

Zespół redakcji Wieści Światowe jest apolityczny, nie uprawia polityki i nie jest zależny w żaden sposób od jakiegokolwiek władzy, ale zobowiązany jest na podstawie ustawy prawo prasowe do służenia społeczeństwu i państwu, odpowiadając na listy i wyjaśniając sprawy dotyczące Czytelników

Bioremediacja 2.0: Jak japońska technologia i ruch społeczny regenerują polskie zbiorniki wodne

Ciąg dalszy s.6

Ciąg dalszy s.2

Zapraszamy na:

Czytaj bezpłatnie na:

www.facebook.com/wiesciswiatowe.pl

www.wiesciswiatowe.pl

WIEŚCI ŚWIATOWE

cena
11,00 zł

Nr 05 (165) 01 maja 2026 miesięcznik

ISSN 2299-5013



9 772299 501971

Niemiecki sąd przyznaje rację ...

Ciąg dalszy s.5

Autostrada do Nieba – jak odnaleźć spokój w sobie

Ciąg dalszy s.30

Marketing przyszłości w zasięgu ręki – nadchodzi Kongres Marketing Jutra 2.0

Ciąg dalszy s.17

Raj to stan duszy

Ciąg dalszy s.32

Polska traci kontrolę nad lekami

Ciąg dalszy s.28

Bezpieczeństwo mieszkańców ...

Ciąg dalszy s.27

The Lublin Breakthrough in Cataract Treatment...

Ciąg dalszy s.34

Doktorat to nie tylko nauka

Ciąg dalszy s.23

Ruszył program 4NEW ...

Ciąg dalszy s.22

Spróbuj swoich sił w postrzeganiu...

Ciąg dalszy s.18

Budimex zakończył kluczowy...

Ciąg dalszy s.21

Ziemia potrzebuje detoksu...

Astrologia to nie wyrocznia

Ciąg dalszy s.8

Ciąg dalszy s.11

Dzieciństwo bez baterii...

Ciąg dalszy s.13

„Najpierw musiałem
powiedzieć sobie:
możesz”

Ciąg dalszy ze s.1

Bioremediacja 2.0: Jak japońska technologia i ruch społeczny regenerują polskie zbiorniki wodne

W dobie postępujących zmian klimatu i drastycznego spadku zasobów wody, retencja staje się prioryte-
tem narodowym. Jednak nieruchomości i właściciele stawów jest utrzymanie jej
samo zatrzymanie wody to dopiero połowa sukcesu. czystości bez niszczenia eko-
Prawdziwym wyzwaniem systemu. Czy odpowiedź na
dla samorządów, zarządców chemiczny impas tkwi w...



WIEŚCI ŚWIATOWE I Ns.Rej.Pr 11/17

Redaktor naczelny : dr n. hum. Ryszard Milewski, z-ca red.nacz. mgr Agnieszka Sakra. Zespół redakcyjny: mgr Edwige Pietruch (stała korespondentka z Paryża), Adres redakcji: ul. Świerkowa 1, 64-520 Obrzycko. Kontakt : tel. 606559313, mail : milew@wp.pl Wydawca : Wydawnictwo STOKROTKA, mgr Agnieszka Sakra, ul. Świerkowa 1, 64-520 Obrzycko, tel. 606559313. Postanowienie SO : sygn.akt I Ns. Rej. Pr. 146/12. Druk wykonano : Wydawnictwo STOKROTKA, mgr Agnieszka Sakra, ul. Świerkowa 1, 64-520 Obrzycko.

Redakcja nie zwraca otrzymanych materiałów, oraz zastrzega sobie prawo do skracania i adiustacji tekstów i listów. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń, reklam, listów.



kulach gliny?

Koniec ery „ciężkiej chemii”

Przez dekady standardem w walce z eutrofizacją (zarastaniem) zbiorników było wapnowanie lub stosowanie agresywnych koagulantów chemicznych, takich jak chlorki żelaza (PIX) czy glinu (PAX). Choć dają one szybki efekt wizualny, dla ekosystemu są jak terapia szokowa. Gwałtowne skoki parametrów wody mogą wywołać szok osmotyczny u ryb, a ryzyko uwalniania toksycznych gazów, takich jak siarkowodór, czyni z tradycyjnych metod drogę donikąd.

Współczesny lider szuka rozwiązań, które nie tylko usuwają objawy (glony), ale przede wszystkim eliminują przyczynę problemu – nadmiar materii organicznej i procesy gnilne.

Kule Bokashi: Probiotyk dla ekosystemu

Innowacja w wydaniu japońskim, oparta na Efektywnych Mikroorganizmach (EM®), to podejście holistyczne. Kule bokashi – mieszanka sfermentowanej gliny, otrębów i pożytecznej mikroflory – działają jak precyzyjny system dostarczania biologicznego wsparcia bezpośrednio na dno zbiornika.

Jak to działa?

Kula rzucona do wody opada na dno i powoli uwalnia swoją biologiczną zawartość. Zamiast zabijać życie, kule bokashi:

1/. Mineralizują osady dennne, zamieniając szkodliwy muł w pożyteczną materię.

2/. Zatrzymują procesy gnil-

ne i likwidują nieprzyjemne zapachy.

3/. Poprawiają warunki tlenowe w całym zbiorniku.

4/. Konkuruje o pokarm z glonami, ograniczając ich ekspansję w sposób naturalny, a nie toksyczny.

Więcej niż technologia – ruch społeczny

To, co odróżnia technologię EM od innych metod, to jej niesamowity potencjał budowania kapitału społecznego.

Burmistrz Siemiatycz robi kule z dziećmi

Innowacja społeczna: Przykład Siemiatycz

Modelowym przykładem w Polsce są Siemiatycze. Od 2014 roku tamtejszy samorząd, we współpracy z ekspertami (m.in. z ACS Poland), angażuje mieszkańców w do- roczne święto ekologii.

Wspólne lepienie i wrzucanie tysięcy kul do lokalnego zalewu to nie tylko zabieg bioremediacji, ale potężne narzędzie edukacyjne. Pokazuje, że nowoczesne zarządzanie zasobami może opierać się na współuczestnictwie. Podobne działania obserwujemy na wszystkich kontynentach – od Malezji (Zatoka Penang), przez Kostarykę, aż po Emiraty Arabskie. Dowodzi to istnienia globalnego trendu „obywatelskiej troski o wodę”.

Strategia wdrożenia: Kiedy zacząć?

Dla zarządców kluczowy jest czas. Najlepszym momentem na aplikację kul jest wiosna (kwiecień–czerwiec), gdy temperatura wody przekracza 12°C, a procesy wege-

tacyjne przyspieszają. Standardowa dawka to zazwyczaj 1 kula na 1 m² powierzchni wody.

Należy jednak pamiętać: bioremediacja to proces biologiczny, a nie „magiczna różdżka”. W mniejszych zbiornikach efekty widać często już w pierwszym sezonie, ale w przypadku silnie zdegradowanych jezior planowanie musi obejmować perspektywę od roku do trzech lat.

Kule bokashi to dowód na to, że najbardziej skuteczne innowacje często czerpią z natury, optymalizując procesy trwające od wieków. Dla liderów nowoczesnej administracji i biznesu to czytelny sygnał: czas odejść od doraźnych metod chemicznych na rzecz trwałych, biologicznych rozwiązań, które budują realną odporność naszych lokalnych ekosystemów.

Wsparcie merytoryczne i organizacyjne:

Jeżeli planują Państwo działania z zakresu bioremediacji lub chcieliby zorganizować akcję społeczną oczyszczania lokalnych wód, zapraszam do kontaktu. Pomagam w merytorycznym przygotowaniu projektów oraz organizacji warsztatów edukacyjnych.

Nicole GrosPierre-Słomińska

<https://emblognicole.emformacja.pl/>

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

Niemiecki sąd przyznaje rację Teradyne Robotics w sporze o naruszenie praw autorskich

Teradyne Robotics A/S poinformowała o korzystnym dla siebie rozstrzygnięciu w postępowaniu sądowym prowadzonym w Niemczech przeciwko Elite Robots Deutschland GmbH. Sąd Okręgowy w Hamburgu wydał wstępny zakaz sądowy, uznając zasadność zarzutów dotyczących naruszenia praw autorskich do oprogramowania wyko-

rzystywanego w robotach przemysłowych.

Zgodnie z decyzją sądu Elite Robots Deutschland musi natychmiast zaprzestać oferowania oraz dystrybucji na terenie Niemiec oprogramowania naruszającego prawo, a także wszelkich produktów, które je zawierają. Zakaz obowiązuje do odwołania. Dodatkowo spółka została zobowiązana do ujawnienia szczegółowych infor-

macji dotyczących skali naruszeń oraz listy klientów, którym dostarczała sporne rozwiązania.

Teradyne Robotics zapowiada dalsze działania prawne wobec podmiotów współpracujących z Elite Robots, jeśli będą one kontynuowały dystrybucję zakwestionowanego oprogramowania. – Będziemy konsekwentnie reagować na przypadki kopiowania naszych technologii – pod-



kreślił Jean-Pierre Hathout, prezes Teradyne Robotics Group. – To orzeczenie, choć nieprawomocne, jasno pokazuje siłę naszej argumentacji i zgromadzonych dowodów.

Jak zaznaczył, ochrona własności intelektualnej ma kluczowe znaczenie nie tylko dla samej firmy, lecz także dla całego sektora automatyki. Nielegalne kopiowanie technologii uderza w innowa-

cyjność oraz podważa zaufanie klientów do rozwiązań dostępnych na rynku.

Sprawa wpisuje się w szerszy kontekst rosnącej konkurencji w branży robotyki przemysłowej, gdzie przewaga technologiczna i ochrona know-how stają się kluczowymi czynnikami biznesowymi.

O Teradyne Robotics

Teradyne Robotics jest globalnym dostawcą zaawan-

sowanych rozwiązań robotycznych, specjalizującym się w robotach współpracujących i mobilnych. Spółka rozwija technologie wspierające automatyzację procesów produkcyjnych, zwiększanie wydajności oraz poprawę bezpieczeństwa pracy. (inf)

Więcej na : [https://](https://liderzyinnovacyjnosci.com/)

liderzyinnovacyjnosci.com/

Ciąg dalszy ze s.1

Ziemia potrzebuje detoksu. Polscy naukowcy pracują nad odbudową życia w glebie

W obchodzonego 22 kwietnia Międzynarodowym Dniu Ziemi, uwaga zwykle skupia się na powietrzu i klimacie. Tymczasem klucz do zdrowego środowiska i bezpiecznej żywności leży pod naszymi stopami. Naukowcy z Uniwersytetu Warszawskiego w projekcie BIOGLOBE opracowują biologiczne metody regeneracji gleby zniszczonej przez lata intensywnej chemizacji.

Z okazji Dnia Ziemi warto spojrzeć na element środowiska, który rzadko trafia na nagłówki, choć decyduje o jakości naszego życia – glebę. To od jej kondycji zależy nie tylko stabilność produkcji rolnej, ale także bezpieczeństwo żywnościowe i zdrowie całych ekosystemów.

Zespół kierowany przez prof. Łukasza Drewniaka realizuje projekt BIOGLOBE,

którego celem jest przywrócenie biologicznej równowagi gleby. Badania prowadzone na Uniwersytecie Warszawskim, przy wsparciu ponad 12,5 mln zł z Funduszy Europejskich dla Nowoczesnej Gospodarki, koncentrują się na wykorzystaniu naturalnych procesów zamiast dalszego „dokładania chemii do chemii”.

Problem jest dobrze znany, choć często ignorowany: wieloletnie stosowanie herbicydów i środków ochrony roślin zaburza mikrobiologiczne życie gleby. To z kolei prowadzi do spadku jej jakości, pogorszenia struktury, większej podatności na erozję i ryzyka przenikania zanieczyszczeń do wód gruntowych.

Gleba to podłoże, w którym produkowana jest żywność, z której korzystamy. I to powinno być dla nas niezwykle ważne – podkreśla

Łukasz Drewniak, dr hab. nauk biologicznych, profesor Instytutu Bioinżynierii Wydziału Biologii Uniwersytetu Warszawskiego.

Projekt BIOGLOBE proponuje inne podejście. Naukowcy wykorzystują mikroorganizmy naturalnie występujące w glebie – selekcionują te, które potrafią rozkładać pozostałości herbicydów, a jednocześnie wspierają rozwój roślin. Równolegle opracowywany jest biostymulator, który wzmacnia aktywność biologiczną gleby i zwiększa odporność upraw na stres środowiskowy.

Wykorzystujemy mikroorganizmy, które już są w tej glebie i które zdążyły się przystosować do obecnych tam zanieczyszczeń. Wybieramy te, które potrafią rozkładać herbicydy i ich pochodne, a jednocześnie wzmacniamy ich liczebność – wyjaśnia prof. Drewniak.



Efekt? Mniej chemii w laboratorium. Rozwiązania środowisku i potencjalnie będą testowane w Polsce, zdrowsza żywność. Odbudowa mikrobiomu gleby może ograniczyć akumulację szkodliwych substancji oraz zmniejszyć zapotrzebowanie na nawozy i środki ochrony roślin. – Żywność będzie zdrowsza, dlatego że wyeliminujemy efekt akumulacji zanieczyszczeń i zmniejszymy ich poziom – zaznacza profesor.

Projekt nie pozostanie w

zamiast eksploatować, próbuje naprawiać. Na Dzień Ziemi przekaz jest prosty: jeśli gleba jest chora, wszystko inne prędzej czy później też zaczyna szwankować.

Agencja Pełka i Partnerzy

Redaktor

fot. archiwum prywatne prof.

Łukasz Drewniak

Więcej na : [https://
liderzyinnowacyjnosci.com/](https://liderzyinnowacyjnosci.com/)

Astrologia to nie wyrocznia

Astrologia od wieków zajmuje się badaniem wpływ układu planet i gwiazdozbiorów na ludzkie emocje, zdolności i relacje. Łączy w sobie elementy nauki, filozofii i duchowości. Choć przez wielu uznawana jest za pseudonaukę, wciąż pozostaje popularnym narzędziem do zgłębiania ludzkiej psychiki i sensu istnienia.

„Astrologia nie jest wyrocznią ani wróżbą tylko narzędziem widzenia i analizowania takich zależności”, podkreśla astrolożka holistyczna Beata Fromeliusz, absolwentka Szkoły Astrologii Solarius Piotra Gibaszewskiego.

Analityczny umysł ekonomistki pomaga w pracy astrologa?

Zdecydowanie tak. Jako ekonomistka z zawodu mam naturalne zdolności analityczne i umiejętność syntezy. To jest kluczowe zarówno w finansach, jak i w astrologii. Ten system jest bardzo złożony: mamy planety, znaki zodiaku, domy, aspekty i ich wzajemne relacje. Sama wiedza o tym nie wystarczy, trzeba jeszcze umieć to wszystko ze sobą połączyć i zinterpretować. Astrolog nie pracuje na jednym elemencie, tylko na całościowym obrazie człowieka — jego emocjach, sposobie działania, relacjach i predyspozycjach. I właśnie tu

analityczny umysł bardzo pomaga, bo pozwala zobaczyć zależności, które nie są oczywiste na pierwszy rzut oka. Astrologia jest systemem bardzo złożonym. Sama wiedza książkowa nie wystarczy do badania wpływ układu planet i gwiazdozbiorów na ludzkie emocje, zdolności i relacje. Kluczowa jest umiejętność analizy i syntezy. Ja akurat mam takie predyspozycje, dlatego łączę fakty i widzę zależności.

