiany mogą objąć około 400 osób.

### **OBRONA** Wojsko będzie miało własną procedurę celną

W wojsku powstaje magazyn celny, by przyspieszyć dostawę towarów. Litewskie Siły Zbrojne planują otwarcie składu celnego

do końca roku. Zlokalizowany będzie w magazynach Służby Depozytowej. Zmiana ma na celu skrócenie czasu dostawy towarów dowożonych bezpośrednio do jednostek wojskowych. Obecnie towary przechowywane są w magazynach Służby Celnej. Skład celny ma zacząć działać w drugiej połowie 2024 r. Planowane jest wykorzystanie istniejących magazynów Służby Celnej bez dodatkowego finansowania. Wprowadzenie zmian wymaga także przekwalifikowania urzędników cywilnych na terenach wojskowych na celników.

### **POLITYKA** Landsbergis: potrzeba umów obronnych z Polską i krajami bałtyckimi



Vytautas Landsbergis na posiedzeniu rady Związku Ojczyzny – Chrześcijańskich Demokratów Litwy 3 marca podkreślał, że Rosja dąży do rozbioru Europy, a nie tylko Ukrainy. Zwycięstwo kontynentu jest kluczowe. Krytykował też niezdecydowanie Zachodu co do dostaw broni dla Ukrainy. Landsbergis zastanawiał się, czy Europa jest gotowa na rosyjskie zagrożenia i czy reagowałyby skutecznie na atak. Jego zdaniem, powstrzymanie rosyjskiej ofensywy byłoby największym sukcesem Ukrainy. Podkreślił konieczność otwartości i prawdziwości, a także intensyfikację przygotowań na ewentualne rosyjskie działania militarne. Zwracał uwagę na potrzebę umów dwustronnych w kontekście obrony państw bałtyckich. Odniósł się do wyrażonych w zeszłym tygodniu przez premier Ingridę Šimonytę

wątpliwości, czy Polska w swoim obecnym prawodawstwie może wysłać wojska na Litwę w razie rosyjskiej agresji. Zaznaczył, że potrzebne są umowy dwustronne o obronności także wewnątrz NATO, dodał, że na Zachodzie to już się dzieje. Zasugerował potrzebę stworzenia takiej umowy także dla krajów bałtyckich.

### **WYBORY** Hasło wyborcze Šimonytė zostanie zmienione

Mindaugas Lingė, szef sztabu Ingridy Šimonytė, stwierdził, że podobieństwo sloganu premier do hasła użytego przez prezydenta Rosji sześć lat temu jest „niedopatrzaniem” i nie zostanie użyte. Lingė zapewnił, że kampania skupi się na wizji kraju, podkreślając wizerunek silnego kandydata. Šimonytė zareagowała spokojnie na krytykę, podkreślając, że to kandydaci, a nie slogany, decydują o wyborach. Premier nie kieruje się rosyjskimi motywami w kampanii. Wcześniejsze hasło obecnej premier brzmiało „Silna prezydent — silna Litwa”. Podobnego hasła wyborczego w 2018 r. użył ówczesny i obecny prezydent Rosji, Władimir Putin — „Silny prezydent — silna Rosja”.

### **OBRONA** Spotkanie z sekretarzem obrony USA

Minister Ochrony Kraju Arvydas Anušauskas spotkał się z sekretarzem obrony USA Lloydem Austinem w Waszyngtonie, aby omówić współpracę w dziedzinie obronności, obecność wojsk amerykańskich na Litwie, zakupu broni i wsparcia dla Ukrainy. Żołnierze amerykańscy w trybie rotacyjnym stacjonują na Litwie od 2019 roku, a od lat Litwa jest kupcem amerykańskich systemów przeciwpancernych Javelin.

Str. opr. Alicja Klonowska na podst. BNS, mat. pras., inf. wł.; Fot. Josvydas Elinskas, Dainius Labutis, ELTA alicja.klonowska@kurierwilenski.lt

# Tusk w Wilnie: „Partnerstwo z Litwą to najwyższy geopolityczny priorytet”

Antoni Radczenko

4 marca odbyła się pierwsza po wyborach w Polsce wizyta premiera RP Donalda Tuska na Litwie. W ciągu niecałych trzech miesięcy 2024 r. Litwę już odwiedzili przedstawiciele najwyższych władz Polski — prezydent Andrzej Duda, marszałek Sejmu Szymon Hołownia oraz szef dyplomacji Radosław Sikorski.

## PARTNERSTWO I WOJNA

Donald Tusk spotkał się z premierem oraz prezydentem Litwy. Tematem przewodnim wizyty były kwestie bezpieczeństwa oraz wojna w Ukrainie. Została też poruszona kwestia na granicy polsko-litewskiej w kontekście polskich protestów rolniczych. Tusk podkreślił, że Litwa nadal pozostaje ważnym partnerem i przyjacielem Polski. „Z polskiego punktu widzenia nasze partnerstwo z Litwą, przyjaźń, współpraca, szczególnie w dobie rosyjskiej agresji na Ukrainę, to najwyższy polityczny i geopolityczny priorytet” — zapewnił szef polskiego rządu.

Pod koniec ubiegłego tygodnia premier Litwy, w rozmowie z telewizją TV3, powiedziała, że wewnętrzne polskie akty prawne „nie przewidują możliwości, aby polscy żołnierze walczyli poza granicami kraju, nawet w przypadku wojny”. Później, po krytyce, polityk oświadczyła, że została źle zrozumiana.

Po spotkaniu Šimonytė zaznaczyła, że litewskie stanowisko w kontekście odcinka wschodniego jest tożsame z polskim. „W tym duchu mieliśmy możliwość podyskutować o tym, jak widzimy sytuację na Ukrainie. Postrzegamy to w jednakowy sposób: widzimy, że jest to wojna przeciwko naszym wartościom, przeciwko idei decydowania przez państwa o swojej autonomii. To również



Donald Tusk podczas wizyty na Litwie spotkał się z prezydentem Gitanasem Nausėdą. Fot. Kancelaria prezydenta RL/Robertas Dačkus

kwestia niszczenia tożsamości i demokracji Ukrainy” — powiedział premier.

## SPOTKANIE MINISTRÓW

Polski premier, po spotkaniu ze swym litewskim odpowiednikiem, poinformował dziennikarzy, że w najbliższym czasie spotkają się polscy i litewscy ministrowie spraw zagranicznych i obrony. „Nasi ministrowie spraw zagranicznych i obrony, Litwy i Polski, usiądą w najbliższych dniach i ustalą wszystkie szczegóły tak, żeby w komunikacji zewnętrznej nie było już wątpliwości. Solidarność Polski i Litwy także w wypadku agresji nie podlega żadnej dyskusji. Dobrze wiemy, na jakim gruncie prawnym działamy” — oświadczył szef polskiego rządu.

Tusk skomentował również sytuację z Węgrami i Słowacją, w których ich przywódcy często używają prorosyjskiej retoryki. W dzień pogrzebu rosyjskiego opozycjonisty Aleksieja Nawalnego

z Siergiejem Ławrowem spotkał się szef dyplomacji Węgier. Dzień później — minister spraw zagranicznych Słowacji. Zdaniem polskiego polityka takie zachowanie nie jest zrozumiałe ani ze strony politycznej, ani moralnej. „Nie chcę być zbyt brutalny, ale dzisiaj środek ciężkości, jeśli chodzi o bezpieczeństwo Europy, przesunął się mocno na północ. Ten format »nordycki plus« z Litwą, Łotwą, Estonią, Finlandią, Szwecją, Norwegią, jako partnerem de facto europejskim, nie członkiem UE, ale de facto europejskim i Polską, a także z aktywnym udziałem Danii, Wielkiej Brytanii w niektórych przedsięwzięciach — to wszystko pokazuje, że można budować duże, efektywne bloki polityczne, które w sprawach geopolitycznych i przede wszystkim ws. agresji Rosji na Ukrainę, mówią jednym głosem i będą działały dokładnie w tym samym kierunku” — podzielił się swymi spostrzeżeniami premier RP.

6.&gt;&gt;

**KWESTIA ZBOŻA**

Podczas spotkania dwóch premierów została omówiona sprawa protestów rolniczych w Polsce oraz ewentualnego blokowania przez nich przejścia polsko-litewskiego. „Omówiliśmy sytuację na pograniczu, ale tam nie ma jakiejś sytuacji nadzwyczajnej. Samochody są zatrzymywane i sprawdzane od piątku, ale to nie spowodowało żadnych dużych kolejek. Generalnie to trzeba było udowodnić: nie ma czegoś takiego jak transportowanie zboża z Litwy do Polski, ponieważ to nie ma żadnego sensu” — powiedziała Šimonytė. Dodała, że z Ukrainy na Litwę w latach 2023-24 trafiła bardzo mała ilość zboża. Strona litewska jest gotowa udostępnić wszelkie informacje, aby uspokoić nastroje polskich rolników.

Tusk oświadczył, że Unia Europejska powinna bronić swego rynku rolnego. „Nie ulega wątpliwości, że jednym z głównych zadań jest pełne odblokowanie możliwości eksportu produktów rolnych i żywności-

wych Ukrainy do państw trzecich” — oświadczył polski premier. Jego zdaniem mechanizm powinien zostać wypracowany na poziomie UE. Rozwiązanie powinno z jednej strony pomóc Ukrainie w eksporcie własnego zboża, z drugiej, chronić europejskich rolników. Polski polityk zapewnił, że zwróci się do polskiego Sejmu o podjęcie uchwały wzywającej Komisję Europejską do nałożenia pełnych sankcji na rosyjskie i białoruskie produkty rolne i żywnościowe. „Jestem przekonany, że wspólna europejska decyzja będzie bez porównania skuteczniejsza niż indywidualne decyzje państw regionu. Rozumiem je, ale wolałbym, żebyśmy wspólnie, jako cała UE, podjęli decyzje o sankcjach na Rosję i Białoruś, dotyczących produktów żywnościowych i rolnych” — oświadczył Tusk.

O sankcjach na rolniczą produkcję z Rosji i Białorusi od dawna mówi litewska branża rolnicza. Litewska strona chce nie tylko zakazać wwożenia rosyjskiej produkcji na Litwę, ale również jego tranzytu przez port w Kłajpedzie.

„Nie mamy dowodów, że rosyjskie zboże pozostaje. Bardziej podnosimy kwestię ze strony moralnej, dlaczego w ogóle rosyjskie zboże jest transportowane przez Litwę” — powiedział przed kilkoma tygodniami dla agencji ELTA szef Litewskiej Rady Rolniczej Ignas Hofmanas.

**KWIATY NA ROSSIE**

Wizyta Donalda Tuska zakończyła się na wileńskiej Rossie, gdzie szef polskiego rządu złożył kwiaty przy Mauzoleum Matki i Serca Syna. W ostatnim czasie Donald Tusk intensywnie spotykał się z zachodnimi przywódcami. Przed kilkoma tygodniami miał spotkania z prezydentem Francji Emmanuelem Macronem oraz kanclerzem Niemiec Olafem Scholzem. W trakcie szczytu Grupy Wyszehradzkiej premier Polski miał spotkania z przywódcami Czech, Słowacji oraz Węgier. Przed wizytą w Wilnie Tusk spotkał się z premier Łotwy, Eviką Siliną. ■



■ Tradycyjnie wizyta polskiego premiera zakończyła się złożeniem kwiatów na Rossie Fot. Marian Paluszkiwicz

# Litwa przewodzi cybernetycznym siłom szybkiego reagowania

Aleksander Borowik

Greta Monika Tučkutė, wiceminister ochrony kraju, podkreśliła, że zespół CRRT osiągnął od 2021 r. pełną zdolność operacyjną i jest gotowy do reagowania na różne incydenty cybernetyczne, zwiększając odporność zarówno UE, jak i jej partnerów.

„W tym roku Litwa, która stoi na czele Rady CRRT, przygotowała ambitny plan działania dla sił zbrojnych, który obejmuje różne opcje aktywacji sił, ćwiczenia, szkolenie ekspertów technicznych i inne funkcje podniesienia poziomu przygotowania i umiejętności CRRT” — powiedziała Greta Monika Tučkutė.

## CRRT IPOLSKA

Obecnie zespół CRRT (rotacyjne przewodnictwo) składa się z 18 ekspertów ds. cyberbezpieczeństwa, którzy zostali odelegowani przez: Polskę, Belgię, Danię, Estonię, Chorwację, Holandię, Rumunię i Słowenię. Jak podaje Ministerstwo Spraw Zagranicznych, cztery kolejne kraje rozważają obecnie przyłączenie się do tego projektu. W ostatnich latach potencjał CRRT został pomyślnie przetestowany, zapewniając wsparcie krajom partnerskim UE, takim jak Ukraina i Mołdawia.

## ARTUR PŁOKSZTO SCEPTYCZNIE

— Cyberbezpieczeństwo jest coraz bardziej modne. W moim pojęciu jednak nie jest to kluczowy aspekt obrony kraju przed zbrojną agresją. Cybernetyczne ataki są problemem czasu pokojowego, natomiast w siłach zbrojnych wszystkie sieci komunikacyjne,

litwa będzie po raz drugi przewodzić zespołowi unijnych Sił Szybkiego Reagowania Cybernetycznego (CRRT). Dziewięć krajów tworzących zespół corocznie przejmują przewodnictwo w radzie na zasadzie rotacji.

takie systemy, jak podejmowanie decyzji i kierowania ogniem muszą być fizycznie oddzielone od ogólnie dostępnych sieci komputerowych. Stąd też to wydarzenie jakiegoś jest, ale nie wagi państwowej — mówi dla „Kuriera Wileńskiego” były wiceminister ochrony kraju Artur Płokszto.

Ekspert wojskowy dodał też, że zbytne akcentowanie cyberbezpieczeństwa niesie uszczerbek klasycznym środkiem ogniowym czy manewrowym, takim jak artyleria czy obrona przeciwlotnicza.

— To grozi też nieracjonalną alokacją środków, co może doprowadzić do osłabienia obrony w całości — zaznacza Artur Płokszto.

## AKCJA SPOŁECZNA „RADAROM!”

Jak już pisaliśmy, w ramach niedawno zakończonej społecznej akcji charytatywnej „Radarom!” zebrano ponad 8,2 mln euro na zakup sprzętu do ochrony ukraińskich żołnierzy. Zostało kupionych 1 115 pakietów chroniących życie ukraińskich żołnierzy. Tzw. plecak życia, kosztujący ok. 7,5 tys. euro, obejmuje monokular noktowizyjny, celownik laserowy i system antydronowy, który wykrywa, identyfikuje i neutralizuje bezzałogowe statki powietrzne (BSP) zbliżające się do chronionego obszaru. Profesjonalny sprzęt został wyprodukowany na Litwie przez spółki Brolis Semiconductors i NT Service. ■

## Bayraktar — postrach Rosjan

Rosjanie nie bez powodu drżą przed samym tylko słowem Bayraktar. Aktualnie to jedna z najpopularniejszych broni, którą posługują się ukraińscy wojskowi. Bezzałogowce wyposażone w pociski potrafią podlecieć bardzo blisko celu i zbombardować go zgodnie z planem taktycznym. Bayraktary od 2022 r. weszły również w posiadanie armii polskiej.



W 2022 r. społeczeństwo litewskie zebrało 6 mln euro na zakup Bayraktarów dla Ukrainy Fot. st. sierż. spec. Ieva Budzeikaitė, Wojsko Litewskie



# Nausėda zebrał 20 tysięcy podpisów poparcia wymaganych do kandydowania w wyborach

Przywódca kraju Gitanas Nausėda zdobył wymaganą liczbę podpisów poparcia przed startem w wyborach prezydenckich, które się odbędą w maju.

W sobotę wieczorem na stronie administrowanej przez Główną Komisję Wyborczą (GKW) za kandydaturą obecnie urzędującego prezydenta podpisało się 20 tys. wyborców. Oznacza to, że otwiera mu to drogę do oficjalnego ubiegania się o fotel prezydencki w drugiej kadencji. Jest trzecim kandydatem w wyborach, który uzyskał wymaganą liczbę podpisów.

## PIERWSI W KOLEJCE

Jako pierwsza wymagany próg poparcia w pierwszym dniu zbierania podpisów przekroczyła premier Ingrida Šimonytė, przedstawicielka Związku Ojczyzny-Chrześcijańskich Demokratów Litwy (TS-LKD). Łącznie do momentu wstrzymania zbierania podpisów poparło ją ponad 34 tys. osób.

Jako drugi wstępne poparcie 20 tys. wyborców uzyskał Dainius Žalimas, były przewodniczący Sądu Konstytucyjnego, którego kandydaturę na prezydenta zgłosiła Partia Wolności.

Wszystkim pozostałym pretendentom na razie brakuje wymaganej liczby głosów poparcia. Na razie najbliższej celu jest adwokat Ignas Vėgėlė, kandydat niezależny. Zebrał on ponad 13 tys. elektronicznych podpisów wyborców.

Eduardasa Vaitkusa, medyka, kandydata niezależnego, poparło na razie 11 tys. osób. Wyborców, ponad 10 tys. poparło również parlamentarzystę Remigijusa Žemaitaitisa.

Aurelijus Veryga, były minister zdrowia reprezentujący Litewski Związek Chłopów i Zielonych, zebrał 7 tys. podpisów.

Po 6 tys. głosów oddali wyborcy na nominowanego przez Związek Demokratów „W imię Litwy” Giedrimasa Jeglinskasa, byłego wiceministra ochrony kraju i zastępcę



Obecnie urzędujący prezydent uzyskał wymaganą liczbę podpisów poparcia jako trzeci z kolei **Fot. Orestas Gurevičius, ELTA**

ce sekretarza generalnego NATO, oraz kandydata niezależnego, byłego dowódcę armii Valdasą Tutkusa.

Szef Partii Pracy, wiceprzewodniczący Sejmu Andrius Mazuronis, zebrał ponad 2 tys. podpisów.

Arūnas Rimkus, który jako ostatni zaczął zbierać podpisy jako kandydat niezależny, ma 700 podpisów wyborców popierających jego kandydaturę.

