



# STOLECZNY MAGAZYN POLICYJNY

ISSN 1731-4550 [magazyn-ksp.policja.gov.pl](http://magazyn-ksp.policja.gov.pl) 01/2024

W SŁUŻBIE I POZA NIĄ



STOLECZNEGO MAGAZYNU POLICYJNEGO

## KOLEŻANKI I KOLEDZY POLICJANCI!

Prawdą jest, że jak dotychczas rzadko o nas pisano obiektywnie, po ludzku i prawdziwie. Ież to czytuje się - co autor chciał sobie takim pisaniem załatwić? Poczytność? Notowanie?...  
A my co? Czy policjanci ze stolicy sroce spod ogona... za przeproszeniem. Przeko zważyliśmy się w sobie i postanowiliśmy stworzyć własne, może i nie najgorsze pismo. Jest ono kontynuatorem "Magazynu Policyjnego", który dotychczas ukazywał się w Oddziale Prewencji Komendy Stołecznej Policji.  
Za Ojcem literatury polskiej - Mikołajem Rejem powtarzamy (trawestując nieco):

*Niech Pismai postronni wzdry  
na wieki znają,  
iż w Policji nie gęsi,  
swoje Pismo mają!*

Tak oto zrodziła się idea założenia tegoż Magazynu. Gorąco polecamy Wam lekturę i dżąc z niepokoju oczekujemy na Wasze mniej, lub bardziej krytyczne uwagi. Będą one wpływać na formę pisma.

Redakcja

★ Tekst Mariusz Mrozek

## Od biuletynu do miesięcznika

Biuletyn wewnętrzny KSP pod nazwą „Stołeczny Magazyn Policyjny” został po raz pierwszy wydany w 1993. Skromny w formie – na jaką pozwalały ówczesne możliwości techniczne – był drukowany w powielarni Komendy Stołecznej Policji, miał objętość 24 stron i wypełniały go artykuły poświęcone różnym aspektom policyjnej służby i tematyce z nią powiązanej. Pierwszy numer możecie zobaczyć na zamieszczonym pod artykułem zdjęciu. To prawdopodobnie jeden z nielicznych, o ile nie jedyny egzemplarz, jaki przetrwał do naszych czasów.

W późniejszych latach magazyn nabierał kolorów, a po przygotowaniu numeru do druku był przesyłany do profesjonalnej drukarni. Jako ciekawostkę wspomnę, że przez pewien czas współwydawcą SMP była Wyższa Szkoła Policji w Szczytnie (obecnie już Akademia Policji).

Przez lata czasopismo, podobnie jak cała nasza formacja, ulegało transformacji, aby dzisiaj przybrać postać kolorowego magazynu wydawanego w cyklu miesięcznym, którego objętość wzrosła do 40 stron, a nakład wydawniczy osiągnął 2000 egzemplarzy. Obecna szata graficzna, jakość druku i wykorzystywany do niego papier dotrzymują kroku wielu profesjonalnym publikacjom.

Należy jednak zaznaczyć, że w historii magazynu były także trudne chwile, gdy rezygnowano z jego druku lub ograniczono się do wytwarzania wersji elektronicznej. Szkoda, ponieważ jak pokażała historia, wiele z materiałów archiwizowanych przez Wydział Komunikacji Społecznej KSP i jego poprzedników w wersjach elektronicznych – z bardzo różnych powodów – nie przetrwało. Papierowe wydania magazynu stanowią zaś naturalną kronikę wydarzeń i historii stołecznego garnizonu, jednej z najważniejszych jednostek Policji w naszym kraju.



STYCZEŃ 2024

## W NUMERZE

### ★ AKTUALNOŚCI

- 2 OD BIULETYNU DO MIESIĘCZNIKA
- 3 30 LAT MINĘŁO JAK JEDEN DZIEŃ
- 4 JAK TO PAMIĘTAM, CZYLI MOJA PRZYGODA Z SMP
- 6 JAK NAS WIDZĄ I JAK NAS OCENIAJĄ
- 11 O KORZENIACH JEJ LEKKIEGO PIÓRA
- 18 NOWY MINISTER SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI
- 19 „LEPIEJ ZAPOBIEGAĆ NIŻ SZUKAĆ KRWI”
- 24 INSP. MAREK BOROŃ P.O. KOMENDANTA GŁÓWNEGO POLICJI
- 25 FOTOGRAFIA PRASOWA Z POLICYJNEGO OBIEKTYWU
- 34 SIERŻANT BORSUK I WSPÓLNA ZABAWA

### ★ TRENING I ZDROWIE

- 35 ZACZNIJ OD PODSTAW

### ★ MOTORYZACJA

- 38 SKODA SCALA W WARSZAWSKIEJ DROGÓWCE



magazyn-ksp.policja.gov.pl

## REDAKCJA

Redaktor naczelny: Mariusz Mrozek  
Karina Pohoska  
Daniel Niezdropa  
Tomasz Oleszczuk

Okładka: wykorzystano elementy grafiki autorstwa macrovector on Freepik

Dołącz do nas na swoich ulubionych platformach społecznościowych. Stołecznych policjantów możesz obserwować na profilach KSP na: Facebooku, Instagramie, Tik Toku, Twitterze oraz YouTube. Zapraszamy!



Stołeczny Magazyn Policyjny - miesięcznik, ISSN 1731-4550. Nakład: 2000 egzemplarzy. Adres redakcji: ul. Nowolipie 2, 00-150 Warszawa, e-mail: redakcjasm@gmail.com  
Telefon: 47 72 338-40; 47 72 338-41. Druk: TOP DRUK sp. z o.o. sp.k. ul. Nowogrodzka 151A, 18-400 Łomża. Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych. Redakcja zastrzega sobie prawo skracania, zmiany tytułów i opracowania redakcyjnego tekstów przyjętych do druku. Redakcja zastrzega sobie prawo doboru reklam i ogłoszeń. Za treść zamieszczanych reklam, ogłoszeń i listów Redakcja nie odpowiada. Miesięcznik rozprowadzany jest bezpłatnie w policyjnej dystrybucji wewnętrznej.



# 30 LAT MINĘŁO JAK JEDEN DZIEŃ

★ MARIUSZ MROZEK

grafika: WOJTEK "CIHY" CICHONI

Gdy w połowie 2020 roku obejmowałem fotel redaktora naczelnego Stołecznego Magazynu Policyjnego, sam miesięcznik nie stanowił dla mnie specjalnego novum. Miałem z nim kontakt najpierw jako czytelnik, gdy zaś pełniłem funkcję rzecznika prasowego KSP, redakcja miesięcznika trafiła do kierowanego przeze mnie zespołu i chociaż stało się to w prima aprilis 2013 roku, sprawa okazała się jak najbardziej poważna. Szybko mogłem się przekonać, jak duża różnica jest w obcowaniu z czasopiśmie od strony konsumenta jego treści, a aktywnym udziałem w ich tworzeniu, budowaniu strategii dalszego rozwoju i ponoszeniu odpowiedzialności za całokształt prac związanych z przygotowaniem każdego numeru do druku. Wydawniczy rollercoaster ruszył i cały czas pędzi do przodu.

Od samego początku wiedziałem, że chcąc utrzymać wysoki poziom pisma – na który SMP wnieśli moi poprzednicy – będę musiał razem z Zespołem zakasać rękawy i wziąć się z zapałem do pracy. Mam jednak to szczęście, że przez lata mojej służby, a obecnie pracy w Policji moje najbliższe otoczenie stanowili i nadal stanowią ludzie pełni pasji, którzy w 100% angażują się w swoje zadania, są kreatywni, wytrwali i pełni nowych pomysłów. Z taką ekipą praca jest przyjemnością, a pokonywanie kolejnych wyzwań staje się łatwiejsze.

Po ponad trzech latach kierowania Redakcją jestem przekonany, że udało nam się wypracować pewne reguły funkcjonowania, wzajemnie dotrzeć i co najważniejsze każdego miesiąca nie tylko tworzyć ciekawy, policyjny magazyn, ale również stawiać jeden za drugim małe kroki na drodze jego dalszego rozwoju. 30-lecie SMP stanowi więc doskonałą okazję do złożenia podziękowań wszystkim osobom, bez których ta wspiana przygoda nie mogłaby się ziszczać. Pozwólcie więc, że w tym szczególnym dla nas numerze poświęcę swój felieton właśnie tym ludziom i chociaż nie będę w stanie wszystkich wymienić z imienia i nazwiska, to chciałbym, żeby każdy, kto wniósł swój wkład w tworzenie Stołecznego Magazynu Policyjnego, wiedział, że zawsze będę doceniał jego zaangażowanie, poświęcony czas i życzliwość.

Na wstępie składam serdeczne podziękowania ludziom z mojego redakcyjnego teamu: Karinie, Danielowi i Tomkowi. Ich artykuły możecie znaleźć w każdym kolejnym numerze magazynu. Z uwagi na to, że jesteśmy redakcją liczebnie niewielką, każda z wymienionych osób musi być – posługując się językiem nowych technologii – w pełni wielowątkowa, przeprowadzając cieszące się popularnością wywiady z ciekawymi ludźmi, a także zagłębiając się w bardzo zróżnicowane tematycznie sprawy związane z policyjną służbą lub pozostające w zainteresowaniu naszych czytelników. Obserwując na co dzień ich zmagania, widzę, że stale się rozwijają i odnoszą na tym polu kolejne sukcesy, których szczerze gratuluję i życzę wielu kolejnych.

Dziękuję również policjantom i pracownikom Wydziału Komunikacji Społecznej KSP z rzecznikiem prasowym podinsp. Sylwestrem Marczakiem na czele, wspierającym nas i dokładającym swoją „cegiele” do wielu wydań, a także Kierownictwu Komendy Stołecznej Policji, bez którego dobrej woli pismo nie mogło-

by istnieć. Słowa podziękowań kieruję również do osób, które w ciągu minionych lat publikowały na łamach SMP swoje artykuły i materiały zdjęciowe. W tym miejscu muszę wymienić Krzysztofa Chwałę i Marka Szałańskiego, których fotografie są integralną częścią wielu publikowanych materiałów. Zdaję sobie doskonale sprawę z wartości, jaką dla kolorowego pisma są dobrej jakości zdjęcia i ilustracje. To one często jako pierwsze przyciągają wzrok i zachęcają do sięgnięcia po czasopismo lub zagłębienia się w treść artykułu.

Dziękuję ekspertom, którzy w Stołecznym Magazynie Policyjnym publikowali swoje artykuły, przyczyniając się do profesjonalizacji naszego miesięcznika. Łamy SMP są dla Was otwarte i z chęcią będziemy tę udaną współpracę kontynuować. Szczególne słowa podziękowania kieruję do Barbary Jamrozik, Ewy Kacprzyk, Asi Węgrzyniak i Kingi Czerwińskiej, które niejednokrotnie poświęcały swój wolny czas na zebranie informacji i opracowanie ciekawych artykułów. Chapeau bas drogie Panie.

Muszę również wspomnieć o pracownikach drukarni Top Druk z Łomży, wielokrotnie pomagających nam pokonać trudności techniczne, z jakimi się borykaliśmy, służąc swoją radą i wskazówkami. Redakcję SMP tworzą pasjonaci, jednak nikt z nas nie miał wcześniej do czynienia zawodowo ze składem DTP i arkana sztuki poligraficznej zgłębialiśmy w pocie czoła od samych podstaw. Obecna szata graficzna miesięcznika powstawała, w rzeźby można powiedzieć, mozolnym trudzie i znoju. Śmiem jednak nieskromnie stwierdzić – biorąc do ręki ostatnie numery Stołecznego Magazynu Policyjnego – że osiągnęliśmy poziom, którego nie trzeba się wstydić i potrafimy na tym polu dotrzymać kroku publikacjom z komercyjnego rynku prasowego.

Nasz magazyn jest kolportowany w największej ilości egzemplarzy do jednostek i komórek organizacyjnych Komendy Stołecznej Policji. W początkach istnienia skierowany był tylko do funkcjonariuszy i pracowników Policji, jednak obecnie część nakładu trafia także do instytucji i podmiotów pozapolicyjnych. Dlatego staramy się dobierać treści tak, aby nie tylko ludzie związani zawodowo z naszą formacją, ale również zainteresowani problematyką policyjną mogli znaleźć tutaj interesujące ich informacje.

Stołeczny Magazyn Policyjny będzie nadal ewoluował, dostosowując się coraz lepiej do oczekiwań czytelników, poszerzając ofertę zagadnieniową i wychodząc naprzeciw wyzwaniom, jakie będą ze sobą niosły kolejne lata. Jednym z nowych kierunków rozwoju jest strona internetowa magazynu-ksp.policja.gov.pl, stanowiącą integralną część projektu SMP. Chciałbym, aby stanowiła ona naturalne uzupełnienie naszej oferty, ułatwiając dostęp do treści osobom, które nie mają możliwości obcowania z tradycyjną wersją pisma, ale również będąc rozszerzeniem informacji w nim zawartych. W tym miejscu ostatnie imienne podziękowania kieruję do Marcina Gąsiorowskiego z Biura Komunikacji Społecznej KGP, bez którego wsparcia i umiejętności nasz podbój internetu nie miałby szans powodzenia.

Od 30 lat kolejnymi pokoleniami wszyscy razem tworzymy, a jednocześnie dokumentujemy część historii stołecznej Policji.

# JAK TO PAMIĘTAM, CZYLI MOJA PRZYGODA Z SMP



Stołeczny Magazyn Policyjny — ten tytuł towarzyszył mi niemalże od początku mojej pracy w Komendzie Stołecznej Policji, czyli od 2000 roku, kiedy numery biuletynu odbierałam jako czytelnik pracujący w Wydziale Prezydyjnym KSP. Wówczas wydawnictwem zarządzała Sekcja Strategii i Promocji.

W wyniku zmian reorganizacyjnych w Komendzie Stołecznej Policji, od 2006 roku obszar związany z doskonaleniem komunikacji wewnętrznej został włączony do struktury Gabinetu KSP (zastąpił Wydział Prezydyjny) i tym samym czasopismo Stołeczny Magazyn Policyjny stało się jej narzędziem. Od tego momentu rozpoczęła się moja z nim przygoda, która trwała prawie do końca 2007 roku.

W tamtym czasie miałam przywilej przez prawie rok koordynować pracami całego Gabinetu KSP, zatem miałam też sposobność współtworzyć treści publikowane w Stołecznym Magazynie Policyjnym. Nigdy formalnie nie byłam redaktorem naczelnym gazety, ale jako że tytuł podlegał wydziałowi, którym zarządzałam, miałam wpływ na dobór zawartych treści i ostateczny kształt publikacji.

Organizując pracę naszej redakcji, dążyłam do tego, by SMP wypełniał jak najlepiej nadaną rolę komunikatora wewnętrznego

w instytucji. Przypomnę tylko, że stało się tak, ponieważ w tym czasie, gdy SMP był w Gabinetu KSP, kształtował się system komunikacyjny włącznie z rozpoczynającą swoją działalność stroną internetową KSP. W wyniku ożywionej dyskusji dotyczącej rozdzielania działalności informacyjnej stołecznej Policji pomiędzy SMP a stroną internetową ugruntowała się filozofia wydawnictwa na wiele lat, gdyż wtedy postanowiono, że gazeta będzie skierowana do wnętrza organizacji, a strona internetowa KSP będzie zawierała treści skierowane do klienta zewnętrznego, m.in. do dziennikarzy.

Mam przekonanie, że w takim właśnie tyglu sporów i dyskusji wykuwał się obecny kształt gazety, charakter i jakość artykułów, które różnią się od newsów i aktualności na stronie internetowej.

To był bardzo ciekawy czas, bo niósł ze sobą ogromne zmiany i społeczne i kulturowe. Polska była od niedawna w Unii Europejskiej i wchodziła właśnie do strefy Schengen, co właśnie wykorzystaliśmy, przygotowując cykl artykułów temu poświęcony. Z szybkim rozwojem wiązał się ogromny postęp technologiczny, wobec czego nowinki techniczne były stałym elementem publikacji gazety.

Dla stołecznej Policji to był czas wdrażania nowych systemów informatycznych, wprowadzania do służby nowoczesnego

wyposażenia osobistego, zastępowania starych pojazdów nowszymi samochodami. Oczywiście Komenda Stołeczna Policji z dużym powodzeniem weszła w obszar programów unijnych, z których korzystała jako beneficjent, wdrażając kolejne projekty unijne, o czym SMP również informował na swoich łamach. Analizując archiwalne egzemplarze publikacji z lat 2006 i 2007, kiedy współtworzyłam SMP, myślę, że artykuły w nich zawarte mogą być wartościowym źródłem pracy naukowej o funkcjonowaniu Komendy Stołecznej Policji.

Dla mnie osobiście czas pracy z SMP był niezwykle twórczy i wymagający dużej uwagi i koncentracji ze względu na wielość zadań, za które byłam odpowiedzialna w tamtym czasie. Niemniej ta nieformalna praca redaktora SMP dawała mi zawsze wielką satysfakcję i mnóstwo frajdy, ale też przyniosła dużo doświadczenia w pracy redakcyjnej. Na tamte czasy patrzę z wielkim sentymentem i z przekonaniem bardzo dobrej jakości wydawnictwa.

Stołeczny Magazyn Policyjny cały czas się rozwija i ewoluuje, zmieniają się czasy, które niosą nowe priorytety i wyzwania, ale pozostaje wciąż dobrym, rzetelnym i ciekawym narzędziem komunikacji wewnętrznej w Komendzie Stołecznej Policji.

**Małgorzata Dusiewicz**



W czasie, gdy nadzorowałam powstawanie Stołecznego Magazynu Policyjnego, jego obecny redaktor naczelny poznałam od podstaw arkana fotografii, pełniąc służbę w zespole prasowym KSP.



# JAK NAS WIDZĄ I JAK NAS OCENIAJĄ

★ Tekst Daniel Niezdropa

Zdjęcie: archiwum prywatne Macieja Stebela

Stołeczny Magazyn Policyjny ma już 30 lat. Przez te trzy dekady redakcyjne grono kierowane przez kolejnych „Naczelnych” tworzyło resortowe pismo, którego głównym celem było dostarczanie informacji, w tym relacji z bieżących wydarzeń stołecznego garnizonu oraz solidnej porcji wiedzy z różnych dziedzin. W dzisiejszym magazynie nie brakuje pasji oraz zainteresowań, poradnictwa przydatnego w codziennej służbie, aktualnych przepisów prawa i policyjnej praktyki, a także nowoczesnych technologii, motoryzacji. Jako jedyni poruszamy kwestie zdrowia i treningów sportowych, jakże ważne dla pełniących aktywnie służbę policjantów i przydatne dla każdej osoby dbającej o swoją formę fizyczną. Te wszystkie składowe tworzą nowoczesne pismo, które aspiruje do bycia profesjonalnym policyjnym magazynem. Nie ukrywamy, że zawsze wsłuchujemy się w głosy czytelników i bierzemy pod uwagę wszelkie opinie, nie tylko ze środowiska policyjnego, ale też z zewnątrz. Dlatego poprosiliśmy współpracowników i czytelników o wyrażenie swojego zdania na temat Stołecznego Magazynu Policyjnego, aby przez kolejną dekadę mógł tak różnicować i dozować treści, żeby każdy – kto po niego sięgnie – miał świadomość, że ma do czynienia branżowym pismem wywodzącym się z policyjnego środowiska. Warto dodać, że Stołeczny Magazyn Policyjny jest również ważnym nośnikiem treści wspierających promocję policyjnego zawodu. Dlatego od 2022 roku SMP trafia do rąk studentów uczelni i uczniów szkół średnich, w których prowadzone są kierunki oraz innowacje związane z bezpieczeństwem wewnętrznym, kryminologią oraz kryminalistyką. Jesteśmy i piszemy dla Was – to nasza dewiza.

## GAZETA I TRADYCJA

Kolejne lata istnienia Stołecznego Magazynu Policyjnego (minęło już 30) są dowodem na to, że gazeta ma już swoje trwałe miejsce w tradycji stołecznego garnizonu i jest znana wszystkim policjantom, policjantkom, pracownikom i pracownikom Policji. To efekt pracy u podstaw zespołów redakcyjnych, które przez te lata dbały o to, aby gazeta była wyjątkowa i niepowtarzalna i można nieskromnie przyjąć, że do tej pory na naszym policyjnym rynku czytelniczym radzi sobie całkiem dobrze. Cieszą nas głosy zadowolenia i jesteśmy zawsze otwarci na opinie oraz sugestie dotyczące pomysłów na kolejne artykuły, bo dobrze wiemy, że dzięki spełnianiu Waszych oczekiwań – co miesiąc przekazujemy gotowy prasowy produkt, w którym każdy znajdzie coś dla siebie. Nie ma też dla nas granic i tematy, które poruszamy – dotyczą działań nie tylko stołecznej Policji, ale też formacji i służb, które funkcjonują zarówno w Polsce, jak i za granicą. Stąd też nikogo nie dziwią już publikacje rodem z USA, czy artykuły dotyczące współdziałania z wojskiem, a także z instytucjami, które w sferze bezpieczeństwa odgrywają ważną rolę.

## DEBIUTY I PUBLIKACJE

Nie sposób też nie wspomnieć tego, że debiuty dziennikarskie na łamach Stołecznego Magazynu Policyjnego mieli zarówno policjanci, jak i pracownicy Policji, a także dydaktycy wyższych uczelni, czy też badacze i naukowcy. Rozwijanie tak szerokich horyzontów to wartość dodana dla Stołecznego Magazynu Policyjnego, bo każde nowe nazwisko autora artykułu, na co dzień niezwiązanego na stałe z naszą redakcją, to budowanie historii branżowego

pisma, jakim jest Stołeczny Magazyn Policyjny.