Kiedy astrologia przestała być dla Ciebie ciekawostką, a stała się narzędziem pracy?

Zainteresowanie było od zawsze. Już jako nastolatka szukałam odpowiedzi na pytanie, jak funkcjonuje człowiek, jego psychika, emocje, zachowania. Astrologia była jednym z tych obszarów, obok psychologii czy numerologii, które mnie fascynowały. Natomiast przełom nastąpił niedawno, kiedy ukończyłam szkołę astrologii u Piotra Gibaszewskiego. Wtedy to wszystko się uporządkowało i nabrało struktury. Wcześniej to była intuicja i obserwacja, teraz doszła do tego metodologia.

Wiele osób nadal traktuje astrologię jak wróżbę. Ty się od tego wyraźnie odciñasz. Dlaczego?

Astrologia ma dziś nie najlepszy PR. Z jednej strony została spłyconą do horoskopów gazetowych, z dru-

giej – wrzucona do jednego worka z „ezoteryką”, którą łatwo odrzucić bez większego namysłu. Problem polega na tym, że krytykuje się zwykle uproszczenie, a nie rzeczywisty system wiedzy. A ten jest znacznie bardziej złożony, bo astrologia nie jest jednym spójnym systemem. To jest skomplikowana mapa różnych podejść, technik i filozofii pracy z człowiekiem. Od precyzyjnych prognoz astrologii klasycznej po głęboką pracę z psychiką i cieniem w nurtach współczesnych. Każdy z tych kierunków odpowiada na inne pytania. Holistyczne podejście łączy je w całość, która daje nie tylko zrozumienie, ale i realną zmianę.

Czym konkretnie one się różnią?

W astrologii klasycznej dominuje myślenie deterministyczne: „to się wydarzy i już”. Natomiast astrologia nowoczesna – psychologiczna i humanistyczna – przywraca człowiekowi sprawczość. Nie mówi, co musi się wydarzyć, tylko ocenia potencjały i mechanizmy. To ogromna różnica. Pokazuje z czego wynikają nasze decyzje, reakcje, trudności. A kiedy to wiesz, możesz świadomie coś zmienić. Największy problem zaczyna się wtedy, kiedy ktoś chce, żeby astrolog powiedział mu, co ma zrobić. To nie jest moja rola. Ja pokazuję kierunki – decyzja należy do człowieka.



Czy astrologia powinna mówić, co się wydarzy, czy raczej pomagać zrozumieć, jak przeżyć to, co się wydarzy?

Tu właśnie zaczyna się zasadniczy spór. Nowoczesne nurty astrologiczne próbują tę odpowiedź rozbić na kilka poziomów. Astrologia psychologiczna daje język do opisu mechanizmów, które nami rządzą. Humanistyczna wskazuje kierunek — nie mówi, kim jesteś, tylko kim możesz się stać. Transformacyjna nie bawi się w półśrodki i schodzi tam, gdzie zaczynają się rzeczy niewygodne: do cienia, traumy i nieświadomych wzorców. Z kolei astrologia ewolucyjna próbuje nadać temu wszystkiemu sens, wpisując ludzkie doświadczenie w szerszą perspektywę rozwoju. Każde z tych podejść ma swoją wartość. I każde ma swoją pułapkę. Zrozumienie bez działania prowadzi donikąd. Wizja bez kontaktu z rzeczywistością kończy się iluzją. Praca z cieniem bez przygotowania może przytłoczyć. A sens źle rozumiany łatwo zamienia się w wygodny fatalizm. Dlatego podejście holistyczne nie polega na wyborze jednego nurtu, lecz na umiejętnym łączeniu ich w zależności od sytuacji człowieka. Najpierw trzeba zobaczyć, jak działa mechanizm. Potem określić kierunek. Następnie skonfrontować to, co blokuje zmianę. I dopiero na końcu zadać pytanie: po co to wszystko. To kolejność, której nie da się przeskoczyć.

Jak w tym skomplikowanym systemie zależności odnaleźć miejsce na astromedycynę?

Astrologia nie jest ani wyrocznią, ani terapią w klasycznym sensie. Jest narzędziem widzenia więcej. Pokazuje zależności, które zwykle umykają, bo są rozłożone w czasie i ukryte pod warstwą nawyków, przekonań i reakcji. W tym sensie astrologia przestaje być systemem interpretacji, a zaczyna być narzędziem pracy. I tu dochodzimy do obszaru, który dla współczesnego odbiorcy bywa nieco kontrowersyjny — do astromedycyny. Dawniej człowiek był postrzegany jako całość — ciało, psychika, emocje i sens życia były ze sobą połączone. Hipokrates, Galen czy Paracelsus nie mieli problemu z łączeniem tych poziomów. Współczesna medycyna, która jest skuteczna w leczeniu ostrych stanów i interwencji ratunkowych, przez lata oddzielała ciało od psychiki. Tymczasem doświadczenie kliniczne terapeutów, badania nad stresem oraz rozwój psychosomatyki pokazują jasno: organizm funkcjonuje jako całość. Astromedycyna przywraca tę perspektywę. Nie diagnozuje chorób, ale pokazuje, gdzie organizm jest przeciążony i w jakim kierunku może iść, jeśli nic nie zmienimy.

Na czym opiera się taka analiza?

Fundamentem astromedycyny jest równowaga czterech żywiołów: ognia, powietrza, wody i ziemi. Każdy

odpowiada za konkretne funkcje w ciele i psychice. To funkcjonalna mapa ciała i psychiki. Ogień odpowiada za odporność, metabolizm, reakcję „walcz lub uciekaj” oraz motywację do działania. Jego nadmiar może prowadzić do stanów zapalnych, nadciśnienia czy wypalenia. Deficyt — do apatii i obniżonej odporności. Powietrze wiąże się z układem nerwowym, oddechem i regulacją stresu. Nadmiar sprzyja lękowi i bezsenności, niedobór — mentalnemu „zastaniu” i trudności w adaptacji. Woda reguluje emocje, gospodarkę hormonalną, limfę i procesy regeneracyjne. Jej zaburzenia mogą objawiać się wahaniem nastroju, obniżoną odpornością czy problemami autoimmunologicznymi. Ziemia odpowiada za strukturę, metabolizm i stabilność ciała fizycznego. Jej brak oznacza brak ugruntowania, nadmiar — zastój i sztywność. Zdrowie jest wynikiem współpracy tych żywiołów.

Brak równowagi między nimi to sygnał, że system wymaga regulacji?

Tak. Cykle planetarne — tzw. tranzyty — nie tworzą chorób. Uruchamiają predyspozycje. Ich równowaga to zdrowie, brak równowagi to sygnał, że coś się rozregulowuje. Ale to tylko fragment. Horoskop urodzeniowy pokazuje też odporność, predyspozycje, momenty przeciążenia. I co najważniejsze — cykle w czasie.

Czyli wracamy do czasu jako kluczowego elementu?

Tak. Horoskop urodzeniowy to stała mapa, ale planety się poruszają. I kiedy wchodzi w określone układy, uruchamiają pewne procesy. To nie jest tak, że „tworzą” problem. One go aktywują. Dlatego ktoś może przez lata funkcjonować względnie stabilnie, a w pewnym momencie wszystko się sypie. To nie jest przypadek – to moment, w którym coś, co było wcześniej, wychodzi na powierzchnię. Pracuję z różnymi ludźmi – także z przedsiębiorcami. Oni nie przychodzą po filozofię, tylko po konkret: kiedy rozpocząć projekt, kiedy podjąć decyzję, kiedy się wstrzymać. Astrologia po-

zwala zobaczyć, kiedy energia sprzyja działaniu, a kiedy lepiej je odpuścić. To jest zarządzanie sobą w czasie.

A co z zarzutem, że to tylko interpretacja? Że każdy astrolog powie coś innego?

Interpretacja zawsze jest obecna, bo pracujemy z człowiekiem, a nie z maszyną. Ale to nie znaczy, że wszystko jest dowolne. System jest ten sam – różni się sposób jego odczytania. I tu wchodzi odpowiedzialność astrologa. Można człowieka zamknąć w schemacie albo pokazać mu możliwości. Ja wybieram to drugie. Astrologia holistyczna jest narzędziem które pozwa-

la zobaczyć człowieka jako całość – w czasie, w relacjach, w ciele i w świadomości. A potem podjąć decyzję, co z tą wiedzą zrobić. W mojej ocenie warto poznać siebie lepiej dzięki astrologii, bo to pomaga w podejmowaniu racjonalnych decyzji i lepszej troski o własne zdrowie i samopoczucie.

**Rozmawiała
Jolanta Czudak**

[Sidera Via – Astrologia Holistyczna](#)

Więcej na: <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

Dzieciństwo bez baterii. Nadmiar zabawek ogranicza rozwój dzieci

Coraz więcej zabawek, coraz mniej prawdziwej zabawy – tak w skrócie można opisać wnioski z najnowszego raportu „Dzieciństwo bez baterii. Melissa & Doug 2026”. Badanie pokazuje wyraźną zmianę w podejściu rodziców: zamiast ilości, coraz większe znaczenie ma jakość doświadczeń i przestrzeń do samodzielnej aktywności dziecka.

Współczesne dzieci dorastają w środowisku nadmiaru bodźców. Zamiast pogłębionej, angażującej zabawy coraz częściej obserwujemy

krótkie epizody aktywności i szybkie przechodzenie od jednej zabawki do kolejnej. Jak wynika z raportu, aż 62% rodziców uważa, że dzieci mają zbyt dużo zabawek, a 61% przyznaje, że większość z nich pozostaje niewykorzystana.

Nadmiar wyboru nie wspiera rozwoju – przeciwnie, rozprasza. 58% rodziców zauważa, że zbyt duża liczba zabawek utrudnia dzieciom koncentrację. Dzieci rzadziej angażują się w jedną aktywność na dłużej, co ogranicza możliwość rozwijania wytrwałości i umiejętności roz-

wiązywania problemów.

Jednocześnie zmienia się sposób myślenia o samej zabawie. Coraz rzadziej jest ona traktowana jako sposób na zajęcie dziecka, a coraz częściej jako kluczowy element jego rozwoju. Rodzice wskazują, że zabawa powinna wspierać przede wszystkim logiczne myślenie (51%), kreatywność (46%), samodzielność (46%) oraz cierpliwość i wytrwałość (45%).

„Dziecko rozwija się najlepiej wtedy, gdy ma przestrzeń do własnego działania. Zabawa, która nie narzuca gotowych rozwiązań, pozwa-



la eksperymentować i budować własne strategie” – podkreśla **Zuzanna Jastrzębska-Krajewska**, doktor nauk społecznych, edukatorka znana w przestrzeni internetowej jako Pani Zuzia.

Ekspertki zwracają uwagę, że największą wartość mają zabawki i aktywności otwarte – takie, które nie narzucają jednego scenariusza. To właśnie w nich dziecko może rozwijać wyobraźnię i uczyć się samodzielności. – „Zabawka powinna być impulsem, a nie instrukcją. Najważniejsze jest to, na ile dziecko może działać po swojemu” – mówi **Katarzyna Augustyniak**, psycholożka dziecięca, mama oraz autorka wartościowych treści edukacyjnych dla rodziców i dzieci

w mediach społecznościowych.

Raport podkreśla również znaczenie relacji budowanych poprzez wspólne doświadczenia. Najbardziej angażującą aktywnością sprzyjającą więziom jest zabawa na świeżym powietrzu, wskazywana przez 42% rodziców. Dla porównania, oglądanie treści wideo (9%) i gry elektroniczne (7%) mają marginalne znaczenie w budowaniu relacji.

– „Najważniejsze momenty w relacji z dzieckiem powstają wtedy, gdy jesteśmy naprawdę obecni – bez pośpiechu i bez rozpraszaczy” – zaznacza **Agnieszka Sienkiewicz Gauer**, aktorka i mama dwóch córek, zaangażowana w działania na rzecz dzieci i ich dobrostanu psychicznego.

Co istotne, ponad 85% rodziców deklaruje, że bawi się z dzieckiem co najmniej kilka razy w tygodniu, a ponad połowa robi to codziennie. Zabawa staje się więc nie tylko aktywnością dziecka, ale także ważnym elementem budowania relacji rodzinnych.

Wnioski raportu wpisują się w szerszy trend powrotu do prostoty i bardziej świadomego podejścia do dzieciństwa. Coraz większe znaczenie zyskują zabawki trwałe, uniwersalne i niewymuszające konkretnego sposobu użycia. – „W świecie nadmiaru to właśnie przestrzeń do działania staje się największą wartością” – podkreśla **Katarzyna Gębicka**, dyrektor ds. marketingu na Europę Środkową.

kową i Wschodnią, Balkany oraz Turcję w firmie Spin Master.

Raport jasno pokazuje: to nie liczba zabawek decyduje o jakości dzieciństwa, ale możliwość tworzenia, eksperymentowania i budowania relacji. W świecie pełnym

bodźców coraz większym luksusem staje się prostota.

O raporcie

Raport „Dzieciństwo bez baterii. Melissa & Doug 2026” powstał na podstawie badania przeprowadzonego na reprezentatywnej próbie 808 rodziców. Analiza obej-

muje ich obserwacje, postawy oraz codzienne wybory związane z zabawą dzieci.

Redaktor

Więcej na : [https://
liderzyinnowacyjnosci.com/](https://liderzyinnowacyjnosci.com/)

Ciąg dalszy ze s.1

„Najpierw musiałem powiedzieć sobie: możesz”

Odwaga nie jest sloganem wyjętym z książki motywacyjnej, tylko decyzją podejmowaną wtedy, gdy naprawdę robi się trudno. To ona uruchamia działanie, które nawet jeśli na początku kończą się porażką, buduje coś znacznie ważniejszego niż szybki sukces. To jest sprawczość, bo satysfakcja nie bierze się z marzeń, tylko z efektów. A te są zawsze po drugiej stronie determinacji.

**Historia Marcina Łapto-
sa jest tego podręcznikowym przykładem – od walki z własnym ciałem i przekonaniami, przez zawodowe zakręty, aż po zbudowanie wydawnictwa HOTbook i dzielenie się doświadczeniem z innymi.**

Twoja droga do własnego wydawnictwa to efekt wcześniejszej pracy i do-

świadczeń handlowych w tej branży?

Raczej ugruntowanych przez lata marzeń. To efekt mojej miłości do książek, która zrodziła się już w dzieciństwie. Nie była to żadna strategia ani plan na życie, tylko naturalny odruch. Od najmłodszych lat uwielbiałem czytać książki. Ta trwająca do dziś przygoda z książkami, rozpoczęła się od trylogii Winnetou, napisanej przez Karola Maya. Dostałem ją od znajomego moich rodziców, kiedy chorowałem. Mimo tego, że nie była to łatwa książka dla około dziesięcioletniego dziecka, wciągnęła mnie tak bardzo, iż przeczytałem ją przynajmniej dwa razy. Następnie na mojej czytelniczej drodze pojawiła się pierwsza książka z cudownej serii Alfreda Szklarskiego „Tomek w krainie kangurów”. To ona spowodowała,

że z tą serią zaprzyjaźniłem się na dłużej. Potem sięgnąłem po książki Juliusza Verne’a i setki innych, które w ciągu mojego życia przeczytałem. Czytałem dużo i to sprawiło, że książka stała się dla mnie wspaniałym towarzyszem, bez którego już nie wyobrażałem sobie dnia. I chyba wtedy, choć jeszcze nieświadomie, zaczęło się rodzić marzenie, żeby kiedyś być bliżej tego świata książek.