## ZASADY ZBIERANIA PODPISÓW

Politycy, którzy chcą ubiegać się o urząd prezydenta, muszą zebrać co najmniej 20 tys. podpisów wyborców, po czym mogą zostać zarejestrowani jako kandydaci.

Wyborcy mogą poprzeć swego kandydata do 28 marca na portalu [rinkejopuslapis.lt](http://rinkejopuslapis.lt). Podpisy zbierają kandydaci, którzy złożyli wymagane dokumenty, obecnie jest ich 11 z 14.

Pozostali trzej uczestnicy kampanii: Zenonas Andrulėnas, Gintautas Kniukšta i Žilvinas Treigys muszą złożyć stosowne dokumenty, po czym otrzymują karty zbiera-

nia podpisów i zostanie stworzona możliwość oddania na nich głosu online. Wśród niezbędnych dokumentów wnioskodawcy muszą również złożyć zaświadczenie o wpłacie prezydenckiego depozytu wyborczego w wysokości 8 995 euro. Przyszli kandydaci muszą dokonać wpłaty z konta osobistego. Pieniądze zostaną zwrócone, jeśli kandydaci otrzymają co najmniej 7 proc. głosów, złożą sprawozdania finansowe i nie popełnią poważnych naruszeń.

Obywatel Litwy uprawniony do głosowania może poprzeć swoim podpisem jednego kandydata, kilku z nich lub wszystkich, ale za każdego kandydata można podpisać się tylko raz. Jeśli wyborca złożył podpis elektroniczny na portalu [rinkejopuslapis.lt](http://rinkejopuslapis.lt), nie może już złożyć podpisu na papierowym arkuszu zbierania podpisów tego samego kandydata (i odwrotnie).

Wybory prezydenta Republiki Litewskiej odbędą się 12 maja. ■

**Opr. Anna Pieszko  
na podst. BNS**

# Kukła św. Kazimierza, 3-metrowe marionetki i 1400 stoisk – 8 marca otwarcie Kaziuków

Teatralizowanym orszakiem ze św. Kazimierzem na czele rozpoczną się tegoroczne Kaziuki. Jarmark oraz towarzyszące mu imprezy odbędą się w dniach 8-10 marca.

Justyna Giedrojc

Organizatorzy wydarzenia zapowiadają, że tegoroczne Kaziuki będą zwiastunem Święta Pieśni, które w tym roku obchodzi jubileusz 100-lecia.

Tradycyjny orszak wyruszy o godz. 14.00 z placu Niepodległości w kierunku katedry. Wśród uczestników orszaku znajdują się: kukła św. Kazimierza, patrona Litwy, jak również para marionetek w litewskich strojach ludowych, każda o wysokości 3 m. Towarzyszyć im będą twórcy ludowi, muzycanci, wilnianie oraz goście wydarzenia.

## STRAGANÓW WIĘCEJ NIŻ W ROKU UBIEGŁYM

Tradycyjne kaziukowe smakołyki można będzie nabyć przy ul. T. Wróblewskiego, setki straganów z tradycyjnymi rękodzielami pojawią się na placu Katedralnym i na placu Vincasa Kudirki. Przy ul. Maironisa tradycyjnie można będzie kupić wyroby studentów Akademii Sztuk Pięknych. U zbiegu ulic Maironisa i Młynowej rozlokuje się pehli targ. Na placu Katedralnym, przy pomniku Giedymina, powstanie Aleja Designu, na której stroje i akcesoria zaprezentują litewscy projektanci mody. Organizatorzy zapowiadają, że ogółem będzie 1400 stoisk, czyli więcej niż w roku ubiegłym.

Na placu Vincasa Kudirki można będzie odwiedzić namiot przedstawicieli Komisji Europejskiej na Litwie. Można tu będzie wziąć udział w zgadywance i wygrać kubek gorącej herbaty, zapoznać się z działalnością KE czy po prostu odpocząć od zgiełku i gwaru jarmarku.

## MNIEJ STOISK NA STARÓWCE

— W tym roku nie będzie straganów przy ulicach Zamkowej, Wielkiej



Na tegorocznym Jarmarku Kazikowym będzie 1400 stoisk rzemieślniczych, artystycznych i kulinarnych **Fot. Marian Paluskiewicz**

oraz na placu Ratuszowym. Niewiele otrzymaliśmy zgłoszeń do uzyskania zezwolenia na handel w tych miejscach. Z kolei więcej stoisk pojawi się przy alei Giedymina, rozciągają się one aż do ulicy Goštauto — informuje „Kurier Wileński” Renaldas Gražys, współorganizator Jarmarku Kaziukowego.

Nowością tegorocznych Kaziuków będzie Podwórko Smakoszy na placu Łukiskim. Tutaj rozlokuje się ponad 140 stoisk kulinarnych.

## KONCERTY I WARSZTATY TWÓRCZE

Na stołecznych ulicach gości jarmarku powita 16 aktorów przebranych w stroje ludowe, nie zabraknie też zespołów ludowych. W piątek, 8 marca, o godz. 15.00 na placu Katedralnym odbędzie się świąteczny koncert, podczas którego litewscy wykonawcy wykonają litewskie pieśni ludowe zaaranżowane i utrzymane w klimacie muzyki współczesnej.

W sobotę, 9 marca, na placu Katedralnym w godz. 10.00-18.00 odbędzie się szereg imprez rozrywkowych oraz koncertów.

W godz. 11.00-17.00 w centrum handlowym G9 będą się odbywały Dziecięce Kaziuki. Pomimo jarmarku z wyrobami najmłodszych uczestników, zorganizowane zostaną tu warsztaty twórcze dla dzieci. Będą one mogły poznać m.in. technikę wicia palm, wyplatania słomianych pajaków, wylepiania glinianych gwizdków czy strugania z drewna łyżek i lalek. Będą też tańce i śpiewanie piosenek.

W niedzielę, 10 marca, o godz. 14.00 na placu Katedralnym zostaną uhonorowani najlepsi twórcy ludowi. Imprezę zakończy koncert muzyki ludowej i elektronicznej.

Podczas jarmarku będzie ograniczony ruch samochodów na alei Giedymina, na ulicach: Pilies, Didžiojj, T. Vrublevskio, Šventaragio, Barboros Radvilaitės i Maironio. ■

# Chociaż wiosnę już czuć w powietrzu, kurtek zimowych odkładać nie warto

Honorata Adamowicz

— Chociaż jest cieplej, prawdziwa, ciepła wiosna jeszcze nie nadeszła — na pewno jest więc jeszcze zbyt wcześnie na ściąganie zimowych kurtek. Możemy powiedzieć, że jest wiosna, gdy średnia dzienna temperatura jest dodatnia. Marzec to bardzo, bardzo wczesna wiosna, kiedy wszystko jeszcze może się wydarzyć. Możemy powiedzieć, że mamy już początek wiosny, ale nie jest to jeszcze ta prawdziwa wiosna, na którą wszyscy czekamy — powiedział „Kurierowi Wileńskiemu” klimatolog dr Donatas Valiukas.

## ŚLIMAKI, MRÓWKI I KLESZCZE

W rozmowie z „Kurierem Wileńskim” Selemonas Paltanavičius, główny przyrodnik Litwy, powiedział, że wiosnę już czuć w powietrzu.

— Dzień jest już zdecydowanie dłuższy, częściej pojawia się słońce i zaczyna już przygrzewać. Niektórzy też mówią, że wiosnę już czuć w powietrzu. Przyleciało wiele ptaków, które zwiastują wiosnę. W tym roku można było już spotkać żurawie, skowronki, czajki, bociany białe. Możemy już usłyszeć piękny śpiew skowronka. Nie tylko przyleciały do nas gęsie gęgawy, ale prawdopodobnie wkrótce zaczną składać jaja. Dziwnie, ale w tym roku bardzo wcześnie — już w lutym — można było spotkać pełno ślimaków i innych mięczaków oraz mrówki. Co mnie też zadziwiło, że już można spotkać motyle, komary, pszczoły, kleszcze — powiedział Selemonas Paltanavičius.

Przyrodnik przypomina, że wraz z wiosną budzą się także kleszcze. Chociaż jeszcze mamy przymrozki, to kleszcze są już bardzo niebezpieczne.

— Jeżeli ktoś uważa, że kleszcze jeszcze śpią, to bardzo się myli. Wio-

Pierwsze oznaki wiosny w tym roku można było zaobserwować jeszcze w lutym. Przyroda budzi się do życia, dni stają się dłuższe, robi się cieplej, ptaki wracają z ciepłych krajów, zakwitły już pierwsze kwiaty. Ekspertci jednak mówią, że z przymrozkami i śniegiem jeszcze się nie żegnamy.

sną są one bardzo niebezpieczne. Dlatego należy już teraz zabezpieczyć się przed nimi. Nie zapominajmy o szczepionkach, które są naprawdę skuteczne. Jeżeli ktoś ma psa lub kota, który wychodzi na dwór, nawet w mieście, także należy zadbać o ich ochronę przed kleszczami — przypomina Paltanavičius.

## ROŚLINNE ZWIASTUNY WIOSNY

Czują wiosnę nie tylko ludzie i zwierzęta, ale też rośliny. W tym roku już w lutym zakwitły kotki, przylaszczki, przebiśniegi.

— Jeżeli jeszcze będziemy mieli przynajmniej kilka słonecznych dni, to przylaszczki i przebiśniegi będzie można spotkać wszędzie. Te zwiastuny wiosny bardzo lubią słońce. Nawet jeżeli jeszcze leży śnieżna pokrywa, ale słończko już dobrze przygrzewa, to szybko

zaczynają kwitnąć — zaznaczył Paltanavičius.

Jak mówi, ostatnie dni mogą już niektórym przypominać wiosnę, ale wszystko jeszcze przed nami: chwilowe ocieplenie, a następnie chwilowe ochłodzenie i opady.

— W ciągu ostatnich lat wiosna przychodzi do nas wcześniej i od razu zaczyna ożywiać świat zwierzęcy i roślinny. Przed laty wiosna przychodziła stopniowo, a teraz jest inaczej. Chociaż już mówimy, że za oknem mamy wiosnę, to jeszcze będzie wszystkiego: będą dni słoneczne, ale też i dni z przymrozkami, nie powinno też nikogo zadziwić, jeżeli spadnie śnieg — mówi przyrodnik.

1 marca 2024 r. przywitaliśmy wiosnę meteorologiczną, która potrwa do 31 maja. Natomiast początek kalendarzowej wiosny w 2024 r. przypada, tak jak zwykle, na 21 marca i potrwa do 20 czerwca. ■



Pierwsze kwiaty, zwiastujące wiosnę, w tym roku zakwitły już w lutym  
Fot. Marian Paluszkiewicz

# Dyskusja nad Ustawą o mniejszościach narodowych ma wrócić w maju

Anna Pieszko

Rozpatrywanie stosownego aktu prawnego zostało zaplanowane na maj. Czy będzie to kolejna, zdawkowa akcja pokazowa, przekonamy się niebawem.

Na stronie rządu można już znaleźć listę projektów aktów prawnych zaproponowanych przez rząd RL do rozpatrzenia w sejmie podczas VIII wiosennej sesji. Wśród kilku projektów aktów prawnych zgłoszonych przez minister sprawiedliwości Ewelinę Dobrowolską znalazł się również projekt Ustawy o mniejszościach narodowych. Jako istotne zmiany zaproponowane w projekcie ustawy zostały wskazane: zdefiniowanie pojęć mniejszości narodowych i wspólnot narodowych oraz określenie warunków i gwarancji reprezentacji i udziału wspólnot etnicznych w życiu publicznym w interesie bezpieczeństwa narodowego.

— Proponowany projekt jest ważnym krokiem w kierunku zapewnienia równych praw dla wszystkich grup etnicznych i kulturowych na Litwie. Od długiego czasu brakowało przejrzystej regulacji prawnej dotyczącej mniejszości narodowych, co stawało wiele osób w niekorzystnej sytuacji. Nowa ustawa miałaby na celu zmianę tego stanu rzeczy i gwarantowałaby ochronę praw mniejszości narodowych oraz ich udział w życiu społecznym i politycznym — ocenia Agata Palińska, prawniczka, administratorka Europejskiej Fundacji Praw Człowieka (EFHR).

## BRAK WOLI POLITYCZNEJ

Warto podkreślić, że projekt ustawy na razie nie jest zarejestrowany i nie jest ogólnodostępny. Posłanka Rita Tamašunienė ocenia dalszą pracę nad uchwaleniem ustawy sceptycznie.

— W każdej sesji wiosennej czy jesiennej, a jestem w sejmie już od

Podczas sesji wiosennej litewski parlament po raz kolejny ma podjąć dyskusję nad projektem ustawy o mniejszościach narodowych.



Przedstawiciele szkół mniejszości narodowych niejednokrotnie opowiadali się przeciwko dyskryminującym decyzjom władz

12 lat, w programie pracy Sejmu pojawiają się projekty Ustawy o mniejszościach narodowych. To, że projekt ustawy znalazł się w programie sesji wiosennej, wcale nie oznacza, że będziemy nad tym pracować, że odbędzie się dyskusja w komitecie lub że projekt znajdzie się na porządku dziennym na plenarnych posiedzeniach. Tak, minister obiecuje ustawę od pierwszego dnia kadencji i czekamy na nią każdej wiosny. Równolegle również my składamy projekty, tylko zawsze brakuje dobrej woli politycznej, by projekt znalazł się na posiedzeniu plenarnym — wskazuje Rita Tamašunienė.

Podkreśla, że dla przyjęcia ustawy decydująca jest zgoda ze strony rządzących, tej zaś brakuje.

— Ciągłe tylko się mówi o tej ustawie, ale brakuje dobrej woli ze strony przede wszystkim kierownictwa partii rządzących, konserwatystów i liberałów, by ta ustawa została przyjęta. Nie mówi o niej ani premier Šimonytė, ani przewodnicząca Sejmu Čmilytė-Nielsen, ani minister Ar-

monaitė. Liberalowie nigdy rzekomo nie byli przeciwko przyjęciu ustawy, ale gdy przychodzi do głosowania, to część liberałów opuszcza salę albo powstrzymuje się od głosu — zwraca uwagę Rita Tamašunienė.

— Ponadto czekają nas w tym roku wybory. Jak wiemy, litewskie władze pod koniec kadencji takich ustaw nie rozpatrują, bo to wywołuje wielkie oburzenie i nacjonalistyczne nastroje oraz powoduje, że racjonalnie do tego dokumentu nie możemy podejść — dodaje posłanka.

## POTRZEBNA JEST PEŁNIA PRAW

Społeczność polska na Litwie od dawna oczekuje na ustawę, która dawałaby mniejszości polskiej na Litwie pełnię praw, jednak na razie na Litwie brak woli politycznej, by ten dokument został przyjęty.

Poprzednia Ustawa o mniejszościach narodowych została przyjęta jeszcze w 1989 r., wygasła ona jednak z dniem 1 stycznia 2010 r.

12.&gt;&gt;

— Obecnie na Litwie nie ma żadnej ustawy regulującej prawa osób należących do mniejszości narodowych oraz obowiązki państwa w zakresie tworzenia warunków do zachowania i promowania tradycji, tożsamości kulturowej, językowej i religijnej mniejszości narodowych — wskazuje Agata Palińska.

Europejska Fundacja Praw Człowieka (EFHR) często zwracała uwagę na konieczność przyjęcia ustawy o mniejszościach narodowych oraz informowała o tym, z jakimi problemami borykają się mniejszości narodowe na Litwie. Jedną z najważniejszych kwestii dla mniejszości polskiej na Litwie jest obecnie zachowanie oświaty w języku ojczystym. EFHR wyraziła swoje stanowisko wobec ostatnich pomysłów resortu oświaty, jak nauczanie w szkołach mniejszości narodowych takich przedmiotów jak historia, geografia i wychowanie obywatelskie w języku litewskim czy zwiększanie liczby godzin z języka litewskiego w szkołach mniejszości narodowych (bez wskazania, kosztem jakich innych przedmiotów ma odbywać się zwiększanie).

„Należałoby to potraktować jako swoistą stygmatyzację części społeczeństwa poprzez naruszenie jej dobra społecznego oraz uniemożliwienie nauki w języku ojczystym. Państwo ma obowiązek troski o dobro wspólne, co obejmuje działania na rzecz zabezpieczenia i ochrony warunków życia społecznego, w tym realizację wolności i praw człowieka oraz obywatela bez względu na jego narodowość i język, w którym się porozumiewa” — wyraziła swoje stanowisko EFHR.

EFHR interweniowała również w sprawie zachowania szkół polskich w rejonie trockim: Gimnazjum im. Longina Komolowskiego w Połukniu oraz Szkoły Podstawowej im. Andrzeja Stelmachowskiego w Starych Trokach. Od czerwca ubiegłego roku w tej sprawie EFHR jest zaangażowana w pomoc prawną i reprezentuje Wspólnotę Mieszkańców Połuknia „Dienmedis” przed sądem. Sprawa jest w toku.

„Zgodnie z obowiązującym prawem międzynarodowym, w tym z ratyfikowaną w 2000 r. przez Litwę, pod auspicjami Rady Europy, Konwencją Ramową o Ochronie Mniejszości Narodowych, każda

mniejszość narodowa ma prawo do ochrony i kultywowania tożsamości, języka ojczystego, kultury oraz tradycji. Utrzymanie szkół mniejszości narodowych na Litwie jest kluczowe dla przestrzegania międzynarodowych standardów ochrony mniejszości i wielokulturowości” — wskazuje EFHR.

Fundacja Ochrony Praw Człowieka zajęła się też przejawami mowy nienawiści na Litwie skierowanej do Polaków na Litwie jako mniejszości narodowej. Więcej na ten temat w artykule na stronie efhr.eu pt. „Czy na Litwie istnieje systemowe przyzwolenie na mowę nienawiści?”.