## ODPOWIADAMY NA ZAPOTRZEBOWANIE

Przytoczymy tu słowa pierwszego redaktora naczelnego Stołecznego Magazynu Policyjnego śp. Tomasza Grzelewskiego (rzecznika KSP, uznanego dziennikarza i publicysty, zmarłego w 2020 roku), który w rozmowie z okazji 20-lecia SMP (SMP nr 2/2013) – powiedział:

*„(...) stopniowo rosta świadomość, że odpowiadamy na ... zapotrzebowanie. Niezmiernie miłe było to, że szybko zaczęto traktować nas poważnie, i nie mówię tylko o środowisku policyjnym (...).”*

Te słowa w pełni oddają dzisiejszą misję Stołecznego Magazynu Policyjnego, który przede wszystkim odpowiada na to właśnie zapotrzebowanie. Jako redakcja utrzymujemy rozwojowy trend, aby treściami oraz pomysłowością nie ustępować nie tylko naszym krajowym i branżowym pismom, ale też policyjnym magazynom wydawanym w Europie i na świecie.

## ZWIĘKSZYLIŚMY NAKŁAD

Wspomnieliśmy o tym, że poszerzyło się grono odbiorców Stołecznego Magazynu Policyjnego. W 2022 roku zwiększyliśmy nakład gazety o kolejne 500 egzemplarzy, mając świadomość, że dotarcie do większej liczby czytelników wpłynie nie tylko na zainteresowanie samym pismem, ale umożliwi bliższe poznanie Policji jako formacji, w tym działań i funkcjonowania Komendy Stołecznej Policji oraz wszystkich jednostek i komórek organizacyjnych wchodzących w jej skład.

Uznaliśmy, że takie wykorzystanie gazety – jako doskonałego narzędzia promocji – umożliwi bliższe zainteresowanie się tą służbą tym, który chcieliby policjantami w przyszłości zostać. Stąd też nawiązaliśmy kontakt z wieloma podmiotami oświatowymi, proponując kolportaż egzemplarzy papierowych do szkół średnich realizujących program nauczania dla klas mundurowych (w tym o profilu policyjnym) oraz uczelni wyższych kształcących na kierunkach: bezpieczeństwo wewnętrzne, bezpieczeństwo narodowe, kryminologia etc. Wybór adresatów był umotywowany rozwijaniem działań związanych z komunikacją zewnętrzną oraz – co podkreślił wcześniej – promocją zawodu policjanta i przekazywaniem aktualnych informacji na temat funkcjonowania Policji oraz realizowanego procesu doboru do służby.

Stołeczny Magazyn Policyjny trafia do kadry naukowej i pedagogicznej oraz studentów, uczniów:

- Akademii Policji w Szczytnie,
- Akademii Sztuki Wojennej w Warszawie,
- Uniwersytetu SWPS w Warszawie,
- Wojskowej Akademii Technicznej im. Jarosława Dąbrowskiego w Warszawie,
- Wyższej Szkoły Gospodarki Euroregionalnej im. Alcide De Gasperi w Józefowie,
- Wyższej Szkoły Menedżerskiej w Warszawie,
- I Liceum Ogólnokształcące Płockiego Uniwersytetu Ludowego w Wołominie,
- I Liceum Ogólnokształcące Płockiego Uniwersytetu Ludowego w Dębem Wielkim,
- Zespołu Szkół im. Adama Mickiewicza w Mrozach.

W taki oto sposób podjęliśmy kolejne wyzwanie, aby dobór naszych treści i tworzenie artykułów w atrakcyjny sposób przedstawiało policyjną służbę oraz to wszystko, co jest z nią związane. Kto wie – jakie jeszcze pomysły powstaną, bo kładziemy duży nacisk na kreatywność i tworzenie takich materiałów, które zadowolą każdy czytelniczy gust – „odpowiadając na zapotrzebowanie” – (cyt. słowa śp. Tomasza Grzelewskiego).

## OPINIE NA TEMAT MAGAZYNU

Poznajcie opinie naszych czytelników i współpracowników, a także osób, których dobro słowo i pozytywna ocena, niejednokrotnie były dodatkowym „paliwem” dla nas do dalszego działania.

Zapytaliśmy się ich o to, jak oceniają gazetę pod kątem zamieszczanych treści, artykułów, przydatności dla środowiska policyjnego, a także jako ważnego atrybutu służącego promocji Policji? Czy magazyn spełnia oczekiwania, jakie można postawić resortowemu piśmiu? Czy jest w stanie zainteresować, oprócz odbiorców wewnętrznych, również czytelników poza Policją, w tym również młodzież? Jak wypada w zestawieniu ze współczesną prasą, patrząc na przygotowanie gazety od strony graficznej, w tym również zamieszczane w Stołecznym Magazynie Policyjnym – zdjęcia? Jak nasi respondenci oceniają współpracę z redakcją. Czy mają jakieś oczekiwania, pomysły, sugestie, aby gazeta była jeszcze lepsza?

Oto odpowiedzi, jakie otrzymaliśmy:



### JAN GOŁĘBIOWSKI

(psycholog kryminalny, były psycholog policyjny, biegły sądowy)

„Moja recenzja Stołecznego Magazynu Policyjnego nie jest obiektywna, ponieważ publikowałem w nim swoje teksty w latach 2005 – 2008, pracując wtedy jako psycholog policyjny.

Od tych kilkunastu lat widzę jednak, jak magazyn rozwija się zarówno pod względem wydawniczym – coraz lepszy papier, szata graficzna, układ i objętość gazety, ale też pod względem merytorycznym. Z wewnętrznego biuletynu garnizonu stołecznego powstał periodyk, po który sięgają nie tylko policjanci – ale wiele osób zainteresowanych pracą Policji czy kryminalistyką, ponieważ można tam znaleźć dużo fachowych tekstów pisanych przez specjalistów w swoich dziedzinach. I tu podam ciekawy przykład. Ostatnio napisał do mnie student psychologii z Poznania, który czytał właśnie artykuł w Stołecznym Magazynie Policyjnym. Przypomnę, że swoją współpracę z SMP zacząłem od artykułu będącego zbiorem wskazówek i porad do przeprowadzenia jednej z bardziej obciążających emocjonalnie czynności policyjnych, czyli powiadomienia kogoś o śmierci bliskiej osoby. Przeprowadzając takie interwencje osobiście – widziałem, jak trudne jest to dla wszystkich, włącznie z psychologami. W tamtym okresie nie było żadnych procedur i wytycznych, jak to robić, dlatego postanowiłem wypełnić pewną lukę i zaproponowałem to ówczesnej redakcji. Pomysł dobrze się przyjął i „sprzedał”. Dlatego miło było mi, kiedy po latach obecna redakcja (to był rok 2022) zaprosiła mnie znowu do współpracy (artykuł o profilerze i sztuce przesłuchania świadka) i mogłem dzięki temu znowu podzielić się z czytelnikami nowymi doświadczeniami, które zdobyłem jako biegły sądowy, uczestniczący w różnych działaniach policyjnych. Życzę redakcji dalszych sukcesów, rozwoju magazynu i ciągle powiększającej się rzeszy czytelników”.

„Gdyby jednym zdaniem powiedzieć, dlaczego warto zaglądać do Stołecznego Magazynu Policyjnego – to, że łączy ludzi. Nie tylko przez pryzmat zawodowych aspektów, ale również z uwagi na to, kim jesteśmy i co czujemy. To szczególne miejsce, gdzie ważne jest to nasze „człowieczeństwo”. To także właściwy adres, jeśli chodzi o dzielenie się ważnymi sprawami, co pozwala identyfikować się z formacją i widzieć w tym środowisku tak siebie, jak i innych. Łączy pokolenia – to z kolei proces budowania tożsamości, tak indywidualnej, jak i zbiorowej. Ta w zawodowym wymiarze daje poczucie braterstwa z czymś, co trwa, ponieważ ludzie to najważniejszy element naszej formacji. Gazeta pokazuje wspólne sprawy – pozwala na wymianę doświadczeń zawodowych, dobrych praktyk oraz kultywowanie pozazawodowego dobra i empatii. W tym jest nasza siła. Magazyn tworzą specjaliści, ludzie z pasją i jest to niewątpliwie inspirująca literatura faktu, której jesteśmy częścią. Dzięki temu możemy być na bieżąco z zachodzącymi zmianami. Możemy poznawać, jak i budować naszą markę i wizerunek. Stołeczny Magazyn Policyjny jest przeznaczony dla każdego, zawiera mnóstwo aktualności, ciekawostek i praktycznych porad, co sprawia, że to wartość dodana i powód do dumy”.

**nadkom. EWA KACPRZYK** (Ekspert – koordynator Zespołu Kontroli w KRP Warszawa V)





**dr PIOTR HAC**

(inspektor Policji w st. spocz., doktor nauk społecznych, Zastępca Dyrektora Instytutu Bezpieczeństwa Państwa Wydziału Bezpieczeństwa Narodowego Akademii Sztuki Wojennej)

istą lukę wypełnia właśnie SMP. Z własnych obserwacji zauważam, że magazyn cieszy się dużym powodzeniem wśród studentów Akademii Sztuki Wojennej, a trafiające do naszej uczelni egzemplarze szybko „znikają” ze studenckiej poczekalni. Z tematów, które

„Stołeczny Magazyn Policyjny oceniam bardzo wysoko i w mojej ocenie aktualnie plasuje się on w czołówce publicystycznych pism policyjnych w kraju. Twórcom magazynu udało się dokonać rzeczy niełatwej – z jednej strony stworzyć pismo z profesjonalnymi tekstami dedykowanymi dla funkcjonariuszy, a z drugiej – z treściami równie przyjaznymi dla sympatyków Policji oraz osób, które być może rozważają wstąpienie do tej formacji. Jako przykłady takiego podejścia można podać ostatnie artykuły na temat rozwiązań amerykańskich w zakresie działań kontrterrorystycznych (SWAT), czy też na temat służby koni w Policji – z pewnością są ciekawe dla znacznie szerszej rzeszy czytelników niż tylko stołeczni funkcjonariusze. Podczas służby w Policji często „zamykamy” się w tematyce, która akurat związana jest z naszymi obowiązkami służbowymi i niekiedy nie zwracamy odpowiedniej uwagi na to, co robią nasze koleżanki i koledzy – i tu swo-

można by jeszcze szerzej poruszyć – sugeruję cykl artykułów o początkach Policji po 1990 roku. Być może udałoby się zebrać relacje osób, które stawiały wówczas swoje pierwsze kroki w służbie, a obecnie – po tych z górą trzydziestu latach – z dystansem mogą oceniać „stare” czasy i wspominać niełatwe dla formacji początki. Jestem przekonany, że nasze domowe archiwa pełne są również zdjęć z tamtych lat. Zagadnieniem zawsze aktualnym pozostaje także opisywanie różnych rozwiązań prawnych i organizacyjnych, jakie funkcjonują w policjach na świecie – wiem – jak dużo można się od innych nauczyć, lecz także docenić nasze domowe podwórko. Mając przyjemność publikowania w SMP, dziękuję przy okazji redakcji tego pisma, gdyż współpraca z autorami odbywa się na bardzo wysokim poziomie i udzielana jest im szeroka pomoc, choćby w zakresie pozyskiwania zdjęć do artykułów”.

„Niestety, jako że nie mieszkam, ani nie pracuję w Polsce – nie jestem w stanie odpowiedzieć czy magazyn przydaje się w środowisku i jak sprawuje się w realu jako narzędzie promocji Policji. Z amerykańskiego punktu widzenia wygląda to tak, że tego typu magazyny są z reguły skierowane do środowiska policyjnego, a akcje promocyjne są osobnym zagadnieniem. Dzięki takiej separacji można skupić się na konkretnych, w tym technicznych i rzeczowych artykułach branżowych, które niekoniecznie są rozumiane przez cywili. W magazynie chciałbym czytać ciekawe artykuły mówiące o testowaniu/recenzje sprzętu przydatnego na służbie – kamizelki, kabury, kurtki, mundury itp., ogólnie rzecz biorąc wszystko, co może być użyte podczas służby. Powinno rozwijać się dział pokazujący doskonalenie zawodowe, tj. omawianie zmian w przepisach, nowe techniki pracy/interwencji, porady. Tyle o oczekiwaniach, a teraz przejdę do najważniejszego i powiem, że współpraca z redakcją to czysta przyjemność. Tu widać profesjonalizm kadry. Szata graficzna, zdjęcia, skład, grafiki, jak i sam papier stoją na bardzo wysokim poziomie. Daję mocne „4+” i życzę kolejnych 30 lat oraz pozytywnego rozwoju”.

**MACIEJ STEBEL**

(Zastępca Szeryfa w Biurze Szeryfa w Hrabstwie Douglas, stan Nevada w USA)



## MARIUSZ KONDRACIUK

(emerytowany funkcjonariusz Policji, obecnie nauczyciel w I LO Płockiego Uniwersytetu Ludowego w Dębem Wielkim)

„Stołeczny Magazyn Policyjny towarzyszył mi już w trakcie odbywania rocznej służby kandydackiej w Oddziale Prewencji Policji

w Warszawie w latach 2004 – 2005, a także później – kiedy służyłem w Policji. Przez kolejnych 18 lat służby byłem jego wiernym czytelnikiem i obserwowałem, jak SMP zmienia się pod kątem szaty graficznej i zamieszczanych tam artykułów, a także innych publikacji. Po zakończeniu służby i przejściu w stan spoczynku, w dalszym ciągu mam kontakt z SMP, dzisiaj z uwagi na to, że jestem nauczycielem przedmiotu „Edukacja Policyjna” w I Liceum Ogólnokształcącym PUL „Liceum Mundurowe” w Dębem Wielkim, w powiecie mińskim, gdzie czasopismo regularnie co miesiąc dociera do naszej szkoły z Komendy Stołecznej Policji. Zauważyłem, że od kilku ostatnich lat tematy podejmowane w SMP są bardzo interesujące i dotyczą wyposażenia, uzbrojenia, pojazdów służbowych, porad prawnych do służby, a także nowelizacji aktów prawnych przydatnych w służbie. W magazynie nie brakuje również porad dotyczących zdrowego żywienia, ćwiczeń fizycznych podnoszących ogólną sprawność fizyczną policjantów, udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, survivalu, jazdy pojazdem służbowym w ekstremalnych sytuacjach itp. Ciekawostką jest również forma promocji Policji, poprzez prezentowanie w każdym z numerów wybranych jednostek organizacyjnych Komendy Stołecznej Policji. Te artykuły pokazują codzienną służbę policjantów, zadania przez nich realizowane, specyfikę jednostki/wydziału, obszar działania i problemy, z jakimi policjanci muszą się stykać i rozwiązywać na co dzień. Bardzo ciekawie został przedstawiony w artykułach rys historyczny Policji z okresu 20-lecia międzywojennego, w tym bohaterka postać, a także przebieg służby patrona Komendy Stołecznej Policji i Komendanta KSP przedwojennej Warszawy śp. podinspektora Mariana Stefana Kozielewskiego w wydaniu specjalnym. Ciekawe i interesujące artykuły, które do tej pory pojawiły się na łamach pisma – to prezentacja służb policyjnych z innych państw, w tym np. policjantów z USA. Dzięki publikacji SMP można było poznać Macieja Stebla – słynnego Szeryfa z małego hrabstwa Douglas w stanie Nevada, Polaka z pocho-



zenia, który ciekawie przedstawiał taktykę podejmowania interwencji oraz procedury działania amerykańskiej Policji, zasady przyjęcia do tamtejszej służby, a także funkcjonowanie SWAT. W magazynie pojawiły się również interesujące artykuły dotyczące policjantów w czynnej służbie, a także byłych funkcjonariuszy, którzy mają poza nią oryginalne zainteresowania i hobby, notabene kolegów z mojej jednostki, w której służyłem.

Myszę, że należy podtrzymywać w dalszym ciągu taką formę pisma, jaka jest w tej chwili. Aby jeszcze bardziej uatrakcyjnić magazyn, jako były instruktor resortowy sugerowałbym wprowadzenie kącika w postaci doskonalenia zawodowego policjantów z wyszkolenia strzeleckiego w postaci postaw strzeleckich tj. zwrotów, wymian magazynków, rozmieszczenia śpb i broni palnej na pasie czy też kamizelce taktycznej policjantów. Dodałbym również kącik z taktyki i technik interwencji, bo niestety ten temat w jednostkach terenowych Policji należy bardziej rozwijać, a także posługiwanie się przedmiotami przeznaczonymi do obezwładniania osób za pomocą energii elektrycznej tj. tasarami.

Moim zdaniem SMP jest przygotowywany rzetelnie, artykuły w nim zawarte są ciekawe, rzeczowe i merytoryczne, nie ma w nim nudnych treści, po których czytelnik po obejrzeniu zaledwie kilku stron odłożyłby pismo na półkę, nie przejawiając żadnego zainteresowania. Z moich obserwacji wynika, że młodzież klas mundurowych tak, jak w przypadku naszego „Liceum Mundurowego” w Dębem Wielkim – najbardziej interesuje wyposażenie i uzbrojenie Policji. Często na zajęciach z przedmiotu „Edukacja Policyjna”, który mam przyjemność prowadzić, młodzież przy omawianiu tematu dotyczącego śpb i broni palnej z dużym zainteresowaniem słuchała i zadawała pytania dotyczące przykładów i sytuacji użycia tych środków z praktyki terenowej, a nie tylko i wyłącznie tzw. suchej teorii, przy której bez podania przykładów z terenu jest to dla nich nudna i nic niewarta lekcja. Dla mnie Droga Redakcjo jesteście wielcy. Tak trzymajcie!”

Redakcji nie pozostaje nic innego, jak podziękować za te budujące słowa, a także wszystkie opinie, które motywują i zachęcają do dalszego rozwoju i tworzenia gazety, nie tylko ciekawej, ale przede wszystkim potrzebnej. Chcemy budować profesjonalny magazyn policyjny, z jednej strony stanowiący źródło fachowej wiedzy,

z drugiej będący wizytówką stołecznego garnizonu i wsparciem dla działań na rzecz promocji dobrego wizerunku Policji, oraz jakże trudnej i odpowiedzialnej policyjnej służby. Będziemy do kładać starań, aby nie zawieść oczekiwań naszych czytelników.



★ Tekst Karina Pohoska

## O KORZENIACH JEJ LEKKIEGO PIÓRA

Zdjęcie: archiwum prywatne Elżbiety Sandeckiej-Pultowicz

Pewnie większość z Państwa kojarzy jej postać z uroczystości, jakie mają miejsce w Komendzie Stołecznej Policji. Drobna, skromna, a zarazem z klasą, swym głosem od dawien dawna podbija serca zebranych rzetelnie przygotowanymi przemówieniami. Przez wiele lat zaskarbiała sobie również sympatię czytelników Stołecznego Magazynu Policyjnego, który w 2023 roku obchodził swoje 30-lecie, z czego połowa to również jej zasługa. Prywatnie żona, mama, autorka bloga „Lekkim piórem”, po prostu i aż, Elżbieta Sandecka-Pultowicz.

Na wywiad stawiała się punktualnie o 9, co jest niewątpliwie jedną z jej wielu zalet. Przygotowana, jak do ustnej matury i równie mocno zestresowana, bo teraz ona znalazła się po drugiej stronie, tym razem to właśnie o niej pisano. I mimo, że znamy się i przyjaźnimy od 2010 roku, ja wciąż dowiaduję się o niej czegoś nowego. Tak było i tym razem.

### **Elu, opowiedz nam o sobie.**

Trudno jest, tak po prostu, opowiedzieć o sobie. Z takich formalnych rzeczy, to mogę powiedzieć, że obecnie jestem starszym specjalistą w Gabinetie Komendanta Stołecznego Policji. W komendzie pracuję 18 lat, z czego 14 lat należałam do redakcji Stołecznego Magazynu Policyjnego.

### **Jak zaczęła się Twoja przygoda z pisaniem?**

Moja przygoda z pisaniem zaczęła się bardzo dawno temu. W czasie studiów zaocznych podjęłam pracę, mieszkałam wtedy na Dolnym Śląsku w Chojnowie, to moje rodzinne miasto. W 1993 r. zostałam przyjęta do redakcji Gazety Chojnowskiej, przede wszystkim z uwagi na umiejętność pisania na komputerze. Jako ciekawostkę powiem, że komputery wtedy, to było bardzo ciekawe i nowe zjawisko. Miałam doświadczenie z nimi związane, które nabyłam w liceum ekonomicznym w Legnicy, o specjalności administracja państwowa. We wspomnianej wcześniej gazecie przepracowałam 7 lat i tam nauczyłam się całego warsztatu dziennikarskiego. To były moje pierwsze bardzo nieudane próby, które się rozwijały z czasem, dzięki pracy własnej i pisaniu od krótkich tekstów do coraz dłuższych oraz dzięki wspieraniu ludzi, którzy pracowali wtedy ze mną i mnie po prostu ukształtowali. Była to wyjątkowa praca, dlatego, że ja studiowałam zarządzanie i marketing na Wydziale Gospodarki Narodowej Uniwersytetu Ekonomicznego. To był inny świat, natomiast moja praca była całkiem nowym terytorium, zupełnie niezwiązanym z cyframi, rachunkowością, księgowością, tylko ludźmi, rozmowami i takiej typowo humanistycznej pracy, w którą zresztą bardzo się wciągnęłam. Zakochałam się w niej, że tak powiem, na zabój, do tego stopnia, że po prawie pięciu latach zostałam redaktorem naczelnym Gazety Chojnowskiej. Mój warsztat pisania wtedy też był kształtowany poprzez specjalistyczne kursy w Krakowie, które odbywały się w Małopolskim Instytucie Samorządu Terytorialnego i Administracji. W owych czasach rozwijały się samorządy, rozwijała się prasa lokalna i dla takich ludzi właśnie, zajmujących się tymi sprawami, organizowano takie spotkania. Byli tam zapraszani bardzo ciekawi goście, dziennikarze, politycy, mieliśmy okazję trenować zadawanie pytań, szlifować sztukę pisania, zgłębiać wartości dziennikarskie, które niestety dzisiaj są zapomniane, nie są wdrażane i respektowane przez osoby piszące. To po części wynika z czasów, które nastały, gdzie każdy może pisać, bo jest bardzo łatwy dostęp do różnych narzędzi. Informacja jest szybka, ale przez to, że jest szybka i jest jej dużo, ma poważne man-

kamenty, takie, które dla mnie są podstawą pisania, czyli rzetelność, odpowiedzialność, obiektywizm. Jeżeli zajmujemy się jakąś sprawą, to jednak powinniśmy starać się przedstawić ją z dwóch stron, jeżeli dotyczy ona jakiegoś konfliktu albo z wielu stron, jeśli chcemy pokazać szersze spektrum problemu. Bardzo brakuje mi w dzisiejszym dziennikarstwie takich właśnie wartości i tego, że nacisk kładzie się przede wszystkim na ilość, a nie tak, jak powinno być, czyli na jakość.