Od marzenia do własnego wydawnictwa droga raczej nie jest prosta. Jak udało Ci się ją przebrnąć?

Droga nie jest prosta i u mnie też taka nie była. Szukałem swojego miejsca zawodowo, zmieniałem firmy, aż trafiłem na ogłoszenie z branży książkowej. Pomyślałem: „To jest to – połączę pasję z pracą”. W 2009 roku zacząłem jako przedstawiciel handlowy



i krok po kroku przeszedłem całą ścieżkę, aż do stanowisk dyrektorskich. Z zewnątrz wyglądało to jak sukces. W środku już mniej.

Co masz na myśli?

Nerwy, brak równowagi, zdrowie w rozsypce. Żyłem w biegu, a efektem były problemy fizyczne i psychiczne. I to jest moment, który wielu ludzi dobrze zna. Niby wszystko „idzie dobrze”, ale coś jest fundamentalnie nie tak.

Kiedy to zrozumiałeś?

Kiedy otrzymałem wyniki badań. Cukier na poziomie 330 przy normie do 90. Waga prawie 120 kg. Organizm powiedział „sprawdzam”. Wróciłem do domu i po raz pierwszy naprawdę się zatrzymałem. To był punkt zwrotny. Pamiętam ten moment bardzo dokładnie. Siedząc analizowałem te wyniki i nagle mówię na głos: „Nie zgadzam się na to”. To nie było motywacyjne hasło, tylko decyzja. Dojrzałem do zmiany.

Długo na to czekałeś?

Zbyt długo, ale wszystko ma swój czas. Przez większość życia zmagalem się z otyłością. I to nie było tak, że nic nie robiłem. Próbowalem – bieganie, siłownia, różne podejścia. Zawsze jednak wracałem do punktu wyjścia. Dziś widzę, że ogromny wpływ miał na to dom rodzinny i przekonania, które wyniosłem z dzieciństwa. Słyszałem: „facet musi dużo jeść, żeby mieć siłę”. Do tego zasada – z talerza ma zniknąć wszystko. Nie zostawiasz, bo to brak szacunku. Niby nie-

winne, a w praktyce buduje nawyki na całe życie. To pokazuje, jak bardzo nasze życie kształtują nie tylko decyzje, ale też środowisko, w którym dorastamy.

Edukacja szkolna też miała na to wpływ?

Częściowo, choć nie do końca. W szkole podstawowej i średniej miałem szczęście trafić na bardzo wymagających nauczycieli języka polskiego. To oni w pewnym sensie widzieli we mnie więcej niż ja sam w tamtym czasie. Jedna z nauczycielek wręcz celowo zaniżała mi ocenę, żeby mnie zmotywować, bo jak później przyznała, widziała potencjał, po którym warto było „sięgnąć”. Język polski zawsze przychodził mi bez większego wysiłku. A jednak, mimo tych wyraźnych sygnałów, że ciągnie mnie w stronę humanistyki, moje dalsze wybory edukacyjne poszły w zupełnie innym kierunku.

Dlaczego?

Bo wtedy nie byłem jeszcze osobą, która potrafi jasno podejmować własne decyzje. Byłem pod wpływem otoczenia, rodziny, doradców, ludzi, którzy chcieli dobrze, ale panowali bardziej „rozsądkowo” niż intuicyjnie. Skoro byłem w szkole średniej o profilu technicznym, naturalnym wyborem wydawała się kontynuacja tej drogi. I tak trafiłem na Politechnikę Częstochowską, na wydział o profilu elektryczno-

technicznym. Pięć lat kształcenia, ale z czasem się okazało, że to nie była droga zgodna z moimi ambicjami ani z

moją miłością do książek.

Żałowałeś dokonanego wyboru?

Przez pewien czas tego żałowałem. Ale z perspektywy lat widzę to inaczej. Traktuję to jako bardzo ważny poligon doświadczeń. Dzięki temu zrozumiałem jedną kluczową rzecz: jeśli nie idziesz swoją drogą, prędzej czy później i tak do niej wrócisz, tylko zapłacisz za to czasem. Po studiach ukończyłem dodatkowo przygotowanie pedagogiczne i przez rok pracowałem jako nauczyciel przedmiotów technicznych w szkole średniej. To było ogromne wyzwanie, zwłaszcza na początku. Pamiętam swój pierwszy dzień pracy w tej szkole. Wchodzę do klasy, a uczniowie grają w karty i kompletnie ignorują moją obecność. Zero reakcji.

Jak zareagowałeś?

Wyjątkowo spokojnie, ale musiałem bardzo szybko znaleźć sposób, żeby zbudować autorytet. I znalazłem go trochę intuicyjnie, trochę metodą prób i błędów. To doświadczenie nauczyło mnie jednej rzeczy: z ludźmi trzeba umieć pracować, a nie tylko „przekazywać wiedzę”. Po roku odszedłem z tej szkoły, bo był to czas reformy edukacji i łączenia placówek oświatowych. Zostawiano starszych nauczycieli, młodszy tacy jak ja, którzy byli niewiele starsi od swoich uczniów, po prostu tracili pracę.

Jak to przyjąłeś?

Spokojnie, bo to był moment przełomowy i jeden z ważniejszych w moim życiu. Wtedy po raz pierwszy wsze-

dłem w świat handlu. Najpierw przypadkiem – opakowania, potem meble, kolejne branże. Bez wielkiej wizji, raczej krok po kroku. Ale to właśnie tam nauczyłem się rzeczy, które później okazały się bezcenne: rozmowy z ludźmi, sprzedaż, budowanie relacji. I kiedy w końcu kiedy pojawiła się oferta pracy w branży książkowej, nie wahałem się ani chwili. Zacząłem jako handlowiec w branży książkowej, a potem przeszedłem wszystkie szczeble aż do stanowisk dyrektor-skich.

Własne wydawnictwo było naturalnym krokiem w branżowej działalności?

Nie od razu. To dojrzało. Ale decyzja zapadła w maju 2020 roku, w środku pandemii, kiedy wielu ludzi zamrażało działalność, ja podjąłem decyzję, żeby ruszyć z własnym biznesem. Odszedłem z etatu i zacząłem od zera. To była odważna, ale zarazem ryzykowna decyzja. Musiałem zadbać o autorów, grafikę, drukarnię, ISBN, czyli o całą logistykę, którą trzeba było ogarnąć samemu. Na początku pomogły kontakty z branży, ale i tak większość rzeczy musiałem przejść na własnej skórze. Zaczynałem od garażu z produkcją pierwszych książek i sprzedaję bezpośrednio. Niestety, dość szybko pojawiły się pewne problemy, bo miałem zbyt duże zaufanie do partnera biznesowego. Dystrybutor, który miał być dla mnie wsparciem, okazał się poważnym zagrożeniem. Wpędził mnie w długi na kil-

kaset tysięcy złotych. W pewnym momencie stanąłem przed wyborem: zamknąć firmę albo walczyć.

Co przeważyło?

Działanie i to, co zbudowałem wcześniej w mojej głowie. Gdyby to się wydarzyło kilka lat wcześniej na pewno bym się poddał. Ale po tej transformacji zdrowotnej wiedziałem już jedno: trudne momenty nie są sygnałem do ucieczki, tylko do działania. Zwyciężyła determinacja do kontynuowania działalności pomimo trudności finansowych. Czuję, że uda mi się je pokonać i po jakimś czasie firma zaczęła się odbudowywać. Zatrudniłem pierwszych ludzi, znalazłem magazyn i odzyskałem też część towaru.

Porażka przerodziła się w sukces?

Tak, ale bez fajerwerków. To jest sukces zbudowany na konsekwencji. Ponad 600 tysięcy sprzedanych egzemplarzy kolorowanek, obecność w przedszkolach, własne marki wydawnicze, udział w targach. Do tego projekty specjalne, jak album czy książki motywacyjne. To wszystko powstało krok po kroku. W 2024 roku zrobiłem kurs trenera mentalnego i dziś łączę oba światy – biznes i rozwój osobisty. Ucząc się zarządzania emocjami i czerpiąc inspirację z filozofii slow life, odkryłem, że tak naprawdę nie liczba sfinalizowanych transakcji decyduje o sukcesie, lecz jakość kontaktu z drugim człowiekiem. Teraz dzielę się tą wiedzą również z innymi. Dokładnie wiem, że

aby efektywnie sprzedawać, nie trzeba rezygnować z radości życia ani spędzać każdej wolnej chwili na rozmyślaniach o wynikach. Wręcz przeciwnie, im bardziej doceniamy swój czas, zdrowie i pasję, tym większą wartość jesteśmy w stanie zaoferować ludziom wokół siebie. Można mieć karierę, pieniądze, stanowisko i nadal być daleko od siebie. Ja doświadczałem tego przez lata, ale kiedy stanąłem w prawdzie i przestałem się oszukiwać, wszystko zaczęło się układać. Jestem teraz szczęśliwym człowiekiem

Jako trener mentalny, co mówisz ludziom, którzy stoją jeszcze w miejscu?

Najpierw przestań się oszukiwać. Potem zacznij od małych rzeczy. I najważniejsze – przestań czekać na idealny moment. On nie istnieje. Ja też przez lata na to czekałem. Aż w końcu zrozumiałem, że jedyny moment, to ten w którym podejmujemy decyzję. I od tego wszystko się zaczyna. Bo zanim powiesz ludziom „możesz”, najpierw musisz powiedzieć to sobie. I naprawdę w to uwierzyć. To jest początek prawdziwej zmiany.

Rozmawiała

Jolanta Czudak

Wywiad z cyklu „Nowe powołania do życia”

Informacje o wydawnictwie na stronie www.marcinlaptos.pl

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

Marketing przyszłości w zasięgu ręki – nadchodzi Kongres Marketing Jutra 2.0

W dynamicznie zmieniającym się świecie marketingu nadążanie za trendami to już za mało – dziś liczy się ich wyprzedzanie. Odpowiedzią na te wyzwania ma być Kongres Marketing Jutra 2.0, który odbędzie się 16 i 17 maja 2026 roku w formule online. To już druga edycja wydarze-

bywania intensywnej wiedzy, oraz łączenia autentyczności praktycznych wskazówek i z realnymi wynikami.

inspiracji od ekspertów, którzy na co dzień działają w branży. Bez zbędnej teorii – uczestnicy otrzymają konkretne rozwiązania, które mogą wdrożyć od razu w swoich działaniach marketingowych i biznesowych.

Podczas wydarzenia poruszone zostaną kluczowe te-

Na kongresie pojawią się uznani eksperci i praktycy, m.in. Mona Chmielewska, Aleksandra Figura, Justyna M. Nowacki, Joanna Neumann, Aleksandra Równiak, Kamil Piech, Monika Lakehal, Dominika Weronika Dziuba, Agnes Witec-



nia, pierwsza cieszyła się dużą popularnością i przyciągnęła szerokie grono uczestników zainteresowanych nowoczesnym marketingiem. Organizatorką kongresu jest Agnes Witecka, ekspertka ds. marketingu z 12 letnim doświadczeniem.

Kongres to dwa dni zdo-

maty współczesnego marketingu, takie jak: budowanie skutecznej strategii, tworzenie treści sprzedażowych, wykorzystanie sztucznej inteligencji, rozwój marki osobistej czy zwiększanie widoczności w wyszukiwarkach. Nie zabraknie również praktycznych wskazówek dotyczących monetyzacji wiedzy

ka, Rafał Stachyra, Marlena Kleśta, a także właściciele ogromnych kont na Instagramie: Daria Patalas (@Psychologpozytywnie – 77 tys. obserwujących), Anita Jasiak (@Anita_od_Detoksu – 145 tys. obserwujących), Anna Bator, Paulina Biernacka, Dominik Węgo-

II EDYCJA • KONGRES ONLINE • 16-17 MAJA 2026

MARKETING

JUTRA 2.0



„Audyt działań
marketingowych”

PRELEAGENT
AGNES WITECKA

20 EKSPERTÓW DWA DNI TRANSFORMACJI

rek, Wojtek Krański, Kamil Fiszer (osiągnął 1 mln sprzedaży produktów cyfrowych w 2024 r.), Miłosz Bałdyga oraz Adrian Tomaszewski.

Szczegółowa agenda obejmuje dwa dni pełne wystąpień – od tematów związanych z PR, strategią i SEO w erze AI, przez marketing lokalny i audyty działań, aż po rozwój w social mediach, sprzedaż produktów cyfrowych i wykorzystanie AI w praktyce. Nie zabraknie również tematów związanych z rozwojem osobistym, które pomogą uczestnikom wzmocnić pewność siebie, mindset oraz skuteczność w działaniach

niach biznesowych i marketingowych.

Kongres Marketing Jutra 2.0 skierowany jest do przedsiębiorców, freelancerów, marketerów, twórców internetowych oraz wszystkich osób budujących markę osobistą. Dzięki formule online uczestnicy mogą dołączyć z dowolnego miejsca na świecie.

W obliczu rosnącej roli nowych technologii i zmieniających się zachowań klientów, wydarzenie stanowi realną szansę na uporządkowanie wiedzy, zdobycie nowych kompetencji i wdrożenie skutecznych rozwiązań.

Start kongresu zaplanowano na **16 maja 2026 roku o godzinie 9:00**. To propozycja dla tych, którzy nie chcą zostać w tyle, lecz świadomie budować swoją przyszłość w marketingu.

Zarezerwuj czas i wskocz na wyższy poziom marketingu

Link do biletów: <https://kongres-marketingu-online.lovable.app>

Redaktor

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

Spróbuj swoich sił w postrzeganiu pozazmysłowym 18 kwietnia

Każdy z nas doświadcza zjawisk z zakresu postrzegania pozazmysłowego, ale nie kojarzy ich z sięganiem po informacje ze świadomości globalnej. Stara się raczej racjonalizować je i w logiczny sposób. Postrzeganie pozazmysłowe, choć znane jest u dzieci, nadal budzi wątpliwości u osób dorosłych. Intuicja, przeczucia, sny, przewidywanie zdarzeń lub przeczucie intencji in-

nych ludzi to wszystko jest postrzeganiem pozazmysłowym, które polega na dostępie do informacji bez użycia zmysłów.

Postrzeganie pozazmysłowe samo w sobie także nie jest zmysłem, choć często jest błędnie określane mianem „szóstego zmysłu”. Jest to jednak określenie niewłaściwe – jeśli mamy zmysł, to mamy też narząd zmysłu. W tym przypadku coś takiego nie występuje. Do odbierania informacji ze świadomości

Wszechświata nie wykorzystujemy żadnego narządu, czy to szyszynki, czy jakiegokolwiek specjalnego ośrodka odbioru informacji w mózgu. Jest to czysta zdolność ludzkiej świadomości.

W Polsce postrzeganie pozazmysłowe u dzieci jest promowane i rozwijane przez Polską Akademię Postrzegania Pozazmysłowego działającą w ramach fundacji Remidium. Akademia od kilku lat pokazuje możliwości dzieci i uświadamia społeczeń-



stwo o korzyściach płynących z rozwijania u nich tych zdolności.