EFHR 27 września 2023 r., złożyła raport alternatywny do Rady Europy w sprawie wdrażania Konwencji Ramowej o ochronie mniejszości narodowych na Litwie. Wskazuje on na brak systemowych rozwiązań prawnych z zakresu przestrzegania praw mniejszości narodowych. Niewątpliwie wprowadzenie nowej ustawy o mniejszościach narodowych byłoby kluczowym krokiem w zapewnieniu ochrony praw mniejszości narodowych na Litwie i ich równego traktowania. ■

Fot. Marian Paluszkiwicz



Zwiększenie liczby godzin litewskiego w szkołach mniejszości narodowych jest przekreśleniem możliwości nauki w języku ojczystym

# Białoruska opozycja szykuje zamach stanu? Liekis: pamiętajmy o prawie międzynarodowym

Antoni Radczenko

Alaksandr Azarau, przywódca antyłukaszenkowskiego Związku Sił Bezpieczeństwa Białorusi (BYPOL), który koordynuje ruch sabotażowy i partyzancki w samej Białorusi, w rozmowie z belgijską telewizją VRT oświadczył, że jego ludzie szykują się do przeprowadzenia zamachu przeciw Łukaszence. „Opracowaliśmy plan i wprowadzimy go w życie we właściwym czasie” — oświadczył białoruski działacz emigracyjny.

## ZWYCIĘSTWO UKRAINY

Jego zdaniem odpowiednim momentem będzie przegrana Rosji w Ukrainie, ponieważ wówczas Władimir Putin nie będzie miał sił bronić reżimu Łukaszenki. Azarau dodał, że obecnie są szkoleni ludzie, którzy dokonają obalenia dyktatora. Wcześniej BYPOL informował, że od początku pełnowymiarowej wojny w Ukrainie ich ludzie w kraju zajmują się działalnością sabotażową. Między innymi w lutym 2023 r. grupa wzięła odpowiedzialność za atak dronem na rosyjski samolot w pobliżu Mińska.

Tymczasem dziekan Wydziału Nauk Politycznych i Dyplomacji Uniwersytetu Witolda Wielkiego, historyk i politolog Šarūnas Liekis takie wypowiedzi uważa za szkodliwe.

— Musimy trzymać się zasad prawa międzynarodowego, które w dużym uproszczeniu polega na tym, że musimy zachowywać się względem innego państwa tak, jak chcielibyśmy, aby drugie państwo zachowywało się względem nas. Wyobraźmy sobie, jaki hałas byłby, gdyby ktoś po stronie białoruskiej

Były białoruski oficer Alaksandr Azarau, który obecnie przebywa na emigracji, oświadczył, że jest szykowany przewrót na Białorusi. Politolog Šarūnas Liekis uważa takie wypowiedzi politycznych emigrantów za szkodliwe, ponieważ uderzają w sedno prawa międzynarodowego.



„Musimy trzymać się zasad prawa międzynarodowego” — twierdzi Šarūnas Liekis. Fot. Marian Paluszkiewicz

Ministerstwo Spraw Zagranicznych od dłuższego czasu odradza obywatelom Litwy podróżowanie do Białorusi. Resort ostrzegł, że obywatele naszego kraju mogą być nielegalnie zatrzymywani pod sfigowanymi zarzutami i nakłanianiani do współpracy z białoruskim wywiadem.

powiedział, że szykuje przewrót na Litwie. U nas niestety tego się nie rozumie — powiedział „Kurierowi Wileńskiemu” Liekis.

## STANOWISKO LITWY

9 sierpnia 2020 r. na Białorusi odbyły się wybory prezyden-

kie. Centralna Komisja Wyborcza ogłosiła, że zwycięzcą ponownie został Alaksandr Łukaszenka, który rządzi krajem od 1994 r. Opozycja zarzuciła władzom sfałszowanie wyniku wyborczego, ponieważ z ich informacji wynika, że wybory wygrała kandydatka opozycji Swietłana Cichanouska. Reakcją na oficjalny wynik były masowe protesty, które spowodowały z kolei drakońskie represje ze strony władz.

Litwa, podobnie jak Unia Europejska oraz kilkanaście zachodnich państw, nie uznała wyborów i od tamtego czasu nie uznaje Łukaszenkę za prawowitego prezydenta i reprezentanta Białorusi. Liekis uważa stanowisko Litwy za działanie stricte polityczne.

— Możemy uznawać lub nie uznawać, czy ktoś jest prawomocnym prezydentem.

14.&gt;&gt;

Tym niemniej faktycznie Białoruś na forum międzynarodowym reprezentuje Łukaszenka. Na przykład Litwa i inne kraje zachodnie mają relacje dyplomatyczne z Białorusią. To oznacza, że są stosunki między ministerstwami spraw zagranicznych. Białoruskie MSZ jest elementem rządu Białorusi, a ten rząd jest rządem Łukaszenki — oświadczył politolog.

#### PÓJDZIE NA WYBORY

Alaksandr Azarau, który wcześniej był oficerem białoruskich służb specjalnych, opuścił Białoruś w 2020 r. Swoją gest tłumaczył, że nie mógł przyglądać się brutalnym działaniom władz wobec protestujących. Obecnie przebywa w Polsce. 13 lutego 2024 r. białoruski sąd skazał go zaocznie na 25 lat pozbawienia wolności.

Alaksandr Łukaszenka poinformował, że wystartuje w wyborach prezydenckich w 2025 r. „Im trudniejsza będzie sytuacja, tym aktywniej oni [siły demokratyczne — przyp. belsa.eu] będą jątrzyć społeczeństwo, w tym także i was, bo dla mnie, wierzcie mi, to jest bardzo ważne — żaden człowiek, odpowiedzialny prezydent, nie opuści swoich ludzi, którzy poszli za nim do walki. Im bardziej będą wywierać presję na mnie, na was i na społeczeństwo, tym szybciej pójdę na wybory” — oświadczył niedawno białoruski dyktator.

#### GRANICA LITEWSKO-BIAŁORUSKA

Temat Białorusi jest ciągle poruszany w litewskiej przestrzeni publicznej. Od 1 marca zamknięto kolejne dwa przejścia na granicy z Białorusią w Ławaryszkach oraz Rajgrodzie. Zdaniem strony litewskiej ta decyzja pomoże w zapobieganiu przemytu i egzekwowaniu sankcji międzynarodowych.

Poza tym Litwa stopniowo będzie zmniejszała liczbę połączeń autobusowych na trasie Wilno-Mińsk. „W pierwszej kolejności mówimy o bezpieczeństwie obywateli Litwy. Widzimy, że praca edukacyjna, którą wykonujemy od kilku miesięcy, jest niewystarczająca. Potoki ludzkie, które prze-



W rozmowie z polskimi mediami Azarau oświadczył, że Białorusini muszą skończyć z proszeniem o wolność i zacząć o nią walczyć **Fot. Marius Morkevičius, ELTA**

kraczą granicę, są dosyć duże. Musimy więc ograniczyć dostęp do Litwy. Rejsy do Białorusi były jednym z naszych celów, poprzez które chcielibyśmy zmniejszyć dostępność. W ten sposób chcemy też ograniczyć wyjazdy naszych obywateli do państw »niekoleżeńskich« — tłumaczył takie rozwiązanie szef Komisji Bezpieczeństwa Narodowego Vilmantas Vitkauskas.

Ponadto litewskie Ministerstwo Spraw Zagranicznych od dłuższe-

go czasu odradza obywatelom Litwy podróżowanie do Białorusi. Resort ostrzegł, że obywatele naszego kraju mogą być nielegalnie zatrzymywani pod sfigowanymi zarzutami i nakłaniani do współpracy z białoruskim wywiadem. Litewska Straż Graniczna poinformowała, że w 2023 r. granica z Białorusią została przekroczona 3,9 mln razy, czyli o 25 proc. więcej niż w roku 2022. 66 proc. przekraczających granicę to obywatele Białorusi. ■



1 marca zamknięto kolejne dwa przejścia na granicy z Białorusią w Ławaryszkach oraz Rajgrodzie **Fot. Dainius Labutis, ELTA**

# Pałace wileńskie: dawne rezydencje Radziwiłłów, Sapiehów, Paców

Justyna Giedrojc

Wzmianki o uliczce pochodzą z XVI w., ale niewątpliwie jest ona starsza. Znajdował się tu najstarszy wileński rynek, na którym stał pierwszy ratusz miasta.

— W 1386 r., jeszcze przed chrztem Litwy, wielki litewski książę Jagiełło wydał przywilej budowy w tym miejscu kościoła pw. św. Jana. Przy Świętojańskiej wznosiły się pałace Radziwiłłów, Sapiehów oraz Paców. Mieszkał tu profesorowie uniwersyteccy, jak też kupcy i rzemieślnicy — opowiada historyk Paweł Giedrojc.

## PAŁAC PACÓW

Zabytkowy budynek pod nr 3 należał dawniej do Paców. Od 1628 r. mieściła się tu jedna z wileńskich rezydencji tego magnackiego rodu. Podupadający pałac w 1783 r. nabył i wyremontował kanclerz litewski Michał Sapieha. Po stłumieniu powstania listopadowego pałac zarządzany przez generała artylerii Franciszka Sapiechę, uczestnika powstania, skonfiskowano i przeznaczono na siedzibę gubernatora. Do XX w. w dawnym pałacu czynna była drukarnia wydająca przeważnie książki polskie i rosyjskie.

Od roku 1912 w pałacu mieściła się siedziba szlacheckiej organizacji kulturalno-towarzyskiej Rosyjska Resursa i restauracja Russkij Mir. Po II wojnie światowej budynek służył jako Dom Kultury Łącznościowców.

## SIEDZIBA AMBASADY RP

W 2007 r. dawny pałac Paców został oficjalnie zakupiony przez ministerstwo spraw zagranicznych RP z przeznaczeniem na nową siedzibę ambasady RP na Litwie, konsulatu generalnego RP oraz Instytutu Polskiego w Wilnie. Za ten obiekt rząd polski zapłacił prawie 10 mln euro.

Świętojańska jest jedną z najstarszych oraz najkrótszych uliczek miasta — liczy zaledwie 190 metrów. Dawniej mieściły się tutaj najważniejsze budynki miasta.

W 2015 r. przystąpiono do renowacji gmachu. W 2018 r., po trwającej ponad dwa lata renowacji, odbyło się otwarcie polskiej placówki dyplomatycznej. Prace konserwatorsko-restauratorskie objęły powierzchnię ponad 3 tys. metrów kwadratowych. Koszty prac wyniosły 18 mln euro. Ściany zabytkowego budynku zdobią autentyczne, odtworzone przez restauratorów, freski. Remont objął również pałacowe piwnice, które zostały przeznaczone na cele wystawowe.

## DOM GUCEWICZA I KARDYNALIA

— Przed II wojną światową w siedzibie pałacu Paców stała kamienica, która w drugiej połowie XVIII w. należała do rodziny wybitnego wileńskiego architekta Wawrzyńca Gucewicza. Podczas wojny kamienica została uszkodzona, ale podobno można było ją odbudować. Niestety w latach 50. i 60. wyburzano uszkodzo-

ne przez Niemców budynki. Na miejscu domu największego architekta Wilna urządzono parking samochodowy i skwer K. Sirvydasa — kontynuuje rozmówca.

Podobny los spotkał rezydencję Radziwiłłów, która znajdowała się u wylotu ulicy Świętojańskiej (św. Jono). Początki pałacu, zwanego Kardynalia, sięgają XV w. W 1541 r. pałac wynajęto Mikołajowi Radziwiłłowi Czarnemu, później odstąpiono Radziwiłłom, którzy zarządzali nim blisko 400 lat. Ostatnią właścicielką była księżniczka Stefania Radziwiłłówna. Po jej śmierci w 1832 r. pałac stał się własnością jej męża, księcia Ludwika Wittgensteina. W 1849 r. Wittgenstein sprzedał dawną siedzibę Radziwiłłów.

— Pałac nabył rząd rosyjski na pomieszczenia poczty i telegrafu. W 1896 r. zaczęła działać tu pierwsza centrala telefoniczna w Wilnie.

17.>>



W dawnym pałacu Paców przy ulicy Świętojańskiej mieści się ambasada RP w Wilnie



16.&gt;&gt;

Budynek ucierpiał w czasie II wojny światowej, część zburzono, a na jego miejscu wzniesiono betonowe domy mieszkalne z galerią, która biegnie wzdłuż ulicy Zamkowej — opowiada Paweł Giedroyc.

### PAŁAC CHODKIEWICZÓW

Pałac przy pobliskiej ulicy Wielkiej (Didžioji) kształtował się w czasach gotyku i renesansu. Wielokrotnie przebudowany nosi obecnie cechy stylu późno klasycystycznego. Chodkiewiczowie nabyli stojące w tym miejscu domy na początku XVII w. i przekształcili je w renesansową rezydencję. Obecny kształt nadano pałacowi podczas przebudowy w 1834 r. W 1919 r. dawny pałac przeszedł na własność uniwersytetu. Mieszkali tu profesorowie uczelni. Obecnie w pałacu czynna jest Wileńska Galeria Obrazów.

### MICHAŁ KAZIMIERZ PAC

Budynek nr 7 zdobi herb Paców — Gozdawa. Lilie symbolizują nieskazitelne rycerstwo, zaś pawie pióra w klejnocie — mądrość. Taki sam herb widnieje na frontonie,



■ Obecnie w pałacu Chodkiewiczów czynna jest Wileńska Galeria Obrazów

nad głównym wejściem do kościoła św. Piotra i Pawła. Obydwa gmachy ufundował Michał Kazimierz Pac — hetman wielki litewski, najbardziej znaczący magnat litewski drugiej połowy XVII w.

Wspaniały pałac przy ulicy Wielkiej Pac wznosił w drugiej połowie XVII w. Pałacowe komnaty były zdobione prawdopodobnie przez tych samych włoskich mistrzów, którzy dekorowali kościół na Anto-

ku. Przy różnych okazjach w pałacu gościli m.in. król Jan Sobieski, car Aleksander I oraz Napoleon. Budynek przebudowano w 1841 r., fasada pochodzi z epoki klasycyzmu. Obecnie mieści się tu pięcogwiazdkowy hotel „Pacai”. Ma 104 pokoje, dwie sale konferencyjne. Badania i rekonstrukcja budynku na potrzeby hotelu kosztowała około 20 mln euro.

Fot. Marian Paluszkiwicz



■ Budynek nr 7 przy ulicy Wielkiej zdobi herb Paców — Gozdawa

# Jak ty-jemy, czyli o przyczynach otyłości, błędach żywieniowych i „efekcie jo-jo”

Brenda Mazur

Styl życia, w połączeniu z szybkim rozwojem nowych technologii, powoduje, że ludzie stają się wygodniejsi, chętniej jedzą poza domem, często wprowadzając do swojego żywienia produkty zawierające nadmierną ilość niezdrowej energii. Niechętnie też do swojego życia wprowadzają aktywność fizyczną.

Jednak nie tylko te czynniki sprawiają, że dana osoba ma nadwagę i cierpi na otyłość. Są również uwarunkowania biologiczne, a wśród nich: czynniki o podłożu genetycznym, zaburzenia kliniczne oraz środki farmakologiczne powodujące nieprawidłowości w metabolizmie, o czym w swoich pracach pisze prof. dr hab. Janina Ogińska-Bulik z Uniwersytetu Łódzkiego.

## GENY, CHOROBY, LEKI I „ZAJADANIE” PROBLEMÓW

Czynniki genetyczne odgrywają znaczną rolę wśród uwarunkowań, które determinują występowanie otyłości. Jak wskazują badania: jeśli jedno z rodziców jest otyłe, ryzyko zachorowania dziecka na tę przypadłość wzrasta 4-5-krotnie, a gdy schorzenie to dotyka obojga rodziców, ryzyko wzrasta aż 13-krotnie.

Niejednokrotnie jest tak, że osoba otyła je stosunkowo niewiele i tyje. I za tym stoją właśnie czynniki genetyczne.

Zaburzenia kliniczne — do nich zalicza się: nowotwory, zaburzoną pracę gospodarki hormonalnej, niedobory testosteronu, choroby jajników, tętniaki, wady rozwojowe. Do czynników predysponujących zaliczyć należy także m.in. kwestie związane z: zaburzoną regulacją neurohormonalną w istotny sposób wpływającą na ośrodek głodu i sytości, zaburzoną i dysfunkcyjną tkankę tłuszczową czy zaburzoną mikroflorę jelitową.

Otyłość jest aktualnie uważana za jeden z najbardziej krytycznych problemów zdrowotnych na świecie.

Przyjmowanie środków farmakologicznych może też być czynnikiem sprzyjającym przyrostowi tkanki tłuszczowej. Są to np. leki zawierające składniki, takie jak estrogeny czy progesteron, leki przeciwdepresyjne, przeciwpadaczkowe, insulina czy steroidy. Leki te, same w sobie nie powodują tycia, lecz mogą prowadzić do zaburzeń gospodarki hormonalnej a także wywoływać skutki mające wpływ na nadmierne przybieranie na masie. Niektóre leki mogą wyzwalać uczucie ciągłego zmęczenia i senności, doprowadzając do znacznego ograniczenia aktywności fizycznej. Inne z kolei zaburzają przemianę metaboliczną organizmu lub wyzwalają ciągłe uczucie głodu, kolejne zaś są odpowiedzialne za nadmierne zatrzymywanie wody w organizmie.

Innym powodem tycia są uwarunkowania psychiczne. Dla wielu ludzi problem objadania pojawia się pod wpływem stresu. Mówi się nawet, że ludzie „zajadają” swoje emocje.