### **Czy pamiętasz może pierwszą rzecz, którą napisałaś i z której byłaś naprawdę dumna?**

Moje początki były takie, że szczerze powiedziawszy, nie ma się czym chwalić, ale tak to właśnie jest z tym pisaniem u większości. Zaczęło się od bardzo krótkich form. Oczywiście zaliczałam po drodze mnóstwo wpadek dziennikarskich, taka właśnie była nauka tego rzemiosła. Bardzo trudno mi wybrać jeden materiał, z którego byłam dumna, bo ja bardzo długo czułam się niedoskonała. Może przez to, że studiowałam ekonomię, te kompleksy pisarskie trochę mi doskwierały. Z drugiej strony jednak była moja ambicja, fajni ludzie, nowa praca, klimat oraz zainteresowania, ciekawość świata i ludzkich spraw, do tego mogłam być w wielu miejscach, to wszystko sprawiło, że tych materiałów było całe mnóstwo, pewnie też dlatego, że Gazeta Chojnowska w owym czasie była tygodnikiem. Wydawanie takich kilku wypełnionych od deski do deski stron w tygodniu, z życia 15-tysięcznego miasta, to naprawdę jest intensywna praca, a tempo jest bardzo szybkie. Różnorodnych tematów w gazecie był ogrom, od dziury w ulicy, poprzez sesję rady miasta, relacje z prac zarządu miasta, wywiady z właścicielami firm, dyrektorami większych czy mniejszych fabryk, konkursy plastyczne w szkołach podstawowych, sukcesy Chojnowian odnoszone w różnych dziedzinach sportowych czy kulturalnych. Zakres tematyczny był tak duży, że niezwykle trudno mi przywołać ten jeden materiał, z którego miałam ogromną satysfakcję. Ja byłam najbardziej dumna z innej rzeczy, a mianowicie z tego, że coraz rzadziej w gazecie pojawiała się informacja o „chochliku rozrabiace”, który coś nam znowu namieszał. Już na tyle rzemiosło i styl pisania były wypracowane, że to wszystko razem było po prostu dobre, prawidłowe i można było być z tego dumnym.

### **Jak trafiłaś do Komendy Stołecznej Policji?**

Do Warszawy przyjechałam z powodów osobistych, a wiązało się to z założeniem rodziny. Urodziłam tutaj dziecko i przez pierwsze lata spełniałam się jako mama na cały etat. Potem gdy córka trochę podrosła, zaczęłam powoli rozglądać się za pracą. Wystartowałam w konkursie do redakcji Stołecznego Magazynu Policyjnego. Było to jedno z zadań ówczesnej komórki, która chciała zatrudnić kogoś do takich właśnie spraw, a mowa tu o Sekcji Strategii i Promocji Policji Komendy Stołecznej Policji. Ja spełniałam sporo wymogów, przede wszystkim byłam już absolwentką Uniwersytetu Ekonomicznego, po zarządzaniu i marketingu. Z kolei pracując w Gazecie Chojnowskiej, zajmowałam stanowisko specjalisty do spraw promocji w Urzędzie Miasta w Chojnowie, więc miałam siedmioletnie doświadczenie pracy promocyjnej i public relations w moim rodzinnym mieście. Ponadto muszę dodać jeszcze jedno moje doświadczenie, które zdobyłam jako korespondent radiowy. Początkowo, czyli po kilku latach pracy w redakcji, lokalna stacja Radia Legnica postanowiła poszukać korespondentów z terenu i ja właśnie zostałam takim korespondentem. Później podjęłam stałą pracę w radiu, gdzie pracowałam od 1999 r. do 2005 r., czyli 6 lat i to nawet w dwóch stacjach radiowych, czyli legnickim oddziale ogólnopolskiego Radia Plus, drugą było lokalne Radio „eL”.

Rozwinęłam się w tym radiu do tego stopnia, że zaczęłam pracować w newsroomie jako lektor wiadomości. Miałam też swoje stałe audycje, a ponieważ zakres tematyczny był naprawdę szeroki, były one zarówno z gatunku tematyki samorządowej, w tym rozmowy z prezydentem miasta Legnicy, jak i rolniczej, co było dość obcym obszarem dla mnie. Praca wtedy wymagała bardzo dużych umiejętności technicznych, bo nagrania głosu były zapisywane na kasetach magnetofonowych, a radio wyglądało zupełnie inaczej niż dzisiaj. Dziennikarz radiowy musiał bardzo wiele pracy dodatkowej i mechanicznej robić sam. Z takim właśnie doświadczeniem wystartowałam w konkursie i zostałam przyjęta w 2005 do Sekcji Strategii i Promocji Policji Komendy Stołecznej Policji. Można rzec, że w zasadzie od razu moją główną pracą było pisanie do Stołecznego Magazynu Policyjnego.

### **Ile lat pracowałaś w redakcji SMP łącznie i ile numerów było, po części, również Twoją zasługą?**

Przygotowując się do tego wywiadu, mogę przyznać, że byłam nawet trochę przerażona ile to lat, bo nigdy nie podsumowywałam swojej pracy. Tak naprawdę nie wiem, ile artykułów napisałam do Gazety Chojnowskiej, nie wiem też, ile artykułów napisałam do Stołecznego Magazynu Policyjnego. Było tego naprawdę wiele. Pracowałam w SMP przez 14 lat, uczestniczyłam przy wydaniu 143 miesięczników, zarówno w wersji papierowej, jak i internetowej. Te 14 lat to bardzo długa historia i cieszę się, że magazyn przetrwał, bo były chwile, kiedy były próby zamknięcia go i pojawiały się pytania w stylu – czy warto dalej utrzymywać tę gazetę? Jestem zdania, że bardzo warto. Jako ciekawostkę dodam, że w czasie mojej pracy w SMP współpracowałam z 7 redaktorami naczelnymi, a na przestrzeni czasu, Komendą Stołeczną Policji zarządzało 11 komendantów stołecznych.

### **To faktycznie niezłe statystyki. Czy od samego początku pisałaś teksty? Może miałaś też jakąś inną funkcję?**

Przez wiele lat gazeta była trzonem mojej pracy, ale na takim stanowisku czy to w Sekcji Strategii i Promocji Policji, Gabinetcie Komendanta Stołecznego Policji, Wydziale Komunikacji Społecznej czy Sekcji Prasowej, bo takie komórki przewinęły się w mojej karierze zawodowej, tych zadań było dużo więcej. Wiele z tego, to pisanie tekstów i komunikatów na stronę internetową Komendy Stołecznej Policji. Były również sprawy związane z pracą zespołu prasowego, na przykład organizacyjne czy szkoleniowe. Moje doświadczenie, jeśli chodzi o poprawność językową, jeszcze bardziej pogłębiałam na dodatkowych kursach Uniwersytetu Warszawskiego. Nawet powierzono mi przeprowadzenie kilku szkoleń dla oficerów prasowych garnizonu stołecznego. W ciągu tych lat moje doświadczenie sprawdziło się też przy organizacji i prowadzeniu różnego typu uroczystości policyjnych. Mowa tu o ślubowaniach, Świętach Policji, Świętach Służby Cywilnej, konkursach policyjnych, spotkaniach z dziećmi i tak dalej. Obszarem, którym się często zajmowałam, właśnie z racji wielu lat doświadczenia i wiedzy ogólnej o pracy jednostki, była kwestia przygotowywania przemówień dla kadry kierowniczej Komendy Stołecznej Policji, a dla komendanta stołecznego przede wszystkim. Jeśli człowiek bywa na wydarzeniach z Jego udziałem, to słyży – co mówi i o czym mówi. Pozwoliło mi to zostać specjalistką w tej dziedzinie i faktycznie przez całe lata mojej pracy, być autorką wielu przemówień. To też jest szeroki zakres tematyki, od wystąpień na spotkaniach międzynarodowych, na konferencjach prasowych, na mianowaniach, podsumowaniach pracy jednostki czy nawet życzeniach okolicznościowych, praca przy korekcie, doszlifowywaniu wywiadów, których udzielają komendanci

itp. Jeszcze chciałabym dodać, że wśród tych moich zadań, doświadczenie przy wydawaniu Stołecznego Magazynu Policyjnego w obecnym wydziale, w którym pracuję, też się bardzo przydało, bo już od kilku lat jestem odpowiedzialna za wydawanie kalendarzy dla KSP, zarówno książkowych, jak i ściennych. Dzisiaj to zadanie po części przejął Wydział Zaopatrzenia, ale pewne prace, pewne ustalenia, nadal pozostają w mojej gestii. Myślę, że to właśnie pokazuje całe spektrum mojej pracy.

Dodatkową ciekawostką, którą teraz przytoczę, będzie to, że jestem współpomysłodawczynią Święta Służby Cywilnej. Do dziś dysponuję takim pismem, gdzie przed piętnastu laty proponuję uhonorowanie pracowników Policji, kierując tę propozycję do swojego ówczesnego przełożonego. Przy wsparciu związków zawodowych i jeszcze jednej osoby, wówczas z Gabinetu, udało się zorganizować pierwsze Święto Służby Cywilnej. Było skromne, bo pracownicy otrzymywali kwiaty i dyplomy, niektórzy nawet żartowali, że „cóż, to tylko dyplom”, jednak dla innych, to był aż dyplom i aż kwiaty w dniu ich święta. W 2023 r. obchodziliśmy 15-stą rocznicę Święta Służby Cywilnej i nie mogę się pogodzić z tym, że nie było takiej uroczystości, ponieważ została przeniesiona. To jest niemały staż, bo aż 15 lat i byliśmy w ogóle pierwszym garnizonem w całej Polsce, który takie święto organizował. Naprawdę wiele serca temu oddałam i uroczystości, które prowadzę z tej okazji, z czasem nabrały takiej renomy, nawet tradycji do tego stopnia, że są nagrody finansowe dla pracowników, nie tylko od Komendanta Stołecznego Policji, ale również od Komendanta Głównego Policji. Mam szczerą nadzieję, że ta wyjątkowa uroczystość będzie w przyszłości kontynuowana.

### **Jeszcze wróć do tych przemówień, o których wspominałaś, bo mi osobiście mównica na uroczystościach kojarzy się właśnie przede wszystkim z Twoimi przemówieniami. Kiedyś mi się zwierzyłaś, że masz wtedy straszną treść...**

Pewnie zaskoczę wszystkich, ale ja zawsze jestem stremowana i najbardziej przeżywam to dzień wcześniej. Tego oczywiście nie widać, ale tuż przed uroczystością słabo śpię i potrafię nawet kilogram schudnąć. Dlatego, że często są to takie imprezy, np. Święto Służby Cywilnej, gdzie mamy 200 uczestników, całą kadrę kierowniczą garnizonu stołecznego, ministra MSWiA, prezydenta miasta, wojewodę, naprawdę ludzi z wysokich stanowisk. Trudność prowadzenia lektoratów tutaj polega na tym, że ta impreza jest obarczona regułami i ceremoniałem policyjnym, więc to się wszystko musi odbyć według pewnych zasad. Z tajników lektoratu mogę zdradzić, że impreza nigdy nie jest do końca udana, ale najważniejsze jest to, że nikt tego wcale nie zauważa.

### **Opowiedz nam o początkach Stołecznego Magazynu Policyjnego.**

Kiedy przyszłam tu do pracy, to z gazetą żegnał się Piotr Maciejczak, który dziś pracuje jako zastępca redaktora naczelnego Gazety Policyjnej w Komendzie Głównej Policji. Zadania zostały wtedy przejęte przez Sekcję Strategii i Promocji Policji KSP, którą pod swymi skrzydłami miała Pani Małgorzata Domagalska, ówczesny kierownik tej sekcji, a dopiero później komendant ds. logistyki w naszej komendzie. Gazeta była wtedy kwartalnikiem i miała charakter folderowy, być może z tego powodu, że sekcja chciała pokazać pracę Policji na zewnątrz, więc trafiła wtedy do policjantów i pracowników KSP, ale w dużej części była rozsyłana do zaprzyjaźnionych instytucji, szkół, urzędów, z którymi Komenda Stołeczna Policji współpracowała. To były bardzo ładne wydania. Trudno było wybrać z kwartału wydarzenia najciekawsze, najważ-

niejsze, wszystko się zmieniało do ostatniej chwili. Gazeta ma naprawdę długą tradycję. Jakby nie patrzeć, minęło jej już 30 lat, ale pojawiła się wówczas konkurencja dla niej w postaci Internetu. On co prawda gdzieś tam sobie istniał, ale wtedy w 2005 roku, jak przysłałam, to powstawały dopiero pierwsze strony internetowe w poszczególnych jednostkach, tj. rejonach i powiatach. Pamiętam, jak oficerowie prasowi przyjeżdżali na szkolenia, uczyli się technicznej obsługi stron, pisania komunikatów, bo to było coś nowego. Zabiegano, aby informacje pojawiały się codziennie, co wymagało nakładu dodatkowej pracy. Z czasem ten internet, strona KSP i w ogóle strony całego garnizonu, wszystkich jednostek, stał się konkurencją dla naszej gazety. Jednak pomimo wszystko cieszę się, że ona się utrzymała, bo ma zupełnie inny charakter i co najważniejsze, wbrew pozorom, ma dłuższą trwałość.

### **Ile osób liczył sobie na początku zespół redakcyjny?**

To jest ciekawe pytanie, bo taki stricte zespół, jak dziś jest wydzielony, był efektem wielu zmian organizacyjnych, które nie tak łatwo przechodzą w naszej instytucji, tym bardziej że nie jest to główne zadanie Policji. Zazwyczaj to było tak, że istniał trzon, powiedzmy dwóch osób, które miały w zadaniach gazetę, ale nie był to zespół wyłączony. Ja miałam mnóstwo innych zadań związanych z pracą sekcji i nawet później w Gabinetce Komendanta Stołecznej Policji też było identycznie. Dopiero po wielu latach, kiedy gazeta wróciła do „prasówki”, powstał zespół redakcyjny z prawdziwego zdarzenia, taki gdzie Stołeczny Magazyn Policyjny należał do głównych obowiązków, gdzie redaktorom zapewniono sprzęt komputerowy, fotograficzny i naprawdę można było skupić się na tym konkretnym zadaniu. W końcu nasza gazeta branżowa przestała być zadaniem dorywczym, a stała się jedną z wizytówek stołecznego garnizonu.

### **Czy uważasz, że magazyny branżowe to dobry pomysł i są one potrzebne?**

Tak, uważam, że są bardzo potrzebne, dlatego że każda branża ma swoją własną specyfikę. Jak wiadomo, Policja jest wielce wyjątkową organizacją. Z mojej perspektywy, to jest taki zawód, który ma bardzo dużo odmian, ponieważ policjanci zajmują się bardzo szerokim spektrum zadań. To są specjalne i specyficzne jednostki, nawet każdy wydział w KSP zajmuje się przecież inną tematyką i ja nawet sądzę, że tu każdy mógłby znaleźć coś dla siebie. Choćby właśnie z racji tej specyfiki, takie forum, jak gazeta, jest potrzebne, bo my na jej łamach możemy przedstawić informacje nie tylko ogólne, ale również istotne dla nas, dla naszej grupy zawodowej, dla naszej branży, dla

ludzi, pracowników cywilnych i policjantów. Nie wszystkie informacje jesteśmy w stanie znaleźć gdzieś na zewnątrz. Ponadto uważam, że gazeta w formie papierowej jest niezwykle ważna i mam ku temu podstawy, żeby tak twierdzić. Podam przykład, kiedy zmieniały się serwery w KSP, czyli było przejście na serwery KGP, z różnych powodów technicznych pewne dane nie zostały zarchiwizowane. Nawet jeżeli dzisiaj możemy sięgnąć do starych informacji, to z jakiegoś okresu tj. kilku lat, trudno mi konkretnie powiedzieć ilu, tych informacji po prostu nie ma. Jedynym źródłem o historii Komendy Stołecznej Policji będzie właśnie nasz branżowy magazyn. I powiem jeszcze, że papier wiele przetrwa, mam nadzieję, że nawet nas. Bardzo tu pracowaliśmy zawsze i wiem, że jest to nadal kontynuowane, żeby kolejne numery gazety trafiały w całą Polskę, jako egzemplarz obowiązkowy do bibliotek. Prowadzimy też przecież swoje archiwum i od zawsze składujemy magazyn na tzw. wieczną kategorię „AE” właśnie po to, aby w jakiś sposób zatrzymać tę historię, bo w sieci, mimo wszystko, bardzo wiele rzeczy znika, a gazeta zostanie na zawsze. To jest niepodważalny i niezaprzeczalny fakt, a z faktami wiadomo, że się nie dyskutuje. Jest dużo zalet takiej gazety i pracy dziennikarskiej. W prasie i w internecie jest sporo informacji o Policji tylko, że jak wiemy, one są pisane pod innym kątem i w innym celu. Tak naprawdę dziennikarze mogą rozmawiać tylko z osobami upoważnionymi do udzielania informacji. Policję spotyka bardzo dużo krytyki, co prawda niekiedy jest ona uzasadniona, ale ważne, żeby wyciągać wnioski z rzeczy, które się dzieją i nas dotyczą. W każdej branży, w każdym zawodzie tak jest. Natomiast ta gazeta branżowa i to, że miałam możliwość rozmawiania z policjantami właśnie od strony prywatnej, której często media nie pokazują, powoduje, że właśnie jest ona tak ważna. Pokazywanie ludzi, ich motywacji, ich pasji, bo wielu z nich jest pasjonatami pracy policyjnej, to zaleta takiej gazety, bo trudno znaleźć takie materiały na zewnątrz. Zdradzamy tyle tajników, jak bardzo możemy sobie pozwolić, bo to jest też bardzo trudne w pracy policyjnej, aby nie powiedzieć o jedno słowo za dużo i w ten sposób nie dać siły przestępcom. Chodzi o to, aby przekazać informacje tak, żeby nie zdradzać metod rozpoznawania czy szczegółów operacji kryminalnych, a jednocześnie pokazać trud i ogrom tej pracy i dać się poznać czytelnikom. Ludzie pracujący w Policji są niezwykli, to szereg różnych ciekawych i barwnych osobowości. Te osoby tak, jak my wszyscy mają swoje problemy, swoje sukcesy, swoje rodziny, swoje motywacje i trzeba o tym pamiętać i właśnie to pokazywać. Gazeta daje nam tę możliwość przedstawienia poszczególnych postaci, tak jakby z drugiej strony, gdy kurtyna idzie w dół, cichną oklaski, poza sceną i często bardziej prywatnie.



### Czym było dla Ciebie bycie częścią redakcji SMP?

Na pewno ogromnym wyróżnieniem. Zanim trafiłam do komendy, miałam pracę dziennikarza zewnętrznego. Muszę przyznać, że początkowo byłam skrępowana tym, że jestem wewnątrz tej organizacji i mam na podorzędziu tyle tematów, że widzę tę pracę Policji od zapykania. Przez całe lata mojej pracy, po dziś dzień, śledzę na bieżąco gazetę i również sprawdzam stronę internetową, bo mnie to po prostu interesuje i ciekawi. Może właśnie też z tego powodu, że ta organizacja jest tak złożona. Ja w redakcji zostawiłam kawałek siebie, kawałek serca. Największą przyjemnością i zaszczytem dla mnie były rozmowy z policjantami i pracownikami cywilnymi, to była najlepsza część. Często było to pokazywanie ich pracy, a z czasem ja się już tak w to wkręciłam, starałam się ujawnić coś więcej z tych ludzi, właśnie ich motywacje, ich drogę do tego zawodu i konkretną profesję, którą się zajmują. Myślę, że właśnie to było najciekawsze. Niekiedy trudna do pokonania była ta bariera u nich, co faktycznie mogą powiedzieć w wywiadzie do gazety. Dlatego na barkach redaktorów spoczywa to, że nawet jeśli usłyszą więcej, muszą umieć to wypośredkować. To ile my słyszymy, ta pełnia informacji, sprawia właśnie, że praca redaktora gazety policyjnej jest ciągle ciekawa. Naprawdę bardzo się cieszę z powstania i ukształtowania takiej redakcji, gdzie m.in. my zaczęłyśmy współpracę. Zespół wspaniałych ludzi, z którymi mamy stały kontakt, mimo że jesteśmy w innych miejscach. Ta redakcja to taka mała rodzina, gdzie, każdy numer się omawia, przeżywa dużo wcześniej zanim on powstanie, zanim ktoś do ręki otrzyma ten kawałek papieru z drukarni, to jest to poprzedzone wieloma rozmowami, wyjazdami, zastanawianiem się, planowaniem, robieniem zdjęć, czytaniem, korektą, ogólną wizją. Niektórzy porównują gazetę do swojego dziecka, więc pół żartem, pół serio powiem, że tych dzieci mam bardzo dużo, tak jak każdy z redaktorów.