21 marca 2026 roku Akademia zorganizowała imprezę dla osób dorosłych – 36 uczestników próbowało swoich sił w ćwiczeniach, wykonując je z maską na oczach. Efekty były spektakularne – osoby dorosłe pokazały, że potrafią przewyższyć dzieci w pewnych zadaniach i radzą sobie zaskakująco dobrze. Wszystkie 36 osoby uruchomiły swoje zdolności, udowadniając, że nie ma bariery wiekowej w rozwijaniu postrzegania pozazmysłowego.

Istnieje stereotyp, że można rozwijać się w tym kierunku tylko do pewnego wieku, który zazwyczaj koń-

czy się w okresie nastoletnim. Zadaniem Akademii było obalić ten mit i pokazać społeczeństwu, że to nieprawda, a swoje zdolności można odkryć nawet w podszym wieku. Potwierdza to rozstrzał wiekowy podczas wyżej wspomnianego wydarzenia, czyli POPODO (Postrzeganie Pozazmysłowe dla dorosłych). Wiek uczestników imprezy wahał się od 21 r.ż., aż do 70 r. ż. i obejmował zarówno kobiety, jak i mężczyzn oraz osoby mieszkające w Polsce, a także za granicą.

Akademia organizuje także drugą edycję tego wydarzenia, zaplanowaną na 18 kwietnia 2026 roku w sobotę – dla osób, które także chcą

spróbować swoich sił.

Coraz więcej osób dorosłych interesuje się swoimi zdolnościami i możliwościami pracy ze świadomością. Należy mieć na uwadze, że choć dorośli często mogą mieć większe problemy z wykonywaniem ćwiczeń oraz mniej wiary w siebie niż dzieci, to również mogą czerpać z tego korzyści i zdobywać wiedzę.

Zdolność postrzegania pozazmysłowego to naturalna cecha każdego człowieka, a jej poziom zależy od stopnia jego sensytywności.

www.akademiapp.eu

Natali Reisner

Więcej na : <https://liderzyinnovacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

Budimex zakończył kluczowy etap budowy tunelu na linii 104 w Limanowej

Budimex zakończył drążenie głównego tunelu kolejowego pod Pisarzową na odcinku Limanowa – bocznicą Kłęczany. Tarcza TBM „Jadwiga” przebiła się na drugą stronę, domykając najtrudniejszy technologicz-

gramu „Podłęże–Piekielko”. To właśnie ten odcinek w największym stopniu poprawi parametry połączeń między Limanową a Nowym Sączem.

Prace realizowano w trudnym, górskim terenie z wykorzystaniem technologii TBM. Wcześniej tarcza „Kinga” za-

jazdu z Krakowa do Nowego Sącza do ok. 60 minut, a do Zakopanego – do ok. 90 minut.

Budimex realizuje projekt w konsorcjum z firmą Gülermak i pozostaje jednym z głównych wykonawców tej inwestycji.



nie etap inwestycji – budowa dwóch równoległych tuneli łączących Męcinę z Mordarką.

Obiekt o długości ok. 3,75 km, prowadzony miejscami 120 metrów pod ziemią, jest kluczowym elementem pro-

kończyła tunel ewakuacyjny, a „Jadwiga” wykonała tunel główny.

Inwestycja wchodzi teraz w etap prac wykończeniowych i instalacyjnych. Doelowo program „Podłęże–Piekielko” skróci czas prze-

Redaktor

Więcej na: <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ruszył program 4NEW dla kadr energetyki jądrowej

Polska rozpoczyna budowę zaplecza kadrowego dla energetyki jądrowej. Projekt 4NEW, łączący administrację, naukę i przemysł, ma przygotować specjalistów niezbędnych dla rozwoju jednego z kluczowych sektorów gospodarki.

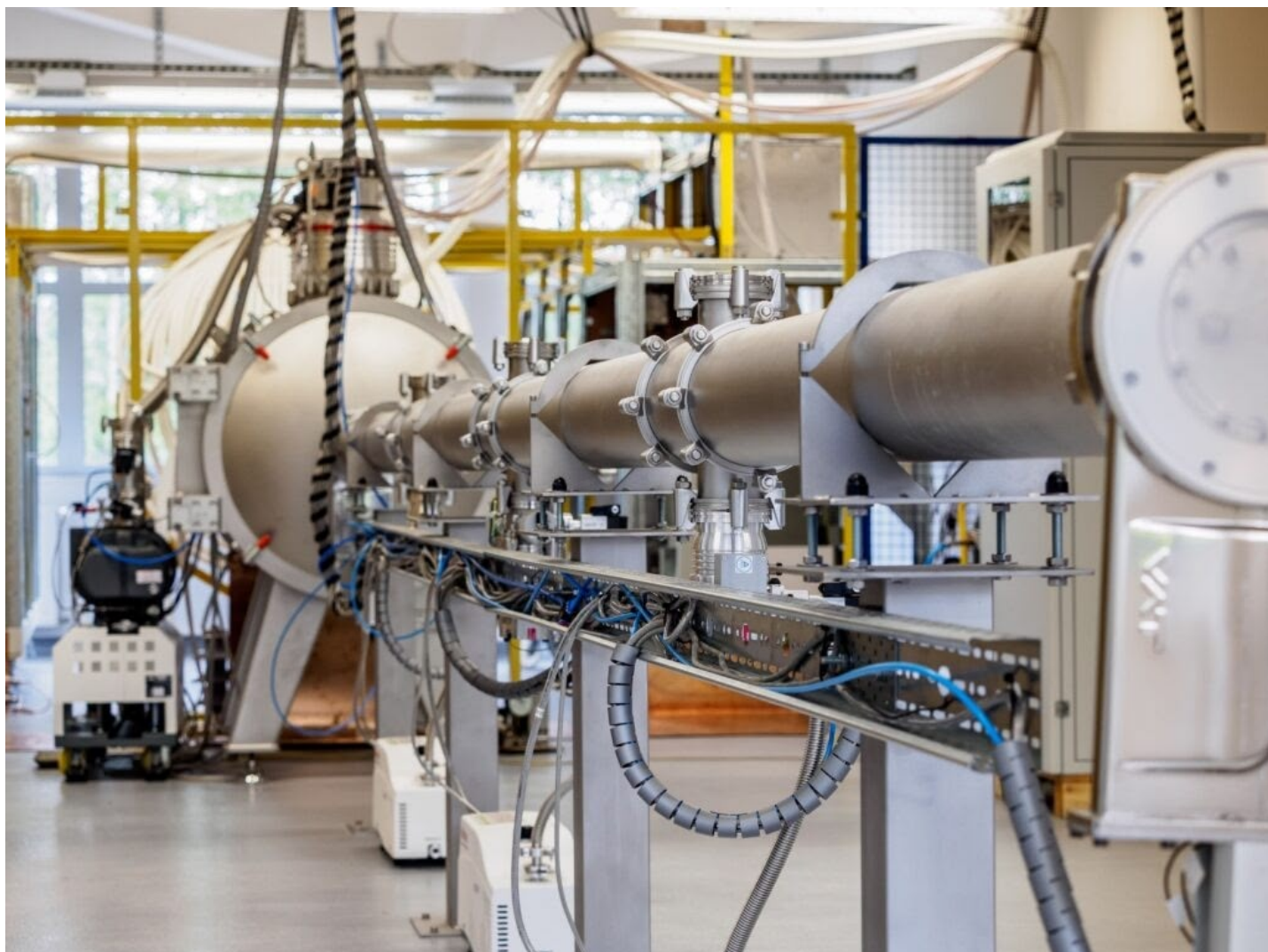
1 kwietnia 2026 r. w Narodowym Centrum Badań Jądrowych zainaugurowano projekt 4NEW, którego celem

jest rozwój kompetencji i wiązań wspierających systemy kadr dla sektora jądrowego w Polsce. Przedsięwzięcie realizowane jest w ramach programu GOSPOSTRATEG i finansowane przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. Jego budżet wynosi blisko 7 mln zł, z czego ponad 98 proc. stanowi dofinansowanie.

Projekt potrwa trzy lata i ma doprowadzić do opracowania kompleksowych roz-

wiązań wspierających systemy kształcenia kadr – od poziomu szkolnictwa średniego, przez uczelnie wyższe, po edukację ustawiczną. Kluczowym efektem będzie pakiet rekomendacji legislacyjnych, finansowych i organizacyjnych przygotowany dla administracji publicznej.

Cała strategia dotycząca energetyki jądrowej jest bardzo ważna dla rządu. Ten projekt przybliży nas do tego,



aby atom na stałe zagościł w polskim przemyśle i w polskich domach – podkreślił minister nauki i szkolnictwa wyższego **Marcin Kulasek**.

Jak zaznaczają przedstawiciele instytucji finansujących, projekt wpisuje się w szerszą strategię transformacji energetycznej i budowania kompetencji dla kluczowych sektorów gospodarki. – Zadaniem NCBR jest łączenie nauki z gospodarką i biznesem. Jednym z naszych priorytetów jest właśnie transformacja energetyczna – wskazał dyrektor NCBR **Jerzy Małachowski**.

4NEW odpowiada na rosnące wyzwanie niedoboru specjalistów w sektorze jądrowym, który według planów rozwojowych Polski do 2040 roku będzie jednym z filarów bezpieczeństwa energetycznego. Projekt zakłada stworzenie spójnego modelu kształcenia, uwzględniające-

go zarówno kompetencje techniczne, jak i ekonomiczne czy prawne.

Kształcenie kadr dla atomu to cały system, w którym musimy pogodzić potrzeby wielu interesariuszy – od inżynierów po specjalistów z zakresu prawa i zarządzania – zaznaczył **Paweł Gajda** z Ministerstwa Energii.

Projekt realizowany jest przez szerokie konsorcjum instytucji naukowych i partnerów przemysłowych. Obejmuje m.in. diagnozę luk kompetencyjnych, przygotowanie programów edukacyjnych oraz rozwój narzędzi cyfrowych wspierających proces kształcenia.

Naszym celem jest wypracowanie modelu, który będzie możliwy do wdrożenia w skali krajowej i połączy działania edukacyjne, badawcze i przemysłowe – wskazał rektor Politechniki Śląskiej **Marek Pawelczyk**.

Znaczącą rolę w projekcie odgrywa również przemysł, który już dziś sygnalizuje skalę przyszłych potrzeb kadrowych. – Nawet najlepszy projekt nie będzie realizowany bez właściwych kadr. Budowa elektrowni jądrowej to tysiące miejsc pracy dla inżynierów i specjalistów – podkreślił Leszek Hołda, prezes Bechtel Polska.

Projekt 4NEW ma stać się jednym z fundamentów budowy polskiego sektora jądrowego, integrując działania administracji, nauki i biznesu. Jego efekty mają zapewnić trwały system kształcenia specjalistów, niezbędnych dla realizacji programu energetyki jądrowej w Polsce w nadchodzących dekadach.

Redaktor

Więcej na: <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

Doktorat to nie tylko nauka

To gra zespołowa, stres i ryzyko, o których rzadko się mówi. Doktorat wciąż bywa postrzegany jako elitarna ścieżka kariery naukowej. W praktyce to jest proces pełen napięć, niepewności i niepisanych zasad, które potrafią zaskoczyć. O realiach pracy naukowej, roli mentorów, trudnych relacjach z przełożonymi i psychologicznych

kosztach pisania doktoratu, jest ten podręcznik, który swoimi doświadczeniami podzielili się profesorowie Tomasz Liśkiewicz i Grzegorz Liśkiewicz w najnowszej książce „The Ph.D. Code: 60 Tips to Get Your Degree in STEM Subjects”. Co skłoniło autorów do wydania tego podręcznika wyjaśnia dr hab.inż. Grzegorz Liśkiewicz, profesor Politechniki Łódzkiej.

Panie Profesorze, czym

napisał Pan wspólnie z bratem prof. Tomaszem Liśkiewiczem, dziekanem Katedry Inżynierii w Manchester Metropolitan University.

Podręcznik naszego autorstwa, wydany przez Springer Nature, jest czymś więcej niż kolejnym poradnikiem dla doktorantów. Nie ograniczaliśmy się do naszego doświadczenia, ale poprosiliśmy koleżanki i kolegów o rady. Pyta-

liśmy – co byś sobie doradził, gdybyś dzisiaj zaczynał doktorat? . Tak powstało 60 konkretnych wskazówek, uporządkowanych w siedmiu obszarach, obejmujących cały proces doktoratu. Zakres ujętych w podręczniku informacji jest bardzo szeroki, od organizacji pracy, przez publikowanie, aż po budowanie wiarygodności naukowej i odporności psychicznej. Książka skierowana jest przede wszystkim do doktorantów w dziedzinach STEM, ale wiemy że korzystali z niego też studenci z innych dyscyplin.

Jakie dziedziny obejmuje STEM?

STEM to skrót od angielskich słów: Science, Technology, Engineering, Mathematics — czyli nauki przyrodnicze, technologia, inżynieria i matematyka. W praktyce obejmuje to wszystkie kierunki i dziedziny związane z „twardą nauką”: od fizyki, chemii i biologii, przez informatykę i sztuczną inteligencję, po budownictwo, energetykę czy inżynierię materiałową. To właśnie w obszarze STEM powstaje większość innowacji technologicznych, a doktoraty w tych dziedzinach mają zazwyczaj charakter silnie praktyczny. Łączą badania naukowe z realnymi zastosowaniami w przemyśle i gospodarce.

Czym właściwie jest doktorat, po odrzuceniu akademickich definicji?

To przede wszystkim próba przesunięcia granicy wiedzy, choćby o milimetr. Jeśli ktoś wybiera tę drogę

świadomie, to doktorat jest jedną z najciekawszych przygód intelektualnych w życiu. To moment ogromnej kreatywności i sprawdzian: czy naprawdę jesteśmy samodzielnymi badaczami. Bo moim zdaniem to właśnie doktorat, a nie kolejne stopnie naukowe, pokazuje, czy ktoś potrafi prowadzić własne badania. Ale to także ryzyko. Trochę jak startup. Inwestujemy swój czas, często bez gwarancji efektu, licząc na przyszłe korzyści i satysfakcję.

A co najbardziej rozmięka się z wyobrażeniami młodych ludzi o doktoracie?

Po pierwsze: pieniądze. Wynagrodzenia są często rozczarowujące. Po drugie: środowisko. Zespoły badawcze potrafią być bardzo specyficzne. Naukowcy to indywidualiści. Ktoś kiedyś trafnie powiedział, że zarządzanie zespołem badawczym przypomina próbę „upilnowania stada kotów”. Każdy ma swoje ambicje, swoje pomysły, swoje ego. Okiełznanie tego wszystkiego nie jest łatwe. I po trzecie: brak przygotowania do pracy w systemie pełnym niepisanych zasad. Doktorat trochę przypomina wejście do zamkniętego klasztoru z własnymi rytuałami, których nikt wcześniej nie tłumaczy.

Jaka w tych działaniach jest rola promotora pracy doktorskiej?

Absolutnie kluczowa! To od niej/niego zależy, czy doktorant trafi do środowiska wspierającego, czy toksycz-

nego. Problem polega na tym, że świetny naukowiec nie zawsze jest dobrym liderem. W firmach menedżerów się szkoli. W nauce rzadko. Nieczęsto słyszę w Polsce dyskusję o „Academic Leadership”. Ktoś może być wybitny w swojej dziedzinie, ale kompletnie nieprzygotowany do pracy z ludźmi. I wtedy cierpi na tym cały zespół. Dlatego przed wyborem miejsca doktoratu warto zrobić coś bardzo prostego: porozmawiać z przyszłym promotorem, albo zapytać innych, jak wygląda praca w danym zespole.