Ludzie mają pewne oczekiwania wobec siebie i otaczającego świa-

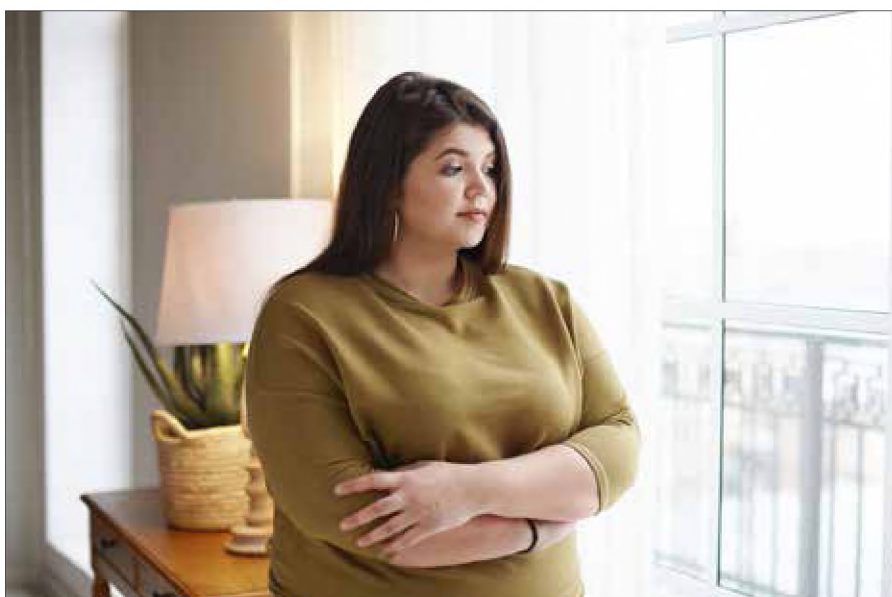
ta. Często są krytyczni względem siebie, cechuje ich niskie poczucie własnej wartości, postrzegają siebie negatywnie. W wielu przypadkach osoba chcąc poradzić sobie z problemem, który wywołuje złe emocje, sięga po jedzenie, w konsekwencji czego ma poczucie winy. Ale trudno jej zaprzestać! Ciągłe sobie powtarza — „nie mogę się dłużej objadać!” A organizm woła: „muszę” i znów zaczyna podjadać. W ten sposób błędne koło się zamyka.

## NIEZDROWE DIETY

Spoleczno-środowiskowy trend przekonuje, że sylwetka szczupła, to człowiek zadbany i pełen sukcesu. Wierząc w to, sięgamy po modne, gwarantujące szybki rezultat diety, nie zastanawiając się, jak organizm w sposób racjonalny ma w ciągu kilku tygodni pozbyć się magazynowanego przez lata zapasu tłuszczu. Są to zazwyczaj diety monotematyczne.

Badania udowodniły, że są to najbardziej skrajne diety powodujące szkodę dla organizmu.

19.>>



■ Jednym z powodów tycia mogą być uwarunkowania psychiczne

18.&gt;&gt;

Są niezbilansowane, dominuje w nich jeden główny składnik, przez co nie zapewniają kompletu witamin szczególnie tych rozpuszczalnych w tłuszczach. Stosowanie diet monotematycznych zaburza gospodarkę kwasowo-zasadową, rozregulowuje pracę hormonów i upośledza funkcje układu odpornościowego.

Bijących rekordy popularności diet monotematycznych jest kilkanaście np.: kopenhaska, Dukana, Atkinsa. Proponuje się w nich drastyczne ograniczenia węglowodanów i spożywanie głównie produktów białkowych. Ma to negatywny wpływ na spalanie tłuszczów, które następuje tylko z udziałem węglowodanów.

Innym przykładem jest z kolei dieta pozbawiona białek, np. dieta kapuciana. Zwykle słyszy się narzekanie osób, które od miesięcy stosują restrykcyjne diety, wykonują katorżnicze treningi i nie widzą żadnych efektów swoich wysiłków. Aż 70 proc. ankietowanych osób chorujących na otyłość przyznało, że dieta w ich przypadku okazała się nieskuteczna.

Ale dieta jest ważna w leczeniu choroby otyłościowej. Dieta to pojęcie często nie do końca dobrze zrozumiane. Wiele osób traktuje przejście na dietę jako karę pełną restrykcji. Zapominamy, że tak naprawdę jest to zmiana stylu życia i nawyków żywieniowych. Organizm osoby z chorobą otyłościową niestety często bardzo źle reaguje na próbę wprowadzenia typowej diety redukcyjnej, zwłaszcza jeżeli kaloryczność jest źle dobrana i jest zbyt niska. Próbę takiego „odchudzenia” odbiera jako wyniszczającą, przez co uruchamia mechanizmy obronne. Bardzo często następuje w takiej sytuacji tak zwany „efekt jo-jo”, wzmożony nawrót choroby i szybkie zwiększenie masy ciała.

„Dieta, oczywiście dobrze i indywidualnie dopasowana, to ważny element terapii u osoby chorującej na otyłość, zwłaszcza, jeżeli jest wprowadzana pod opieką dietetyka i lekarza równoległe z terapią farmakologiczną. Tylko kompleksowe działania dadzą pewność, że osiągniemy zamierzony efekt” — mówi dr n. o zdrowiu Wanda Baltaza, dietetyk kliniczny i wykładowczyni na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym.



Dieta — ale ta, która jest dobrze i indywidualnie dopasowana — to ważny element terapii u osoby chorującej na otyłość

Chodzi o to, żeby odpowiednio zadbać o nasze zdrowie, a bez odpowiedniego odżywiania tego zdrowia nie będzie. Trzeba dostarczać wszystkie odpowiednie składniki w odpowiedniej ilości (m.in. witaminy, minerały).

#### DIETA NIE MUSI BYĆ KATORGA

W leczeniu otyłości warto połączyć z jednej strony opiekę lekarza, z drugiej dietetyka. Dodatkowo potrzebna jest aktywność fizyczna dopasowana do stanu zdrowia i możliwości chorego. W chorobie otyłościowej ma się do czynienia z zaburzeniem wielu procesów w organizmie i trzeba takiego pacjenta trochę „wyzerować”, „przywrócić do ustawień fabrycznych” i dopiero na nowo pomóc zbudować swoje ciało, swój organizm, zdrowie — wyjaśnia specjalistka.

W związku z tym, że otyłość powoduje ok. 200 różnych powikłań, należy mieć na względzie zwiększone ryzyko wielu chorób u osób, których dotyczy otyłość. Dlatego w ramach diagnostyki zaleca się wykonywanie badań laboratoryjnych, tj. poziom cukru, insuliny oraz panel parametrów lipidowych a także badania stężenia enzymów wątrobowych, badania hormonalne. Lekarz powinien dobrać odpowiedni zestaw badań dostosowany do danego pacjenta.

Co ciekawe, jak tłumaczy dr Baltaza, przy okazji leczenia choroby otyłościowej nasz organizm bardzo się zmienia. W miarę tracenia każdego kolejnego kilograma, jego potrzeby będą zupełnie inne. Jeśli dołożymy do tego odpowiednią aktywność fizyczną zaczną się zmieniać komponenty naszego ciała, czyli to, ile mamy tkanki tłuszczowej, ile mięśni, ile wody. Potrzeby energetyczne i zapotrzebowanie na poszczególne składniki będą się cały czas zmieniały.

„Dieta nie musi być niesmaczna, rygorystyczna. Dieta, czyli prawidłowy sposób żywienia, jest tak naprawdę nieodzownym punktem naszego życia. Jest elementem stylu życia, który w znaczącym stopniu wpływa na to, jak funkcjonujemy i jak działa nasz organizm. I powinna być dostosowana indywidualnie do każdego pacjenta z chorobą otyłościową” — podkreśla dr Baltaza.

\*\*\*

Dr n. o zdr. Wanda Baltaza — dietetyk kliniczny, absolwentka i wykładowczyni Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego oraz Wyższej Szkoły Inżynierii i Zdrowia, prowadząca program „Dieta Czy Cud” w TVN Style. Autorka publikacji naukowych, kursów, a także artykułów i wystąpień dla mediów. Autorka książki „Poczuj się lepiej”.

Fot. Freepik.com

# Sezon na sok z drzew otwarty!

Aleksander Borowik

Mamy zapowiedź wiosny. Robi się coraz cieplej i miłośnicy soków zaczynają swoje polowanie na życiodajny, bogaty w witaminy sok z klonu, brzozy czy grabu.

Renata Surovec, dyrektorka departamentu komunikacji i ochrony bezpieczeństwa z Ministerstwa Ochrony Środowiska doradza czytelnikom „Kuriera Wileńskiego”, jak prawidłowo pobierać sok zarówno we własnym lesie, jak i na gruntach państwowych.

— Na gruntach państwowych można wypuszczać sok z drzew o średnicy nie mniejszej niż 20 cm, a które będą ścinane nie później niż po upływie 5 lat. Jeśli drzewa zostaną wycięte nie później niż po roku, zezwala się na puszczanie soku i cieńszych. Które drzewa rosnące na gruntach należących do państwa mają zostać wycięte, mogą poinformować właściciele lasu lub zarządcy — powiedziała Renata Surovec.

## NIE „WYKRWAĆ” DRZEWA

Jak dowiedzieliśmy się, w miejscu wiercenia otworu dopuszcza się odcięcie części kory bez większego uszkodzenia pnia. Otwór należy wiercić nie wyżej niż 1 m od powierzchni gruntu. Średnica otworu nie może przekraczać 2 cm, a głębokość w drewnie 3 cm. Odstęp między wywierconymi otworami muszą wynosić co najmniej 10 cm.

— Po skończonym wypuszczaniu soku, otwory w drzewie należy zatkać drewnianymi korkami. Jeśli z jednego drzewa zostało wypuszczone dużo soku, wówczas należy dać mu odpocząć kilka lat — mówi Tadeusz Ablaczyński, dyrektor departamentu kontroli lasów.

Nie ma żadnych ograniczeń spuszczenia soku dla prywatnych właścicieli gruntów. Ale wyłącznie do użytku osobistego. Na gruntach prywatnych sok można wypuszczać wyłącznie za zgodą właściciela gruntu.

— Jeżeli las jest państwowy, wówczas należy skontaktować się z Nad-

leśnictwem Państwowym, a leśniczy wskaże obszary, na których można uzyskać sok — mówi Tadeusz Ablaczyński i przypomina, że niewłaściwe korzystanie z zasobów dzikiej roślinności grozi karą grzywny od 10 do 30 euro.

## BRZEŻNA NIEDZIELA

Znawcy twierdzą, że soki zaczynają płynąć, gdy dzienna temperatura wynosi ok. 8 st. C, a taką teraz mamy pogodę. Ale lepiej spuszczać soki, gdy temperatura wyniesie koło 15 st. C w słoneczny dzień.

„Ze swego doświadczenia wiem, że soki najlepiej płyną między pierwszą kwadrą a pełnią księżyca. Często wypada to koło Niedzieli Palmowej, którą też nazywam Niedzielą Brzeżną” — mówi 70-letni Stanisław z podwileńskich Awizeń.

Czy soki płyną przez cały dzień? W nocy płynięcie soku maleje prawie do zera, chyba że mamy bardzo ciepłą noc. Najsilniej płyną w okolicach południa, kiedy jest najcieplej. I płyną ich więcej po nagrzanym stronie pnia.

A ile cukru i z jakiego gatunku drzewa? Drzewa różnią się. Są to różnice osobników i odmian, ale także z roku na rok ilość cukru może być inna. Najwięcej cukru soki mają na początku sezonu. Zdecydowanie naj-

więcej ma klon pospolity, potem klon, jawor i klon polny. Mają zwykle 1 do 4 proc. cukru. Brzozy są prawie o połowę mniej słodkie, a graby o połowę mniej słodkie od brzoź.

## SOKI ZE SKLEPU

Dla leniwych w sklepach, np. w Maximie, jest do kupienia sok brzozowy za 2,05 euro (750 ml) o smaku naturalnym, ale też rabarbarowym, miętowym czy cytrynowym. A na wileńskich ryneczkach co obrotniejsi gospodarze sprzedają sok brzozowy w szklanych (a jakże, bo w lodówkach taki stoi najdłużej, ale i tak tylko kilka dni) litrowych butelkach po 3-4 euro. „Że drożej niż w sklepie? Ależ panie — za to niepasteryzowany!” — mówią z dumą sprzedawcy. ■

## Zdrowy sok brzozowy

Otrzymany z brzozy sok zawiera polifenole roślinne, garbniki oraz salicylan metylu. Znaleźć w nim można również aminokwasy, witaminę C, witaminy z grupy B, a także potas, magnez, fosfor, wapń, cynk, mangan, miedź, żelazo oraz betulinę. W jego składzie znajduje się ponadto kwas asparaginowy, walina oraz izoleucyna



Wiertarka, młotek, rurka, butla — i „fabryka” zaraz zacznie pracować!  
Fot. YouTube, opr. cyfr. A.K.

## „Olza Pro”: młode stowarzyszenie, które wiele dokonało. „Chcemy zadbać o miejsca, które zanikają”

Rozmowa o opiece nad kulturą polską na Morawach i Śląsku z Markiem Koniecznym, prezesem Stowarzyszenia „Olza Pro” w Republice Czeskiej.

**Leszek Wątróbski:** Wasze Stowarzyszenie „Olza Pro” założone zostało w końcu 2021 r.

**Marek Konieczny:** Dokładnie 22 grudnia. Jesteśmy stowarzyszeniem pozarządowym — non profit. Zrzeszamy wszystkich obywateli, którzy chcą aktywnie rozwijać swoje otoczenie, zgodnie z naszym statutem w granicach prawa Republiki Czeskiej. Chcemy zadbać o miejsca, które zanikają. Przykładem tego jest cmentarz ewangelicki w starej Karwinie. Myśleliśmy początkowo, by założyć Towarzystwo Miłośników Karwiny, które miałyby pielęgnować zanikające miejsca związane z polskością. Taka nazwa ograniczałaby nas terytorialnie wyłącznie do Karwiny. A takich miejsc na całym Zaolziu jest dużo, dużo więcej. Tak więc zaczęło się od cmentarza i ogólnie Karwiny, ale wychodzimy dziś ze swoją działalnością szerzej, na cały region Śląska Cieszyńskiego i nie tylko. Nasza polska historia na Zaolziu, nasza narodowa przeszłość, zapisana jest na pomnikach, krzyżach, polskich nekropoliach, budynkach i tablicach. Przez całe lata poznawaliśmy takie miejsca w Polsce podczas licznych wyjazdów. Uważamy, że nadszedł czas zmienić sposób wspierania polskości i pokazać nowy kierunek. Opiekujemy się więc tymi miejscami, odnawiamy je, remontujemy, upamiętniamy oraz poszukujemy nowych dokumentów w archiwach. Dzięki tej pracy, na polskich miejscach pamięci, zbudowaliśmy silny i ideowy wolontariat zrzeszony w różnych środowiskach.

**Pomysł Waszego Stowarzyszenia zrodził się w głowach kilku polskich zaolziańskich działaczy...**

... którym na sercu leżało zachowanie śladów polskiej historii tych ziem. I choć każdy z nich od dawna działał na rzecz polskiej mniejszo-



Mark Konieczny, prezes Stowarzyszenia „Olza Pro” Fot. Leszek Wątróbski

ści na terenie Republiki Czeskiej, zdecydowali się na renowację cmentarzy, pomników, tablic pamiątkowych — miejsc, które przypominają polskość tych ziem.

**Wszystko to zaczęło się w październiku 2017 r...**

... kiedy to grupka ochotników po raz pierwszy zorganizowała akcję społeczną, której celem było uporządkowanie starej, opuszczonej i zrujnowanej nekropolii ewangelickiej w dawnej kolonii Meksyk w Karwinie. Prace porządkowe na cmentarzu prowadzili jeszcze niezrzeszeni ochotnicy, a inicjatorami było kilku miłośników regionu znających się z Beerclubu — Braci Kufłowej na Zaolziu — organizacji, której działalność może się raczej kojarzyć jedynie z wysuszaniem kolejnych szklanicy piwa w doborowym, męskim gronie.

Oni chcieli ratować przed ostatecznym zniszczeniem tę pamiątkę karwińskich i śląsko-cieszyńskich luteranów, będącą pamiątką polskości, albowiem większość napisów na nagrobkach była właśnie po polsku. I nadal regularnie bywają tam wiosną i jesienią brygady, które zapalają znicze i porządkują teren cmentarny.

**Głównym celem Waszego Stowarzyszenia jest...**

... pielęgnowanie bogatej kultury i historii Polski na Zaolziu. Chcemy ją zachować dla potomnych. Historia ta jest niesamowita. Te właśnie, zapomniane i pomijane, fragmenty naszej lokalnej historii chcemy przywracać, zachowywać i archiwizować dla przyszłych pokoleń.

**Skąd wzięła się nazwa Waszego Stowarzyszenia?**

Jest wiele powodów, dla których wybraliśmy tę nazwę. Początkowo myśleliśmy, aby nazwać je zwyczajnie — Zaolzie. Doszliśmy jednak do wniosku, że nie chcemy skupiać się wyłącznie na Zaolziu, ale na całym Śląsku Cieszyńskim i jego historii. Wybraliśmy więc rzekę Olzę, która jest kręgosłupem naszego terenu. Jest też granicą pomiędzy Czechami i Polską. Uważaliśmy, że jest to najbardziej odpowiednia dla nas nazwa. Do nazwy rzeki Olza dodaliśmy jeszcze słowo pro, które ma wiele znaczeń — np. z łaciny znaczy, że jesteśmy profesjonalni. Najważniejsza jest przecież opieka nad kulturą polską na Morawach i Śląsku.

**Jak realizujecie Wasze cele?**

Są tego różne formy. Jedną z nich są żywe działania w terenie. Tworzymy brygady na ewangelickim cmentarzu w Karwinie-Meksyku. Cmentarz został zniszczony z powodu tzw. szkód górniczych w zaolziańskiej Karwinie. To był cmentarz zapomniany i popadający w ruinę pomnik polskości tamtych terenów. Przy jego porządkowaniu na przestrzeni lat pracowało kilkaset osób. Oprócz ludzi z Karwiny i okolic pracowali podczas brygad m.in. ludzie z Ostrawy, Brna, Pragi, Katowic, Łodzi czy Warszawy. Ta część miasta, Karwina 2 Doły (Kopalnie), była zupełnie zapomniana. Dawniej wydobywało się tam węgiel.