### Jak wspominasz współpracę z ówczesnymi redaktorami naczelnymi i współpracownikami?

To jest dla mnie wiele lat doskonalenia warsztatu, wspaniałych kontaktów i ogromnej nauki. Każdy redaktor naczelny coś nowego wnosił do pracy redakcji i miał inną wizję gazety, inne spojrzenie na tematykę. Współpraca z każdym redaktorem to była dla mnie nauka i wyzwanie. My wszyscy, ramię w ramię, rozumieliśmy się w tych trudach pracy redakcyjnej. Te kontakty bardzo dużo mi przyniosły. Natomiast takim przeło-

mowym momentem i tu nie chodzi o relacje międzyludzkie, ale o gazetę, był moment, gdy padło pytanie, czy gazeta jest potrzebna? Pamiętam, że wtedy przez jakiś czas ukazywała się w wersji internetowej. To był taki czas, kiedy ona mogła całkiem zniknąć... Cieszę się jednak, że jak przejął gazetę Pan Marcin Szynkler, były rzecznik Komendanta Stołecznego Policji, to postawił ją znowu na nogi w wersji papierowej. Powiem, że to, z różnych względów, było trudne zadanie, któremu wspólnymi siłami podołaliśmy. Jestem z nas wszystkich dumna.

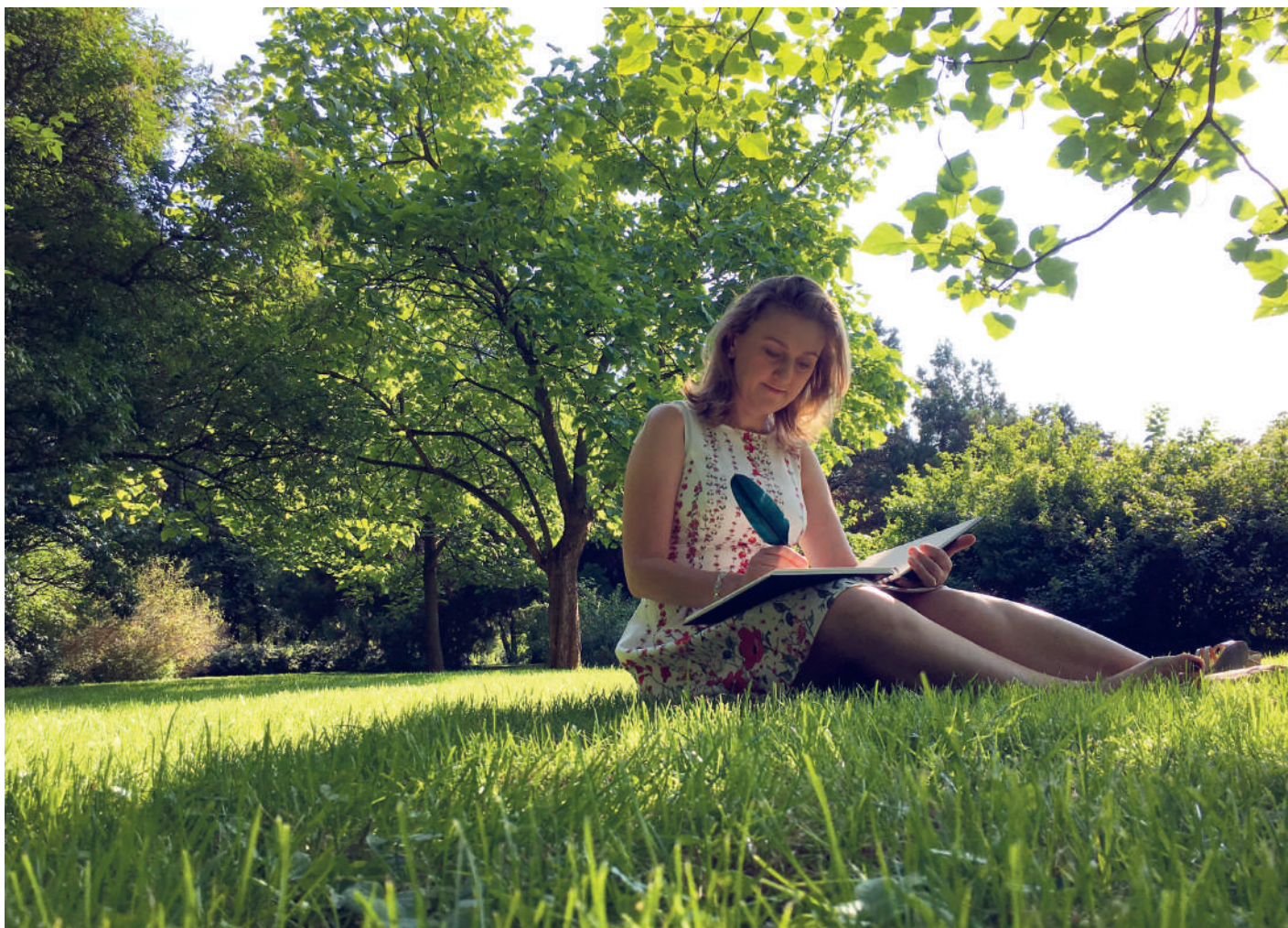
### Skąd czerpałaś pomysły na swoje artykuły?

Jak zaczynałam naukę pracy dziennikarskiej, to pamiętam takie powiedzenie, że „tematy leżą na ulicy, wystarczy się po nie schylić”. Przez długi czas nie rozumiałam tego pojęcia, ale dziś to moje patrzenie na tematy jest bardzo szerokie. Szukanie ich, jak się już długo rozwija w tej pracy, wcale nie jest takie trudne, ponieważ osoby, które piszą i każdy z nas to potrafi, są czujne, mają uszy i oczy z każdej strony. Musimy śledzić sytuację w kraju, w naszej firmie, a doskonale wiemy, że jest tego bardzo dużo, bo sytuacje są różne, ponadto musimy śledzić trendy, portale społecznościowe, rozmawiamy z naszymi kolegami i współpracownikami, robimy research, wywiady, mamy mnóstwo informacji i tych tematów, z racji specyfiki, o której mówiłam wcześniej, jest naprawdę bardzo dużo. Chcemy pokazać jakiś obszar pracy policyjnej, ale też jesteśmy na bieżąco z wydarzeniami. Poszukiwanie tematów, które można opisać później na łamach Stołecznego Magazynu Policyjnego, jest naprawdę zadaniem prostym, zwłaszcza, gdy jest współpraca i burza mózgów w redakcji przy planowaniu każdego kolejnego numeru.

### Czy jest jakiś artykuł, który napisałaś, a zapadł Ci szczególnie w pamięci?

Jest ich wiele i te wszystkie materiały są z rozmów z ludźmi, z policjantami, z pracownikami cywilnymi i ja, tak szczerze mówiąc, nawet gdy minęło wiele lat, widzę osobę, z którą rozmawiałam, to proszę mi wierzyć, ona zawsze będzie dla mnie bliska, z racji takiej, że udzielanie wywiadu, to jest trochę taki załazek intymności, zawiązuje się wtedy pewna więź, człowiek na pewno odkrywa również trochę siebie, w większym lub mniejszym stopniu. Gdy mijam osoby, nawet po 10 latach, to dokładnie pamiętam, czym ktoś się zajmował wtedy lub w jakim momencie swojego życia był. Takim fajnym przykładem jest kolega, który pracował w owym czasie w OPP. Odnosił ogromne sukcesy w kickboxingu i to był bardzo





młody człowiek, którego rozwój obserwowałam przez wiele lat. Mogę powiedzieć, że jestem cicią sukcesów, które odnosił, bo w międzyczasie zdobywał kolejne medale na różnych zawodach, rozwijał swoje umiejętności również w Policji. Później kończył szkołę oficerską, zakładał rodzinę, został tatą dwójki dzieci. Również awansował i dziś pracuje w KGP. Na swojej drodze spotkałam wiele takich osób, gdzie mogłam obserwować różne etapy ich życia i kariery. Jeden z najciekawszych materiałów, który bardzo dużo przyjemności mi sprawił, gdy przy nim pracowałam, to artykuł o braciach bliźniakach, policjantach zatrudnionych w komendzie powiatowej w Starych Babicach. Mam z tego czasu bardzo fajne wspomnienia i historie, które opowiadali, o komedii omyłek, którą zaliczali w życiu osobistym i również zawodowym. To jest naprawdę jeden z najlepszych materiałów, które często i miło wspominam. Oprócz tego pamiętam rozmowę z policjantką, która odnosiła sukcesy w pięcioboju, zdobyła medal w zawodach NATO i została przeze mnie zaproszona na wywiad, jako mistrzyni w strzelectwie na zawodach organizowanych przez KSP. Na wywiad stawiała się w gipsie na rękę. Okazało się, że miała trudną i nieprzewidzianą interwencję domową, gdzie kobieta pod wpływem alkoholu była bardzo agresywna i ją niefortunnie uderzyła. Ręka mojej rozmówczyni była pęknięta w takim miejscu, że cała jej kariera sportowa i umiejętności, które kształtowała przez wiele lat, stanęły pod znakiem zapytania. Dziś dalej pracuje w Policji jako policyjny psycholog. Zawsze, gdy ją widzę, to ta historia z ręką pojawia się na nowo w mojej głowie. Kiedyś również pewna osoba podzieliła się ze mną ciekawą pasją, a był to ówczesny komendant komisariatu rzeczno Pan Wencel. On był motorowodniakiem, to obszar dla mnie totalnie nieznan, bardzo ciekawa pasja. Podsumowując, tych wywiadów jest naprawdę wiele i tak, jak usłyszałam kiedyś od policjanta pionu kryminalnego, że w Warszawie ma swoją mapę miejsc, w których pracował,

a jest ona nietatwa, bo to mapa miejsc zbrodni i przestępstw, to ja mam taką mapę ludzi w całym garnizonie, z którymi miałam naprawdę wielkie szczęście, okazję, możliwość rozmawiania i głębszego ich poznania.

### **Co uważasz za swój największy sukces w SMP?**

Zdecydowanie poznanie ludzi i ich historii. Wywiady i wszelkie kontakty, to jest wartość dodana nie tylko do mojej pracy zawodowej, ale i też do życia osobistego. Spotkania z tymi ludźmi nauczyły mnie wielu rzeczy. Dużo z tego czerpię do dziś, ponieważ obecnie zajmuję się specyfiką informacji publicznej i jestem administratorem strony BIP KSP. I właśnie to wszystko, co mnie wiązało z poprzednią pracą w redakcji Stołecznego Magazynu Policyjnego, pozwala mi inaczej popatrzeć na pytania od ludzi, mam od razu pomysł kogo można o coś podpytać, do którego wydziału się zwrócić, jak można poszerzyć i przedstawić dany temat. Naprawdę bardzo mi to pomaga nawet w tym momencie, gdy bezpośrednio nie jestem już związana ze SMP.

### **Czy pracując w redakcji mogłaś dawać z siebie wszystko i uwolnić swoją kreatywność?**

Dosłownie wszystko i jeszcze więcej, dlatego, że to jest coś, co kocham robić, czyli pisać i rozmawiać z ludźmi. Jako ciekawostkę przytoczę fakt, że najczęściej inicjatywy i pracy własnej musiałam włożyć, pisząc np. pięćdziesiątą relację z takiego wydarzenia, jak ślubowanie nowo przyjętych policjantów, które jest powtarzalne. Wiele serca wkładałam, żeby każda informacja czymś się różniła, co przy każdym kolejnym razie, było coraz trudniejsze. Są to jednak bardzo miłe wspomnienia i w dalszym ciągu jestem całym sercem związana ze Stołecznym Magazynem Policyjnym.



### Czy myślisz, że praca w redakcji rozwinęła Cię jako pisarkę?

Tak, nawet bardzo, a to dlatego, że po takiej kilkuletniej fascynacji tematami, do których nie miałam dostępu, pracując w moich poprzednich miejscach pracy, ta chęć pisania była tak ogromna, że pojawił się wulkan nieskończonej weny i to był taki moment, w którym założyłam bloga. Ten cały nurt i ten mój pociąg do pisania mogłam przelać na swoje własne strony blogowe. Myślę, że każdy dziennikarz, każdy dobry pisarz, w jakimś stopniu, może być porównany do sportowca, który osiąga sukcesy sportowe i zdobywa medale. To jest ciągły trening. Systematyczne pisanie rozwija, a jeżeli ktoś naprawdę robi to z pasją, to poszerza swoje horyzonty i tematy.

### Czy można powiedzieć, że pisanie to Twoja życiowa pasja?

Dzisiaj tak, ale przez wiele lat tak bym tego nie określiła. Związane to było przede wszystkim z moim wykształceniem z zakresu dziedziny ścisłej, bo jeśli chodzi o umiejętności humanistyczne, to ja zawsze z języka polskiego byłam na poziomie ocen 3 lub 4. Natomiast ta praca przez 32 lata, bo taki mam staż pracy zawodowej, która ściśle wiąże się z pisaniem, sprawiła, że rozkochałam się w tym, co robię. Kontynuuję tę miłość nadal, prowadząc bloga, więc mam to swoje ujęcie dziennikarskie i teraz na pewno mogę powiedzieć, że tak, pisanie to jest moja życiowa pasja.

### O czym najbardziej lubiłaś pisać, będąc w redakcji SMP, a o czym lubisz pisać po godzinach i czy podzielił się tym z naszymi czytelnikami?

Z największą przyjemnością. Ta moja pasja poznawania ludzi i kontaktów z nimi, uczenia się od nich, umiejętnego słuchania, bo to jest też jedna z bardzo cennych i niezbędnych umiejętności dobrego dziennikarza, przełożyła się na prowadzenie bloga. Bardzo często też w życiu mi się zdarza, że osoby całkiem obce np. w przychodni zdrowia czy w autobusie, opowiadają mi różne historie. Był taki czas, gdy musiałam dużo dojeżdżać pociągami, to muszę przyznać, że ludzie podczas takiej podróży potrafią z siebie zrzucić bardzo dużo. Zaczynam myśleć, że to już nie są przypadki. Może jest we mnie coś, co przyciąga takie osoby. Może intuicja im mówi, że jestem kimś, kto może wysłuchać, a ja przecież uwielbiam słuchać. Wszystko to znajduje odbicie w tym, co piszę po godzinach. Mój blog ma charakter bloga osobistego, z elementami lifestyleowymi, ale raczej bardziej piszę o moich doświadczeniach i obserwacjach, z tych wszystkich kontaktów z ludźmi, z naki jaką wyciągam z wielu historii. Moja wola pisania wywodzi się z obserwowania zachowań ludzkich, ale i chęci dzielenia się też swoim doświadczeniem i wiedzą, w różnych dziedzinach. Dotyczy to również wiedzy życiowej, którą zdobywam z każdym kolejnym rokiem. Zawsze mam taką misję i pewnego rodzaju nadzieję, że jeśli ktoś przeczyta mój artykuł czy wpis na blogu, to komuś będzie łatwiej, lżej. Może ktoś się zastanowi, może wdroży coś nowego w swoje życie. Temat, którym się ostatnio zajmowałam to prokrastynacja, czyli to, że człowiek zostawia coś na później i tak sobie myśli, że teraz to ja mam ciężko, ale za jakiś czas to ja będę miała fajne życie. Doskwierało mi to osobiście i postanowiłam napisać o tym szerzej. Sama wprowadziłam w swoje życie to, że nie ma na co czekać. Liczy się dziś, tu i teraz. Trzeba żyć pięknie i szczęśliwie.

### Czy myślałaś o napisaniu książki? Jeśli byś miała jakąś napisać, to z jakiego gatunku byłaby?

Powiem tak, jak sobie piszę bloga przez te 12 lat, bo to już tyle

minęło i jest tam około 500 wpisów, to muszę powiedzieć, że jedną z osób, które mnie do tego namawiają i chyba pierwszą, która zapytała mnie o to, a nawet spytała wprost: „kiedy napiszesz książkę?”, to byłaś Ty. Ja wiem, że to jest bardzo trudne wyzwanie wbrew pozorom. Ludzie często powtarzają „mogłabyś napisać książkę”. Czytałam kiedyś wywiad z bardzo znanym pisarzem, który powiedział „no to usiądź i to zrób”. Myślałam o tym, mając w głowie właśnie ten cytat, że bardziej osoby, które mnie czytają, stwierdzają, że mogłabym popełnić takie swoje własne dzieło, niż ja sama. Oczywiście bardzo mi to schlebia, ale powiem, że to nie jest takie proste, żeby wyszukać dobry obszar tematyczny na książkę. Na pewno nie widzę siebie, wbrew temu, że tyle lat jestem związana z Policją, w powieści kryminalnej. Natomiast bardzo interesuje mnie reportaże, wywiad, zagłębianie się w przeżycia ludzi, w doświadczenia. Myślę o tym.

### A na przykład coś o sobie, w sensie, że stworzyłybyś jakąś postać na bazie swojej osoby. Co Ty na to?

Bardzo ciekawy pomysł. Byłoby mi na pewno łatwiej, bo można wtedy czulej pisać o reakcjach, o myślach bohaterki. Ja myślę, że każdy pisarz w swoich książkach przemyca cząstkę siebie. Są przecież różni bohaterowie i być może jeden z nich nie ma wszystkich cech pisarza, ale są one rozdzielone między innych.

### Poproszę Cię o kilka słów zachęty dla osób, które chciałyby pisać, ale nie mają odwagi.

Pisać można wszędzie i pisać może każdy. Jeśli ktoś woli wiersze, to niech będą to wiersze. Ja sama sobie dałam zadanie i wykonuję je już od 3 lat, a zainspirowałam się książką „Droga artysty”, gdzie codziennie o poranku trzeba zapisać trzy strony. Nieważne czym, po prostu tym, co przychodzi do głowy w danej chwili. Obiecuję, że po jakimś czasie te trzy poranne strony będą wspaniałą okazją do porozmawiania ze sobą, do stawiania sobie zadań, do dzielenia się trudami, sukcesami, a poza tym będzie to genialne ćwiczenie pisania. Ja codziennie wstaję godzinę wcześniej, aby wypełnić kolejne trzy strony w swoim dzienniku. Jeśli ktoś chce to wdrożyć w życie, musi trenować dzień w dzień, niczym sportowiec. Wszak trening czyni mistrza. Ponadto bardzo zachęcam wszystkich, którzy chcieliby mieć przygodę z pisaniem, do pokazania siebie lub swoich umiejętności pisarskich w Stołecznym Magazynie Policynym. Do otwartych rozmów z naszymi super redaktorami i do pokazywania tych różnych aspektów swojej, naszej pracy.

### Czy jest coś, co chciałabyś jeszcze dodać od siebie?

Korzystając z okazji, ponieważ nie pożegnałam się w gazecie, kiedy jeszcze czynnie uczestniczyłam w tworzeniu ostatniego numeru z moim udziałem, to bardzo chciałabym podziękować i pozdrowić wszystkich, z którymi miałam okazję spotkać się na tej drodze, którzy podzielili się ze mną kawałkiem swojego życia i otworzyli się przede mną. Za to naprawdę serdecznie dziękuję, pozdrawiam ciepło i kłaniam się nisko. A tak już całkiem na zakończenie, chciałam życzyć Stołecznemu Magazynowi Policynemu kolejnych 30 lat, a nawet i 300.

Elu, dziękujemy za fantastyczny wywiad. Mam nadzieję, że dla wielu naszych Czytelników będzie on cennym drogowskazem. Mawia się, że oczy są zwierciadłem duszy, ale w przypadku Elżbiety Sandeckiej-Pultowicz są nim również teksty, które wyszły spod jej lekkiego pióra.

## POLICJANT Z ODZNACZENIEM

Stołeczny Magazyn Policyjny aktywnie promuje honorowe krwiodawstwo, włączając się między innymi w popularyzującą akcję organizowanych przez Klub Honorowych Dawców Krwi PCK przy Komendzie Stołecznej Policji. Przybliżamy również sylwetki naszych krwiodawców, którzy swoją postawą stanowią wzór do naśladowania, a ich dar krwi niejednokrotnie przyczynił się do uratowania czyjegoś życia. W gronie takich osób znajduje się asp. szt. Arkadiusz Dzierbicki — policjant z Wydziału Prewencji Komendy Rejonowej Policji Warszawa V, który został niedawno odznaczony nagrodą za wieloletnie oddawanie krwi. Arek odebrał odznaczenie „Honorowy Dawca Krwi — Zasłużony dla Zdrowia Narodu” za oddanie 30 litrów tego bezcennego leku. Gratulujemy!

Źródło: [zoliborz.policja.gov.pl](http://zoliborz.policja.gov.pl)



## NOWY MINISTER SPRAW WEWNĘTRZNYCH I ADMINISTRACJI

W rządzie premiera Donalda Tuska tekę ministra spraw wewnętrznych i administracji objął Pan Marcin Kierwiński. W środę, 13 grudnia ubiegłego roku, w Pałacu Prezydenckim Marcin Kierwiński odebrał z rąk prezydenta Andrzeja Dudy powołanie na stanowisko szefa MSWiA i złożył przysięgę.

Nowy minister ma 48 lat. Działalność publiczną rozpoczął od pracy w samorządzie. W wyborach w 2006 roku został wybrany do Rady m.st. Warszawy. W 2010 roku został wicemarszałkiem województwa mazowieckiego. Następnie w wyborach w 2010 roku uzyskał mandat radnego sejmiku mazowieckiego oraz po raz drugi wszedł w skład zarządu województwa w randze wicemarszałka. Mandat posła po raz pierwszy uzyskał w 2011 roku, kandydując w Warszawie. W kolejnych wyborach parlamentarnych – w latach 2015, 2019 i 2023 – odnawiał mandat poselski w okręgu plockim. W ostatnich wyborach uzyskał najlepszy wynik ze wszystkich kandydatów w okręgu. W 2015 roku pełnił funkcję sekretarza stanu w Kancelarii Premiera i szefa gabinetu politycznego premier Ewy Kopacz.