Czy promotor jest też mentorem?

Nie. Promotor to rola formalna wynikająca ze struktury organizacyjnej. Mentor to relacja nieformalna między doświadczonym ekspertem i osobą na początkowym etapie kariery. Nasz Promotor może być Mentorem, ale można też mieć innych Mentorów. I ich szukać, nawet poza swoim zespołem. Można mieć kilku mentorów: do badań, do wystąpień, do rozwoju kariery. Czasem jedna rozmowa z odpowiednią osobą potrafi zaoszczędzić miesiące błędów.

Jakie błędy popełniają doktoranci na starcie?

Najczęściej nie rozumieją „reguł gry”. Słabo się orientują, jak odnaleźć się w gąszczu niepisanych reguł. Jak organizować swoją pracę nad doktoratem, jak pisać publikacje, jak przygotować się do konferencji. Właśnie dlatego powstała nasza książka – żeby „odkodować” dokto-



rat i pokazać rzeczy, o których nikt wprost nie mówi. W naszej książce pojawia się też temat stresu i presji, bo jest to niestety dość duży problem. Doktorat jest wyma-

gający intelektualnie, ale też psychicznie. Badania często nie wychodzą, granty są odrzucane, publikacje wracają z recenzji. Do tego dochodzi zjawisko tzw. impser syndro-

me – syndromu oszusta. To poczucie, że tak naprawdę nie zasługujemy na to, gdzie jesteśmy, że zaraz ktoś nas „zdemaskuje”, że mamy braki w wiedzy i nie powinniśmy

być na doktoracie. To jest bardzo częste zjawisko wśród działalności opartej na wiedzy i kreatywności, więc i naukowców.

Co w takim razie decyduje o sukcesie: talent czy odporność psychiczna?

Wszystko naraz. Talent, praca, pasja i środowisko. Ale trzeba jasno powiedzieć: każdy ma momenty zwątpienia. I ma prawo do nich! Każdy profesor ma „szufladę pełną nieudanych grantów”. Tylko o tym nie mówią. Doktoranci widząc ścieżkę sukcesu swoich promotorów i znanych profesorów w branży mogą porównywać się do sztucznie wykreowanego profilu pełnego sukcesów, zamiast do rzeczywistego człowieka przeżywającego liczne porażki i zwątpienia. To prosta recepta na problemy psychiczne generowana przez propagandę sukcesu.

Doktorat to bardziej projekt naukowy czy etap kariery zawodowej?

To zależy od kraju i podejścia. W Wielkiej Brytanii wielu doktorantów traktuje doktorat jako etap przygotowania do pracy w przemyśle. To tworzy zdrową „piramidę” w której opiekun naukowy pracuje z kilkoma doktorantami. W Polsce nadal często myśli się o doktoracie jako decyzji o podjęciu ścieżki kariery akademickiej. Jako doktorant słyszałem „zdecyduj się – chcesz pracować w firmie czy robić naukę”. To ma ogromne konsekwencje dla całego systemu. Bo jeśli doktorat jest tylko

etapem kariery naukowej, to tworzy się struktura, w której brakuje ludzi do realnego prowadzenia badań. Jeśli ktoś ma w sobie ciekawość świata i potrzebę rozwiązywania problemów, to doktorat jest najciekawszych dróg zawodowych, bez względu czy chcesz zostać na uczelni czy przejść do biznesu. Daje on ogromną wolność intelektualną.

**Rozmawiała
Jolanta Czudak**

Autorzy podręcznika Tomasz Liśkiewicz

jest profesorem trybologii i inżynierii powierzchni na Manchester Metropolitan University, gdzie kieruje Katedrą Inżynierii. Ma ponad 25 lat międzynarodowego doświadczenia zdobytego m.in. w Wielkiej Brytanii, Francji, Kanadzie i Polsce. Specjalizuje się w badaniach nad powierzchniami funkcjonalnymi i powłokami inżynierskimi. Doktorat uzyskał na École Centrale de Lyon, a tytuł magistra na Politechnice Łódzkiej. Jest redaktorem naczelnym czasopisma „Tribology, Materials, Surfaces and Interfaces”, członkiem Institution of Mechanical Engineers oraz Institute of Physics. Prowadzi także inicja-

tywę non profit Surface Ventures i od lat angażuje się w rozwój młodych naukowców.

Grzegorz Liśkiewicz jest profesorem na Politechnice Łódzkiej oraz profesorem wizytującym programu Fulbrighta na Texas A&M University. Jego badania obejmują m.in. turbomaszyny, Przemysł 4.0 oraz systemy energetyczne. Współpracował z czołowymi ośrodkami akademickimi i przemysłem, w tym z General Electric. Doktorat realizował wspólnie na University of Strathclyde i Politechnice Łódzkiej. Specjalizuje się także w transferze technologii, przedsiębiorczości akademickiej oraz mentoringu naukowców i startupów. Jest aktywnym wykładowcą oraz współtwórcą międzynarodowych szkoleń dla doktorantów. Obecnie pełni funkcję wiceprzewodniczącego STEM Racing Poland.

Więcej na: [https://
liderzyinnowacyjnosci.com/](https://liderzyinnowacyjnosci.com/)

Bezpieczeństwo mieszkańców zależne od gminy

Kontrola Najwyższej Izby Kontroli w województwie opolskim pokazuje, że system ochrony przeciwpowodziowej działa nierówno i często przypadkowo. Braki w sprzęcie, nieaktualne plany i niedopilnowana infrastruktura sprawiają, że poziom bezpieczeństwa mieszkańców zależy bardziej od lokalnej praktyki niż od spójnych standardów.

Najwyższa Izba Kontroli nie pozostawia złudzeń: ochrona przeciwpowodziowa w skontrolowanych gminach

województwa opolskiego jest niespójna, a jej jakość – nierówna. W praktyce oznacza to jedno: bezpieczeństwo mieszkańców bywa kwestią przypadku, a nie systemowego działania.

Kontrola objęła osiem gmin. Tylko trzy z nich uzyskały ocenę pozytywną, pozostałe – ocenę opisową, co w języku kontrolerów oznacza, że problemów jest zbyt dużo, by mówić o pełnej rzetelności, ale jeszcze nie na tyle, by wystawić ocenę negatywną. Co istotne – nieprawidłowości stwierdzono we wszyst-

kich jednostkach.

Najbardziej uderzający wniosek dotyczy magazynów przeciwpowodziowych. Formalnie były wszędzie. Realnie – ich wyposażenie często przypominało zbiór przypadkowych przedmiotów. W części gmin brakowało nawet podstawowych analiz określających, co i w jakiej ilości powinno się w nich znaleźć. Efekt? W jednym miejscu tylko worki z piaskiem, w innym bardziej rozbudowany sprzęt – bez związku z rzeczywistym ryzykiem powodziowym.



Co gorsza, nawet po powodzi z września 2024 roku nie wszystkie samorządy uzupełniły zużyte zapasy. Brakowało rzeczy elementarnych – łopat, kamizelek ratunkowych czy worków przeciwpowodziowych. Trudno to nazwać inaczej niż zwykłą opieszałością administracyjną.

Problemy nie kończą się na sprzęcie. W siedmiu z ośmiu gmin plany zarządzania kryzysowego były nieaktualne – często od kilku, a nawet kilkunastu lat. Nie uwzględniały ani ostatnich powodzi, ani nowych zagrożeń, takich jak zmiany klimatu czy sytuacje epidemiczne. W niektórych przypadkach brakowało nawet map zagro-

żeń powodziowych.

Do tego dochodzą zaniebdania infrastrukturalne. NIK wskazała m.in. na niedrożne przepusty i zarośnięte rowy melioracyjne, które w sytuacji kryzysowej mogą znacząco zwiększyć skalę zagrożenia. To nie są kwestie drugorzędne – to podstawy ochrony przeciwpowodziowej.

Na tym tle wyróżniają się pojedyncze dobre praktyki, jak współpraca gminy Krapkowice z Wodami Polskimi czy kompleksowa analiza potrzeb w gminie Bierawa. Problem w tym, że są to raczej wyjątki niż reguła.

Wnioski NIK są jednoznaczne: obecne przepisy są zbyt ogólne i pozostawiają

gminom zbyt dużą dowolność. Izba rekomenduje wprowadzenie jednolitych, obowiązkowych standardów – od wyposażenia magazynów, przez aktualizację planów, po zasady współpracy i reagowania kryzysowego.

Krótko mówiąc: jeśli państwo nie określi jasnych reguł gry, to dalej będziemy mieli system, w którym jedni są przygotowani, a inni – liczą na szczęście. A jak wiadomo, na powódź szczęście nie działa. (inf)

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

Polska traci kontrolę nad lekami

Polska należy do najmniej suwerennych leków krajów UE – wynika z najnowszego raportu Instytut Innowacji i Odpowiedzialnego Rozwoju INNOWO. Aż 70% leków pochodzi z importu, głównie z Azji, co w sytuacjach kryzysowych może oznaczać poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa zdrowotnego i państwowego.

Polska pozostaje jednym z najbardziej uzależnionych od importu leków krajów Unii Europejskiej. Jak wyni-

ka z analizy INNOWO, krajowa produkcja farmaceutyków pokrywa zaledwie 30% zapotrzebowania, podczas gdy w większości państw Europy Zachodniej wskaźnik ten sięga 100%.

Zdaniem ekspertów, tak niski poziom samowystarczalności oznacza realne ryzyko – nie tylko dla systemu ochrony zdrowia, ale również dla bezpieczeństwa państwa. – Suwerenność lekowa staje się sprawą pierwszorzędą w

warunkach napięć geopolitycznych i zakłóceń łańcuchów dostaw – podkreśla **Jacek Bartosiak**, CEO i Founder, Strategy&Future, wskazując, że farmaceutyki należą

dziś do najbardziej wrażliwych sektorów gospodarki.

Eksperti ostrzegają, że brak niezależności w tym obszarze może prowadzić do paraliżu systemu opieki zdrowotnej, a nawet ograniczenia zdolności obronnych państwa. – *Niesuwerenność leków to ryzyko utraty zdrowia i życia obywateli oraz potencjalny cel ataków hybrydowych* – zaznacza **Hubert Bukowski**, dyrektor ds. badań INNOWO.

Problem pogłębia rosnąca dominacja dostawców z Azji. Obecnie aż 80% składników leków wykorzystywanych w Polsce pochodzi z tego regionu. W ciągu ostatnich dwóch



dekad wartość importu farmaceutyków wzrosła ponad sześciokrotnie. – *Przegrywamy konkurencję z producentami z Azji* – alarmuje **Barbara Misiewicz-Jagielak**, wiceprezesa Krajowych Producentów Leków.

Szczególnie niepokojąca jest sytuacja w obszarze leków krytycznych. Produkcja substancji czynnych w Polsce pokrywa jedynie 0,5% zapotrzebowania na tego typu preparaty. – *W Europie działa około 450 zakładów produkujących substancje czynne, z czego tylko kilka znajduje się w Polsce* – wskazuje Krzysztof Kopeć, prezes Krajowych Producentów Leków.

Raport przypomina rów-

nież niedawne kryzysy – jak niedobory amoksycyliny w Europie w latach 2022–2024 – które pokazały, jak łatwo może dojść do załamania dostaw przy nadmiernej koncentracji produkcji w jednym regionie świata.

Autorzy analizy podkreślają, że Unia Europejska dostrzega problem, jednak działania pozostają na etapie deklaraty. – *Potrzebne są konkretne mechanizmy finansowania i koordynacji inwestycji w produkcję leków krytycznych* – ocenia **Grzegorz Rychwalski**, wiceprezes Krajowych Producentów Leków.

Zdaniem ekspertów, odbudowa krajowej produkcji wymaga zmian systemowych

– w tym polityki cenowej, zasad refundacji oraz stabilnych warunków inwestycyjnych. – *Bez przewidywalnych regulacji i długoterminowych kontraktów nie zbudujemy odporności systemu* – podsumowuje **Anna Gołębicka**, ekspertka Centrum im. Adama Smitha.

Raport INNOWO nie pozostawia złudzeń: w obecnych realiach suwerenność lekowa nie jest luksusem, lecz koniecznością.

PZPPF

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Autostrada do Nieba – jak odnaleźć spokój w sobie

Boska energia podobnie jak „źródło” brzmi dla wielu ludzi trochę tajemniczo. Jednym kojarzy się z religią, innym z ezoteryką, jeszcze innym z czymś kompletnie oderwanym od rzeczywistości. Tymczasem, jeśli odrzucić cały ten językowy galimatias, okazuje się, że chodzi o coś zaskakująco prostego – o stan wewnętrznego kontaktu z sobą, którego większość ludzi doświadcza, ale rzadko rozumie.

Łączność ze „źródłem” nie jest żadną tajemniczą umiejętnością dostępną dla wybranych. To raczej powrót do czegoś, co było w nas od początku, tylko zostało przykryte hałasem codzienności. Człowiek rodzi się z naturalną zdolnością odczuwania świata bez filtrów.

Dziecko nie analizuje, nie kalkuluje, nie buduje skomplikowanych interpretacji – ono po prostu doświadcza. Z czasem jednak uczymy się reagować automatycznie, myśleć schematami i funkcjonować według cudzych przekonań. I właśnie w tym miejscu tracimy kontakt z tym, co można nazwać „źródłem”.

Źródło nie jest miejscem ani bytem gdzieś na zewnątrz. To stan, w którym człowiek przestaje być rozproszony. Kiedy myśli nie

ciągną go w dziesięć stron jednocześnie, emocje nie wybuchają bez kontroli, a reakcje nie są tylko odruchem. To moment, w którym pojawia się przestrzeń – między bodźcem a reakcją. I w tej przestrzeni zaczyna się prawdziwa wolność.

Problem polega na tym, że współczesny świat robi wszystko, żeby tej przestrzeni nie było. Informacje, stres, presja, tempo życia – to wszystko działa jak ciągły hałas. Człowiek jest bombardowany bodźcami i przestaje odróżniać, co jest jego, a co tylko reakcją na otoczenie. Nic więc dziwnego, że czuje się zagubiony, zmęczony i wewnątrz rozbity.

W takiej rzeczywistości „autostrada do nieba”, o której mówią niektórzy, nie jest żadną ucieczką od świata. Wręcz przeciwnie – to sposób, żeby w tym świecie nie zwariować. Nie polega ona na odcinaniu się od rzeczywistości, ale na nauczaniu się, jak w niej funkcjonować bez ciągłego napięcia.

Droga do tego stanu zaczyna się od czegoś bardzo nieefektownego – od zatrzymania. Człowiek musi najpierw zobaczyć, co się w nim dzieje. Dopóki biegnie bez przerwy, nie ma na to szans. Dopiero kiedy na chwilę się zatrzyma, zaczyna dostrzegać chaos myśli, napięcie w ciele,

które wcześniej działały w tle. To często nie jest przyjemne doświadczenie, dlatego wiele osób z tego rezygnuje. A właśnie to jest pierwszy krok.

Kolejnym elementem jest nauczenie się rozpoznawania własnych emocji. Większość ludzi nie czuje tego, co naprawdę czuje – tylko reaguje. Złość zamienia się w wybuch, smutek w wycofanie, strach w napięcie. Tymczasem sama zdolność nazwania tego, co się dzieje w środku, daje ogromną zmianę. Nagle pojawia się dystans. Człowiek przestaje być całkowicie wciągnięty w emocję i zaczyna ją widzieć.