21.&gt;&gt;

Cmentarz miał zostać zalany razem z polskimi nagrobkami. Szczątki zmarłych zostały przeniesione na sąsiedni cmentarz komunalny w Karwinie Kopalniach, obok kościoła św. Piotra z Alkantary. I stał się cud: zostały odnalezione ruiny cmentarza. Jego sprzątnięcie zaczęło się od koszenia trawy, wycinki uszkodzonych drzew i odnowienia kaplicy cmentarnej. Pomagali nam w tym historycy z Narodowego Instytutu Polskiego Dziedzictwa Kulturowego za Granicą „Polonika”.

### Jak liczne jest Wasze Stowarzyszenie?

Należy do niego ok. 20 zapisanych i aktywnych członków. Dużo więcej jest natomiast sympatyków i wolontariuszy, którzy nas wspierają. Zdecydowaną większość naszego Stowarzyszenia stanowią osoby w wieku 30+ i pochodzenia z Karwiny i okolic. Tam też skupiamy większość naszej działalności. Ja jestem najmłodszym członkiem naszego stowarzyszenia. Pełnię jednocześnie funkcję jego prezesa. Koledzy długo mnie namawiali, zanim się na to zgodziłem. Nasze działania realizowane są w długiej perspektywie. Realizujemy duże projekty, które wymagają czasu i nie są gotowe za miesiąc czy dwa. Blisko i dobrze współpracujemy z Kongresem Polaków w RC, PZKO oraz ze wspomnianym wcześniej Instytutem „Polonika” i kilkoma fundacjami w Polsce – np. Świetlik z Bydgoszczy, która wraz z lokalną społecznością porządkowała polskie cmentarze i ocaliła od zapomnienia niejedną mogiłę. Młodzi z Bydgoszczy przyjeżdżają do nas regularnie i poszerzają swoją wiedzę o Zaolziu. Odwiedzają nas również studenci UKSW z Warszawy i dokumentują tutejsze cmentarze. Zaolzie jest podzielone na dwie części: górale i dolanie, czyli góry i kopalnie.

Jest dużo materiału o tych pierwszych, a o tych drugich zdecydowanie mniej. Staramy się więc pielęgnować i kultywować kulturę dolan, czyli ludzi pracujących, ale nie zapominamy także o reszcie terenu Zaolzia. Mamy nawet kilku



■ Z pastorem Romanem Brzezina z parafii w Boguminie Fot. arch. pryw.

górników w naszym stowarzyszeniu. Przygotowujemy np. śpiewnik gwary górniczej w wersji polskiej, czeskiej i gwarowej, ale nie wiemy, kiedy to skończymy.

### Jakie jeszcze projekty realizuje Wasze Stowarzyszenie?

Pracujemy teraz nad dużym projektem ze Stowarzyszeniem „Odra-Niemen” oraz Kongresem Polaków w RC. Robimy filmiki edukacyjne dla polskiej młodzieży w Polsce, aby przekazać im wiedzę o Zaolziu. Pierwszy filmik zrobiliśmy o Polskim Klubie Sportowym „Polonia Karwina” (istniejącym w latach 1919–1952) zrzeszającym Polaków z terytorium Zaolzia, w ramach którego funkcjonowało dziewięć sekcji sportowych. Kolejny filmik zrobiliśmy o Scenie Polskiej Teatru Cieszyńskiego czy o drewnianym kościele w Gutach pw. Bożego Ciała w Gutach, który był jednym z najstarszych drewnianych kościołów na Zaolziu (wzniesionym w XVI w.). Świątynia ta spłonęła doszczętnie w nocy w sierpniu 2017 r., a następnie została odbudowana. Są liczne miejsca, które chcemy pokazać polskiej młodzieży w Warszawie czy Gdańsku i wysłać link do wielu szkół w Polsce i organizacji harcerskich. Chcemy w ten sposób pomóc w edukacji młodzieży w Polsce, że na Zaolziu są Polacy od dziada pradziada. Często bowiem spotykamy się w Polsce ze zdi-

wieniem, że wiedzą o Polakach na Litwie czy Ukrainie, a nie wiedzą o nas. Chcemy, aby młodzież polska przyjeżdżała do nas. Kontakt bezpośredniego przecież nic nie zastąpi. Kiedy jeszcze działałem w harcerstwie, to jeździliśmy z „paczkami pamięci” na Litwę. I pamiętam, że dla obdarowywanych najważniejsze jednak było samo spotkanie i rozmowa z nami. Spędzaliśmy z nimi długie godziny, tak aby mogli porozmawiać po polsku. Coś podobnego robimy teraz tutaj.

### Wasi członkowie prowadzili również wykłady w Wilnie o Polakach na Zaolziu...

...razem z dr. Józkiem Szymeczkiem – wiceprezesem Kongresu Polaków, który krótko zaprezentował słuchaczom działania Polaków na naszym terenie. Robimy też szkolenia u nas na Zaolziu dla szerokiej publiczności wspólnie z Instytutem „Polonika” z Warszawy. Aby ludzie wiedzieli, jak dbać o polskie groby. Aby nagrobki były czyszczone w miarę regularnie, tak aby nie zniknęły z nich polskie symbole – takie jak np. orzeł. Mamy dziś wreszcie wiele innych ciekawych projektów. Jedną z nich jest sprawa związana z ochroną prawną pomników ofiar w Żywocicach. Tam planowana jest budowa obwodnicy. Proponujemy więc, aby puścić ją obok pomników albo godnie je przenieść.

22.&gt;&gt;

W Żywocicach 6 sierpnia 1944 r. funkcjonariusze niemieckiego Gestapo zastrzelili 36 niewinnych mężczyzn: 28 Polaków i 8 Czechów — mieszkańców Żywocic i okolicznych wiosek. Była to największa zbrodnia wojenna na Śląsku Cieszyńskim. Rozstrzelani to cywile niezaangażowani w partyzantkę, a zwykli mieszkańcy Żywocic, Suchej Dolnej i Górnej oraz Cierlicka Dolnego. Wywiekano ich o świcie z ich domów i rozstrzeliwano nieopodal, często na oczach dzieci. Wielu też zastrzelono, gdy wracali z nocnej zmiany w kopalni. Ofiary upamiętnia ustawiony w centrum Żywocic pomnik autorstwa Franciszka Świdra przedstawiający kobietę z dzieckiem na ręku. To symbol wdowy z osieroconym dzieckiem. Co roku też, w sobotę najbliższą rocznicy tragedii pod pomnikiem w Żywocicach, organizowane są uroczystości wspomnieniowe mające uczcić pamięć ofiar i przypominać tę tragiczną historię.

Wszystkie nasze działania archiwizujemy. Niedawno dokończyliśmy projekt archiwizacji o różnych miejscach znaczących dla Polaków w Karwinie, gdzie przed laty Polacy stanowili większość. Byli tam również Niemcy, Czesi, Żydzi i wszyscy mieszkali obok siebie w dużej zgodzie, praktycznie od czasów austro-węgierskich do wybuchu II wojny światowej. Były też polskie i niemieckie domy i kopalnie.

### Organizujecie też wydarzenia patriotyczne...

Od czterech lat organizujemy dużą imprezę Dzień polski, która dziś nazywa się Polska majówka. Maj to przecież miesiąc, w którym Polska obchodzi swoje wielkie święta: Konstytucja 3 Maja, Dzień Flagi czy Dzień Polonii i Polaków za Granicą. Jest to impreza edukacyjna i jednocześnie zabawowa, organizowana była dwa razy w Karwinie i ostatnie dwa lata w Czeskim Cieszynie. Sprowadzamy zazwyczaj na nią znanych muzyków z Polski albo z Zaolzia, historyków z Warszawy, Krakowa, Torunia oraz kombatantów AK.

### Czego my, Polacy, możemy się nauczyć od Czechów, a oni od nas?

Jesteśmy do siebie bardzo podobni pod wieloma względami. Polacy



■ Do stowarzyszenia należy ok. 20 aktywnych członków Fot. arch. pryw.

mogą się uczyć od Czechów humoru. Wielu moich znajomych z Polski uwielbia czeski humor. Czesi potrafią żartować praktycznie ze wszystkiego. Czesi zaś mogą się uczyć od nas Polaków przedsiębiorczości. Polacy są bardziej agresywni i pomysłowi w prowadzeniu biznesu. Czesi są natomiast bardziej zachowawczy i ostrożni. Takie mam przynajmniej spostrzeżenia z naszych terenów przygranicznych.

### Czego mogę życzyć Panu i całemu Stowarzyszeniu „Olza Pro”?

Trudno powiedzieć czego życzyć, to każdy sam musi pomyśleć, czego życzyć innym. Osobiście mam

nadzieję, że uda nam się wraz z naszymi wolontariuszami, którzy są niesamowici, zorganizować jak najwięcej wydarzeń, brygad, stworzyć dużo materiałów edukacyjnych oraz odnowić jak najwięcej ważnych polskich miejsc czy też spotkać się z jak najszerzym wachlarzem ludzi i środowisk z całego świata. Jesteśmy otwarci i aktywni do działania. W dzisiejszym świecie technologii praktycznie nie istnieje dla nas problem z dystansem, pomysłami czy językiem. Ze wszystkim sobie damy radę z uśmiechem. ■

Rozmawiał Leszek Wątróbski



■ Dużo więcej jest natomiast sympatyków i wolontariuszy, którzy wspierają stowarzyszenie. Na zdjęciu — cmentarz Karwina Meksyk Fot. Beata Tyrna, zwrot.cz



**Wkrótce Dzień Kobiet! Nie bez powodu przypominam o tym z wyprzedzeniem — przecież lato o tym zapomnieć, kiedy za oknem już wkrada się wiosna! To święto, na które warto coś zaplanować. Doceńmy wszystkie ważne w naszym życiu Kobiety i pomyślmy, może ucieszy je coś innego, niż kwiatek? Choć kwiatek — też piękny prezent!**

Marzec pięknie się wystroił,  
W kole między dziećmi stoi  
I gromadkę uśmiechniętą  
Pyta: jakie dzisiaj święto?...



Marzec wyjął grosik srebrny,  
Teraz będzie mu potrzebny.  
Do kwiaciarni marzec pobiegł,  
Kupić bukiet na święto kobiet

## Geneza Święta Kobiet

Dokładne ustalenie genezy dnia kobiet jest o tyle trudne, że różne źródła podają różne wersje. Jedno jest pewne, powstanie tego święta związane jest z walką kobiet o swoje prawa społeczne. I tak, już 1857 roku w Nowym Jorku odbył się strajk kobiet żądających zrównania praw i zarobków z prawami i zarobkami mężczyzn. W marcu 1913 roku w Petersburgu zastrajkowały po raz pierwszy rosyjskie kobiety i od 1917 roku w marcu odbywały się masowe strajki kobiet.

Inna wersja głosi, że dzień kobiet obchodzony jest w związku z marcowym wystąpieniem jednego z posłów w brytyjskim parlamencie, w którym domagał się on większych praw dla kobiet.



## Pomysły na prezenty dla DZIEWCZYN i PAŃ

1. Poróbcie sobie zdjęcia z dziewczynami, wywołajcie je, kupcie jakieś super ramki, oprawcie i prezent gotowy.
2. Nagrajcie film z udziałem całej klasy lub konkretnej Pani, np. Mamy.
3. Kupcie lizaka w kształcie serduszka.
4. Wspólne wyjście do kina, lizwy, kręgle...
5. Zawsze aktualne i trendy są laurki i kwiaty.

Kobiety pełnią w życiu bardzo, ale bardzo to ważną rolę i nie jedną! Są to przede wszystkim:

- ŻONY naszych i Waszych tatusiów
- BABCIE najukochańszych dziadków
- PRACOWNICE, bez których nie byłoby wielu rzeczy
- i najpiękniejsza z ról – MAMA!



## O kobietach na wesoło!

Dziewczyna jest jak piec,  
W którym powoli piecze się baba.  
- Dlaczego tak mało kobiet gra w  
piłkę nożną?  
- Bo nielatwo znaleźć 11 kobiet, które  
chciałyby wystąpić przed  
publicznością w tych samych strojach!



IMIONA  
Ułóżcie imiona z podanych liter.

raima- \_\_\_\_\_  
łacmhi- \_\_\_\_\_  
alkoinar- \_\_\_\_\_  
srtianky- \_\_\_\_\_  
mgutnzy- \_\_\_\_\_  
adrai- \_\_\_\_\_

## KĄCIK BABSKICH PORAD

**Już wiosna!** Wreszcie można zrzucić grube kożuchy. Co zrobić, żeby wiosną zakwitnąć jak najpiękniejszy kwiat? Chciałybyście, żeby dziewczyny patrzyły na Was z zazdrością, a chłopaki z zainteresowaniem? Jeśli tak, to mamy coś dla Was.

**1. Zaczniemy od włosów.** Po zimie nie wyglądają one zadowolająco. Co zrobić? Przede wszystkim myć je, kiedy tego potrzebują i dać im oddychać świeżym, wiosennym powietrzem.

**2. Czas przejrzeć garderobę i odrzucić na bok te szare ubrania.** Pewnie – czarny to klasyka, ale wiosna to czas radości i koloru. Bierzcie przykład z rajskich ptaków i nie wstydźcie się różowych, niebieskich i żółtych kolorów.

**3. Co z buzią? Makijaż?** Eeee, raczej nie. Za to super będzie wyglądać bezbarwny błyszczący. Nałożony na usta. A i jeszcze jedno, często wystawiaj buzię na słońce,

dostarcza to dużo witaminy D dla skóry. Opalenizna jest nadal modna. I piegi też!

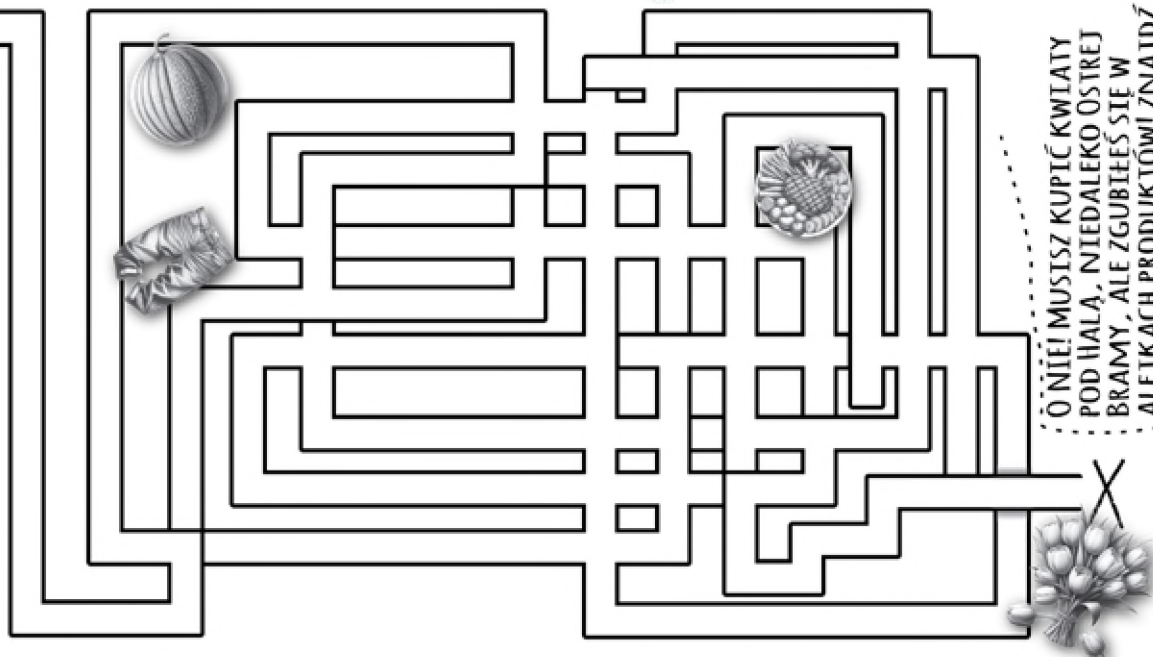
**4. Paznokietki.** Podobno dziewczyny i kobiety w Polsce częściej malują paznokcie, niż my na Litwie – i co z tego? W obu przypadkach paznokcie powinny być zadbane. Ale uwaga! Jeśli przy paznokciach pojawiają się bolesne skórki, może to znaczyć, że brakuje nam witamin A, E oraz B. Trzeba spożywać dużo darów wiosny, a wszystko będzie dobrze!

**5. Porządki!** Teraz można już szeroko otworzyć okno, wymyć okna i tak dalej – ale pamiętajmy, wszystko to z głową, odpoczywać też trzeba (byle nie przesadzać)!

**6. Mamy dodatkowy czas?** Spacer nie zaszkodzi – nie tylko pomoże nam zachować atrakcyjny wygląd, zdrowe ciało, ale po drodze możemy podziwiać budzącą się przyrodę, a przy odrobieniu szczęścia pozbierać przepiękne kwiaty, jeśli już wystawiły swoje nieśmiałe główki!



START



O NIE! MUSISZ KUPIĆ KWIATY  
POD HAŁĄ, NIEDALEKO OSTREJ  
BRAMY, ALE ZGUBIEŚ SIĘ W  
ALEJKACH PRODUKTÓW! ZNAJDŹ  
DROGĘ DO STOISKA Z KWIATAMI!



# Tort szpinakowy wytrawny

Wiesława Lewandowska

autorka bloga kulinarnego  
„Dom pełen mięty”

Tort wytrawny z ciasta szpinakowego, przełożony serkiem kanapkowym lub śmietankowym i wędzonym łososiem — jest pyszny, można go podać na święta, jak i na zwykłą niedzielę.