15 grudnia ubiegłego roku, minister Marcin Kierwiński podczas inauguracyjnej konferencji prasowej przedstawił skład kierownictwa Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji.

*„Podjęliśmy decyzję o podziale kompetencji pomiędzy poszczególnych wiceministrów. Pracy jest naprawdę bardzo dużo. To m.in. współpraca z wojewodami i kwestie nadzoru nad samorządami, prowadzenie dialogu z samorządami. Jesteśmy świadomi tych wyzwań. Będziemy je rozwiązywać”.*

– zadeklarował minister Marcin Kierwiński.

Wiceminister Wiesław Szczepański będzie odpowiedzialny m.in. za kwestie budżetowe oraz projekty europejskie, również w zakresie służb podległych MSWiA. Sekretarz stanu Tomasz Szymański obejmie zadania związane z administracją, współpracą z samorządami oraz relacjami z kościołami i związkami wyznaniowymi. Policja, Służba Ochrony Państwa, Państwowa Straż Pożarna i Straż Graniczna – to obszary, za które będzie odpowiadał wiceminister Czesław Mroczek. Wiceminister Wiesław Leśniakiewicz zajmie się tematyką zarządzania kryzysowego i ochrony ludności. Podsekretarz stanu w MSWiA będzie współpracował z wiceministrem Czesławem Mroczkiem w kwestiach związanych z Państwową Strażą Pożarną.

Źródło: [Serwis Rzeczypospolitej Polskiej gov.pl](http://Serwis Rzeczypospolitej Polskiej gov.pl)





★Tekst i zdjęcia Daniel Niezdropa

# „LEPIEJ ZAPOBIEGAĆ NIŻ SZUKAĆ KRWI”

ROZMOWA Z TOMASZEM TRZASKĄ KSIĘDZEM I SUICYDOLOGIEM

Policyjną misją jest „Pomagać i Chronić”, a jeden z wersów Roty Ślubowania mówi: „służyć wiernie Narodowi”. Czyż w każdym z tych wzniosłych słów, które powinny przyświecać policjantom podczas realizacji zadań służbowych – nie zawiera się potrzeba niesienia pomocy. Każdemu bez wyjątku, dziecku, dorosłemu, w sytuacji zagrożenia życia i zdrowia szczególnie i bezwzględnie należy pomóc. Dzisiejsze młode pokolenia, niekiedy przebodźcowane ilością informacji, nie zawsze pozytywnej i potrzebnej, do tego stykające się z cyberzagrozeniami – zdarza się, że wpadają w życiową pułapkę, z której trudno im znaleźć wyjście. Ci, którzy nie mają dość siły, żeby poradzić sobie ze stresem i depresją, a czasami też nie wiedzą do kogo zwrócić się po pomoc – rezygnują z życia. Nie tylko młodzi, ale i dorośli mogą mieć myśli samobójcze. Są jednak instytucje i osoby bardzo zaangażowane w to, aby im pomagać, edukować i wskazywać drogę, którą można podążać, aby nie tracić najważniejszej ludzkiej wartości – życia. W tej misji jest jeszcze jeden ważny aspekt, aby oprócz wdrażania programów pomocowych, tworzyć wspólny front i wypracować jedno stanowisko – żeby ludzkich tragedii nie zamieniać w krwawe historie, bo nawet sposób przekazania informacji o zdarzeniu samobójczym musi być taki, żeby nie traumatyzować tych „niedoszłych” i nie dawać przykładów, metod i wzorców tym, którzy są w trudnym położeniu i mają destrukcyjne zamysły. O problemie samobójstw, działaniach zaradczych i policyjnych szkoleniach porozmawiamy z bardzo świątłym i otwartym na te problemy oraz ich rozwiązywanie – księdzem Tomaszem Trzaską, ekspertem Biura ds. Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie.

*„Samobójstwo jest zawsze dramatem i nigdy nie jest rozwiązaniem, a póki żyjemy – z kryzysu można wyjść, przy pomocy ludzi, są do tego narzędzia, są do tego instytucje. Tego typu komunikaty powinny z naszej strony iść (...)”* – ks. Tomasz Trzaska

## KILKA SŁÓW O NASZYM ROZMÓWCY I CELACH PROGRAMU

Ksiądz Tomasz Trzaska w ostatnim czasie dość aktywnie wspiera policyjne public relations, udzielając oficerom prasowym garnizonu stołecznego ważnych wskazówek, wynikających de facto z własnych przeżyć i doświadczeń, a jednocześnie realizując założenia Narodowego Programu Zdrowia, przyjętego przez Radę Ministrów 30 marca 2021 roku, w którym jednym z celów jest promocja zdrowia psychicznego i realizacja Programu Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym.

Wśród wielu rodzajów działań związanych z profilaktyką i pomocą osobom znajdującym się w trudnym położeniu, w ramach programu, który ma obowiązywać do 2025 roku – jest rozwijanie odpowiedzialnej polityki informacyjnej oraz rozwój kompetencji przedstawicieli środków masowego przekazu, w szczególności dziennikarzy, redaktorów, sekretarzy redakcji, wydawców. Dotyczy to dbania o właściwy przekaz informacyjny, który ma wspierać profilaktykę i musi być oparty na poszanowaniu i zrozumieniu, a przede wszystkim nie może w nim brakować ważnego elementu, jakim jest wskazywanie miejsc i form udzielania pomocy osobom mogącym mieć myśli samobójcze i przechodzić depresje.

Stąd też w celu rozszerzenia grona osób oraz instytucji, które mia-

łyby wspierać swoistą prewencję samobójstw – do tej inicjatywy dołączyli policjanci, a dokładnie oficerowie prasowi ze stołecznego garnizonu, którzy na co dzień współpracują z przedstawicielami mediów, dziennikarzami – również w aspekcie udzielania odpowiedzi na zapytania związane ze zdarzeniami dotyczącymi zachowań samobójczych, dokonanych bądź takich, którym np. w wyniku skutecznej policyjnej interwencji bądź reakcji w porę udało się zapobiec.

Warto podkreślić, że na policyjnych stronach internetowych publikowane są komunikaty pokazujące czyjeś trudne położenie, jednak dotyczą one przede wszystkim tych sytuacji, w których policjanci pomogli takiej osobie i uratowali jej życie. Wprost o zachowaniach samobójczych nie pisze się i nie mówi, bo zadaniem oficerów prasowych jest przede wszystkim rzeczowy przekaz informacyjny. Strona internetowa Komendy Stołecznej Policji służy przedstawianiu relacji z pomocowych działań Policji, a także udostępnianiu kontaktów do instytucji wspierających, infolinii, które są powołane do tego, aby pomóc ludziom w trudnym położeniu.

Wyrażając pogląd, że praktyczna porcja wiedzy na pewno nie zaszkodzi, a z racji współpracy z dziennikarzami, zostanie wdrożona w ramach bieżącej działalności prasowo-informacyjnej i w ten sposób trafi również do mediów, a do tego przyda się w codziennej służbie – zrealizowano szkolenia dla oficerów prasowych.

Zanim przejdziemy do właściwej rozmowy z naszym ekspertem od problematyki samobójstw, warto byłoby go przedstawić. Zwykle to w pierwszym pytaniu – w ramach prowadzonego wywiadu – prosimy o zaprezentowanie swojej osoby, jednak w tym artykule stanowi to element wprowadzenia do tematyki określonej przez tytuł, tym bardziej że nasz rozmówca jest bardzo pracowitym, nie tylko księdzem, ale przede wszystkim człowiekiem. To, czego moglibyśmy nie nadmienić i wymienić zarazem – uważamy, że ksiądz Tomasz Trzaska doskonale uzupełni i rozwinie.

Jak to zwykle bywa, przygotowując się do tematu, kierując się igraszką dziennikarską precyzją, chcieliśmy zdobyć jak najwięcej informacji, które miałyby pomóc w formułowaniu pytań, myśli i w takim wyczerpaniu tematu, aby nasi czytelnicy, a szczególnie funkcjonariusze Policji jak najwięcej skorzystali z przedstawionych informacji. Wysłuchaliśmy audycji radiowych, obejrzelismy wywiady internetowe oraz przeczytaliśmy szereg artykułów dotyczących problematyki samobójstw.

Tomasz Trzaska jest księdzem i przez wiele lat otaczał opieką duchową młodzież jako jej duszpasterz, dzielnie wspierając profilaktykę zachowań ryzykownych. Jest też dziennikarzem od dekady związanym z mediami katolickimi, specjalistą od social mediów oraz cyberzagrożeń. Pracuje jako ekspert w Biurze ds. Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie i jest kierownikiem Samodzielnej Sekcji Informacji i Sprawozdawczości w Biurze Poszukiwań i Identyfikacji Instytutu Pamięci Narodowej. Pełni również posługę jako Kapelan Muzeum Żołnierzy Wyklętych i Więźniów Politycznych PRL.

Jednak to, co warte jest podkreślenia w mnogości zajęć księdza Tomasza Trzaski – to fakt, że jest SUICYDOLOGIEM, czyli specjalistą, badaczem czynów samobójczych, zachowań destrukcyjnych, które zmierzają do odebrania sobie życia.

Prawdziwy „człowiek orkiestra” w pełni pozytywnym tego znaczeniu, bo jest zaangażowany w wiele zajęć i przedsięwzięć mających znaleźć rozwiązania, pomóc drugiemu człowiekowi, w pe-

wien sposób tożsame hasłu naszej służby „Pomagać i Chronić”. Bo trzeba pomagać i wręcz należy podać pomocną dłoń każdemu, kto znajdzie się w trudnym położeniu, a życie ludzkie trzeba chronić z równym zaangażowaniem i poświęceniem. Życie ludzkie – czyż nie jest wartością bezcenną? Zdecydowanie TAK.

Wszystkim ludziom: dzieciom, dorosłym – należy pomagać w trudnej sytuacji, życiowym kryzysie. Najważniejszym jest w porę dostrzec, że osoba przejawia zachowania autodestrukcyjne. To umiejętność niezwykle przydatna, jak już podkreśliliśmy – również w służbie policjanta, który styka się bezpośrednio z ludzkimi problemami, podczas przyjmowania zgłoszeń, interwencji, rozmów ze społeczeństwem, spotkań w szkołach, a także w prowadzonych dochodzeniach i śledztwach.

Zarówno w służbie prewencyjnej, jak i kryminalnej, wartością dodaną i ważną umiejętnością jest rozpoznanie zagrożeń, zauważenie symptomów, że komuś doskwiera jakiś problem. Dlatego po-

Bardzo dziękuję za to bardzo szerokie przedstawienie zagadnień, które – myślę, że można zamknąć w krótkim hasle: pomoc osobom w kryzysie. Bo zarówno ta pomoc świadczona bezpośrednio, jak i w obszarze szkoleń dla różnych grup zawodowych (dziennikarzy, policjantów, nauczycieli, duchownych) – ostatecznie prowadzi się do tego, by osoba w kryzysie nie pozostawała sama. Powiem nawet więcej: aby do kryzysów dochodziło jak najrzadziej.

Tematem profilaktyki zachowań ryzykownych w zasadzie zajmowałem się od pierwszych lat kapłaństwa. Współtworzyłem program „Profilaktyka a Ty”, który – jak pamiętamy – był programem realizowanym przez Komendę Główną Policji. Razem z młodzieżą założyliśmy teatr profilaktyczny w Łomży, realizowaliśmy audycje radiowe i spoty internetowe. Potem, po kilku latach, zetknąłem się z obszarem pomocy osobom w kryzysie samobójczym. To dość trudny temat, ale rozumiałem, że niezwykle ważna jest tutaj rola duchownych i jest to w pewnym sensie obszar, w któ-



licyjne środowisko powinno być wyposażone w tak ważny oręż, jakim jest wiedza na temat sytuacji suicydalnych tj. zachowań samobójczych. O tym wszystkim postaramy się porozmawiać z księdzem Tomaszem Trzaską, który w dziedzinie suicydologii jest prawdziwym ekspertem i znawcą.

## O SUICYDOLOGII – WYWIAD Z KSIĘDZEM TOMASZEM TRZASKĄ

**Przedstawiliśmy sylwetkę i dorobek zawodowy dość szczegółowo, aby podkreślić z jednej strony ciekawą osobowość, z drugiej osobę dość pracowitą, która ciągle podejmuje nowe wyzwania. Czy nasz sposób rozumowania jest właściwy? Skąd zainteresowanie problematyką samobójstw, skąd się to wzięło – ta szczególna potrzeba niesienia pomocy ludziom, którzy będąc w trudnym położeniu – decydują się na odebranie sobie życia?**

rym jest wiele do zrobienia. I tak krok za krokiem doszedłem tu, gdzie jestem teraz.

**Jak wygląda problem samobójstw w naszym kraju, jakie to są liczby? Jaka jest skala problemu i kogo najbardziej on dotyka, dorosłych, dzieci?**

Problem zachowań samobójczych dotyka zarówno mężczyzn, jak i kobiety, we wszystkich grupach wiekowych. Oczywiście nasza uwaga często koncentruje się na ludziach młodych, bo oni są dla nas niezwykle ważni, ale musimy pamiętać, że każde zachowanie samobójcze jest niepożądane i jako społeczeństwo musimy robić wszystko, aby do nich nie dochodziło. Na przestrzeni kilku ostatnich lat notujemy wzrost takich zachowań wśród młodzieży (nawet o 140%), a także u osób w podeszłym wieku. Niemniej jednak, zachowania samobójcze najczęściej podejmowane są

przez osoby w średnim wieku. W każdej grupie wiekowej wskazywane różnicujący układ cech i tzw. etiologię, niemniej jednak wszystkie one mają wspólną cechę – chodzi o tzw. ból psychiczny, który stając się „nie do zniesienia” – popycha człowieka do tej strasznej decyzji.

**Czy cyberzagrożenia, których efektem byłyby czyny samobójcze, są w Waszym zainteresowaniu? Czy wdrażacie jakieś programy profilaktyczne w tym zakresie? Czy social media mogą również szkodzić?**

Nie ulega żadnej wątpliwości, że znaczną część naszej codzienności spędzamy w świecie wirtualnym. Pracujemy, szukamy rozrywki, kontaktujemy się. Myślę, że to bardzo ważne, aby pamiętać, że z tego cyfrowego świata korzystają jednak „analogowi” ludzie. Że to właśnie ludzie są zarówno twórcami, jak i odbiorcami (niekiedy w jednej osobie), że relacje, komentarze i treści są nadawane i odbierane przez konkretne osoby. A te osoby – idąc dalej – mają swoje cechy osobowościowe, bagaż doświadczeń, mocne strony i deficyty. Treści internetowe trafiają właśnie do serca konkretnego człowieka i mogą stanowić niekiedy czynnik ryzyka.

Możemy tu oczywiście wymienić te rzeczy, które stanowią zawsze lub tylko niekiedy „cyberzagrożenie”, ale jedna rzecz to wiedzieć, druga – rozpoznawać i przeciwdziałać. Sądzę, że potrzebna jest tutaj nieustanna edukacja z zakresu nie tylko profilaktyki zachowań ryzykownych w Internecie, ale też budowanie kompetencji (szczególnie u ludzi młodych) z zakresu radzenia sobie np. z hejtem czy cyberprzemocą. W naszych działaniach edukujemy nie tylko rodziców i pedagogów, ale również twórców kultury i twórców internetowych, aby w swojej twórczości zwracali uwagę na wrażliwość ich odbiorców. Gdy mówimy o zachowaniach samobójczych – trzeba pamiętać, iż niewłaściwe praktyki mogą prowadzić do efektu naśladownictwa (tzw. efekt Wertera), natomiast dobre informowanie może nie tylko edukować, ale również bezpośrednio pomóc osobie w kryzysie i ich bliskim (tzw. efekt Papageno).

**Jakie portale, organizacje oraz instytucje są ukierunkowane na pomoc osobom będącym w kryzysie samobójczym. Do czego służy platforma „Życie warte jest rozmowy”? Z kim mogą kontaktować się ludzie niemogący poradzić sobie z problemem, którzy mają myśli samobójcze?**

Istnieje w Polsce coraz więcej organizacji i miejsc, w których można uzyskać zarówno wsparcie, jak i merytoryczną wiedzę dotyczącą pomocy osobom w kryzysie. Jednym z nich – w mojej ocenie szczególnie pomocnym – jest portal „Życie warte jest rozmowy (zwjwr.pl)”, gdzie nie tylko można odnaleźć wiele materiałów pomocowych, poradnikowych, również w formie wideo, ale również napisać do specjalisty, skorzystać z bezpłatnych konsultacji dla rodziców, szkół, duchownych czy rodzin. To pierwsze w Polsce takie kompleksowe rozwiązanie edukacyjno-pomocowe, dodatkowo w zupełności darmowe.

**Jak można pomagać ludziom w kryzysie, którzy przejawiają zachowania autodestrukcyjne? Jak może to zrobić każdy z nas?**

Punktem wyjścia zawsze jest rozmowa. Ona nie tylko może pozwolić wypowiedzieć się osobie w kryzysie, nazwać swoje problemy, ale też poczuć się w danym momencie najważniejszym, razem ze swoimi problemami. Zresztą, nawet jeśli osoba w kryzysie znajdzie się w gabinecie specjalisty – to tutaj również podstawą jest wywiad, czyli rozmowa. W takim przyjacielskim wsparciu

ważne jest, aby pozwolić osobie bliskiej mówić. To już jest bardzo wiele. Mam czasem wrażenie, że jesteśmy społeczeństwem ludzi niewysłuchanych. A przecież po to żyjemy obok siebie, aby się wzajemnie wspierać. Dlatego pierwszy krok to rozmowa. Potem wsparcie w szukaniu profesjonalnej pomocy i zachęta do skorzystania z niej. Niekiedy trzeba z taką osobą udać się do gabinetu lekarza, poczekać aż wyjdzie, pomóc w kolejnych krokach.

Pamiętajmy, że korzystanie ze specjalistycznego wsparcia już dawno nie jest żadnym powodem do wstydu, a wręcz przeciwnie – walka o siebie i swój dobrostan jest wyrazem dojrzałości. Czasem jest tutaj potrzebna pomoc osoby bliskiej i to też musimy umieć przyjąć. Trudno w kilku zdaniach opisać całość zjawiska, które nazywamy „pierwszą pomocą emocjonalną”, dlatego zawsze zachęcam do skorzystania z poradników zamieszczonych na naszej stronie (zwjwr.pl). Tam znajdziemy instrukcję, niejako krok po kroku, jak rozmawiać z osobą w kryzysie i gdzie szukać dla niej pomocy.

**Jak policjanci powinni współpracować z mediami w kwestiach budowania właściwego przekazu informacji o czynach samobójczych? Na jakie elementy tego przekazu należy zwrócić uwagę? O czym pisać, mówić, w jaki sposób, czego unikać, a co podkreślać?**

Niezwykle ważne jest, aby w informowaniu o zachowaniach samobójczych zachować standardy wypracowane zarówno przez Światową Organizację Zdrowia, jak i te przygotowane m.in. przez polskich specjalistów. To szerokie opracowania, które nie tylko mówią o tym, jak przekazywać informacje, ale także wskazujące – jakie konsekwencje przynosi ich przestrzeganie. Mówiąc w skrócie – chodzi o to, aby komunikat nie wzbudzał efektu naśladownictwa, a wskazywał rozwiązania wyjścia z kryzysu i zabezpieczał dobra rodziny i samej osoby w kryzysie, która podjęła próbę samobójczą.

**W jednym z wywiadów radiowych usłyszeliśmy stwierdzenie, że podczas prowadzonych szkoleń w ramach realizacji Programu Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym, policjanci zostali wyróżnieni jako grupa zawodowa, która doskonale rozumie potrzebę doskonalenia przekazu informacji – tak, aby nie szkodził. Czy faktycznie tak jest?**

Rzeczywiście tak jest. Po cyklu szkoleń (m.in. w Komendzie Stołecznej Policji) sposób informowania o zachowaniach samobójczych zdecydowanie zmienił się na lepsze. Jest mi niezwykle miło o tym mówić, bo pamiętam naszej pierwszej rozmowy i spotkania z rzecznikiem prasowym KSP i jego zespołem. Spotkałem się z bardzo dużą otwartością, a także natychmiastową reakcją w realizowanej polityce informacyjnej, którą bardzo chętnie stawiam za wzór innym służbom i podmiotom. Oby wszędzie tak było! Dziękuję bardzo!

**Jak to jest z dzisiejszymi mediami, czy często odbywają się szkolenia dla redaktorów i wydawców i czy zmienia się powoli myślenie, czy też trend prezentowania „krwawych materiałów” (dot. czynów samobójczych) na rzecz tworzenia takiego przekazu informacyjnego, z którego będzie raczej wynikało, że opisane zdarzenie to ludzka tragedia i gdzie można zgłosić się po pomoc, a nie – kto to był (osoba publiczna = większa sensacja = więcej lajków, klików), jak to zrobił i gdzie? Przecież to dodatkowa trauma dla wszystkich, dla osoby, która próby samobójczej się podjęła, a została np. uratowana, czy też rodziny, która bardzo przeżywa tę osobistą tragedię. Co media powinny w sobie zmienić?**

Zespół Biura ds. Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym IPiN prowadzi systematyczne szkolenia dla dziennikarzy z zakresu informowania o zachowaniach samobójczych. To są kilkugodzinne szkolenia stacjonarne oraz webinary, w ramach których przekazujemy nie tylko wiedzę, ale także praktyczne umiejętności pisania o zachowaniach samobójczych. Widzimy tutaj wyraźną zmianę – może nie tak szybko, jak w przypadku wydziałów prasowych Policji – ale jednak jest ona zauważalna. W wielu materiałach prasowych nie pojawiają się już treści szkodliwe, a na ich zakończeniu umieszczane są informacje pomocowe. To już ogromnie dużo, bo przecież musimy pamiętać, że takie teksty czytają również osoby w kryzysie. Oczywiście nie jest tak, że nie ma już nic do zrobienia. W zasadzie każdego tygodnia pojawiają się materiały prasowe, które w niewłaściwy sposób opisują te dramatyczne wydarzenia. Wiemy wszyscy, że materiał musi „się klikać”. Staramy się uwrażliwiać dziennikarzy na to, że ich tekst może zarówno zaszkodzić, jak i bardzo pomóc. Widzimy efekty, ale sporo pracy wciąż przed nami.