W tym miejscu zaczyna się też praca z tym, co często nazywa się „ciemną stroną”. To nie jest nic nadzwyczajnego ani wstydliwego. Każdy człowiek ma w sobie złość, zazdrość, lęk czy potrzebę kontroli. Problem nie polega na tym, że te rzeczy istnieją, tylko na tym, że próbujemy je ignorować albo wypierać. A to działa jak zamiecenie brudu pod dywan – z czasem robi się tylko gorzej.

Radzenie sobie z tym nie polega na walce ze sobą. Polega na zobaczeniu tego bez ucieczki i bez usprawiedliwień. Jeśli ktoś potrafi powiedzieć „jestem zły” zamiast od razu reagować, to już zrobił ogromny krok. Bo



między odczuciem a działaniem pojawiła się przestrzeń. A tam zaczyna się wybór.

I dopiero na tym fundamencie można mówić o czymś takim jak pokochanie siebie. Nie w wersji z internetowych haseł, tylko naprawdę. Bo nie da się lubić siebie, jeśli się przed sobą ucieka. Miłość do siebie zaczyna się od uczciwości. Od zgody na to, że nie jesteśmy idealni, że mamy słabości, że czasem reagujemy źle. Paradoksalnie dopiero wtedy zaczyna się spokój.

Korzyści z tego procesu są bardzo konkretne i wcale nie

mistyczne. Człowiek przestaje być ciągle napięty. Nie reaguje impulsywnie na każdą sytuację. Ma większą odporność psychiczną i łatwiej radzi sobie z trudnościami. Relacje z innymi ludźmi stają się spokojniejsze, bo nie są oparte wyłącznie na emocjonalnych reakcjach.

W świecie, który jest coraz bardziej chaotyczny i nieprzewidywalny, to właśnie taka wewnętrzna stabilność staje się największą wartością. Nie zmienia ona rzeczywistości zewnętrznej, ale całkowicie zmienia sposób jej przeży-

wania.

I być może to jest najważniejsze – zrozumienie, że nie trzeba szukać żadnych tajemnych dróg ani niezwykłych doświadczeń. To, co nazywa się „źródłem”, nie jest czymś do zdobycia. To raczej coś, do czego się wraca. Nie spektakularnie, ani nagle, tylko spokojnie – krok po kroku.

Jolanta Czudak

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Raj to stan duszy

„Jesteś światłem dla ludzi” – taką dedykacją Rafał Stachyra opatrzył egzemplarz swojej książki „Naturalny świat”, którą mi podarował. To zdanie trochę patetyczne na pierwszy rzut oka, okazuje się kluczem do zrozumienia całej opowieści. Nie jest komplementem w potocznym sensie. To raczej wezwanie – przypomnienie o potencjale, jaki autor widzi w drugim człowieku.

W kontekście książki „światło” nie oznacza wyjątkowości jednostki, lecz jej zdolność do bycia źródłem dobra, spokoju i harmonii dla innych. To światło nie oślepia – ono porządkuje. Jest stanem świadomości. I właśnie do tego prowadzi czytelnika Rafał Stachyra.

„Naturalny świat” to historia o podróży do lepszego świata, przestrzeni, harmonii, łagodności i życia w zgodzie z naturą. Świata, w którym nie ma przemocy, pośpiechu ani chaosu. Przewodniczką bohatera jest Róża, mistyczna postać prowadząca go przez rajską wizję. Energia płynie tu z radości, miłości i wdzięczności, a natura dostarcza wszystkiego, co niezbędne do życia.

Róża i kraina szczęśliwości to narzędzie, nie cel

Kraina, do której trafia

bohater, nie jest celem samym w sobie. Jest przestrzenią przejściową. Miejscem, w którym można „zobaczyć”, jak mogłoby wyglądać życie w pełnej zgodzie z naturą i sobą. Ale nie po to, żeby tam zostać. Wręcz przeciwnie — bohater musi wrócić. Bo sens nie polega na ucieczce do idealnego świata, tylko na przeniesieniu jego jakości do rzeczywistości, w której żyjemy.

Kulminacją opowieści jest moment, w którym bohater spotyka swoją duszę. Nie przewodnika z zewnątrz, nie mistrza, nie autorytet — lecz samego siebie w najczystszej postaci. To spotkanie prowadzi go dalej, do doświadczenia, które można nazwać mistycznym objawieniem. Pojawia się głos Stwórcy – nie jako sędzia czy władca, ale jako świadomość wdzięczna za istnienie Ziemi. I tu Stachyra robi rzecz ciekawą: odwraca perspektywę. To nie człowiek błaga o lepszy świat. To Stwórca jakby mówi: zróbcie z tego świata raj.

I właśnie tam pada zdanie kluczowe: człowiek ma uczynić Ziemię rajem. Nie „czekać na raj”, ale go odnaleźć w sobie. To jest bowiem zasadnicza różnica.

Forma i autentyczność

„Naturalny świat” nie jest literacko wyrafinowany. Nie buduje napięcia, nie prowadzi klasycznej fabuły, nie operuje

subtelnością języka. Ale też nie taki jest jego cel. To książka, która nie próbuje być piękna. Ona próbuje być prawdziwa — według własnych założeń.

I stawia czytelnika w niewygodnym miejscu, bo nie zostawia go z pytaniem „czy to możliwe?”, tylko z pytaniem: co ty z tym zrobisz? Bo jeśli raj rzeczywiście jest w człowieku — to nie ma już na kogo zrzucić odpowiedzialności. Siła tej książki tkwi w autentyczności. W przekonaniu autora, że opisywany świat nie jest tylko fantazją, lecz realną możliwością. To tekst pisany z potrzeby serca, nie z ambicji literackiej.

Raj jako odpowiedzialność

Rafał Stachyra rozbraja popularne wyobrażenie raju jako miejsca, do którego się trafia. W jego ujęciu raj nie jest nagrodą ani przestrzenią istniejącą gdzieś „poza”. Jest stanem świadomości, który człowiek może w sobie rozwinąć.

Bohater wraca ze swojej podróży z bardzo konkretnym zrozumieniem: świat zewnętrzny jest odbiciem świata wewnętrznego. Jeśli człowiek nosi w sobie chaos — będzie go widział wszędzie. Jeśli nosi w sobie harmonię — zacznie ją współtworzyć. Autor „Naturalnego świata” podaje ją w sposób bezpo-



średni, pozbawiony filozoficznego dystansu. Bez przypisów i teorii.

Ilustracje – wizualny raj

Ilustracje Aleksandry Stenckiej znacząco wzbogacają odbiór książki. Grafiki przypominają wizję rajskiego świata – pełnego światła, miękkich form i naturalnej harmonii. Nie są jedynie ozdobą. Pełnią funkcję interpretacyjną. Wzmacniają przekaz, nadają mu konkretny obraz i – co ważne – prowadzą czytelnika w stronę kontemplacji, a nie analizy.

To już nie tylko jest tekst

do czytania, ale doświadczenie estetyczne. Książka zaczyna działać nie tylko na poziomie intelektu, lecz także wyobraźni.

Dedykacja — prywatna, ale znacząca szerzej

Dedykacja „Jesteś światłem dla ludzi”, choć osobista, nabiera w tym kontekście szerszego znaczenia. Można ją odczytać nie jako wyróżnienie, lecz jako wskazanie kierunku. „Światło” w tej książce nie oznacza wyjątkowości. Oznacza świadomość. Zdolność do życia w taki sposób, który porządkuje rzeczy-

wistość wokół — przez obecność, postawę, wybory.

Nie każdy chce tę rolę przyjąć. I nie każdy musi. Ale Rafał Stachyra jasno sugeruje: jeśli ktoś „zobaczył więcej”, to trudno mu już udawać, że nie widzi. Bo jeśli raj jest stanem duszy, to nie ma co czekać na lepszy świat. Trzeba go po prostu zacząć w sobie porządkować.

Jolanta Czudak

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Ciąg dalszy ze s.1

The Lublin Breakthrough in Cataract Treatment: The Legacy of Professor Tadeusz Krwawicz

In the history of global ophthalmology, there are moments that redefine clinical practice—turning points that set standards for decades. One such milestone was the method developed by Tadeusz Krwawicz: cryoextraction of cataract.

First published in 1961 in the *British Journal of Ophthalmology*, this technique became the dominant surgical method for cataract treatment worldwide for the next 20 years. It was a rare case: a solution developed 65 years ago in post-war Poland became a global standard. The anniversary of this milestone is being marked now.

Freezing to Restore Vision

The essence of the method was as simple as it was ingenious. It involved using extremely low temperatures to “freeze” the eye’s lens, allowing it to be removed safely and in one piece, with minimal risk of complications.

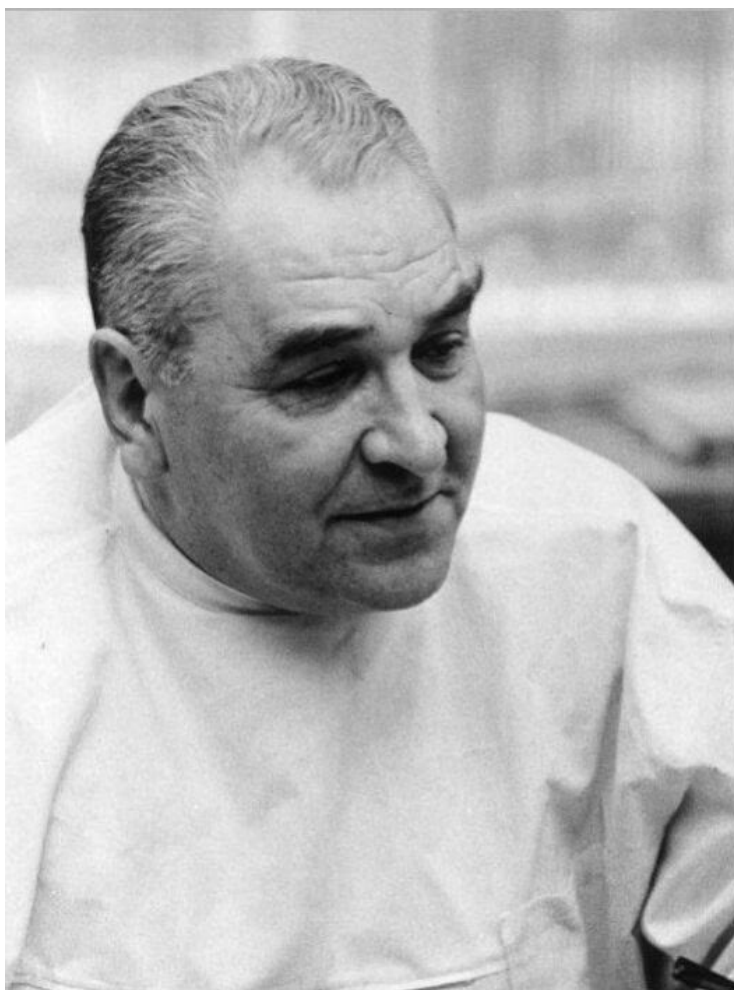
“It was truly a revolutionary approach to cataract surgery,” emphasizes Robert Rejdak, Head of the Department of General Ophthalmology at the Medical University of Lublin. – “The lens turned into a compact, frozen struc-

ture, which made it possible to remove it without causing additional damage to the surrounding tissues.”

In today’s era of ultrasound and femtosecond lasers, this may sound like a technique from another age. Yet it is often precisely such “simple” ideas that prove to be the most transformative.

Lublin as a Global Ophthalmology Hub

In the 1960s and 1970s, Lublin became one of the key centers of ophthalmology worldwide. Physicians from across Europe and the United States traveled to the clinic on Chmielna Street to learn the new technique firsthand.



Brit. J. Ophthalmol. (1961) **45**, 279.

INTRACAPSULAR EXTRACTION OF INTUMESCENT CATARACT BY APPLICATION OF LOW TEMPERATURE*

BY

T. KRWAWICZ

Ophthalmological Clinic, Medical Academy, Lublin, Poland

THE technical improvements recently introduced into cataract surgery, and especially the application of enzymatic zonulolysis, promise to make the extraction of the cataractous lens easier and safer. There remain, however, some potential sources of difficulty, and no procedure is free from the risk of unexpected and often dangerous complications. Enzymatic abolition of the resistance of the zonule fibres, or their complete breaking, are not the only essential conditions for a smooth intracapsular cataract extraction; the condition of the lens capsule is just as important. When the capsule is thinned because of degenerative changes, or excessively tightened, the proposed intracapsular extraction may fail, even if the resistance of the zonule fibres has been abolished. Other complications may result from unreliable methods of grasping the capsule.

Writers who deal with the results of cataract extraction aided by zonulolysis have occasionally reported the rupture of the lens capsule (Barraquer, 1959; Orłowski, 1959). This means that zonulolysis, the usefulness of which has not yet been finally proved, will not settle the problem as long as the technique of grasping the capsule remains imperfect. It seems therefore reasonable to concentrate on the other essential factor in an uncomplicated intracapsular cataract extraction, *i.e.* the method by which the lens capsule is grasped.

It is generally agreed that an intumescent cataract should be extracted by means of the erisophake, but it can often be extracted quite as easily with the forceps, especially when the capsule is thickened by senile proliferation. In other cases micropuncture may be helpful, or the cataractous lens may be tumbled by the method of Smith (1926) and Hruby (1957). The use of diathermy, as suggested by Lacarrère (1932) and Jess (1931), which is of value in extracting luxated lenses, is less suitable for the extraction of intumescent cataract. None of these methods, however, even if combined with zonulolysis, eliminates completely the danger of the rupture of the lens capsule.

The present paper reports a method of extracting intumescent cataract, which eliminates, or at least greatly reduces, this difficulty, without regard to the tension or friability of the lens capsule.

* Received for publication May 13, 1960.
279

“Ophthalmologists from all over the world came to Lublin to learn this method directly from Professor Krwawicz,” recalls Prof. Rejda. – “It was a moment when our center gained true international recognition.”

These were not merely symbolic visits. It was in Lublin that practical expertise was shaped—knowledge that would later spread to clinics across the globe.

Twenty Years as a Global Standard

Cryoextraction was no fleeting innovation. For two decades, it remained the primary method of cataract surgery. Only with the development of newer technologies—particularly

phacoemulsification—did it gradually fall out of routine use.

– “It was the globally accepted technique for around 20 years. Even today, in selected cases, it is still occasionally used,” notes Prof. Rejda.

In medicine, longevity of this kind is the ultimate proof of effectiveness.

The Foundation of the Lublin School of Ophthalmology

Professor Krwawicz’s impact extended far beyond a single surgical technique. He laid the groundwork for an entire school of ophthalmology, whose influence continues to this day.

“He can be regarded as the founder of the Lublin

school of ophthalmology,” says Prof. Rejda. – “He created not only a method, but also the infrastructure and the foundations for the development of our center.”

The clinical base at Chmielna Street—expanded and modernized over the years—remains a leading center for advanced diagnosis and treatment of eye diseases.

From Cryotherapy to Lasers

Although cryoextraction is now largely of historical importance, its underlying philosophy endures. Many contemporary techniques—from refractive surgery to laser-based procedures—build upon concepts first introduced by Krwawicz.