## Składniki:

• 1 opakowanie mrożonego mielonego szpinaku • 2 łyżki masła • 4 jajka • 1 łyżka mąki pszennej • 2 serki kanapkowe po 150 g • 100 g wędzonego łososa w plastrach • 2 ząbki czosnku • 5 suszonych pomidorów • 2 łyżki pokrojonego drobno szczypiorku • 2 łyżki mielonych orzechów włoskich • sól • pieprz • kilka oliwek • natka pietruszki

## Wykonanie:

Szpinak rozmrozić, odsączyć z wody. Na patelni rozgrzać masło, dodać szpinak i chwilę go przesmażyć, doprawić odrobiną soli i przestudzić. Do szpinaku dodać cztery żółtka, łyżkę mąki i dokładnie wymieszać. Białko ubić na sztywno ze szczyptą soli, wymieszać delikatnie ze szpinakiem. Na papierze do pieczenia odrysować 3 kółka za pomocą talerza o średnicy 20 cm, każde kółko dokładnie posmarować tłuszczem i wyłożyć ciasto szpinakowe. Możemy krążki ciasta upiec w tortow-



## Fot. autorka

nicy. Piekarnik nagrzać do 190 stopni i — jeśli pieczemy kilka warstw — to włączamy termo obieg, jeśli jedną — to górą-dół, pieczemy 15-20 minut, sprawdzamy czy boki lekko się zrumieniły. Gotowe krążki ciasta wykładamy, delikatnie odwracamy i zdejmujemy papier. Do serka dodajemy przeciśnięty przez praskę czosnek i dokładnie mieszamy. Serkiem cienko smarujemy pierwszy krążek ciasta, układamy plastry łososa, zostawiamy jeden kawałek do dekoracji. Drugi krążek smarujemy tak samo serkiem i posmarowaną częścią kładziemy na łososia, lekko

dociskamy. Do 80 g serka dodajemy pokrojony szczypiorek i smarujemy następną warstwę tortu, układamy pokrojone w paseczki suszone pomidory i przyciskamy lekko posmarowanym krążkiem ciasta. Tort smarujemy pozostałym serkiem z wierzchu. Boki obsypujemy za pomocą noża mielonymi orzechami, a wierzch dekorujemy według uznania: różyczkami z wędzonego łososa, oliwkami, zieloną natką pietruszki. Tak przygotowany tort wstawiamy do lodówki na 2-3 godziny, aby smaki połączyły się, a potem można już cieszyć się jego smakiem. ■

# Klopsiki w sosie koperkowym

Takie klopsiki możemy podać zarówno z ziemniakami, kaszą, ryżem, czy z kluskami śląskimi. Są bardzo smaczne, sos delikatny, aksamitny, danie obiadowe pasuje dla każdego — i dorosłych i dzieci. Przepis bardzo prosty, możemy zrobić od razu podwójną porcję, odgrzane smakują tak samo.

## Składniki:

• 500 g mięsa wieprzowego • 1 jajko • 1 bułka • 1 cebula • 1 łyżka tłuszczu • 1-2 łyżki mąki pszennej • sól • pieprz

## Sos koperkowy:

• 3 łyżki posiekanego koperku (może być mrożony) • 100 ml śmietany kremówki • 1 łyżka mąki

## Wykonanie:

Bułkę namoczyć w mleku lub w wodzie, odcisnąć i dodać do mielonego mięsa. Cebulę pokroić w drobną kostkę, przesmażyć na



## Fot. autorka, opr. cyfr. A.K.

złoto na tłuszczu i dodać do mięsa, wbić jajko, doprawić solą, pieprzem do smaku i dobrze wymieszać. Dłoń zwilżyć w wodzie i formować podługne klopsiki, każdy obtoczyć w mące. Na patelni rozgrzać tłuszcz i zrumienić je z każdej strony. Klopsiki przełożyć do rondelka, podlać je wodą, tak aby je przykryła i dusić na wolnym grzaniu ok. 20-30 minut. Koperk opłukać, drobno posiekać i dodać do klopsików. Śmietanę wymieszać z mąką, tak, aby nie było grudek. Wlać do wrzącego sosu, zagotować, doprawić jeszcze do smaku solą, pieprzem i na koniec dodać koperk. ■



# Seniorzy z Wilna zachęceni do adopcji zwierząt domowych, które utraciły właściciela

Honorata Adamowicz

Samorząd stołeczny rozpoczął program „Senior-seniorowi”. Seniorzy mogą zostać tymczasowymi opiekunami wybranego przez siebie zwierzęcia ze schroniska, które straciło właściciela i — najczęściej — też już nie jest młode. Samorząd zapewni niezbędne wyposażenie do opieki nad zwierzęciem, w tym karmę, a w razie potrzeby także opiekę weterynaryjną.

— Został uruchomiony program „Senior-seniorowi”. Seniorzy, którzy ukończyli 65 lat i starsi, a także osoby mieszkające w domach opieki, mogą zostać tymczasowymi opiekunami wybranego przez siebie zwierzęcia. Wystarczy zgłosić się do schroniska dla zwierząt, prowadzonego przez spółkę samorządową Grinda, wybrać czworonoga i zawrzeć tymczasową umowę o opiekę nad zwierzęciem. Schronisko będzie w dalszym ciągu dbało o utrzymanie zwierzaka. Co miesiąc będzie dostarczana karma, dla kota żwirek, dbanie o stan zwierzaka i opiekę weterynaryjną będzie nadal zapewniać schronisko dla zwierząt. Opiekun zaś będzie wyprowadzał psa na spacer, spędzał z nim czas i dzielił się z nim swoją troską, uwagą i miłością — w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” tłumaczy ideę programu Agnė Žėbienė, dyrektorka wileńskiego schroniska dla zwierząt, prowadzonego przez spółkę Grinda.

Jak zaznaczyła rozmówczyni, jeśli senior nie będzie już w stanie opiekować się zwierzęciem, wróci ono do schroniska. Starsze zwierzęta nie są tak aktywne i dobrze odnajdują się w towarzystwie swoich starszych właścicieli. Projekt ten ma przynieść korzyści zarówno zwierzętom bez właściciela, jak i seniorom, ponieważ czworonożny pupil może stymulować aktywność, poprawiać zdrowie emocjonalne, promować socjalizację i zmniejszać samotność.

## JAK ZOSTAĆ OPIEKUNEM?

Żeby zostać opiekunem zwierzęcia, wystarczy przyjść do schroniska dla

zwierząt, prowadzonego przez spółkę Grinda w Wilnie i wybrać zwierzaka. Należy mieć ze sobą dowód własności mieszkania (lub pozwolenie od właściciela na trzymanie zwierzęcia, jeśli mieszkanie jest wynajmowane). Zostanie wówczas sporządzona umowa o tymczasowej opiece nad zwierzęciem i umowa adopcyjna. Po wszystkich formalnościach zwierzę domowe i wszystkie materiały niezbędne do opieki nad nim zostaną dostarczone w ciągu 5 dni roboczych do opiekuna.

Co miesiąc zostanie zapewniona karma i żwirek dla kota oraz, w razie potrzeby, leczenie i pomoc weterynaryjna. W przypadku zmiany sytuacji życiowej lub jeśli nie senior nie będzie chciał dłużej opiekować się pupilem, zwierzę i przedmioty przekazane opiekunowi zastępczemu zostaną odebrane w ciągu 5 dni roboczych od czasu powiadomienia. Tymczasowa opieka nad zwierzętami, które straciły właścicieli, jest również dostępna w domach spokojnej starości i instytucjach opieki zastępczej.

— Mamy nadzieję, że tymczasowi opiekunowie zobowiążą się do codziennego wyprowadzania zwierzęcia na spacer i zapewniania mu świeżej i czystej wody. W przypadku adopcji kota należy zadbać o co-

dzienne czyszczenie kuwety. Seniorzy uczestniczący w programie nie będą mogli przekazać zwierzęcia i jego wyposażenia innej osobie bez specjalnego pozwolenia. Zastrzegamy sobie prawo do sprawdzenia dobrostanu i dokumentacji zwierząt znajdujących się pod naszą opieką, jeśli zajdzie taka potrzeba — podkreśla Agnė Žėbienė.

## OGROMNE ZAINTERESOWANIE

W ramach programu „Senior-seniorowi” pod czasową opiekę seniorów może być oddanych obecnie 21 czworonogów ze schroniska Grindy: 11 psów i 10 kotów. Liczba ta codziennie się zmienia.

— Zainteresowanie programem jest bardzo duże: gdy tylko ogłoszono jego uruchomienie, otrzymaliśmy już ponad 30 telefonów. 10 seniorów przyszło poznać zwierzęta, z których sześciu wybrało już swoich pupili. Głównym celem tego programu jest zmniejszenie wykluczenia grup wrażliwych społecznie w Wilnie, promowanie ich aktywności fizycznej i społecznej poprzez umożliwienie im opieki nad bezpiecznymi zwierzętami oraz zapewnienie, że warunki życia bezpiecznych zwierząt są zgodne z ich dobrostanem, poprzez umieszczenie ich pod tymczasową opieką — mówi Žėbienė. ■



Żeby zostać opiekunem zwierzęcia, wystarczy przyjść do Domu Opieki nad Zwierzętami w Wilnie i wybrać zwierzaka **Fot. Marian Paluszkiewicz**

# Litwa wśród 10 pierwszych krajów UE o najwyższym wzroście liczby zatrudnionych

Honorata Adamowicz

W grudniu 2023 r. stopa bezrobocia w UE wyniosła średnio 5,9 proc. i była o 0,2 proc. niższa niż rok wcześniej. Na Litwie w 2023 r. zatrudnionych było 1 mln 441,1 tys. osób. W porównaniu z 2022 r. liczba ludności zatrudnionej wzrosła o 20,3 tys. osób, czyli o 1,4 proc. Litwa jest jednym z 10 krajów UE o najwyższym wzroście liczby zatrudnionych.

— Według wstępnych danych, w całej UE bez pracy pozostawało 12,9 mln osób. Według Eurostatu bezrobocie na Litwie w grudniu 2023 r. było wyższe niż średnia dla krajów unijnych i wzrosło o 0,2 punktu procentowego w ciągu roku. Na Łotwie bezrobocie wyniosło 6,6 proc., tyle samo co rok wcześniej. W Estonii bezrobocie wyniosło 6,3 proc., co oznacza wzrost o 1 proc. w ciągu roku. W Hiszpanii bezrobocie wyniosło 11,7 proc., w Grecji — 9,2 proc., Szwecji — 8 proc. Najniższe stopy bezrobocia odnotowano na Malcie (2,4 proc.), w Polsce (2,7 proc.) i Czechach (2,8 proc.) — w rozmowie z „Kurierem Wileńskim” informuje Milda Jankauskienė, rzeczniczka prasowa Służby Zatrudnienia.

## EMIGRANCI CHCĄ STABILNOŚCI

Według badania wśród emigrantów przeprowadzonego przez Służbę Zatrudnienia w 2023 r., respondenci na pytanie, co zachęciłoby ich do powrotu na Litwę, wskazali następujące czynniki: dobre wynagrodzenie gwarantujące stabilność (61,7 proc.), rodzina, przyjaciele i krewni (53,4 proc.), możliwości rozwoju zawodowego (30,1 proc.), zmiany kulturowe i polityczne w społeczeństwie (25,6 proc.), wsparcie państwa dla osób powracających (24,5 proc.).

— Na początku 2024 r. najwyższe stopy bezrobocia odnotowano w Kalwarii (13,8 proc. bezrobotnych w wieku produkcyjnym), Ignalinie (13 proc.), Birżach (11,7 proc.), Solecznikach (11,7 proc.) i Kiełmach (11,5 proc.). Tymczasem najniższe stopy bezrobocia występują w Neryn-



W niektórych samorządach jest więcej ofert pracy niż zarejestrowanych bezrobotnych ze względu na prace sezonowe **Fot. Marian Paluszkiwicz**

dze (4 proc.), Kłajpedzie (5,9 proc.), Szkudach (6,9 proc.), Birsztanach (7,1 proc.) i Szawlach (7,3 proc.) — wymienia Milda Jankauskienė.

## PODAŻ I POPYT NA PRACĘ

Wolne miejsca pracy tradycyjnie koncentrują się w samorządach dużych miast. Połowa (48,8 proc.) wolnych miejsc pracy w 2023 r. znajdowała się w Wilnie, Kownie i Kłajpedzie. Liczba osób bezrobotnych i liczba wolnych miejsc pracy były niemal identyczne w Wilnie i Kownie. Samorządy z największą liczbą wakatów przypadających na jednego bezrobotnego to: Birsztany, Nerynga, Połaga i Szawle. Ofert pracy było więcej niż zarejestrowanych bezrobotnych w Birsztanach, Neryndze i Połędzie — ze względu na prace sezonowe, w Szawlach — ze względu na dużą liczbę wakatów dla przewoźników towarowych.

W pozostałych samorządach liczba bezrobotnych przewyższała liczbę zgłoszonych wakatów. Miasta z najniższą liczbą wolnych miejsc pracy na bezrobotnego to: Kalwaria, Szkudy, Olita, Retów, Wyłkowyszki, Kozłowa Ruda, Łódziejcie i Birże. W 2023 r. liczba bezrobotnych zarejestrowa-

nych w Kalwarii była pięciokrotnie wyższa niż liczba wakatów, w okręgu szkudzkim — czterokrotnie, w Olicie, Retowie, Wyłkowyszkach, Kozowej Rudzie, Łódziejach i Birżach — ponad trzykrotnie.

## OPTYMIZM PRACODAWCÓW

— Coroczne badanie przeprowadzone wśród pracodawców wykazało lekki optymizm, mniej pracodawców (21 proc.) niż w poprzednich latach spodziewa się wzrostu produkcji, a odsetek pracodawców oczekujących utrzymania status quo jest najwyższy od trzech lat. Odsetek pracodawców z pozytywnymi prognozami jest wyższy niż odsetek przewidujących spadek produkcji lub usług oraz liczby pracowników. Co czwarty pracodawca spodziewa się, że produkcja lub usługi będą przynajmniej nieznacznie wyższe niż w ubiegłym roku, podczas gdy co jedenasty oczekuje, że będą one niższe. 72 proc. ankietowanych przedsiębiorstw nie zamierza w tym roku zmieniać liczby pracowników — informuje przedstawicielka Służby Zatrudnienia. ■

TVP

## WILNO

7.00 Detektyw Literka  
7.10 S. anim.  
„Przyjaciele Misia i Marjolci”  
7.35 Rusz się człowieku  
7.45 Pięknie przyprawiONA  
8.00 Info Wilno  
8.15 Studio Wilno  
8.35 Forum  
9.35 S. „Sześć siostr”  
10.30 Przystanek slow food  
11.00 Gra słów  
11.20 S. anim.  
„Przyjaciele Misia i Marjolci”  
11.45 Zakochaj się w Polsce  
12.10 S. „Korona królów.  
Jagiellonowie”  
12.35 S. „Leśniczówka”  
13.00 Info Wilno  
13.05 Dobre historie  
13.30 Tygiel  
13.50 Wielki Test o Kosmosie  
15.05 Słownik polsko@polski  
15.35 Raport naukowy  
16.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego  
16.20 S. „Klan”  
16.45 S. „Barwy szczęścia”  
17.10 Detektyw Literka  
17.20 Przyjaciele Misia i Marjolci  
17.45 S. „Stulecie Winnych”  
18.30 Nowe spojrzenie  
19.00 Info Wilno  
19.15 Studio Wilno  
19.40 S. „M jak miłość”  
20.30 „19.30”  
20.55 „Gość 19.30”  
21.05 S. „Korona królów.  
Jagiellonowie”  
21.25 S. „Leśniczówka”  
21.50 „Dzkie serca”  
23.00 Na sygnale  
23.45 Info Wilno  
00.05 Studio Wilno  
00.20 Anna Dymna - spotkajmy się  
00.45 „19.30”  
01.15 „Gość 19.30”

LRT | TV

6.02 Dzień dobry Litwo  
6.30, 7.00, 7.30, 8.00,  
8.30 Wiadomości  
9.00 S. „Soko Leipzig”  
9.50 S. „Komisarz Rex”  
10.40 S. „Śledczy do pary”  
11.30 S. „Stary”  
12.30 Kto i dlaczego?  
13.00 Garnki świata  
14.00, 15.00, 16.00,  
Wiadomości  
14.20, 15.15 Dzień dobry Litwo  
16.15 S. „Dobra czarownica”  
17.00 S. „Obietnica”  
18.00 Kto i dlaczego?  
18.30 Ważna godzina  
19.30 (Nie)emigranci  
20.30 Panorama  
21.00 Temat dnia  
21.30 „Juozas Lukša-Daumantas.  
Ostatni list” film dok.  
22.30 Wiadomości Rowerowe  
23.00 S. „Nad wodą”  
23.45 S. „Komisarz Rex”

6.00 Filmy anim.  
6.30 S. anim. „Tom i Jerry Show”  
7.00 Pani chłopka  
8.00 S. „Walker, strażnik Teksasu”  
10.00 S. „Poważne sprawy”  
11.00 S. „Krwawe kwiaty”  
12.00 Wiadomości  
13.20 Pani chłopka  
14.30 S. „Mam na imię Farah”  
15.30 S. „Kraina Nadziei”  
16.30 Dobry wieczór, Litwo  
18.30 Wiadomości  
19.30 KK2  
20.00 Będzie wszystkiego  
21.00 S. „Potrzebuję miłości”  
21.30 Wiadomości  
22.30 „Zone 414” thriller  
00.35 S. „S.W.A.T.”