**Czy ma książkę jakieś swoje autorskie pomysły, projekty, zamysły, co można by jeszcze pozytywnego zrobić dla tzw. prewencji samobójstw?**

Nieustannie szukamy nowych płaszczyzn pracy z dorosłymi i młodzieżą w tym zakresie. Mnie szczególnie cieszy fakt, że udało się uruchomić dość szeroko zakrojoną akcję edukacyjną wśród duchownych, którzy przecież są również „na pierwszej linii” pomocy osobom w kryzysie. Podobnie edukujemy pracowników zakładów pogrzebowych, bo przecież oni są w kontakcie z rodziną pogrążoną w żałobie po śmierci samobójczej i tutaj też jest nie tylko wymagana delikatność (której często nie brakuje), ale również edukacja w zakresie pracy z osobami w żałobie. Cieszę się, że i tutaj jest zainteresowanie.

**Dziękuję za rozmowę.**

Program Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym będzie obowiązywał do 2025 roku, jednak już dzisiaj można śmiało podkreślić, że Policja również będzie na swój sposób włączona w realizację jego celów, przede wszystkim we wdrażanie i rozwijanie właściwej polityki informacyjnej.

Po szkoleniach z księdzem Tomaszem Trzaską jeszcze bardziej ta myśl została ugruntowana i stała się bardzo ważnym faktem, że poprzez współpracę z mediami, należy dbać również o dobro ludzi, bo właściwy przekaz informacyjny ma pomóc, a nie zaszkodzić.

To samo tyczy się innych czynności policyjnych, wykazania empatii, zrozumienia i pomocy wszystkim tym, którzy będą w kryzysie. Od Waszej pomocy, postawy, zainteresowania – będzie zależała ich przyszłość, a niekiedy życie.

Jeśli przeżywasz trudności i myślisz o odebraniu sobie życia lub chcesz pomóc osobie zagrożonej samobójstwem pamiętaj, że możesz skorzystać z bezpłatnych numerów pomocowych:

**800 70 2222**

CAŁODOBOWY

Centrum Wsparcia dla osób dorosłych w kryzysie psychicznym

**800 12 12 12**

CAŁODOBOWY

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

**116 111**

CAŁODOBOWY

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

**116 123**

CAŁODOBOWY

Telefon wsparcia emocjonalnego dla dorosłych

**112**

Numer alarmowy w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia

Inne numery telefonów pomocowych znajdziesz na stronach:

[www.zapobiegajmysamobojstwom.pl](http://www.zapobiegajmysamobojstwom.pl)  
[www.zwjr.pl/bezplatne-numery-pomocowe](http://www.zwjr.pl/bezplatne-numery-pomocowe)  
[www.pokonackryzys.pl](http://www.pokonackryzys.pl)



Ministerstwo  
Zdrowia



Zadanie realizowane ze środków Narodowego Programu Zdrowia na lata 2021-2025, finansowane przez Ministra Zdrowia.

## Rekomendacje dotyczące informowania o zachowaniach samobójczych

Kiedy informujesz o zachowaniach samobójczych w **PRAWIDŁOWY SPOSÓB**, zwiększasz szansę na to, że osoby w kryzysie lub w trudnej sytuacji sięgną po pomoc.

**Przygotowany przez Ciebie materiał ma MOC – może uratować komuś życie!**

**Niewłaściwy sposób przedstawiania zachowań samobójczych w mediach zwiększa ryzyko naśladownictwa wśród podatnych osób, dlatego:**

- **NIE PODAWAJ** w tytule, leadzie, na okładce, grafice sensacyjnych i dramatycznych określeń dotyczących zachowań samobójczych (np. epidemia czy fala samobójstw).
- **NIE ZAMIESZCZAJ** fotografii, materiałów wideo oraz **NIE OPISUJ** metody, miejsca samobójstwa lub próby samobójczej.
- **NIE PUBLIKUJ** fotografii, materiałów wideo, imienia, wieku osoby, która odebrała sobie życie lub podjęła próbę samobójczą, a także całości lub części listu pożegnania.
- **NIE PRZEDSTAWIAJ** ofiar samobójstwa lub osób po próbie samobójczej w idealizujący i gloryfikujący sposób.
- **NIE WSKAZUJ** motywów i domniemanych przyczyn (szczególnie **NIE KONCENTRUJ** się na pojedynczej przyczynie) oraz **NIE OSKARŻAJ** i **NIE SZUKAJ** winnych.
- **NIE PRZEDSTAWIAJ** samobójstwa lub próby samobójczej jako sposobu rozwiązania problemów lub uzyskania ulgi i zakończenia cierpienia.
- **NIE POPULARYZUJ** stron internetowych i forów, filmów, wyzwań internetowych oraz publikacji, które normalizują zachowania samobójcze, opisują metodę, przebieg próby samobójczej lub samobójstwa.
- **NIE UŻYWAJ** lekceważących i obraźliwych określeń w stosunku do osób po próbie samobójczej oraz osób z problemami psychicznymi.
- **WSKAZUJ**, gdzie i w jaki sposób można uzyskać pomoc.
- **POKAZUJ** możliwości poradzenia sobie z problemami i uzyskania pomocy przez osoby z konkretnych grup ryzyka.
- **PODAWAJ** przykłady osób, które poradziły sobie z kryzysem psychicznym i myślami samobójczymi.
- **WYJAŚNIAJ** funkcjonowanie instytucji, które prowadzą działania na rzecz zdrowia psychicznego.
- **INFORMUJ**, jak rozpoznać sygnały ostrzegawcze kryzysu samobójczego i jak udzielić pierwszej pomocy emocjonalnej.
- **USZANUJ** prywatność bliskich ofiar samobójstwa oraz osób po próbie samobójczej.
- **WYŁĄCZAJ** lub **MODERUJ** komentarze pod publikacjami na temat zachowań samobójczych.
- **NAWIAŻ** stałą współpracę z ekspertami Biura ds. Zapobiegania Zachowaniom Samobójczym IPiN.
- **KORZYSTAJ** z rzetelnych źródeł wiedzy i danych dotyczących zachowań samobójczych (KGP, GUS).
- **POWOŁUJ SIĘ** na badania naukowe prowadzone przez renomowane ośrodki.
- **PRZEKAZUJ** wiedzę o zachowaniach samobójczych bez powielania mitów na ich temat.

## INSPEKTOR MAREK BOROŃ PEŁNIĄCYM OBOWIĄZKI KOMENDANTA GŁÓWNEGO POLICJI



22 grudnia 2023 roku minister Marcin Kierwiński powołał na stanowisko Zastępcy Komendanta Głównego Policji inspektora Marka Boronia. Jednocześnie powierzył mu pełnienie obowiązków Komendanta Głównego Policji.

Inspektor Marek Boroń rozpoczął służbę w Policji w 1994 roku w garnizonie stołecznym. Służył m.in. w Wydziale Dochodzeniowo-Śledczym. Od 2001 kontynuował służbę w Centralnym Biurze Śledczym Komendy Głównej Policji. W latach 2014-2016 był najpierw zastępcą dyrektora, a następnie zastępcą komendanta Centralnego Biura Śledczego KGP. Od stycznia do czerwca 2016 roku realizował obowiązki w Biurze Służby Kryminalnej.

W latach 2016-2018 pełnił służbę w Biurze Międzynarodowej Współpracy Policji Komendy Głównej Policji. W listopadzie 2018 roku Marek Boroń został powołany na stanowisko zastępcy dyrektora Biura Wywiadu i Informacji Kryminalnych KGP.

W trakcie dotychczasowej służby insp. Marek Boroń został uhonorowany między innymi Srebrnym Medalem Za Długoletnią Służbę oraz Złotą Odznaką Zasłużony Policjant. Jest absolwentem Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie oraz Wyższej Szkoły Policji w Szczytnie (obecnie Akademia Policji w Szczytnie).

W swoim wystąpieniu podczas uroczystości powierzenia obowiązków inspektor Marek Boroń podziękował za zaufanie, jakim został obdarzony i podkreślił ogromne zobowiązanie, jakie na nim spoczęło: - *Wiem, ile wyzwania stoi przed Policją. Mam świadomość tego, co najbardziej boli Policję, mówię tutaj o problemach kadrowych, procesie wyszkolenia i o tym, jak dzisiaj wygląda świat, w którym się znaleźliśmy. To zaszczyt, że mogę objąć prowadzenie polskiej Policji. Zobowiązuję się, że wszystkie moje decyzje będą przemyślane. To ma być ewolucja, nie rewolucja.*

W uroczystości mającej miejsce w Komendzie Głównej Policji udział wzięli: sekretarz stanu w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych i Administracji Czesław Mroczek, I Zastępca Komendanta Głównego Policji nadinsp. Dariusz Augustyniak, zastępcy Komendanta Głównego Policji nadinsp. Roman Kuster i nadinsp. Paweł Dobrodziej, a także dyrektorzy i zastępcy dyrektorów Biur KGP, pełnomocnicy Komendanta Głównego Policji oraz przedstawiciele związków zawodowych zrzeszających policjantów i pracowników Policji.

Źródło: [www.gov.pl/web/mswia](http://www.gov.pl/web/mswia) oraz [policja.pl](http://policja.pl)



## „STOŁĘCZNI” – KOLEJNY ODCINEK NA YOUTUBE

Komenda Stołeczna Policji przedstawia nowy film z serii pod wspólnym tytułem „Stołeczni”. W każdym odcinku pokazujemy niewątpliwe uroki, ale i trudy tej niebezpiecznej służby. Każdy odcinek pokazuje specyfikę służby innego wydziału lub jednostki. Trzeci poświęcony jest codziennej pracy policjantów Oddziału Prewencji Policji w Warszawie. W tym odcinku zobaczycie, jak wyglądają szkolenia funkcjonariuszy Oddziału Prewencji oraz policyjny sprzęt wykorzystywany przez nich w służbie. Dowiedziecie się również ciekawych rzeczy o Kompanii Reprezentacyjnej Polskiej Policji, w skład której wchodzi Kompania I OPP w Warszawie. Projekt filmowy realizuje Wydział Komunikacji Społecznej KSP.

Źródło: [ksp.policja.gov.pl](http://ksp.policja.gov.pl)





# FOTOGRAFIA PRASOWA Z POLICYJNEGO OBIEKTYWU

★Tekst Daniel Niezdropa, zdjęcia z prywatnego archiwum Krzysztofa Chwały



*„Dobre zdjęcie powstaje przed naciśnięciem spustu – w naszej wyobraźni”  
– aspirant sztabowy Krzysztof Chwała*

Trzy dekady istnienia Stołecznego Magazynu Policyjnego zbiegają się w czasie z trzydziestolecie służby najbardziej znanego stołecznego i policyjnego fotografa – aspiranta sztabowego Krzysztofa Chwały, który na licznych zdjęciowych kadrach (kiedyś kliszach, dzisiaj nośnikach pamięci) uchwycił i utrwalił wiele postaci oraz wydarzeń, które przeszły już do historii. Żywym świadectwem tej policyjnej codzienności są zdjęcia, które można oglądać na ścianach korytarzy Komendy Stołecznej Policji, stronie internetowej, a także w numerach (archiwalnych również) Stołecznego Magazynu Policyjnego. Nasze branżowe pismo wielokrotnie było wzbogacane pięknymi kadrami autorstwa Krzysztofa Chwały. Nie bez znaczenia jest fakt, że waga prasowej fotografii jest obecnie nieoceniona, bez niej gazeta nie byłaby tak ciekawa i różnorodna. Zdjęcia zachęcają do tego, aby wejść do tego niezwykłego świata wielu wydarzeń, jakie oferuje Stołeczny Magazyn Policyjny. Aby podkreślić, jak ważne są zdjęcia w gazecie, porozmawiamy z Krzysztofem Chwałą, który z tak dużym doświadczeniem i praktyką jest prawdziwym znawcą tematu. To również ukłon w kierunku tych autorów i fotografów, których zdjęcia zdobyły okładki SMP i treści zamieszczonych w nim artykułów.

### ZDJĘCIE BARDZO WAŻNE JEST...

Zdjęcie to główny element każdej współczesnej gazety czy też portalu informacyjnego. Już pierwsze spojrzenie na okładkę mówi wszystko, bo ciekawy kadr potrafi skutecznie zachęcić czytelnika do tego, aby otworzył gazetę, czy też kliknął nagłówek na portalu informacyjnym.

Zdjęcia prasowe oddziałują w wielu aspektach na ludzką wyobraźnię, stąd też pogląd o ich niejakiem nadrzędności nad tym, co zostało napisane. Dobre zdjęcie będzie z jednej strony informować, z drugiej nawet uzupełniać to, co jest treścią artykułu. Zresztą każde zdjęcie musi oddziaływać i stanowić pewną tajemnicę, w której odkryciu ma pomóc słowo pisane. Dlatego jedną z idei funkcjonowania Stołecznego Magazynu Policyjnego zawsze było publikowanie interesujących kadrów i ujęć policyjnej rzeczywistości.

### POLICJANT I FOTOGRAF, PASJA I SŁUŻBA

Krzysztof Chwała, nasz stołeczny fotograf jest wyjątkowym twórcą, który wspomnianym rodzajem fotografii zajmuje się na co dzień. Z nim właśnie rozmawialiśmy o tym, jaki ma pogląd na fotografię prasową i jak wyglądała jego przygoda z aparatem w policyjnej scenerii. Poznamy też historię związaną z fotografią od pierwszych dni wstąpienia w szeregi naszej służby.

**Macie tyle samo lat, nasz SMP i Twoja służba w Policji. Jednak liczba Twoich zdjęć zdecydowanie bije na głowę liczbę naszych wydań. Jesteś w stanie policzyć, ile fotografii wykonałeś dotychczas?**

Na pewno mogę liczyć je w milionach. Moja pierwsza przygoda z fotografią rozpoczęła się w szkole podstawowej. Myślę, że na samym początku nie było to coś ambitnego i skupiałem się wtedy raczej na przyrodzie, ale z czasem przyszedł większy apetyt na fotografię i rozwijanie własnych umiejętności.

**W jakim wieku poczułeś w sobie smykałkę do robienia zdjęć?**

Pierwszy aparat kupiłem za jakieś śmieszne pieniądze. To była Smiena 8M. Potem był Zenit. W miarę możliwości pojawiały się kolejne. W szkole średniej był to niemiecki aparat Praktica. Zacząłem też wykonywać obrazki wielkoformatowe. Pomagał mi w tym aparat Kiev z bardzo fajną optyką. Kolejnym był Canon i tej marce jestem wierny do dziś.



**Czy ukończyłeś kurs fotograficzny, czy może uczęszczałeś na zajęcia np. do jakiegoś Domu Kultury, czy to były warsztaty, czy byłeś zwykłym samoukiem, czytałeś książki, poradniki? To pewnie było jedyne źródło informacji w tamtych czasach?**

Szkola podstawowa, jak pamiętam – to były głównie podstawy mojej fotografii, tutaj nie było mowy o nauce, z uwagi na brak dostępności czegokolwiek. Przygoda zaczęła się w szkole średniej, w Zespole Szkół Technicznych w Chełmie, gdzie przez przypadek dowiedziałem się o tzw. kółku fotograficznym, a że mieszkałem w internacie i mieliśmy dużo wolnego czasu na różne zainteresowania, to siłą rzeczy postanowiłem pogłębić swoją wiedzę i zapisałem się do tego kółka. Narzędzia, aparaty i literatura, które były na wyposażeniu naszej pracowni fotograficznej, okazały się

bardzo pomocne w rozwijaniu mojej pasji. Mieliśmy również do dyspozycji negatywy ORWO-NP-55 (w 250-metrowych rolkach).

**Czy miałeś wtedy jakiegoś mentora, osobę, która zaimponowała Ci robieniem fotografii albo swoją wiedzą, czy też pokazała, że to jest bardzo ciekawa dziedzina, którą warto dalej zgłębiać?**



Na pewno w pracowni fotograficznej było dużo ciekawych zdjęć. Prowadził ją wtedy zastępca dyrektora szkoły i była to na tyle fajna osoba i posiadająca do tego wielką wiedzę praktyczną, jeśli chodzi o fotografię, że słuchaliśmy go z dużym zainteresowaniem. To wszystko z czasem ewaluowało, ponieważ chętnych do robienia zdjęć w szkole było naprawdę dużo. Wyposażenie tej pracowni było na tyle praktyczne, że mogliśmy zdjęcia na bieżąco wywoływać, wtedy jeszcze fotografię czarno-białą. To były lata 1987-1988. Byliśmy spełnieni, że mogliśmy naszą twórczość przełożyć na papier. Później zaczęły się pierwsze fotografie w kolorze. Technologia poszła tak do przodu, że odwiedzaliśmy już tzw. laby, które wtedy wchodziły do Polski. Pierwszy był w Lublinie i miałem dużą frajdę, odbierając w labie odbitki w kolorze. Dodam tylko, że wywoływanie zdjęć kolorowych samodzielnie, metodą trady-

cyjną było dosyć kłopotliwe i nie zawsze udawało się osiągnąć pożądany efekt.

**Sam wywoływałeś swoje pierwsze zdjęcia?**

Tak, w pracowni była ciemnia, gdzie znajdowały się wszelkie potrzebne preparaty. Uczyłem się tego wszystkiego od podstaw. Wtedy też zacząłem zmieniać swoje zainteresowania z przyrody na zdjęcia portretowe. Głównie z racji tego, że mieszkalem w tym internacie, gdzie było dużo obiektów do fotografowania (śmiech). Zacząłem też wykonywać zdjęcia w czasie wydarzeń szkolnych i nie tylko. Już wtedy zdarzało mi się robić zdjęcia podczas uroczystości, pewnie z racji tego, że należałem do kółka fotograficznego. W szkolnych archiwach znajdują się kroniki oraz periodyki, w których liczne prace koła można jeszcze zobaczyć.

**Nie myślałeś, żeby tę pasję bardziej urzeczywistnić, zmaterializować np. otworzyć zakład fotograficzny, pójść w takim kierunku wtedy jeszcze? Czy miałeś takie plany?**

Powiem szczerze, nigdy o tym nie myślałem. Uważałem się bardziej za rzemieślnika, a nie za kogoś, kto miałby prowadzić jeszcze biznes, usługę w takim kierunku, jak fotografia. Faktycznie w szkole średniej, gdzieś w okolicach 2,3 klasy, ten poziom znajomości fotografii był już w miarę zaawansowany. Organizowaliśmy nawet konkursy „foto”. Byłem dumny, że zastępca dyrektora, który zajmował się kołem, dostrzegł moje starania i umiejętności, wyznaczając mnie na opiekuna pracowni fotograficznej. Raz w tygodniu spotykaliśmy się, omawialiśmy różne kwestie związane z fotografią, sprzętem, technikami robienia zdjęć. Czasy były wtedy bardzo fajne, zresztą tereny województwa lubelskiego, piękne krajobrazy wręcz zachęcały do tego, żeby ruszyć z aparatem w teren i upolować ciekawy kadr.

**Czy pomysł wstąpienia do służby był efektem Waszych rozmów w grupie rówieśniczej, czy może policjanci przychodzili do szkoły, zapraszali do rekrutacji? Jak było w Twoim przypadku?**

Jak każdy człowiek w wieku 18-19 lat, zacząłem myśleć nad tym, co będę dalej w życiu robił. Zresztą wszyscy moi rówieśnicy stanęli wtedy przed wyborem zawodu. Dużo mówiło się o tym szczególnie pod koniec szkoły średniej, bo takie zajęcia również z nami prowadzono. Dzisiaj nazywa się to fachowo doradztwem zawodowym.

Tak naprawdę w mojej rodzinie nie miałem tradycji mundurowych oraz policyjnych. Pamiętam, że rozmawialiśmy wtedy z wychowawcami z internatu, z którymi dyskutowaliśmy na temat swoich zawodowych i życiowych planów. Rozmawialiśmy o różnych zawodach. Spotkałem się też z policjantem, który był dyżurnym w Chełmie. Opowiedział mi o służbie i w pewien sposób mnie do niej zachęcił. Od słów przeszedłem do czynu...

**Czy od razu była to resortowa przygoda z aparatem, co robiłeś w Policji na samym początku, zanim trafiłeś do Komendy Stołecznej Policji? Czy od razu wszedłeś w rytm kadrowej pracy, niekiedy gabinetowej, bo dokumentowałeś uroczystości i ważne wydarzenia z udziałem kierownictwa stołecznego garnizonu? Masz na koncie wiele kadrów i zdjęć, między innymi do kalendarzy, legitymacji policyjnych, z ćwiczeń mobilizacyjno-obronnych, działań, całe mnóstwo. Powiedz nam, zanim zostałeś najbardziej rozpoznawalnym garnizonowym fotografikiem, jakie doświadczenie zdobywałeś w mundurze?**

W 1994 roku wstąpiłem do służby w Policji. Zaczęę może od najciekawszego wątku, właśnie tego mojego aparatu fotograficznego, bo już na kurs podstawowy wyruszyłem razem z nim. To był Ośrodek Szkolenia Policji w Łodzi. Nasz kurs podstawowy trwał wtedy 8 miesięcy i aparat cały czas mi towarzyszył. Przyznam, że trochę tych zdjęć wtedy zrobiłem. To był bardzo dobry czas, poznawanie wszystkiego od nowa.