“Today’s technologies once came to learn—it is a center that exports expertise, trains specialists, and develops new therapies. The story of Professor Krwawicz demonstrates something more: groundbreaking ideas do not always emerge from the world’s largest metropolitan centers. Sometimes they are born where someone simply has the courage to think differently—and the determination

A Legacy That Endures

Lublin ophthalmology continues to play an active role in the global exchange of knowledge. Today, it is not only a place where others

to see that vision through. And Lublin? It has already proven that it can set global ophthalmology on a new course. There is little indication that it has said its last word.

to see that vision through. And Lublin? It has already proven that it can set global ophthalmology on a new course. There is little indication that it has said its last word.

Jolanta Czudak

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Nowe podejście do leczenia i profilaktyki

Osteoporoza to cichy złodziej kości. Nie boli, nie daje wyraźnych sygnałów, a potrafi złamać życie – dosłownie. Osteoporoza dotyka milionów osób, zwłaszcza po 50. roku życia. Nowoczesne metody terapii, w tym technologia rezonansu magnetycznego MBST®, dają jednak nowe możliwości walki z tą podstępą chorobą.

Osteoporoza to jedna z najpoważniejszych chorób cywilizacyjnych współczesnego świata. Szacuje się, że dotyka około 40% kobiet oraz 15% mężczyzn w podeszłym wieku. Nazywana „cichym złodziejem kości”, przez długi czas rozwija się bezobjawowo, stopniowo

osłabiając strukturę kostną i zwiększając ryzyko złamań.

Największym zagrożeniem nie jest sama choroba, lecz jej konsekwencje. Nawet niewielki uraz może doprowadzić do poważnych złamań – biodra, kręków czy nadgarstków. Co więcej, porażenia po takich zdarzeniach znacząco zwiększają ryzyko śmiertelności. Jak wynika z danych, nawet 20% osób po złamaniu kości udowej umiera w ciągu pięciu lat, głównie z powodu powikłań związanych z unieruchomieniem.

Kto jest najbardziej narażony?

Proces utraty masy kostnej nasila się po 30. roku życia, a szczególnie przyspiesza w okresie menopauzy u kobiet i andropauzy u męż-

czyn. Wpływ mają także czynniki genetyczne oraz styl życia – dieta uboga w wapń, brak aktywności fizycznej, palenie tytoniu czy nadmierne spożycie alkoholu i kawy.

Eksperci są zgodni: profilaktyka to fundament. Regularny ruch – nawet w formie spacerów czy jazdy na rowerze – wzmacnia kości poprzez naturalne obciążenia. Z kolei brak aktywności może prowadzić do utraty nawet 10% masy kostnej rocznie.

Diagnostyka i leczenie

Kluczowe znaczenie ma wczesna diagnostyka. Po 50. roku życia zaleca się regularne badania densytometryczne, które pozwalają ocenić gęstość kości i wdrożyć odpowiednie leczenie.

Standardowe metody obejmują farmakoterapię, suplementację wapnia i wita-



miny D3 oraz działania zapobiegające upadkom. Coraz większe zainteresowanie budzą jednak nowoczesne technologie terapeutyczne.

Nowość: MBST®

Jedną z innowacyjnych metod jest terapia rezonansu magnetycznym w systemie MBST®. Technologia ta, opracowana przez nie-

terapia

mieckich naukowców pod koniec lat 90., wykorzystuje zjawisko rezonansu magnetycznego do stymulacji regeneracji komórek kostnych i chrząstki.

Terapia jest bezbolesna i

– co istotne – nie powoduje skutków ubocznych typowych dla leczenia farmakologicznego. Badania wskazują, że cykl zabiegów może nie tylko zatrzymać rozwój osteoporozy, ale również zwiększyć masę kostną średnio o około 4% w ciągu roku od zakończenia terapii.

System MBST® jest obecnie stosowany w kilkudziesięciu krajach i znajduje

zastosowanie nie tylko w leczeniu osteoporozy, ale także w terapii chorób zwyrodnieniowych stawów oraz urazów układu ruchu.

Wnioski

Osteoporoza nie musi oznaczać nieuchronnego pogorszenia jakości życia. Warunek jest jeden: wczesna reakcja i konsekwencja. Profilaktyka, diagnostyka i sięganie po nowoczesne metody

leczenia mogą realnie zmienić przebieg choroby. Bo w tej grze stawką jest coś więcej niż kości – to samodzielność i życie.

Redaktor

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Rak to nie tylko diagnoza, to Ty

Dlaczego w chorobie nowotworowej głowa potrzebuje tyle samo uwagi, co ciało? Kiedy słyszysz diagnozę „nowotwór złośliwy”, świat na moment przestaje istnieć. Znikają plany, marzenia i codzienność, a ich miejsce zajmuje „intruz”. Jako studentka psychologii i osoba, która sama przeszła tę drogę, chcę Ci dziś powiedzieć coś, o czym często zapominamy w sterylnych, szpitalnych korytarzach: Twoje emocje są równie ważne, co wyniki morfologii.

Gdy życie zmienia scenariusz

Diagnoza nowotworu to cios, w który trudno uwierzyć. Wiele osób popełnia wtedy ten sam błąd: skupia się wyłącznie na chorobie, zapominając o człowieku, w którym ona zamieszkała.

Często traktujemy leczenie jak zadanie techniczne do wykonania, izolując się od własnego strachu czy smutku. Tymczasem droga przez chorobę to nie tylko chemia i naswietlania – to także walka z ogromnym obciążeniem psychicznym, jakie niosą ze sobą skutki uboczne leków, zmiana wyglądu i poczucie utraty kontroli nad własnym losem.

Ciężar, który niesie cała rodzina

Choroba nowotworowa to trzęsienie ziemi dla całego systemu rodzinnego. To ogromne wyzwanie, by pogodzić się z nową rzeczywistością i nie pozwolić, by lęk zdominował wspólny czas.

Trudne emocje: Poczucie niesprawiedliwości, złość czy wszechobecna niepewność są naturalną reakcją na nienaturalną sytuację. • Bariery w komunikacji: Często pacjent i jego bliscy starają się być

„silni na siłę”, co paradoksalnie utrudnia wzajemne zrozumienie i pogłębia samotność w chorobie.

Akceptacja zmian: Przyznanie przed samym sobą i rodziną, że jest ciężko, nie jest oznaką poddania się – to pierwszy krok do znalezienia wspólnego języka i wzajemnego wsparcia.

Co mówi nauka?

Współczesna psychoonkologia nie pozostawia złudzeń. Badania wskazują, że zaopiekowanie się sferą psychiczną ma realny wpływ na proces leczenia:

Redukcja stresu pomaga organizmowi lepiej znosić trudy inwazyjnych terapii. • Wsparcie psychologiczne pomaga oswoić lęk przed tym, co nieznanne, i daje narzędzia do radzenia sobie z gorszymi dniami. • Zrozumienie mechanizmów psychicznych pozwala pacjentowi i rodzinie



przetrwąć kryzysy bez wzajemnego obwiniania się.

Rak to etap, nie wyrok

Chcę Cię zachęcić: jeśli jesteś teraz w tym najtrudniejszym momencie, nie zostawaj z tym sam. Pamiętaj, że choruje Twoje ciało, ale Ty – jako człowiek masz prawo do strachu, niepewności, ale i do profesjonalnego wsparcia. Zwrócenie się o pomoc do psychologa czy psychoonkologa to wyraz największej troski o siebie i akt ogromnej odwagi. To inwestycja w życie, które toczy

się teraz i które czeka na Ciebie po zakończeniu leczenia.

Gdzie szukać wsparcia?

Jeśli czujesz, że ciężar diagnozy przytłacza Ciebie lub Twoich bliskich, skorzystaj z pomocy organizacji oferujących darmowe konsultacje:

1. Fundacja Rak'n'Roll- oferuje szerokie wsparcie i odczarowuje temat raka.
2. Fundacja OnkoCafe- Razem Lepiej- prowadzi grupy wsparcia dla pacjentów i rodzin.
3. Ogólnopolski Kryzysowy Telefon Zaufania dla

Dorosłych: 116 123. 4. Centrum Psychoonkologii Uniwersyteckiego – miejsce oferujące profesjonalną opiekę psychologiczną.

Autorka: Anna Szaniawska, studentka III roku psychologii VIZJA University, przyszła psychoonkolożka, która swoją wiedzę i doświadczeniem chce dać wsparcie tym, którzy dziś muszą mierzyć się z chorobą nowotworową.

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

A Modern Ophthalmic Microscope for Kharkiv

350,000 PLN – that is how much was raised to purchase a modern surgical microscope for the ophthalmology department of the military hospital in Kharkiv. This is not just ordinary medical equipment. In the reality of a city located right next to the front line, it represents a chance to save eyesight – and often also dignity and independence – for people who have fallen victim to the war unleashed by Vladimir Putin’s regime.

Kharkiv has for months remained one of the Ukrainian cities most heavily affected by Russian attacks. Daily life is not only marked by air raid sirens, but also by a growing

number of patients with severe injuries – including damage to the organs of vision caused by explosions, shrapnel, or blast waves. In such conditions, access to advanced ophthalmic equipment is not a luxury, but a necessity.

“The microscope will serve both the residents of Kharkiv and victims of military actions,” emphasizes Fr. Łukasz Mudrak, Director of Caritas of the Archdiocese of Lublin. “This city functions in immediate proximity to the front line, where medical needs are enormous. Thanks to the involvement of donors from Poland, as well as from the United States and the United Kingdom, we have managed to bring this initia-

tive to completion. We are closing the fundraising stage and moving on to implementation – in the coming weeks, the equipment will reach its destination.”

The purchased microscope is a top-class device that will allow doctors to perform the full spectrum of ophthalmic surgeries – from the most common cataract removal procedures, through retinal and vitreous surgeries, to complex anti-glaucoma operations.

“We are talking about equipment that genuinely increases the chances of saving eyesight in patients with severe injuries,” notes Prof. Robert Rejdak, President of the Polish Society of Ophthalmic Surgeons. “In wartime



conditions, where time and precision are critical, such a microscope becomes one of the key tools in a surgeon's work."

The fundraising lasted a year and was conducted by Caritas of the Archdiocese of Lublin in cooperation with the Medical University of Lublin. Not only individual donors were involved in the initiative, but also medical communities and international organizations.

A symbolic summary of the project was made by Prof. Wojciech Załuska, Rector of

the Medical University, who during a training meeting in Lublin welcomed ophthalmologists from Kharkiv and announced the completion of the fundraiser. It is they – doctors working under conditions of constant threat – who will use the new equipment, saving the health and lives of their patients.

Because this story is not just about technology. It is about real people: civilians pulled from the rubble, soldiers returning from the battlefield, children who know shelters instead of schools. For them,

every successful procedure is not a statistic, but a regained chance at a normal life.

In a world where war destroys, such initiatives restore a fundamental balance – showing that solidarity and medicine can still act faster than destruction.

RyK / edited by PrzeG

Photo: mikroskopdlacharkowa.pl

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

Lubelska rewolucja w leczeniu zaćmy. Dziedzictwo prof. Tadeusza Krwawicza

W historii światowej okulistyki są momenty przełomowe, które nie tylko zmieniają praktykę medycyną, ale wyznaczają nowe standardy na dekady. Do tej kategorii bez wątpienia należy metoda krioekstrakcji zaćmy, opracowana przez prof. Tadeusza Krwawicza, pioniera w tej dziedzinie.

Opublikowana po raz pierwszy w 1961 roku na łamach „British Journal of Ophthalmology”, technika ta przez kolejne 20 lat pozostawała dominującą metodą chirurgicznego leczenia zaćmy na świecie. Był to przypadek rzadki: rozwiązanie opraco-

wane 65 lat temu w powojennej Polsce stało się globalnym standardem. Właśnie przypada jubileusz tego wydarzenia.

Zamrozić, by uratować wzrok

Istota metody była równie prosta, co genialna. Polegała na wykorzystaniu niskiej temperatury do kontrolowanego „przymrożenia” soczewki oka. Dzięki temu chirurg mógł usunąć ją w całości, minimalizując ryzyko powikłań.

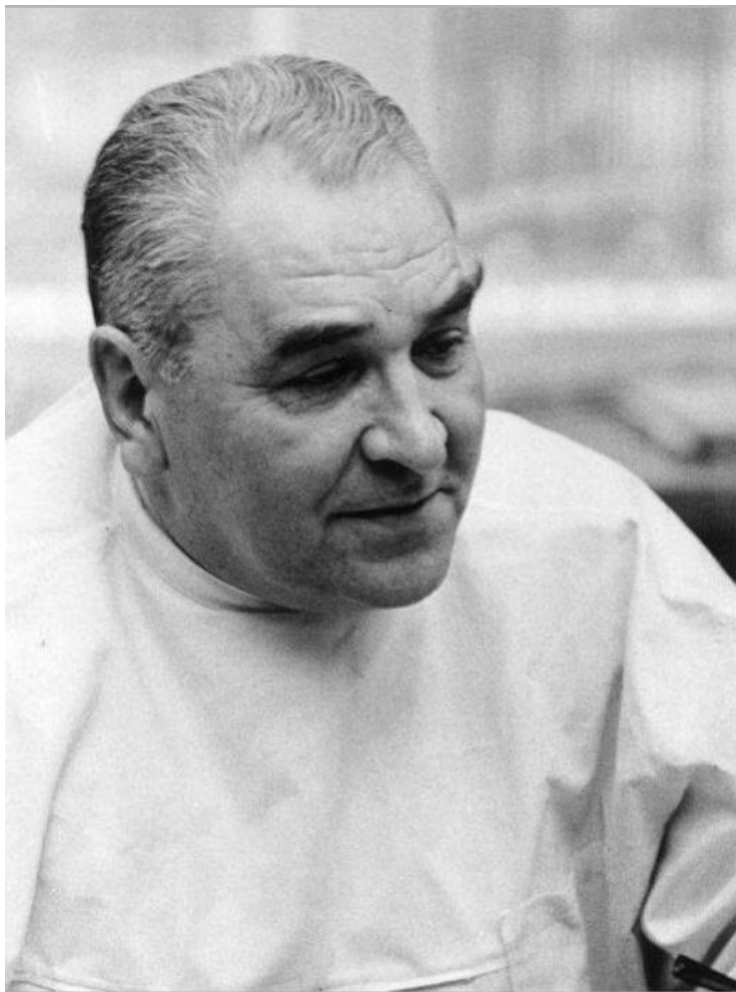
„To było rzeczywiście rewolucyjne podejście do operacji zaćmy” – podkreśla prof. Robert Rejdek, kierownik Kliniki Okulistyki Ogólnej Uniwersytetu Medycznego w Lublinie. –

„Soczewka zamieniała się w zwartą bryłę, co pozwalało na jej bezpieczne usunięcie bez dodatkowych uszkodzeń struktur oka.”

Dziś, w epoce ultradźwięków i laserów femtosekundowych, brzmi to jak rozwiązanie z innej epoki. Ale właśnie takie „proste” idee często okazują się najbardziej przełomowe.

Lublin – centrum światowej okulistyki

W latach 60. i 70. XX wieku Lublin stał się jednym z najważniejszych punktów na mapie światowej okulistyki. Do ośrodka przy ulicy Chmielnej przyjeżdżali lekarze z całej Europy i Stanów Zjednoczonych, by uczyć się



Brit. J. Ophthalmol. (1961) 45, 279.