LRT | PLUS

6.00 Hymn Republiki Litewskiej  
6.05 Historie rzeczy  
7.00 Kto i dlaczego?  
7.30 Detektywi historii  
8.30 7 dni Kowna  
9.00 Dzień dobry Litwo  
11.30 Białoruska Pogoń  
12.00 Pasek zatrzymania  
13.00 Ceremonia wręczenia litewskich nagród naukowych  
14.30 „Antonio Banderasa i Pedro Almodovara. W duecie” film dok.  
15.30 S. „Lykkeland”  
16.20 S. dok. „Tematy wideo w Japonii”  
16.30 Dzień dobry Litwo  
18.30 Niezwykli ludzie  
19.00 Pole bitwy  
19.30 S. dok. „Złamanie kodu”  
20.20 Niezapomniane Wilno  
20.30 Panorama  
21.00 Temat dnia  
21.30 „Dziedzictwo fotografa XIX wieku” film dok.  
22.45 Nie mam tylu lat  
23.15 Jesteśmy z Ukrainy  
23.45 ...format  
00.00 Wiadomości DW (ros.)  
00.15 Dziel się na świecie (ros.)  
00.40 Ulice kobiet

6.00 Seriale anim.  
7.45 S. „Płonący ogień”  
8.55 S. „W wirze miłości”  
10.00 S. „Barrister Babu”  
11.00 S. „Miejsce pod słońcem”  
12.00 S. „Królowa bez korony”  
14.00 S. „Cabo”  
15.00 S. anim. „Simpsonowie”  
16.00 TV 3 wiadomości  
16.30 TV Pomoc  
18.30 TV3 wiadomości  
19.30 „Pod prąd”  
20.30 S. „Smak śniegu”

21.00 S. „TOP 3”  
21.30 Wieczorne wiadomości TV3  
22.30 „Poborca podatkowy” dramat  
00.30 S. „El Chapo”



6.00 Zasady mojej kuchni  
7.20 S. „Puchacz”  
8.25 S. „Oddział nr 44”  
9.30 S. „Hudson i Rex”  
10.30 S. „CSI. Miami”  
11.30 S. „Świeża krew”  
12.30 S. dok. „Mania chomikowania”  
13.30 Zasady mojej kuchni  
14.50 S. „Wojny glin. Charków”  
15.55 S. „Hudson i Rex”  
17.00 S. „Świeża krew”  
18.00 S. „CSI. Miami”  
19.00 S. „Magnum: Detektyw z Hawajów”  
20.00 „Ale numer!”  
21.00 „Lara Croft: Kolebka życia” film fab.  
23.20 „Nocny patrol” thriller  
01.35 S. „Żywe trupy”

LIBELVOK rytas.tv

5.30 S. dok. „Paranormalne zjawiska 911”  
6.30 S. „Cyganecka Lala”  
7.30 Pół godziny z Valatką  
8.00 Realna mistyka  
9.00 S. „Strażnik Karpacki”  
10.00 S. „Niespodziewana sprawiedliwość”  
11.00 S. „Raj”  
12.00 Kod zdrowia  
13.00 Nowy dzień  
14.00 S. „Ochroniarz dzieci”  
15.00 Realna mistyka  
16.00 Reporter  
16.20 Sport. Pogoda  
16.30 Litwa na żywo  
17.00 S. dok. „Rowy śmierci”  
18.00 Reporter  
18.20 Sport. Pogoda

18.30 Życie w biznesie  
19.00 S. „Historia jednego przestępstwa”  
20.00 Reporter  
20.18 Sport. Pogoda  
20.20 S. „Strażnik Karpacki”  
21.25 S. „Raj”  
22.30 Reporter  
22.50 Sport. Pogoda  
23.00 Litwa na żywo  
23.30 S. dok. „Rowy śmierci”  
00.30 S. „Ochroniarz dzieci”



5.55 S. „Hawaje 5.0”  
7.30 S. „Rezydenci”  
8.30 „Magazynowe wojny”  
9.00 „E-gazas dugnas”  
9.30 S. „Goldbergowie”  
10.00 „Najzabawniejsze filmiki Ameryki”  
11.00 S. „Rezydenci”  
12.00 S. dok. „Ameryka. Cztery pory roku”  
13.00 „Mistrz kulinarii”  
14.00 S. „Rezydenci”  
15.00 S. „CSI. NY”  
16.00 S. „Hawaje 5.0”  
18.00 S. „Simpsonowie”  
19.00 S. „Rezydenci”  
20.00 „Najzabawniejsze filmiki Ameryki”  
21.00 „Nieustraszona hiena” film fab.  
23.10 S. „ZeroZeroZero”  
00.30 S. „Bibliotekarze”



6.00 S. „W rękach losu”  
7.00 „Rodzinne melodramaty”  
8.00 S. „Ślepa”  
9.00 S. „Zakazany owoc”  
10.00 S. „Major Crimes”  
11.00 S. „Einstein”  
12.00 S. „Zabójcze umysły”  
13.00 S. „Prawo i porządek”  
14.00 S. „Nowy Amsterdam”  
15.00 S. „Anupamaa”  
16.00 S. „Bądź ze mną”  
17.00 S. „Gry losu”  
18.00 S. „Nowy

Amsterdam"  
19.00 S. „Detektyw Rizoli”  
20.00 S. „Prawo i porządek”  
21.00 S. „Bękarty z Pizzofalcone”  
23.15 S. „Podróżnik”  
01.20 S. „Zniewolona”



6.15 S. „Dziedzictwo”  
7.05 S. „Złoty chłopak”  
8.00 Transmisja Mszy Świętej  
8.30 „Kościół z bliska”  
9.00 S. „Wydział kryminalny Kitzbühel”  
9.50 S. „Ranczo”  
10.50 S. „Komisarz Alex”  
11.45 S. „Ojciec Mateusz”  
12.35, 21.30 S. „Korona królów. Jagiellonowie”  
13.10 „Agrobiznes”  
13.35 „Rok w ogrodzie Extra”  
13.50 „Magiczny krąg rafy koralowej” film dok.  
15.00 S. „Złoty chłopak”  
15.55 Jaka to melodia?  
16.35 „Gra słów. Krzyżówka”  
17.05 S. „Dziedzictwo”  
18.00 „Teleexpress”  
18.20 „Jaka to melodia?”  
18.55 S. „Klan”  
19.25 S. „Leśniczówka”  
20.00 „Jeden z dziesięciu”  
20.30 „19.30”  
20.50 „Gość 19.30”  
21.15 „Reporterzy”  
22.10 „Piłkarski poker” komedia  
00.05 „Gliniarz z Belleville” komedia



9.00 „Muzyczne poranki”  
9.40 „Informacje kulturalne”  
10.00 S. „Pogranicze w ogniu”

11.15 „Czarny Piotruś” komedia  
12.50 „Wędrowiec Polski”  
13.30 „Kinematograf - narodziny nowej sztuki” film dok.  
14.35 „Przeczarowanie. Małgorzata Mirga - Tas” reportaż  
15.20 „Człowiek z żelaza” dramat  
18.00 S. „Pogranicze w ogniu”  
19.05 „Niedziela z...”  
20.00 „Mistrzowie muzyki filmowej”  
21.00 „Noc Helvera”  
22.20 „Troje na gigancie” film fab.  
00.15 „S jak Stanley” film dok.



7.00 „Gra słów. Krzyżówka”  
7.30 „Pożyteczni.pl”  
8.00 „Kulinarne wędrowki z Jolą Kleser”  
8.30 „Pytanie na śniadanie”  
12.10 „Kamperem po Południu”  
12.30 S. „Barwy szczęścia”  
13.00 „Gość Poranka”  
13.20 „Magiczne Podhale z Sebastianem Karpiem Bułecką”  
13.50 S. „Blisko, coraz bliżej”  
15.10 „Taka była telewizja”  
16.05 „Prywatne życie zwierząt”  
16.35 „Zwierzaki Czytaki”  
17.00 S. „Korona królów. Jagiellonowie”  
17.30 S. „Barwy szczęścia”  
18.00 Teleexpress  
18.20 „Gra słów. Krzyżówka”  
18.50 S. „Leśniczówka”  
19.20 „Z Andrussem po Galicji”  
19.50 „Nad Niemnem”  
20.10 „Studio Lwów”

20.30 „19.30”  
20.55 „Gość 19.30”  
21.25 S. „Ojciec Mateusz”  
23.10 „Żwirko i Wigura. 15 dni chwały” film dok.  
00.10 „Teleexpress Extra”



HISTORIA

7.00 „Był taki dzień”  
7.05 „Przypadek Polski. Polityka i idee”  
7.20 „Działo się w Krakowie”  
7.25 S. „Wojenne dziewczyny”  
8.10 „Polacy na ratunek Żydom”  
8.20 „Był taki dzień”  
8.25 „Okrasa łamie przepisy”  
8.50 „Podróże Małej i Dużej”  
9.15 „Na tropach Historii”  
9.30 „Encyklopedia II wojny światowej”  
9.50 „Flesz historii”  
10.05 „Szlakiem miejsc niezwykłych”  
10.15 S. „Samochodzik i templariusze”  
10.45 S. dok. „Widoki z raj. Kultura ogrodowa w świecie Islamu”  
11.35 „Myśliciele”  
11.40 S. „Korona królów. Jagiellonowie”  
12.05 „Życiorysy odzyskane”  
12.30 „Ex Libris”  
12.50 „W kotle historii”  
13.15 S. „W słońcu i w deszczu”  
14.00 „Szafa polska 1945-89” film dok.  
14.55 Film dok.  
15.50 „Szlakiem miejsc niezwykłych”  
16.00 „Stąd bliżej jest do nieba...”  
16.40 „Działo się w Krakowie”  
16.45 „Giganci historii”  
17.30 „Kazimierz. Miasto polskiego renesansu” film dok.  
17.45 „Kuchnia

Jagiellonów”  
18.10 S. „Przeprowadzki”  
19.00 S. „Wojenne dziewczyny”  
19.45 „Był taki dzień”  
19.50 „Zaginione Skarby”  
19.55 S. „Polacy na ratunek Żydom”  
20.10 „Z wieszaka historii”  
20.35 „Było, nie minęło”  
21.00 S. „Dom”  
22.25 „Baśka” film dok.  
23.05 S. dok. „Widoki z raj. Kultura ogrodowa w świecie Islamu”  
00.00 S. „Instynkt”



6.00 „Filmowe życiorysy”  
6.40 „Ewangelia nasz biznesplan” film dok.  
7.15 „Augustianie - wiara i prawda” film dok.  
8.00 Film dok.  
8.55, 20.25 „40 dni z Janem Pawłem II”  
9.00 Informacje dnia  
9.15, 22.40 „Polski punkt widzenia”  
9.35 „Chryste, ratuj” film dok.  
10.00 „Papież Polak do rodaków”  
10.30 „Słowo życia”  
10.35, 12.50 Święty na każdy dzień  
10.40 „Narodowe Sanktuarium Maryjne w Subukia” film dok.  
11.00 Informacje dnia  
11.15 „Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej”  
11.45 „Zew natury”  
12.05 „Mocni w wierze”  
12.35 „Słowo życia”  
12.40 „Ma się rozumieć”  
13.00, 19.00 Modlitwa Anioł Pański  
13.03 Informacje dnia  
13.20 „Dzieci Andersa - powrót do Afryki” film dok.  
14.30 Msza Święta z Jasnej Góry

15.20 Muzyczne chwile  
15.30 „Komańcza w duchu Prymasa” reportaż  
16.00 „Testament Miłości Jana Pawła II w Elku” film dok.  
16.50 „Ma się rozumieć”  
17.00 Informacje dnia  
17.10 „Jestem mamą”  
17.25 „Przyroda w obiektywie”  
17.40 „Zdrowie z bożej apteki”  
17.55 „Życie według świętego Jana Pawła II”  
18.10 „Prosto o gospodarce”  
18.30 „Zostań żołnierzem RP”  
18.45 Muzyczne chwile  
18.55 „Poczet Wielkich Polaków”  
19.05 Informacje dnia  
19.15 „Rozmowy niedokończone”  
20.30 „Każdy maluch to potrafi”  
21.00 Informacje dnia (wydanie główne)  
21.20 Modlitwa różańcowa  
21.50 „Myśląc Ojczyzna”  
22.00 Apel Jasnogórski  
22.20 Informacje dnia  
23.00 „Polskie dziedzictwo”  
23.30 Film dok.  
00.55 Muzyczne chwile



7.00, 13.00, 18.00, 0.00 Fani czterech kółek  
9.00, 19.00 Jak to jest zrobione?  
10.00 Obrońcy zabytków  
10.30 Van Go  
11.00, 20.00 Łowcy staroci: renowacje  
12.00 Łowcy staroci  
14.00 Wiejski dom w wielkim stylu  
16.00 Nagi instynkt przetrwania  
17.00 Skarby z szopy  
17.30 Hiszpańska kontrola celna  
19.30 Jak to działa?  
21.00 Łowcy opali  
22.00 Gorączka złota

**TVP**  
**WILNO**

7.00 Zwierzaki Czytaki  
7.15 Figu Migu  
7.25 S. anim. „Agatka”  
7.35 Moda na rodzinę  
8.00 Info Wilno  
8.15 Studio Wilno  
8.35 Woronicza 17  
9.35 S. „Sześć siostr”  
10.35 To je Borowicz  
10.55 Gra słów.  
Krzyżówka  
11.20 Zwierzaki Czytaki  
11.35 S. anim. „Agatka”  
11.45 Dobre historie  
12.10 S. „Korona  
królów.  
Jagiellonowie”  
12.35 S. „Leśniczówka”  
13.00 Info Wilno  
13.05 Było, nie minęło  
13.30 Nad Niemnem  
13.45 Va Banque  
14.35 Gwiazdociąg  
TVP  
15.05 Słownik  
polsko@polski  
15.30 Jak to działa  
16.00 Koronka do  
Miłosierdzia  
Bożego  
16.20 S. „Klan”  
16.45 S. „Barwy  
szczęścia”  
17.10 Figu Migu  
17.20 Zwierzaki Czytaki  
17.40 Drogi wolności  
18.35 Tygiel  
19.00 Info Wilno  
19.15 Studio Wilno  
19.35 Panorama  
litewska  
19.40 S. „M jak miłość”  
20.30 „19.30”  
20.55 „Gość 19.30”  
21.10 S. „Korona  
królów.  
Jagiellonowie”  
21.25 S. „Leśniczówka”  
21.50 Szansa  
na sukces  
23.00 S. „Na sygnale”  
23.45 Info Wilno  
00.05 Studio Wilno  
00.25 Pożyteczni.pl

**LRT | TV**

6.02 Dzień dobry Litwo  
6.30, 7.00, 7.30, 8.00,  
8.30 Wiadomości  
9.00 S. „Soko Leipzig”  
9.50 S. „Komisarz Rex”

10.40 S. „Śledczy  
do pary”  
11.30 S. „Stary”  
12.30 Kto i dlaczego?  
13.00 Garnki świata  
14.00, 15.00, 16.00,  
Wiadomości  
14.20, 15.15 Dzień  
dobry Litwo  
16.15 S. „Dobra  
czarownica”  
17.00 S. „Obietnica”  
18.00 Kto i dlaczego?  
18.30 Ważna godzina  
19.30 Dokąd teraz?  
20.30 Panorama  
21.00 Temat dnia  
21.30 Litwa mówi  
22.30 Wiadomości  
Rowerowe  
23.00 S. „Nad wodą”  
23.45 S. „Komisarz  
Rex”



6.05 Filmy anim.  
6.30 S. anim. „Tom i  
Jerry Show”  
7.00 Pani chłopka  
8.00 S. „Walker,  
strażnik Teksasu”  
10.00 S. „Poważne  
sprawy”  
11.00 S. „Krwawe  
kwiaty”  
12.00 Wiadomości  
13.20 Pani chłopka  
14.30 S. „Mam na imię  
Farah”  
15.30 S. „Kraina  
Nadziei”  
16.30 Dobry wieczór,  
Litwo  
18.30 Wiadomości  
19.30 KK2  
20.00 Szeszkińska 20  
21.00 S. „Potrzebuję  
miłości”  
21.30 Wiadomości  
22.30 „Regenaci”  
film fab.  
00.35 S. „S.W.A.T.”

**LRT | PLUS**

6.00 Hymn Republiki  
Litewskiej  
6.05 (Nie)emigranci  
7.00 Kto i dlaczego?  
7.30 Dzieci tysiąclecia  
Litwy  
8.30 Wiara i życie  
9.00 Dzień dobry Litwo  
11.30 Jesteśmy z

Ukrainy

12.00 W sercu Litwin  
13.00 Gen ciekawości  
13.30 Euromaxx  
14.00 Prognoza  
14.30 S. dok. „Złamanie  
kodu”  
15.20 Niezapomniane  
Wilno  
15.30 S. „Lykkeland”  
16.20 S. dok. „Tematy  
wideo w Japonii”  
16.30 Dzień dobry  
Litwo  
18.30 Babciu, naucz  
mnie  
19.00 „Zielona półka”  
19.30 „Ukryte historie  
Ameryki.  
Muzeum CIA  
odtajnione”  
film dok.  
20.15 S. dok. „Kobiety  
Nauki”  
20.30 Panorama  
21.00 Temat dnia  
21.30 Wizjonerzy  
21.40 Jubileuszowy  
koncert  
Vytautasa  
Juozapaitisa  
23.05 Herbata  
00.00 Wiadomości DW  
(ros.)  
00.15 Dziś na świecie  
(ros.)  
00.40 Ulice kobiet



6.00 Seriale anim.  
7.45 S. „Płonący ogień”  
8.55 S. „W wirze  
miłości”  
10.00 S. „Barrister  
Babu”  
11.00 S. „Miejsce pod  
słońcem”  
12.00 S. „Królowa bez  
korony”  
14.00 S. „Cabo”  
15.00 S. anim.  
„Simpsonowie”  
16.00 TV 3 wiadomości  
16.30 TV Pomoc  
18.30 TV3 wiadomości  
19.30 „Show dobrego  
wieczoru”  
20.30 S. „Smak śniegu”  
21.00 S. „TOP 3”  
21.30 Wieczorne  
wiadomości TV3  
22.30 „Prawo do  
zemsty” film fab.  
00.25 S. „El Chapo”



6.00 Zasady mojej  
kuchni  
7.20 S. „Puchacz”  
8.25 S. „Oddział nr 44”  
9.30 S. „Hudson i Rex”  
10.30 S. „CSI. Miami”  
11.30 S. „Świeża krew”  
12.30 S. dok. „Mania  
chomikowania”  
13.30 Zasady mojej  
kuchni  
14.50 S. „Wojny glinów.  
Charków”  
15.55 S. „Hudson i Rex”  
17.00 S. „Świeża krew”  
18.00 S. „CSI. Miami”  
19.00 S. „Magnum:  
Detektyw z  
Hawajów”  
20.00 „Ale numer!”  
21.00 „Snajper. Widmo”  
thriller  
23.05 „Lara Croft:  
Kolebka życia”  
film fab.