### **Wróćmy do służby, do jakiej jednostki trafiłeś od razu po kursie?**

Pierwszą był Komisariat Policji na Ursynowie, gdzie przez krótki czas zajmowałem się problematyką nieletnich. Następnie trafiłem do komórki kadrowej w Komendzie Policji Warszawa Mokotów. Miałem tam etat instruktora wyszkolenia strzeleckiego. To były ciekawe lata służby. W podziemiach komendy mieliśmy strzelnicę, siłownię, saunę, mini salkę do ćwiczeń – czyli wszyst-

### **czas Ci towarzyszyła? Kiedy pojawiły się pierwsze zdjęcia z uroczystości i oficjalnych spotkań kierownictwa KSP?**

Tak zgadza się, aparat zawsze miałem przy sobie, każdą niemalże okazję wykorzystywałem do tego, żeby dokumentować ciekawe inicjatywy i podczas nich robić zdjęcia. Wtedy też zacząłem rozglądać się za możliwością wykonywania odbitek. Nawiązałem kontakt z pracownikami Laboratorium Kryminalistycznego KSP, którzy swoje służbowe klisze wywoływali w CLK i to dzięki nim wykonane zdjęcia – dokumentujące pracę szkoleniową i tzw. codzienność policyjną – mogłem szybciej zmaterializować. Fotografowałem też dużo sportowych imprez i zawodów strzeleckich. Aparat był zawsze przy boku, niemalże jak pistolet (śmiech).

Jeżeli chodzi o zdjęcia z uroczystości, to pojawiły się one poprzez kontakt z pracownikami LK KSP. Było tam kilku fotografów (Robert Duchnowski, Jacek Reda czy Adam Kalicki), którzy byli wtedy



Zdjęcia Krzysztofa Chwały zdobią wiele policyjnych kalendarzy. Są także wykorzystywane w materiałach promocyjnych i publikacjach tworzonych dla Sekcji ds. doboru KSP.



ko, to czego dzisiaj w jednostkach Policji brakuje. Realizując zagadnienia szkoleniowo-strzeleckie również nie rozstawałem się z aparatem. Mogłem spełniać pasję i robić zdjęcia pokazujące policyjne strzelania, wykonywałem też dosyć sporo kadrów z życia komendy. Inspiracją dla moich zdjęć była wtedy funkcjonująca w komendzie na Mokotowie tzw. mokotowska grupa antyterrorystyczna (MOGAT) oraz jej nietuzinkowe metody szkolenia mokotowskich policjantów, co też zachęcało mnie do tego, aby te policyjne ujęcia różnicować i wykonywać zdjęcia, czy to podczas ćwiczeń, czy też działań i akcji.

W 1999 roku przeniósłem się do dalszego pełnienia służby w Komendzie Stołecznej Policji. Trafiłem do Wydziału Kadry i Szkolenia. Na samym początku zajmowałem się sprawami szkoleniowymi. Po mniej więcej dwóch, trzech latach trafiłem do komórki doboru kadr. Pamiętam, jak jeździłem niemalże po całym województwie i zachęcałem młodzież do wstąpienia do służby w Policji. Były to spotkania na targach pracy, w szkołach, urzędach.

**Z tego, co powiedziałeś – wynika, że fotografia reporterska cały**

angażowani do takich przedsięwzięć. Z racji tej współpracy, na początku wynikającej z możliwości pozyskiwania odbitek, zaczęto mnie angażować do zdjęć z uroczystości gabinetowych. W tym czasie byłem ukierunkowany na fotografię strictly wewnętrzną, relacje z oficjalnych spotkań, które zamykały się swoim charakterem w murach Pałacu Mostowskich.

### **Czy w tym czasie przygotowywałeś i wykonywałeś też zdjęcia do kalendarzy policyjnych? Czy już wtedy były takie pomysły?**

Kalendarze z moimi zdjęciami pojawiły się bliżej 2010 roku za namową policyjnych Związków Zawodowych, które organizowały na to budżet, wtedy wiele zdjęć wykonałem z zamysłem i w celu można powiedzieć promocyjnym.

**Zdjęcia, które możemy podziwiać – przechodząc głównym korytarzem Pałacu Mostowskich – pochodzą bodajże z początku milenium (lata 2003 – 2005) i co istotne – są Twojego autorstwa? Kto wpadł na ten pomysł, żeby je eksponować w takim miejscu?**

Temat zrodził się podczas jakiejś rozmowy, ale nie pamiętam już dokładnie, kto mógł być jego inicjatorem. Jeżeli chodzi o kwestie organizacyjno-techniczne, odbitki, ramki, samo przygotowanie zdjęć – spadło to na mnie i dzięki temu część moich prac została w taki sposób upubliczniona.

**Czyli pierwsza wystawa Twoich zdjęć, to właśnie ten nasz słynny korytarz?**

Zgadza się, zdjęcia może niektóre już trochę dotknięte przez czas, to jednak jeszcze tam są.

**Pamiętasz początki współpracy ze Stołecznym Magazynem Policyjnym?**

Zdjęć zrobiłem bardzo dużo – myślę, że te pierwsze, które trafiły do magazynu, mogły być wykonane przez wspomnianych kole-

**Tworząc zdjęcie, mówiąc o fotografii prasowej z policyjnego obiektywu, wiemy o tym, że takie zdjęcie często trafia do sfery publicznej i musimy mieć świadomość tego, żeby było wykonane w dobrym tonie i właściwie pokazywało osobę, obiekt, sytuację, miejsce. Czy zgodzisz się z tą teorią?**

Tak oczywiście. Cały urok polega na tym, żeby tym jednym ujęciem przekazać jak najwięcej i jak najlepiej. Zdjęcie ma pobudzić wyobraźnię i myślenie.

**Czy zgodzisz się z tym, że gdy nie ma zdjęcia, to niekiedy nie ma zainteresowania tekstem?**

To fakt, zdjęcie jest ważne. Dlatego należy przygotować taką fotografię, żeby przekazać jak najwięcej. Może nie oddać całej treści, ale przynajmniej zarys fabuły jakiejś opowieści, historii. Zdjęcie ma tak zachęcić czytelnika, żeby artykuł przeczytał. Ma go przede



gów z laboratorium (magazyn powstał w 1993 roku, a ja byłem w KSP od 1999 roku). Z tego, co sobie przypominam, to moje pierwsze zdjęcia opublikowano w 2004 roku. Kojarzę, że było to ślubowanie policjantów na Placu Krasińskich w Warszawie.

**Jakie cechy powinien mieć dobry fotograf? Czy takie, jak dobry śledczy, a może myśliwy, takie sokole oko, które dojrzy każdy szczegół?**

Tak humorystycznie mówiąc, to musi być przede wszystkim dobry strzelec. Musi porządnie wycelować, skupić się na obiekcie, aby trafić w sam środek tarczy. Trochę w tym jednak prawdy jest, szczególnie jeśli chodzi o fotografię sportową – w tym ulubione przeze mnie rajdy samochodowe. Dobre zdjęcie powstaje przed naciśnięciem spustu w naszej wyobraźni, w naszej głowie. Dobry fotograf powinien być spostrzegawczy, mieć wyobraźnię, ale też umiejętnie przekazać w jednym konkretnym zdjęciu, patrząc pod kątem artykułu w gazecie, jego wątek i treść. Poprzez jedno zdjęcie, jeden kadr przekazuje się niekiedy całą opowieść.

wszystkim zainteresować.

**Patrząc z perspektywy tak doświadczonego fotografa, powiedz – jakie cechy powinno mieć dobre prasowe zdjęcie? Co jest ważne, żeby takie powstało?**

Już praktycznie na to odpowiedziałem. Zdjęcie musi oddawać treść artykułu i dokładnie obrazować, oczywiście nie wszystko. Być takim trailerem, tak jak w filmie, po którego obejrzeniu, zrobimy kolejny krok, na przykład przeczytamy artykuł w Stołecznym Magazynie Policyjnym. Zdjęcie musi być po prostu dobre, jedyne w swoim rodzaju. Sposób jego wykonania, dobór światła, kadru, to wszystko ma istotne znaczenie. Pamiętajmy, że często nie pracujemy w studyjnych warunkach.

Umiejętności techniczne fotografa są bardzo potrzebne, czasami jest to jedna sekunda i musimy się wstrzelec z tym wszystkim. Ważny jest dobór sprzętu, odpowiednich parametrów aparatu, zatrzymanie się w miejscu, postawa, właściwy kąt. To wszystko zależy od tego, co fotografujemy. Prasowe zdjęcia mają to do sie-

bie, że muszą być czytelne.

**Czy masz jakieś swoje ulubione policyjne kadry, zdjęcia niepowtarzalne, których zrobienie sprawiło Ci wielką satysfakcję? Czy robisz odbitki zdjęć, tych najlepszych oczywiście?**

Moja codzienna służba nie pozwala mi wszystkiego fotografować. Staram się jednak w miarę możliwości wybierać i uczestniczyć w takich imprezach, gdzie można trafić na ciekawe ujęcia. Zawsze też myślę, jak można wykorzystać je w gazecie. Nie mam jakiś ścisłych preferencji, ale często ciągnie mnie do tematyki szkoleniowej. Staram się raz na jakiś czas robić odbitki, raczej tych wyjątkowych zdjęć, bo zrobienie wszystkiego uważam za niezbyt realne (śmiech).

**Czyli po tylu latach już wiesz, jakie zdjęcia byłyby najlepsze, z jakich uroczystości oraz przedsięwzięć?**

Zawsze staram się to wcześniej przemyśleć i mieć świadomość, że „upoluję” ciekawe ujęcie. Chętnie wracam wspomnieniami do imprez, które odbywały się w Polsce i w Warszawie tj. Euro 2012 i zabezpieczenie policyjne całego przedsięwzięcia. Od początku bardzo chciałem wziąć w tym udział. Byłem na każdym meczu odbywającym się w Warszawie, fotografując zabezpieczających imprezę policjantów. Miałem też możliwość przelecieć się helikopterem i zrobić zdjęcia z góry.

**Oprócz wykonania zdjęć dokumentujących tylko policyjną służbę – miałeś możliwość wykonania innych zdjęć tj. sportowych, prawda?**

Tak, ale to również było nawiązanie do zdjęcia reporterskiego dla Policji. Okazywało się to bardzo pomocne przy pracy policyjnej np. fotografie wykonane podczas meczu Polska-Rosja, zostały później wykorzystane przy odprawach służbowych. Wiadomo, że monitoring nie zawsze jest tak dokładny, jak zrobienie zdjęcia dobrej jakości profesjonalnym aparatem.

**Jakie jeszcze ciekawe plany zdjęciowe odbyły się z Twoim udziałem?**

Od 2018 roku uczestniczę w projektach szkoleniowych ukierunkowanych na zwalczanie zagrożeń związanych z bronią chemiczną, biologiczną, radiologiczną i nuklearną, w skrócie CBRN. Powstał z tego bardzo ciekawy materiał, nie tylko foto, ale też video. Interesujący również, bo założenia i scenariusz dotyczyły incydentów w czasie rzeczywistym, między innymi kradzież materiałów radioaktywnych oraz zaangażowanie kilku państw w ich odzyskanie. Powstało z tego dużo materiału szkoleniowo-instruktażowego. Wykonane przeze mnie zdjęcia i materiały video wykorzystywane są w doskonaleniu zawodowym odpowiednich służb policyjnych.

**Czy lubisz, kiedy jest więcej akcji, dynamiki, współdziałanie z innymi służbami, instytucjami, coś całkowicie nowego, w czym możesz się sprawdzić?**

Zgadza się, bo cały czas z tyłu głowy mam, żeby te zdjęcia można było wykorzystać, czy to na stronie internetowej KSP, czy podczas szkoleń i konferencji, a także w publikacjach Stołecznego Magazynu Policyjnego.

**Wróćmy jeszcze do Twojego archiwum. W wywiadzie przeprowadzonym 10 lat temu powiedziałeś, że zdjęciami zapełniłeś kilkanaście dysków twardej. Powiedz – ile liczy teraz?**





Myślę, że dzisiaj to już kilkadziesiąt twardych dysków (śmiej). Niestety jakość zdjęć jest coraz lepsza, ich gabaryty są coraz większe. Dlatego co roku dokupuję 3-4 dyski, aby móc wszystko zgrać. Z perspektywy wielu lat archiwizacji wiem, jak ważne jest ich gromadzenie i to na odpowiednich nośnikach. Zawsze robię zdjęcia w minimum dwóch kopiach. To daje mi gwarancję, że zdjęcia przetrwają.

Pamiętajmy, że odzyskanie zdjęć z dysku dzisiaj może być dość kosztowne, jeżeli nie poradzimy sobie dzięki dostępnym programom. Oddanie dysku do specjalisty, będzie nas kosztowało nawet kilka tysięcy złotych. Dlatego trzeba obowiązkowo tworzyć kopie zdjęć. Nie należy zawierzać jednemu urządzeniu i nośnikowi danych. Nie wyobrażam sobie trzymania zdjęć w tzw. chmurze, a tym bardziej zdjęć służbowych. Bardziej jednak ufam nośnikom, które są w moim posiadaniu, a nie są zdalnie zarządzane. To też są kwestie bezpieczeństwa.

Tworząc własne archiwa, warto dbać o to, żeby tych zdjęć nie stracić. Z płytami CD czy DVD bywa różnie, potrafią się utleniać i dlatego warto na bieżąco sprawdzać nośniki. Moje wszystkie archiwa z płyt już dawno zgrałem na dyski.

**Wiem, że Twoją pasją są zdjęcia sportowe z rajdów samochodowych. Czy jeździłeś tam jako ich dokumentator, fotograf, czy po prostu rekreacyjnie? Jakie to były kraje?**

Jeździłem przede wszystkim jako turysta. Traktowałem to jako aktywną formę wypoczynku. Jeździliśmy wspólnie z innymi pasjonatami po całej Europie z grupą zapaleńców z Dolnego Śląska. To były rajdy samochodowe (WRC), ale także wyścigi bolidów Formuły 1. Byłem na Sardynii, w Belgii, we Francji. Byłem cztery razy w warunkach typowo zimowych na Rajdzie Szwecji. Do dziś pamiętam bajeczne widoki na wysokości ponad 2 tysiące metrów nad poziomem morza i dwumetrowe zaspy. Bardzo ceniłem te wyjazdy, mogłem zrobić wiele szalonych zdjęć, a do tego zwiedzić każde z tych miejsc.

**Rajd Monte Carlo też?**

Powiem szczerze, że trafiłeś w punkt. Właśnie w przyszłym roku chciałbym pojechać na Rajd Monte Carlo i przywieźć z niego niezapomniane zdjęcia. Już nie mogę się doczekać.

**Czy należysz do jakiejś grupy, koła, forum, klubu fotograficznego?**

Najwięcej pasjonatów fotografii faktycznie poznałem na rajdach samochodowych, ale dzisiaj poprzez udział na forach różnego rodzaju portali społecznościowych jest o wiele łatwiej doszukać się z tego zakresu, wymieniać poglądy, oceniać swoje zdjęcia.

Wyjeżdżałem też na szkolenia organizowane przez producentów sprzętu fotograficznego. Byliśmy przez nich wspierani, również w pracy zawodowej np. poprzez testowanie najnowszych osiągnięć techniki fotograficznej. Zawsze starałem się przyciągać tę nowoczesność do Policji i poprzez takie kontakty doskonalić też technikę fotograficzną w Komendzie Stołecznej Policji. Najbardziej cieszył mnie fakt, że mogłem się rozwijać. Pamiętam szkolenie z zakresu fotografii dla oficerów prasowych w Poznaniu, gdzie zorganizowaliśmy także prezentację i wystawę sprzętu fotograficznego. To było coś innowacyjnego i potrzebnego zarazem.

**Każdy fotograf ma oręż w postaci aparatu fotograficznego.**

**Czy chcąc robić dobre prasowe zdjęcia, trzeba mieć specjalny sprzęt? Czy ważne jest połączenie tego z fotograficzną wiedzą oraz umiejętnościami. A może wystarczy mieć polot i wyobraźnię i niekoniecznie superaparatus, żeby zrobić niezłe policyjne i prasowe foto?**

Na pewno trzeba mieć cechy dobrego fotografa, o których już wcześniej powiedzieliśmy. Ostatnie lata dowodzą, że dobry fotograf to taki, który ma cały czas aparat w kieszeni, gdzie w każdej chwili może po niego sięgnąć i zrobić ciekawe zdjęcie.

Dzisiaj coraz częściej jesteśmy – jako fotograficy wypierani przez tzw. komórkowców. Moi znajomi, jeżdżąc na targi do USA, wracali stamtąd zdegustowani tym, że fotograficzna rejestracja obrazu ukierunkowana jest przede wszystkim na rozwój telefonów i dronów. Na świecie coraz częściej spotyka się sytuacje, w których fotografia newsowa, czasami prasowa opiera się na komórkach. I to jest już nagminne. Nie przekłada się to jednak na profesjonalną fotografię. Względy ekonomiczne często powodują, że niektóre znane redakcje zlikwidowały całkowicie etaty fotografów.

Książkowa, prawdziwa fotografia staje się powoli niszą. Ja jednak zaliczam się do tych pasjonatów, którzy bardziej wierzą profesjonalnym urządzeniom niż telefonom. Nasze aparaty komórkowe/smartfony nie sprawdzą się w trudnych warunkach oświetleniowych, jak również w rejestrowaniu ujęć dynamicznych.

Myślę, że warto spojrzeć jeszcze na inny kontekst tego zagadnienia. 90 procent zdjęć ogląda się dzisiaj na telefonie komórkowym, a dla przeciętnego odbiorcy nie ma większego znaczenia – czy takie zdjęcie jest profesjonalne, czy zrobione telefonem.

Chcąc wykonać porządne prasowe zdjęcie, trzeba mieć dobry aparat, lampę, obiektyw. To podstawa. Można wspomóc się smartfonem, ale tylko uzupełniająco. Jednak według mnie dobre zdjęcie wymaga zarówno umiejętności, praktyki, jak i dobrych urządzeń.

Potrzeba posiadania coraz lepszego sprzętu w moim przypadku wynikała przez ostatnie lata z faktu fotografowania meczów piłki ręcznej. Za namową córki, która zaczęła tę dyscyplinę uprawiać, 4 lata temu poszedłem na mecz I ligi piłki ręcznej kobiet i tak już tam wsiąknęłam. To pokazuje, jak często nawet życiowa sytuacja wymusza na nas zmianę sprzętu fotograficznego. Jestem tego żywym przykładem (śmiech). Dlatego nowa pasja to nowy obiektyw, jeden, drugi, trzeci...

**Jakie rodzaje wydarzeń najbardziej lubisz fotografować? Jakie według Ciebie elementy powinny znaleźć się na dobrym policyjnym zdjęciu?**

Wcześniej już o nich wspomnieliśmy, najbardziej te, gdzie mogłem zrobić coś nowego, wyjść poza Pałac Mostowskich, odejść na chwilę od uroczystości, zdjęć statycznych, zdjęć do legitymacji,

czy wręczania odznaczeń i awansów. Dlatego zawsze będę mile wspominał wielkie imprezy sportowe typu Euro 2012 i każdy inny zdjęciowy plan, na którym mogłem ustrzelić ciekawe ujęcie. Zdjęcia i materiał video, które współtworzyłem w ramach działań ukierunkowanych na zwalczanie zagrożeń CBRN – były pokazane na forum ONZ (Organizacji Narodów Zjednoczonych).

Dobre policyjne zdjęcie to takie, które jest tematyczne. Zdjęcie prasowe czy reporterskie musi być konkretnie dopasowane do tematu, o którym piszemy. Nie możemy tworzyć domysłów i nie-domowień. Tekst ma być rozwinięciem tego, co widzimy na zdjęciu.

**Czy zdarzało Ci się wykonywać zdjęcia np. ornitologiczne, przyrodnicze, w terenie?**

Tak oczywiście – wyjeżdżałem, również w ramach współpracy z firmami fotograficznymi, na wyjazdy szkoleniowe, gdzie mogliśmy pod okiem fachowców – takich jak np. Adam Wajrak – fotografować przyrodę, między innymi do Białowieskiego Parku



Narodowego czy Krainy Wielkich Jezior Mazurskich. Bardzo mile wspominał tego rodzaju eskapady, zawsze ceniłem estetyzm i środowisko, ale też wiedzę, którą takie wyjazdy przynoszą.

**Czy udało się Tobie w końcu zorganizować wystawę? Podczas ostatniego wywiadu do SMP, wspominałeś o takich przygotowaniach?**

Pomidor... (śmiech). Czasami mam wrażenie, że zbyt wiele bierzemy sobie na głowę, a potem narzekamy na chroniczny brak czasu. Chciałbym jednak w pierwszej kolejności uaktualnić to, co znajduje się na korytarzach Pałacu Mostowskich.

Oczywiście nie wykluczam tego przedsięwzięcia. Cieszy mnie to, że te potencjalne wystawowe zdjęcia cały czas powstają.



Staram się od jakiegoś czasu archiwizować negatywy, skanując je i zapisując na dyskach. Moje zdjęcia na kliszach to niezła skarbnica historii Stołecznej Policji. Dlatego, jak widzisz, cały czas mam mnóstwo mrówczej pracy z archiwizacją. I jak tu znaleźć czas na wystawę, jak tu co chwilę coś wypada innego (śmiech).

Moim marzeniem, które chciałbym spełnić, jest przygotowanie takiego policyjnego archiwum i przekazanie tego do wykorzystania w Komendzie Stołecznej Policji. Uważam, że Stołeczny Magazyn Policyjny miałby z czego czerpać i korzystać, zwłaszcza podczas tworzenia artykułów, w których wraca się do przeszłości oraz nawiązuje do historii.

Za 20-30 lat pozostaną po nas tylko zdjęcia (śmiech), a to, że siedzieliśmy tutaj po godzinach, będą pamiętać tylko nasze dzieci.