INTRACAPSULAR EXTRACTION OF INTUMESCENT CATARACT BY APPLICATION OF LOW TEMPERATURE*

BY

T. KRWAWICZ

Ophthalmological Clinic, Medical Academy, Lublin, Poland

THE technical improvements recently introduced into cataract surgery, and especially the application of enzymatic zonulolysis, promise to make the extraction of the cataractous lens easier and safer. There remain, however, some potential sources of difficulty, and no procedure is free from the risk of unexpected and often dangerous complications. Enzymatic abolition of the resistance of the zonule fibres, or their complete breaking, are not the only essential conditions for a smooth intracapsular cataract extraction; the condition of the lens capsule is just as important. When the capsule is thinned because of degenerative changes, or excessively tightened, the proposed intracapsular extraction may fail, even if the resistance of the zonule fibres has been abolished. Other complications may result from unreliable methods of grasping the capsule.

Writers who deal with the results of cataract extraction aided by zonulolysis have occasionally reported the rupture of the lens capsule (Barraquer, 1959; Orłowski, 1959). This means that zonulolysis, the usefulness of which has not yet been finally proved, will not settle the problem as long as the technique of grasping the capsule remains imperfect. It seems therefore reasonable to concentrate on the other essential factor in an uncomplicated intracapsular cataract extraction, *i.e.* the method by which the lens capsule is grasped.

It is generally agreed that an intumescent cataract should be extracted by means of the erisophake, but it can often be extracted quite as easily with the forceps, especially when the capsule is thickened by senile proliferation. In other cases micropuncture may be helpful, or the cataractous lens may be tumbled by the method of Smith (1926) and Hruby (1957). The use of diathermy, as suggested by Lacarrère (1932) and Jess (1931), which is of value in extracting luxated lenses, is less suitable for the extraction of intumescent cataract. None of these methods, however, even if combined with zonulolysis, eliminates completely the danger of the rupture of the lens capsule.

The present paper reports a method of extracting intumescent cataract, which eliminates, or at least greatly reduces, this difficulty, without regard to the tension or friability of the lens capsule.

* Received for publication May 13, 1960.
279

nowej techniki.

„Można powiedzieć, że do Lublina zjeżdżali okuliści z całego świata, by uczyć się tej metody bezpośrednio od profesora Krwawicza” – przypomina prof. Rejdak. – „To był moment, w którym nasz ośrodek zyskał międzynarodową rangę. Nie były to jedynie wizyty kurtuazyjne. To właśnie w Lublinie kształtowała się praktyczna wiedza, która następnie trafiała do klinik na całym świecie”.

20 lat światowego standardu

Krioekstrakcja nie była efemerydą. Przez dwie dekady stanowiła podstawową metodę operacji zaćmy. Dopiero rozwój nowych techno-

logii – szczególnie fakoemulsyfikacji – stopniowo ją wyparł.

„Była to technika obowiązująca globalnie przez około 20 lat. Nawet dziś w wyjątkowych przypadkach bywa jeszcze stosowana” – zaznacza prof. Rejdak.

To najlepszy dowód jej skuteczności. W medycynie nic nie utrzymuje się tak długo wyłącznie z sentymentu.

Fundament lubelskiej szkoły okulistyki

Znaczenie prof. Krwawicza wykraczało daleko poza jedną metodę operacyjną. Był twórcą całej szkoły okulistyki, której wpływ jest widoczny do dziś.

„Można go uznać za zało-

zyciela lubelskiej szkoły okulistyki” – mówi prof. Rejdak. – „Stworzył nie tylko metodę, ale też infrastrukturę i fundamenty rozwoju ośrodka. To właśnie dzięki niemu powstała baza kliniczna przy ul. Chmielnej, która – rozbudowywana i modernizowana – nadal stanowi centrum nowoczesnej diagnostyki i terapii chorób oczu”.

Od krioterapii do laserów

Choć technika krioekstrakcji ma dziś znaczenie głównie historyczne, jej filozofia przetrwała. Współczesne metody – od chirurgii refrakcyjnej po zabiegi laserowe – w wielu aspektach rozwijają idee zapoczątkowane

przez Krwawicza.

„Dzisiejsze technologie realizują koncepcje, które profesor wprowadzał przy użyciu zupełnie innych narzędzi” – zauważa prof. Rejdak. – Zmieniły się instrumenty, ale logika działania pozostała.

Dziedzictwo, które trwa
Lubelska okulistyka nadal pozostaje aktywnym uczestnikiem światowego obiegu wiedzy. Dziś to nie

tylko miejsce, gdzie kiedyś przyjeżdżano się uczyć – to ośrodek, który sam eksportuje know-how, szkoli specjalistów i rozwija nowe terapie.

Historia prof. Krwawicza pokazuje coś jeszcze: że przełomowe idee nie zawsze rodzą się w największych metropoliach świata. Czasem powstają tam, gdzie ktoś po prostu ma odwagę myśleć inaczej – i konsekwencję, by

tę myśl doprowadzić do końca.

A Lublin? Cóż – raz już pokazał, że potrafi ustawić światową okulistykę na nowe tory. I nic nie wskazuje na to, by powiedział ostatnie słowo.

Jolanta Czudak

Więcej na : [https://
liderzynnowacyjnosci.com/](https://liderzynnowacyjnosci.com/)

Nowoczesny mikroskop okulistyczny dla Charkowa

350 tysięcy złotych – tyle udało się zebrać, by zakupić nowoczesny mikroskop operacyjny dla oddziału okulistycznego wojskowego szpitala w Charkowie. To nie jest zwykły sprzęt medyczny. W realiach miasta znajdującego się tuż przy linii frontu oznacza on szansę na ratowanie wzroku – a często także godności i samodzielności – ludzi, którzy padli ofiarą wojny wywołanej przez reżim Władimira Putina.

Charków od miesięcy pozostaje jednym z najbardziej dotkniętych rosyjskimi atakami ośrodków miejskich Ukrainy. Codziennie to nie tylko alarmy bombowe, ale także rosnąca liczba pacjentów z ciężkimi urazami – w tym uszkodzeniami narządu wzroku spowodowanymi eksplozjami, odłamkami czy falą

uderzeniową. W takich warunkach dostęp do zaawansowanego sprzętu okulistycznego nie jest luksusem, lecz koniecznością.

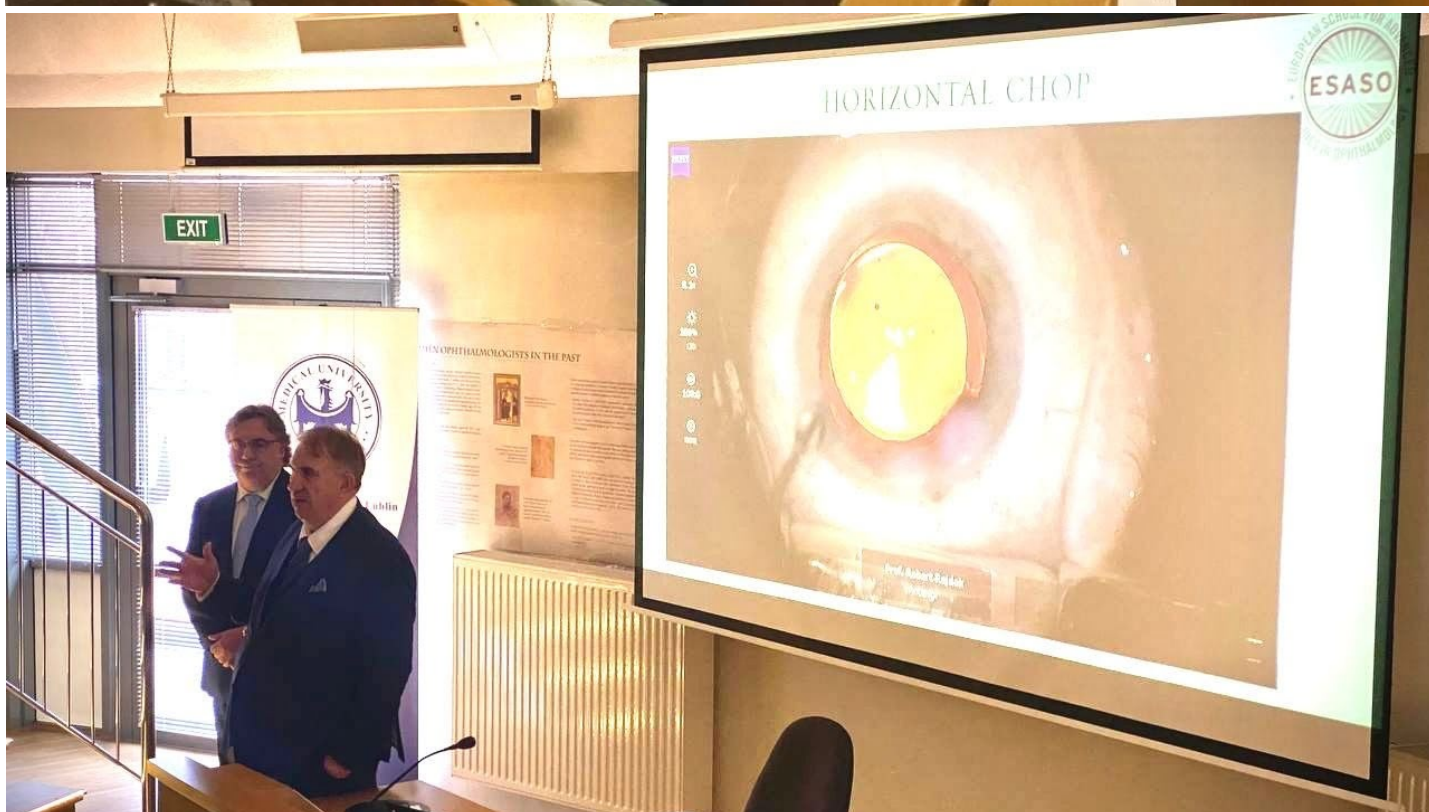
Mikroskop będzie służył zarówno mieszkańcom Charkowa, jak i ofiarom działań wojennych – podkreśla dyrektor Caritas Archidiecezji Lubelskiej, ksiądz **Łukasz Mudrak**. – To miasto funkcjonuje w bezpośrednim sąsiedztwie frontu, gdzie potrzeby medyczne są ogromne. Dzięki zaangażowaniu darczyńców z Polski, ale także z USA i Wielkiej Brytanii, udało się doprowadzić tę inicjatywę do końca. Zamykamy etap zbiórki i przechodzimy do realizacji – w najbliższych tygodniach sprzęt trafi na miejsce.

Zakupiony mikroskop to urządzenie najwyższej klasy, które pozwoli lekarzom wykonywać pełne spektrum ope-

racji okulistycznych – od najczęściej spotykanych zabiegów usuwania zaćmy, przez operacje siatkówki i ciała szklanego, aż po skomplikowane procedury przeciwjaskrowe.

Mówimy o sprzęcie, który realnie zwiększa szanse na uratowanie wzroku u pacjentów z ciężkimi urazami – zaznacza **prof. Robert Rejdak**, prezes Stowarzyszenia Chirurgów Okulistów Polskich. – W warunkach wojennych, gdzie liczy się czas i precyzja, taki mikroskop staje się jednym z kluczowych narzędzi pracy chirurga.

Zbiórka trwała rok i była prowadzona przez Caritas Archidiecezji Lubelskiej we współpracy z Uniwersytet Medyczny w Lublinie. W inicjatywę zaangażowali się nie tylko darczyńcy indywidualni, ale także środowiska medyczne i organizacje między-



narodowe.

Symbolicznego podsumowania projektu dokonał **prof. Wojciech Załuska**, rektor Uniwersytetu Medycznego, który podczas spotkania szkoleniowego w Lublinie przywitał okulistów z Charkowa i poinformował o zakończeniu zbiórki. To właśnie oni – lekarze pracujący w warunkach permanentnego zagrożenia – będą korzystać z nowego sprzętu, ratując

zdrowie i życie swoich pacjentów.

Bo w tej historii nie chodzi tylko o technologię. Chodzi o konkretnych ludzi: o cywilów wyciąganych spod gruzów, o żołnierzy wracających z pola walki, o dzieci, które zamiast szkoły znajdują schrony. Dla nich każdy udany zabieg to nie statystyka, lecz odzyskana szansa na normalne życie.

W świecie, w którym

wojna niszczy, takie inicjatywy przywracają elementarną równowagę – pokazując, że solidarność i medycyna wciąż potrafią działać szybciej niż destrukcja.

RyK / opr. PrzeG

Fot. mikroskopdlacharkowa.pl

Więcej na : <https://liderzyinnowacyjnosci.com/>

HUMOR

Nauczycielka w szkole podstawowej na lekcji historii powiedziała: Kto odpowie na jedno pytanie, dostanie piątkę do dziennika. A pytanie brzmi: Co nazywamy państwem?

Pierwszy zgłosił się Jasiu i powiedział: Państwem nazywamy rodzinę.

Nauczycielka nie takiej oczekiwała odpowiedzi i zdziwiona powiedziała, Jasiu, jesteś w błędzie, skąd u Ciebie takie pomysły.

Jasiu nie dał się stłamsić i powiedział: Nie jestem w błędzie, zaraz Pani wytłumaczę.

Nauczycielka pozwoliła, więc Jasiu wytłumaczył: Tata jest prezydentem reprezentując rodzinę przede wszystkim na zewnątrz. Mama ma trzy teki ministerialne - ministra finansów, ministra zdrowia, ministra kultury. Dzieci są społeczeństwem, które ciągle się czegoś domaga, ciągle się burzy, buntuje i strajkuje. Pies jest ministrem obrony. A kot jest rządem, który zje nie za swoje, żyje na koszt pań-

stwa, z nikim się nie liczy, i nikt nie wie czym się zajmuje. A łasi się jeżeli ma w tym swój interes.

Nauczycielka w szkole podstawowej pyta dzieci kim chciałyby zostać w życiu?

Pierwszy zgłosił się Jasiu i powiedział, że chciałby zostać seksuologiem.

Zdziwiona nauczycielka odpowiedziała: przecież TY Jasiu nawet nie wiesz co to znaczy...

Jasiu odpowiedział zdecydowanym głosem: Wiem, wiem, proszę Pani. Dokładnie wiem. Seksuolog na przykład leczy obsesje seksualne.

Nauczycielka jeszcze bardziej zdziwiona powiedziała: Jasiu Ty zupełnie nie wiesz co mówisz, nie rozumiesz tego co mówisz.

Jasiu nie dał się stłamsić i odpowiedział: To Pani wyjaśnię na przykładzie: Chodnikiem idą trzy kobiety, jedna liże loda, druga ssie loda, trzecia gryzie loda. Która jest mężatką?

Zirytowana nauczycielka

na to: Jasiu do dyrektora, już idziemy.

Jasiu przed drzwiami gabinetu dyrektora powiedział: Proszę Pani najłatwiej rozpoznaje się mężatkę po obrączce na czwartym palcu prawej ręki. A to co teraz chodzi Pani po głowie to są właśnie obsesje seksualne.

Młoda nauczycielka poszła przeprowadzić pierwszą lekcję z języka polskiego w szkole podstawowej. Na wizytację pierwszej lekcji poszedł dyrektor szkoły i usiadł w ostatniej ławce za Jasiem.

Nauczycielka napisała na tablicy: Ala ma kota. Odwróciła się i zapytała: Kto przeczyta, co napisałam?

Pierwszy zgłosił się Jasiu i powiedział: Ale ładna pupa.

Nauczycielka speszona odpowiedziała: Nieprawda. Jasiu, bo dostaniesz dwójkę.

Zdenerwowany Jasiu siadając odwrócił się i powiedział: A TY jak nie wiesz, to nie podpowiadaj.