**rytas.tv**

5.30 Nowy dzień  
6.30 S. „Cyganczka  
Lala”  
7.30 W cieniu  
mężczyzn  
8.00 „Realna mistyka”  
9.00 S. „Strażnik  
Karpacki”  
10.00 S. „Niespodziewana  
sprawiedliwość”  
11.00 S. „Raj”  
12.00 Pierwszy raz.  
60+  
12.30 Fenomen stolicy  
13.00 Nowy dzień  
14.00 S. „Ochroniarz  
dzieci”  
15.00 Realna mistyka  
16.00 Reporter  
16.20 Sport. Pogoda  
16.30 Litwa na żywo  
17.00 Redakcja. J.  
Ohman  
18.00 Reporter  
18.20 Sport. Pogoda  
18.30 Cel podróży  
19.00 S. „Historia  
jednego  
przestępstwa”  
20.00 Reporter  
20.18 Sport. Pogoda  
20.20 S. „Strażnik  
Karpacki”  
21.25 S. „Raj”

22.30 Reporter  
22.50 Sport. Pogoda  
23.00 Litwa na żywo  
23.30 Redakcja. R.  
Valatka  
00.30 S. „Historia  
jednego  
przestępstwa”



5.55 S. „Hawaje 5.0”  
7.30 S. „Rezydenci”  
8.30 „Magazynowe  
wojny”  
9.00 „Na jednym końcu  
haczyk”  
9.30 S. „Goldbergowie”  
10.00 „Najzabawniejsze  
filmiki Ameryki”  
11.00 S. „Rezydenci”  
12.00 S. dok. „Arabskie  
piekło”  
13.00 „Mistrz kulinarii”  
14.00 S. „Rezydenci”  
15.00 S. „CSI. NY”  
16.00 S. „Hawaje 5.0”  
18.00 S. „Simpsonowie”  
19.00 S. „Rezydenci”  
20.00 „Najzabawniejsze  
filmiki Ameryki”  
21.00 „Immortals.  
Bogowie i herosi”  
dramat  
23.15 S. „ZeroZeroZero”  
00.30 S. „Bibliotekarze”



6.00 S. „W rękach losu”  
7.00 „Rodzinne  
melodramaty”  
8.00 S. „Ślepa”  
9.00 S. „Zakazany  
owoc”  
10.00 S. „Major Crimes”  
11.00 S. „Einstein”  
12.00 S. „Zabójcze  
umysły”  
13.00 S. „Prawo i  
porządek”  
14.00 S. „Nowy  
Amsterdam”  
15.00 S. „Anupamaa”  
16.00 S. „Bądź ze mną”  
17.00 S. „Gry losu”  
18.00 S. „Nowy  
Amsterdam”  
19.00 S. „Detektyw  
Rizoli”  
20.00 S. „Prawo i  
porządek”  
21.00 S. „Bękart z



Pizzofalcone"  
01.30 S. „Zniewolona”

**TVP 1**

6.20 S. „Dziedzictwo”  
7.05 S. „Złoty chłopak”  
8.00 Transmisja Mszy Świętej z Jasnej Góry  
8.30 „Przerwany posiłek”  
9.00 S. „Wydział kryminalny Kitzbühel”  
9.50 S. „Ranczo”  
10.45 S. „Komisarz Alex”  
11.45 S. „Ojciec Mateusz”  
12.35 S. „Korona królów. Jagiellonowie”  
13.10 „Agrobiznes”  
13.35 „Rok w ogrodzie Extra”  
13.50 „Magiczny krąg rafy koralowej” film dok.  
15.00 S. „Złoty chłopak”  
15.55 Jaka to melodia?  
16.35 „Gra słów. Krzyżówka”  
17.05 S. „Dziedzictwo”  
18.00 „Teleexpress”  
18.20 „Jaka to melodia?”  
18.55 S. „Klan”  
19.25 S. „Leśniczówka”  
20.00 „Jeden z dziesięciu”  
20.30 „19.30”  
20.55 „Gość 19.30”  
21.15 „Reporterzy”  
21.30 S. „Korona królów. Jagiellonowie”  
22.10 „Trzy sekundy” film fab.  
00.10 „Komando Foki atakuje” film akcji

**TVP KULTURA**

9.00 „Muzyczne poranki”  
9.35 „Zaginione - odnalezione”  
10.05 S. „Pogranicze w ogniu”  
11.10 „Człowiek z żelaza” dramat  
13.55 „Mistrzowie

muzyki filmowej”  
14.50 „Człowiek z marmuru” dramat  
17.40 S. „Pogranicze w ogniu”  
18.50 „Rzecz Polska”  
19.15 „Którędy po sztukę”  
19.35 „Delacroix, sztuka ponad wszystko” film dok.  
20.40 „Informacje kulturalne”  
21.00 „Niepamięć” dramat  
22.40 S. „W 80 dni dookoła świata”  
23.40 „Jazz.pl”

**TVP POLONIA**

7.00 „Gra słów. Krzyżówka”  
7.30 „Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem Bułecką”  
8.00 „Kuchnia dwudziestolecia”  
8.30 „Pytanie na śniadanie”  
12.10 „Studio Lwów”  
12.30 S. „Barwy szczęścia”  
13.00 „Gość Poranka”  
13.20 „Jak żyje las...”  
13.50 S. „Ojciec Mateusz”  
15.35 „Żwirko i Wigura. 15 dni chwały” film dok.  
16.35 S. anim. „Pamiętnik Florki”  
16.45 „GO - TU - JEMY”  
17.00 S. „Korona królów. Jagiellonowie.”  
17.30 S. „Barwy szczęścia”  
18.00 Teleexpress  
18.20 „Gra słów. Krzyżówka;”  
18.50 S. „Leśniczówka”  
19.20 „Adampol - polska wieś nad Bosforem” reportaż  
19.50 „Kierunek Zachód”  
20.10 „Magazyn z Wysp”  
20.30 „19.30”  
20.55 „Gość 19.30”

21.25 S. „O mnie się nie martw”  
23.15 „Taka była telewizja”  
00.10 „Teleexpress Extra”

**TVP HISTORIA**

7.00 „Był taki dzień”  
7.05 „Przypadek Polski. Polityka i idee”  
7.20 „Myśliciele - sylwetki polskie”  
7.25 S. „Wojenne dziewczyny”  
8.10 „Polacy na ratunek Żydom”  
8.20 „Działo się w Krakowie”  
8.25 „Okrasa łamie przepisy”  
8.50 „Podróże Małej i Dużej”  
9.15 „Z wieszaka historii”  
9.40 „Myśliciele”  
9.45 „Wojownicy czasu”  
10.15 S. „Samochodzik i templariusze”  
10.50 S. dok. „Widoki z raj. Kultura ogrodowa w świecie Islamu”  
11.40 S. „Korona królów. Jagiellonowie”  
12.05 „Było, nie minęło”  
12.25 „Był taki dzień”  
12.30 „Na tropach Historii”  
12.45 „W kotle historii”  
13.10 „Był taki dzień”  
13.15 S. „W słońcu i w deszczu”  
14.05 „Z wieszaka historii”  
14.30 „Szabla Polska” reportaż  
15.05 „Baśka” film dok.  
15.45 „Testament Żurowskiego” film dok.  
16.35 „Szlakiem Lubelskich Sztetli”  
16.45 „Giganci historii”  
17.30 S. „Kuchnia Jagiellonów”  
17.55 „Szlakiem miejsc niezwykłych”  
18.00 S. „Przeprowadzki”  
18.50 „Szlakiem miejsc niezwykłych”

19.00 S. „Wojenne dziewczyny”  
19.40 „Polacy na ratunek Żydom”  
19.55 „Na tropach Historii”  
20.05 „Był taki dzień”  
20.10 „W kotle historii”  
20.35 Przypadek Polski. Polityka i idee”  
20.50 „Szlakiem miejsc niezwykłych”  
21.00 S. Dom”  
22.35 „Prasa donosi”  
22.40 „Siostra. Anna Rydlówna jakiej nie znamy” film dok.  
00.00 S. „Instynkt”

**TRWA**

6.35 „Odpowiedzialni za Kościół”  
7.00 „Mistyczne serce Lasu Wiedeńskiego. Opactwo Heiligenkreuz” film dok.  
7.50 „Kardynał Stefan Wyszyński” film dok.  
8.35 „Zdrowie z bożej apteki”  
8.55 „40 dni z Janem Pawłem II”  
9.00 Informacje dnia  
9.15, 22.40 „Polski punkt widzenia”  
9.35 „Każdy maluch to potrafi”  
9.50 „Słowo życia”  
10.00 „Tak Go pamiętam”  
10.30 „Sanktuaria polskie”  
10.50 Święty na każdy dzień  
11.00 Audiencja Generalna papieża Franciszka w Watykanie  
11.50 Muzyczne chwile  
12.00 „Drogą ks. Bosco” reportaż  
12.25 „Jestem mamą”  
12.40 „Prosto o gospodarce”  
13.00, 19.00 Modlitwa Anioł Pański  
13.03 Informacje dnia  
13.20 „Polskie

dziedzictwo”  
13.50 „Ojcu Świętemu się nie odmawia...” film dok.  
14.30 Msza Święta z Jasnej Góry  
15.20 Muzyczne chwile  
15.35 „Powrót posła” spektakl  
16.00 „W imię prawdy. Tajny Instytut Katyński” film dok.  
16.50 „Ma się rozumieć”  
17.00 Informacje dnia  
17.10 „Na zdrowie”  
17.30 „Ojcostwo polecam” reportaż  
18.00 „Po stronie prawdy”  
18.50 Muzyczne chwile  
18.55 „Poczet Wielkich Polaków”  
19.05 Informacje dnia  
19.15 „Rozmowy niedokończone”  
20.25 „40 dni z Janem Pawłem II”  
20.30 S. anim.  
21.00 Informacje dnia (wydanie główne)  
21.20 Modlitwa różańcowa  
21.50 „Myśląc Ojczyzna”  
22.00 Apel Jasnogórski  
22.20 Informacje dnia  
23.00 „Polityka” spektakl  
00.40 „Aby we wszystkim Bóg był uwielbiony” reportaż

**Discovery CHANNEL**

7.00, 13.00, 18.00, 22.00, 0.00 Fani czterech kótek  
9.00, 19.00 Jak to jest zrobione?  
10.00 Obrońcy zabytków  
10.30 Van Go  
11.00, 20.00 Łowcy staroci: renowacje  
12.00 Łowcy staroci  
14.00 Włoska kontrola celna  
17.00 Skarby z szopy  
17.30 Hiszpańska kontrola celna  
19.30 Jak to działa?  
21.00 Graty Dereka Bieriego  
23.00 Gwiazdorskie fury



KUP BILET

# GOLEC UORKIESTRA

13 KWIETNIA 2024 / 18:00

COMPENSA   
KONCERTU SALE



**BILETY DO NABYCIA NA [WWW.POLSKASCENA.LT](http://WWW.POLSKASCENA.LT)**

POLSKA SCENA MUZYCZNA  
NA LITWIE



**KUPNO**

Kupię las. Rozliczam się od razu.

Tel. 8 686 03 070

**Sprzedajcie las drogo i bez pośredników.**

Tel. 8 659 57 721

**USŁUGI**

Muruję piece, piecyki. Remontuję stare. Niedrogo. Tel. 8 683 95 373

Wykonujemy prace wysokiej jakości i w terminie: architektura krajobrazu, układanie kostki brukowej. Doświadczenie 10 lat. Wilno. Tel. 8 684 30 018

Pomagam i doradzam w sprzedaży bądź wynajęciu domu, mieszkania lub ziemi. Tel. 8 645 444 47

**SPRZEDAŻ**

Sprzedam kamienie polne. Materiał może służyć do budowy ogrodzeń, alejek, tarasów, palenisk, kwietników, na podmurówki i in. Załadunek oraz transport we własnym zakresie. Cena 20 euro/tona. Tel. 8 600 18 083 (Leon)

**PRACA**

Kobieta poszukuje pracy. Proponować różne warianty. Tel. 8 676 67347

Informuojame žemės sklypo, esančio **Vilniaus raj. Kalvelių sen. Leoniškių k.**, sklypo kad. Nr. 4190/0100:0200 Č.P. paveldėtojus, kad UAB Ramilė, matininkas Saulius Lekavičius kval. Paž. Nr. 2M-M-2201, **2024 m. kovo 20 d. 15:00 val.** vykdys žemės sklypo Proj. Nr. 3151-13, esančio **Vilniaus raj. Kalvelių sen. Leoniškių k.**, ribų ženklinimo darbus. Prireikus išsamesnės informacijos, prašome kreiptis į UAB Ramilė, Kirtimų g. 2 Vilnius, tel. 8 650 12626, saulius@ramile.lt.



Informuojame žemės sklypo, esančio **Vilniaus raj. Kalvelių sen. Leoniškių k.**, sklypo kad. Nr. 4190/0100:0020 S.P. paveldėtojus, kad UAB Ramilė, matininkas Saulius Lekavičius kval. Paž. Nr. 2M-M-2201, **2024 m. kovo 20 d. 16:30 val.** vykdys žemės sklypo Proj. Nr.3151-14, esančio **Vilniaus raj. Kalvelių sen. Leoniškių k.**, ribų ženklinimo darbus. Prireikus išsamesnės informacijos, prašome kreiptis į UAB Ramilė, Kirtimų g. 2 Vilnius, tel. 8 650 12626, saulius@ramile.lt.

Zam. 2672

Informuojame žemės sklypo, esančio **Vilniaus r. Kalvelių sen. Leoniškių k.**, sklypo kad. Nr. 4190/0100:0119 J.K. I.F. savininką arba jos įgaliotus asmenys, kad UAB Ramilė, matininkas Saulius Lekavičius kval. Paž. Nr. 2M-M-2201, **2024 m. kovo 20 d. 15:00 val.** vykdys žemės sklypo Nr. 3151-13, esančio **Vilniaus r. Kalvelių sen. Leoniškių k.**, ribų ženklinimo darbus. Prireikus išsamesnės informacijos, prašome kreiptis į UAB Ramilė, Kirtimų g. 2 Vilnius, tel. 8 650 12626, saulius@ramile.lt.

Zam. 2763

 **UAB „KLION“**  
zatrudni  
**PRACOWNIKA SKLEPU,  
MAGAZYNU**  
Wynagrodzenie od 800 euro  
**Miejsce pracy:**  
Vilnius, Birbinių g. 4A  
Tel.: 8 685 04080,  
e-mail.: info@klion.lt

**KAWIARNIA**  
  
• Smaczne pierożki z nadzieniem  
• Aromatyczna kawa, herbata  
• Szybka obsługa  
• Gorące dania  
  
Znajdą nas Państwo  
w samym centrum stolicy:  
Vilnius, Jogailos 6  
tel. 262 40 67, +370 5 212 43 91,  
+370 612 62339

**Smykofonia**

**KONCERT  
DLA MELOMALUSZKÓW  
POD SŁOŃCEM  
HISZPANII**

DOM KULTURY POLSKIEJ W WILNIE // 10 MARCA, GODZ. 10:00; 11:15  
Bilety do nabycia: kakava.lt

  
Sfinansowano ze środków Fundacji ORLEN

## Dom Mercury'ego wystawiony na sprzedaż



Londyński dom Freddiego Mercury'ego został wystawiony na sprzedaż. Jak przekazała agencja nieruchomości Knight Frank, jego właścicielka, partnerka, a później przyjaciółka Mercury'ego — Mary Austin oczekuje ofert przekraczających 30 mln funtów. Znajdującą się w dzielnicy Kensington, zbudowaną w 1907 r. w stylu neogeorgiańskim posiadłość Garden Lodge, Mercury kupił w 1980 r. za ok. 500 tys. funtów, a potem przez kilka lat ją przebudowywał. Wewnątrz domu znajduje się m.in. podwójnej wysokości jadalnia, w pełni lustrzana garderoba, bar, biblioteka, a na zewnątrz — ogród w stylu japońskim.

Fot. Carl Lender, CC BB-SA 3.0

## Sweter, który 200 lat temu wysłano z Wysp Owczych

Liczący 200 lat i nienaruszony zębem czasu sweter, wydziergany tradycyjnym na Wyspach Owczych wzorem, został znaleziony w magazynach brytyjskiego Archiwum Narodowego. Był pośród XIX-wiecznych listów i paczek przejętych przez Brytyjczyków po zajęciu duńskiego statku po drugiej bitwie pod Kopenhagą w 1807 r. Sweter był prezentem dla mieszkanki Danii, ale nigdy do niej nie dotarł. Statek, który go przewoził, został zajęty przez brytyjską marynarkę po drugiej bitwie pod Kopenhagą w 1807 r. Trafił do magazynów marynarki, podobnie jak zarekwirowane na statku listy. Paczka z czerwonym swetrem została nadana w stolicy archipelagu, Tórshavn na statku towarowym Anne-Marie 20 sierpnia 1807 r. Nadawcą był stolarz Niels Winther. Do pakunku dołączył list.

„Moja żona przesyła pozdrowienia, dziękuje za pudding ryżowy. Przesyła dla twojej narzeczonej sweter” — napisano w liście, napisanym w języku duńskim.

## Szpital dla kiwi



W Nowej Zelandii otwarto szpital specjalnie z myślą o kiwi północnym, czyli gatunku nietotnego ptaka uznawanego za symbol tego kraju. To jedyne takie miejsce. Pierwszy pacjent został już wyleczony i wrócił na wolność. Centrum rehabilitacji znajduje się w oddalonej o 240 km na północ od Auckland miejscowości Kerikeri, w sercu regionu Northland, w którym populacja kiwi północnego wynosi prawie 10 tys. osobników. Zostało zbudowane przez Kiwi Coast, lokalną grupę zajmującą się ochroną przyrody. Szpital posiada najnowocześniejsze zaplecze weterynaryjne, 10 zagród z budkami łęgowymi i lokalnymi roślinami oraz kojce izolacyjne zapobiegające przenoszeniu chorób.

Fot. Freepik.com

## Fotomigawka



■ W Trokach odbyły się marcowe zawody morsowania w przeręblu Fot. Josvydas Elinskas, ELTA