### Czy prowadzisz warsztaty fotograficzne, jak można zostać Twoim uczniem?

Cały czas myślę o tym, żeby zebrać kilkunastu chętnych i zorga-



nizować 2-3-dniowe warsztaty fotograficzne. W naszym policyjnym środowisku są ukryte talenty, chciałbym zachęcić właśnie te osoby, żeby starały się bardziej uczestniczyć w dokumentowaniu policyjnej, codziennej służby, uroczystości, tworzeniu prawdziwej historii, która po nich zostanie.

**Wszyscy w Komendzie Stołecznej Policji są z Tobą bardzo zżyci, po prostu są przyzwyczajeni, że kiedy jest jakaś uroczystość, to zawsze jest tam Krzysztof Chwał. Jak trzeba zrobić dobre zdjęcia, to wszyscy przez te lata pukali do drzwi Krzysztofa Chwały. Mamy w naszym gronie jeszcze jednego świetnego fotografa, z którym się niejednokrotnie uzupełniacie. Jak wygląda Wasza współpraca?**

Domyślam się – o kogo pytasz. Tak faktycznie mam fotograficzne wsparcie i taką osobą jest Marek Szałański z Sekcji Prasowej. Jest

mi miło, że w KSP jest jeszcze ktoś taki, kto bardzo kocha fotografię i sztukę. Często wymieniamy się poglądami, rozmawiamy o zdjęciach, ich wykonywaniu i przygotowywaniu, obróbce graficznej, często też pracujemy razem na większych uroczystościach i przedsięwzięciach. Fajnie jest mieć taką bratnią fotograficzną duszę. Cały czas liczę i wierzę, że z tego policyjnego tłumu uda się wyłowić kolejnych fotograficznych zapaleńców, którzy kiedyś mnie i Marka zastąpią. Może ktoś się znajdzie...

**Na koniec powiedz, jak oceniasz Stołeczny Magazyn Policyjny, jednak patrząc z perspektywy fotografa, na zdjęcia, które były w nim zamieszczane, również Twoje. Czy jest on też w pewien sposób dobrym nośnikiem policyjnej fotografii prasowej? Może masz jakieś sugestie w kwestii rozwoju magazynu? Każda uwaga i opinia będzie cenna – również Twoja. Dla nas jesteś wielkim autorytetem w dziedzinie policyjnej fotografii.**

Myślę, że przeskok jest duży, patrząc przez pryzmat tych wszystkich lat, które spędziłem w KSP. Pamiętam pierwsze nasze magazyny, gdzie nie zawsze ta wartość techniczna była na zadowalającym poziomie. Dzisiaj mogę powiedzieć, że wygląda to już o wiele lepiej. Tu ma wpływ wiele czynników. Inne były możliwości 30 lat temu, inne są teraz. W pewien sposób czuję się odpowiedzialny również za SMP, dlatego wielką uwagę przywiązuję do jakości zdjęć, które są w nim publikowane.

Jakość i właściwy wybór zdjęć to w pewien sposób klucz do sukcesu dobrej fotografii prasowej. Odpowiedni dobór kolorów oraz szereg innych aspektów technicznych dla mnie, jako fotografa – ma ogromne znaczenie.

Według mnie magazyn bardzo się rozwinął również, jeżeli chodzi o publikację zdjęć. Dlatego będę zawsze powtarzał, że jakość jest najważniejsza. Moja wiedza i doświadczenie jest dla Was – redaktorów, dlatego zawsze jestem otwarty na współpracę i chętnie podzielę się swoją fotograficzną wiedzą, chciałbym też uczestniczyć przy finalnej ocenie zło-

żonego magazynu.

### Co dodałbyś na zakończenie naszej rozmowy?

30 lat bycia w służbie policjantem i jednocześnie fotografem, to był dla mnie olbrzymi rozwój i piękny czas. Staram się ciągle inwestować w siebie i w moją pasję, jednocześnie pomagając zainteresowanym policjantom i dzieląc się posiadaną przeze mnie wiedzą.

Wszystkim, którzy jeszcze nie znaleźli „odskoczni” od codziennej służby i pracy, polecam również sprawdzić się jako fotograf, bez względu na to, czy będziecie fotografować telefonem komórkowym, czy już aparatem – spróbujcie...

**Dziękuję za rozmowę.**

## URATOWALI ŻYCIE ROWERZYSTY

O tym, że na służby mundurowe można liczyć w każdej chwili, przekonał się 72-letni rowerzysta z powiatu wołomińskiego. Dramatyczne zdarzenie miało miejsce w ostatni grudniowy czwartek w miejscowości Jasienica. Policjanci Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Powiatowej Policji w Wołominie patrolując teren, dostrzegli 72-latkę leżącego na poboczu. Tuż przy nim znajdował się rower. Senior nie dawał oznak życia i nie oddychał, więc mł. asp. Artur Gąsiorek oraz st. sierż. Damian Styś natychmiast przystąpili do udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, wiedząc, że w takich przypadkach liczy się każda sekunda. Mundurowi rozpoczęli resuscytację krążeniowo-oddechową, a na miejsce wezwali załogę karetki pogotowia. Akcją ratowniczą wsparli strażacy Państwowej Straży Pożarnej z Wołomina i druhowie Ochotniczej Straży Pożarnej z Jasienicy, którzy przybyli na miejsce zdarzenia jeszcze przed przyjazdem karetki. Dołączyli oni do policjantów i użyli defibrylatora wdrażając procedurę AED. Po kilkunastu minutach 72-latek odzyskał funkcje życiowe. Mężczyzna pod opieką ratowników medycznych trafił do szpitala. Gdyby nie szybka i profesjonalna pomoc rowerzysta nie miałby szans na przeżycie.

Źródło: [wolomin.policja.gov.pl](http://wolomin.policja.gov.pl)

## SIERŻANT BORSUK I WSPÓLNA ZABAWA

Wizyta policjantki z Zespołu do spraw Prewencji Kryminalnej w Przedszkolu Nr 69 przy ul. Narbutta to wyjątkowe wydarzenie, które miało na celu edukację i uświadomienie dzieci o tym jak ważna jest praca policjanta oraz jak duże znaczenie ma bezpieczeństwo w życiu codziennym. Dzieci, pełne ciekawości i zainteresowania, miały okazję obejrzeć bajkę instruktażową i poznać jak ważne jest odpowiednie zachowanie w różnych sytuacjach, takich jak zabawa na podwórku czy nauka w przedszkolu. Policjantka tłumaczyła przedszkolakom, jak zachować się, kiedy ktoś obcy je zaczepia i zagaduje oraz co zrobić, kiedy zgubią się na spacerze.

Wizyta nie odbyła się jednak bez niespodzianek. Policjantka przyjechała w towarzystwie Borsuka – uroczego sierżanta, który jest policjantką maskotką. Dzieci były zachwycone jego obecnością. Borsuk w miły i zabawny sposób przekazywał dzieciom także informacje na temat bezpieczeństwa oraz sposobów postępowania w różnych sytuacjach, ucząc jednocześnie, jak należy zachować się w przypadku zauważenia zagrożeń.

Podczas spotkania dzieci miały również okazję przybić „piątkę” z Borsukiem. Przedszkolaki, pełne entuzjazmu, nie tylko słuchały rad, ale również zadawały mnóstwo pytań dotyczących pracy policjantki i Borsuka. Na zakończenie wizyty, dzieci miały możliwość zrobienia pamiątkowych zdjęć z Borsukiem, co z pewnością na długo pozostanie w ich pamięci.

Spotkanie okazało się nie tylko pouczające, ale jednocześnie radosne i pełne pozytywnej energii. Dzieci mogły przekonać się, że policjanci nie tylko stoją na straży prawa, ale są również po to, by dbać o ich bezpieczeństwo i pomagać im w różnych sytuacjach.

Była to istotna lekcja, która pomoże dzieciom zrozumieć, jakie zachowanie pomaga w uniknięciu niebezpieczeństwa. Spotkanie z policjantką i Borsukiem sprawiło, że przedszkolaki będą teraz bardziej świadome i gotowe do radzenia sobie w codziennych sytuacjach.

Źródło: [mokotow.policja.gov.pl](http://mokotow.policja.gov.pl)





## ZACZNIJ OD PODSTAW BUDUJ ZDROWE NAWYKI!

★Tekst Gabriela Putyra, zdjęcia Rafał Rutkowski

Początek nowego roku to często czas nowych postanowień mających na celu między innymi zadbanie o zdrowie i poprawę naszej kondycji fizycznej. Niestety zdarza się, że rzucamy się przy tym na głęboką wodę, stawiamy sobie poprzeczkę zbyt wysoko i nasze plany szybko zostają potraktowane jako niemożliwe do osiągnięcia i porzucone. Dlatego warto pamiętać, aby podchodzić do wszystkiego rozsądnie, a zdrowe nawyki budować powoli i poprawnie od samych podstaw. Nic się samo nie wydarzy. Na wszystko potrzebujemy czasu, a jeśli chodzi o pracowanie nad swoją sylwetką, w tym przypadku podstawę stanowią sumienność i wytrwałość. Zaczynj więc od zbudowania prawidłowych podstaw treningowych, aby kolejno przechodzić do następnych kroków.

W tym materiale skupimy się na pracy nad mobilnością naszego ciała. Mobilność ruchowa to nic innego jak zdolność naszego układu nerwowego do wykonywania ćwiczeń w pełnym zakresie ruchu danego stawu. Zakres naszych ruchów jest uzależniony od siły mięśni, jak i poziomu ich rozciągnięcia. Jeśli zaniedbamy te kwestie, ciało będzie spięte, co zakłóci jego prawidłowe funkcjonowanie. W następstwie może dojść do schorzeń czy kontuzji.

Jeżeli zaczynasz nowy rok z nowymi postanowieniami, a jedno z nich to praca nad zmianą swojej sylwetki, najlepiej rozpocząć ćwiczenia pod okiem trenera, a wcześniej wykonać niezbędne badania. Każdy z nas jest inny, a jego ciało ma różne potrzeby. Dopiero po określeniu problemów, z jakimi zmagają się nasze ciało, można rozpocząć pracę nad ich wyeliminowaniem.

Niestety trening mobilności jest bardzo często bagatelizowany. Tymczasem, aby odnotowywać postępy i cieszyć się zdrowiem

oraz brakiem kontuzji, warto doskonalić ruchomość swojego ciała. Prawidłowe mobility umożliwiają uzyskanie właściwych wzorców ruchów oraz utrzymywanie prawidłowej postawy. Zyskując lepszą mechanikę ruchu, umożliwiamy mięśniom generowanie większej mocy. W naszym organizmie spadek mobilności następuje wraz z wiekiem. Niestety rozwój i postęp technologii wyręcza nas w codziennym funkcjonowaniu z dużej liczby aktywności fizycznej i czyni leniwymi. To nie wpływa dobrze na organizm.

Trening mobility nie wymaga specjalistycznego sprzętu i możesz wykonać go zarówno na siłowni, jak i w domu. Wystarczy trochę wolnej przestrzeni i czasu. Te ćwiczenia powinniśmy wykonywać przed treningiem głównym, czyli podczas rozgrzewki. Warto pracować nad mobilnością i włączyć ją do swojego planu treningowego, jak i codziennego rytuału. Pozwoli to wejść naszemu organizmowi na wyższy poziom, trening siłowy przyniesie lepsze rezultaty i wykorzystamy potencjał naszego ciała.

## PAMIĘTAJ!

Najważniejsza jest dyscyplina i regularność. Jednorazowe wykonanie tych ćwiczeń nie przyniesie oczekiwanych rezultatów. Wprowadź je do swojego dnia, aby stały się rutyną. Gwarantujemy, że przyniesie to świetne rezultaty!

To 4 ćwiczenia mobility, które wykonasz bez sprzętu i które przygotowują twoje ciało do pracy nad poprawą kondycji.

### ĆWICZENIE 1

**POZYCJA WYJŚCIOWA:** prawą nogę wyprostuj do tyłu, a lewą zegnij w kolanie pod kątem 90 stopni do podłoża, jak na zdjęciu. Oprzyj dłoń o podłogę na wysokości lewej stopy. Ręce wyprostowane w łokciach.

**WYKONANIE:** powoli podnieś prawą rękę do boku, a następnie jak najdalej nad głowę. Skieruj wzrok na dłoń i podążaj za nią głową. Trzymaj stabilnie biodra i miednicę. Wróć do pozycji wyjściowej. Powtórz ćwiczenie 10 razy i zmień stronę.



### ĆWICZENIE 2

**POZYCJA WYJŚCIOWA:** lewą nogę wyprostuj do boku, a prawą ugnij i oprzyj na kolanie, jak na zdjęciu. Ręce skieruj wyprostowane przed siebie. Utrzymuj proste plecy.

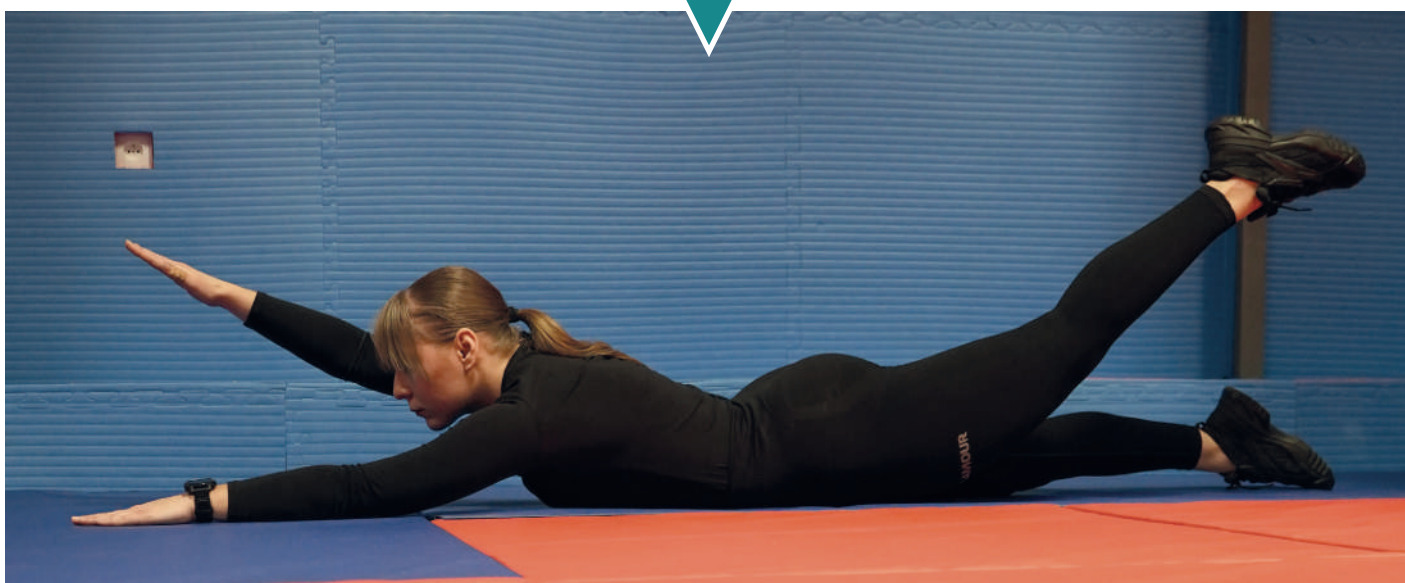
**WYKONANIE:** opuszczaj powoli biodra tak, jakbyś chciał/a usiąść. Pamiętaj o prostych plecach, patrz przed siebie. Zepnij mocno brzuch. Wróć do pozycji wyjściowej. Ćwiczenie powtórz 10 razy i zmień stronę.



**ĆWICZENIE 3**

**POZYCJA WYJŚCIOWA:** połóż się na brzuchu, ręce wyciągnij wyprostowane przed siebie na szerokość barków.

**WYKONANIE:** unieś jednocześnie lewą rękę i prawą nogę do góry, po czym powoli opuść. Kontroluj całą fazę wykonania ćwiczenia. Ćwiczenie wykonaj naprzemiennie 20 razy.

**ĆWICZENIE 4**

**POZYCJA WYJŚCIOWA:** ciało opieramy na wyprostowanych rękach, dłonie układamy na szerokość barków. Nogi ugięte w kolanach, stopy oparte o podłogę. Utrzymuj proste plecy, zepnij mocno brzuch, nie zaginaj bioder.

**WYKONANIE:** wyciągnij wyprostowaną, prawą rękę przed siebie i wyprostuj lewą nogę do tyłu, po czym przyciągnij prawy łokieć do lewego kolana, jak na zdjęciu. Zepnij mocno brzuch. Ćwiczenie powtórz 10 razy i zmień strony.



# SKODA SCALA W WARSZAWSKIEJ DROGÓWCE

★ Tekst Mariusz Mrozek, zdjęcia Tomasz Oleszczuk



7 egzemplarzy Skody Scala trafiło właśnie do policjantów Wydziału Ruchu Drogowego KSP. Wszystkie dostały oklejenie w najnowszej kolorystyce, co ma zwiększyć ich widoczność i co za tym idzie działać jeszcze bardziej prewencyjnie oraz zapewniać większy poziom bezpieczeństwa funkcjonariuszom pracującym często w pobliżu auta. Skoda to marka świetnie znana w stołecznej drogówce, chociaż dotychczas użytkowana w swoim największym rozmiarze, czyli Superb. Jak sprawdzą się mniejsze pojazdy? O tym przekonamy się za pewien czas, gdy auta przejdą swój chrzest bojowy w służbie na ulicach Warszawy. Na razie przybliżymy wam charakterystykę tych samochodów, ich parametry i osiągi.

Skoda Scala to pięciodrzwiowy kompakt, który na motoryzacyjnym rynku został zaprezentowany po raz pierwszy w grudniu 2018 roku w Tel-Awiwie. Model jest więc już dobrze znany na drogach wielu krajów. Na rynku zastąpił Skodę Rapid. Kształty nadwozia z ostro zarysowanymi reflektorami nadają autu dynamiczny wygląd, co dobrze współgra z jego osiąganiami. Przednie i tylne lampy wykonano w całości w technologii LED. Sylwetka auta nie stanowi designerskiej awangardy, ale trzeba przyznać, że jest uniwersalna i trudno tutaj do czegoś się przyczepić. To samochód, który dobrze wyglądał kilka lat temu i nadal nie musi się niczego w tym zakresie wstydić.



Standardowe wyposażenie wersji, jaka trafiła do naszych policjantów, obejmuje systemy: ABS, ESP, MSR, ASR, EDS, HBA, TPM oraz XDS+, a także między innymi hamulec multikolizyjny, komplet poduszek powietrznych, system HHC – wspomaganie ruszania pod wzniesienia, Lane Assist – asystenta pasa ruchu, Front Assist – kontrolę odstępów z funkcją awaryjnego hamowania, Start&Stop, czujnik zmierzchu, elektromechaniczne wspomaganie kierownicy, zamek centralny, klimatyzację automatyczną, elektryczne sterowanie szyb przednich i tylnych, podgrzewane i elektrycznie sterowane lusterka oraz 4-głośnikowy system audio z radiem, USB i Bluetooth.

Tak wyposażony radiowóz pozwala na komfortowe pełnienie służby bez względu na warunki atmosferyczne panujące na zewnątrz pojazdu. Klimatyzacja daje wytchnienie w upalne dni, a wydajny system ogrzewania – ciepło w chłodniejszym czasie.

Wnętrze auta zostało funkcjonalnie rozplanowane i jest całkiem przestronne. Ilość miejsca z przodu nie budzi zastrzeżeń i powinna zapewnić odpowiedni komfort dla pełniących służbę funkcjo-

nariuszy. Z tyłu – z uwagi na szerokość nadwozia – tak wygodnie już nie jest. Da się tutaj posadzić dwie osoby, o trzech należy raczej zapomnieć. Biorąc jednak pod uwagę charakter służby policjantów drogówki, kwestia obszerności tylnej kanapy jest mało istotna. Użyte wewnątrz materiały wykończeniowe są dobrej jakości, przyjemnie w dotyku. Deska rozdzielcza jest łatwa w utrzymaniu czystości.

Duży bagażnik pozwoli na bezproblemowe przewożenie całego wyposażenia, jakie przydaje się podczas służby na drogach. Ma on 467 litrów objętości, a po złożeniu oparcia tylnej kanapy wzrasta ona do 1410 litrów.

W Scalach, które weszły do służby w WRD KSP, zastosowano 1,5-litrowy, czterocylindrowy, turbodoładowany silnik benzynowy o mocy 150 KM i maksymalnym momencie obrotowym 250 Nm przy 1500-3500 obrotów na minutę. Biorąc pod uwagę proporcje mocy silnika do masy auta (1,2 tony), zapewnia to całkiem przyzwoite osiągi. Przyspieszenie od 0 do 100 km/h wynosi 8,3 sekundy, a prędkość maksymalna 219 km/h. Zglądając pod samochód znajdziemy rozwiązania typowe dla Skody i innych aut koncernu VW – z przodu zawieszenie MacPhersona, z tyłu belkę skrętną.

Mamy nadzieję, że nowe auta sprawdzą się w służbie i będą dobrze ocenione także przez ich użytkowników.



### SKODA SCALA DANE TECHNICZNE

- Typ nadwozia: hatchback
- Masa własna (kg): 1200
- Poj. bagażnika (l): 467/1410
- Poj. zbiornika paliwa (l): 50
- Długość/szerokość/wysokość (mm): 4362/1793/1471
- Rozstaw kół: przód/tył (mm): 1531/1516
- Rozstaw osi (mm): 2649
- Rodzaj paliwa: benzyna
- Pojemność (ccm): 1498
- Napędzana oś: przednia
- Moc (KM): 150
- Moment obrotowy (Nm) przy obr./min.: 250/1500-3500
- Przyspieszenie 0-100 km/h (s): 8,3
- Prędkość maksymalna (km/h): 219

Dołącz do najlepszych.  
Ty też możesz!



# INFORMACJE DLA KANDYDATÓW

[rekrutacja-ksp.policja.gov.pl](http://rekrutacja-ksp.policja.gov.pl)

