

GŁOS
DZIENNIK POMORZA
SZCZECIŃSKI79
lat

Czwartek, 16.07.2026

Relaks

Krzyżówki
do kawy.
Nowości
w programie TV

Z naszych stron

Radni sami
sprawdzą, czy
znak drogowy jest
potrzebnyPrzez znak drogowy mieszkaniac
Pogodna nie może wjechać do swo-
jego garażu. Służby miasta się upie-
rają, że skoro znak stoi, to ma stać
– Str. 4

Z naszych stron

W Szczecinie
potrzebna jest
interwencja
ogrodnikaStan roślin w wielu miejscach pozo-
stawia wiele do życzenia. Tymcza-
sem władze miasta zapewnijają, że
wszystko jest pod kontrolą
– Str. 3Brazylijski obrońca podpisał kon-
trakt z trzecioligową Kluczewią Star-
gard. Zaskoczenie? Raczej nie, bo
w składzie już był Latynos – Str. 16Alexander Gorgon miał zakończyć
karierę piłkarską, ale zdecydował
się wrócić do Szczecina i związać...
z drugoligowym Świttem
– Str. 12

FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

Region

Spór zbiorowy w Grupie Azoty Police.
Związki ogłosiły pogotowie strajkowe

Marek Jaszczyński

Pięć organizacji związkowych działających w Grupie Azoty Zakłady Chemiczne „Police” S.A. wszczęło spór zbiorowy z zarządem spółki. Związ-kowcy przedstawili sześć głównych postulatów dotyczących wynagrodzeń, warunków pracy oraz dialogu społecznego.Jak podkreślają autorzy pisma do za-
rządu Grupy Azoty Police, decyzja
jest konsekwencją wielomiesięcz-
nych, bezskutecznych prób rozwią-zania najważniejszych problemów
pracowników w drodze dialogu spo-
łecznego. List trafił również do pre-
miera Donalda Tuska oraz do Woj-
ciecha Balczona, ministra aktywów
państwowych.Związkowcy zarzucają zarzą-
dowi brak transparentności, ogra-
niczanie roli organizacji związkow-
ych oraz podejmowanie decyzji
dotyczących funkcjonowania spółki
bez wcześniejszych konsultacji ze
stroną społeczną. Najważniejszym
postulatem jest wzrost wynagrodze-
nia zasadniczego o 1500 zł netto dla
wszystkich pracowników. Organi-
zacje związkowe oczekują, że pod-

ROZMOWA

Wojciech Pasieczny, ekspert i były
policjant przekonuje, że nowy znak
ostrzegający przed pieszym korzy-
stającym z telefonu nie rozwiąże
problemu bezpieczeństwa na dro-
gach. Potrzebna jest edukacja

ŚWIAT

Wołodimir Zelenski:Celem państwa ukraińskiego jest
Ukraina bez Rosji, bez wojny
i w Unii Europejskiej

Z naszych stron

Możesz zostać patronem
nowo narodzonego
malucha

Amelia Zawadzka

W maju, w Zagrodzie Pokazowej
Żubrów Wolińskiego Parku Naro-
dowego na świat przyszedł nowy
mieszkaniec. Młody byczek, syn Po-sawy i Polanina II, jest całkowicie
zdrowy i czeka na wpisanie do
Księgi Rodowodowej Żubrów. Jed-
nak jakim imieniem zostanie obda-
rzony, zdecyduje konkurs. Każdy
może w nim wziąć udział i zgłosićswoją propozycję. Imię dla żubra
musi zaczynać się od liter „PO” (od
słowa Polska). Szczęśliwy zwycięzca
otrzyma wyjątkowy tytuł Patrona
małego żubra oraz pamiątkowy dy-
plom.

Szczecin/Miasto kontra radny

Co się wydarzy
11 sierpnia
w sądzie

Mariusz Parkitny

**Sąd zajmie się prywatnym ak-
tem oskarżenia przeciwko
radnemu PiS. Ale to nie zna-
czy, że proces o zniesławienie
na pewno ruszy.**Pod koniec czerwca Gmina Miasto
Szczecin złożyła do sądu prywatny
akt oskarżenia za zniesławienie
przeciwko radnemu i szefowi klubu
PiS w radzie miasta Krzysztofowi
Romanowskiemu. Chodzi o jego
wypowiedzi dotyczące podejścia
miasta do sprawy budowy bazy pa-
liw w Podjuchach. Według prezy-
denta zniesławiają urzędników. 11
sierpnia sąd ma podjąć ważną decy-
zję, która zdecyduje o losie procesu.
– Str. 4

FOT. K. WRZECIONKOWSKI / WOLIŃSKI PARK NARODOWY

POLECAMY

JUTRO: Polska prowincja pustoszeje. Młodzi ciągną do miast | Dlaczego koleje się opóźniają

16.07.2026

Czwartek

Dziś imieniny: Marii, Mariki, Bartłomieja i Andrzeja
Telefon alarmowy: 112

MODA



FOT. FILIP KACALSKI

„Lekki oddech” to tytuł letniej kolekcja Atelier Marczewski. Projektant Michał Marczewski zrywa z dotychczasową estetyką marki. Sukienki są lżejsze, marynarki mniej dopasowane, wszystkie rzeczy uszyte z naturalnych tkanin. Jedwabie, bawełna, wiskoza, lny. Projektant pochodzi ze Szczecina, mieszka i pracuje na co dzień w Berlinie

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
„Głos Pomorza”
„Głos Koszaliński”
„Głos Szczeciński”

tel. 94 340 11 14
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gp24.pl

POGODA



dziś
28°C/14°C



jutro
29°C/15°C



Redaktor naczelny
Jarosław Jaz
Z-cy redaktora naczelnego
Marcin Stefanowski, Wojciech
Frelchowski, Ynona Husaim-Sobecka
Wydawca
Ynona Husaim-Sobecka, Jarosław
Jaz, Wojciech Frelchowski, Marcin
Stefanowski, Piotr Polechoński
www.gp24.pl
www.gk24.pl
www.gs24.pl

Polska Press Makroregion Pomorze
Redakcja Słupsk, ul. Henryka Pobożnego
19, tel. 59 848 81 00, redakcja.gp24@
polskapress.pl; Koszalin, ul. Partyzantów 17,
tel. 94 347 35 52, redakcja.gk24@polska-
press.pl; Szczecin, Al. Niepodległości
26/U1, tel. 91 481 33 00, redakcja.gs24@
polskapress.pl,
Prezes Makroregionu Piotr Grabowski
Dyrektor reklamy Ewa Żelazko
Druk Polska Press Oddział Poligrafia,
85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229



Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Zenon Nowak
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10



© - umieszczenie takich dwóch
znaków przy Artykule,
w szczególności przy
Aktualnym Artykule, oznacza
możliwość jego dalszego
rozpowszechniania tylko
i wyłącznie po uiszczeniu opłaty
zgodnie z cennikiem
zamieszczonym na stronie
www.gp24.pl/tresci
i w zgodzie z postanowieniami
niniejszego regulaminu.

ROZMOWA

Zamiast nowego znaku potrzebne są egzekwowanie przepisów i edukacja

Mira Suchodolska (PAP)

Rozmowa z Wojciechem Pasiecznym, ekspertem ruchu drogowego

Instytut Spraw Obywatelskich chce, aby na polskich drogach pojawił się nowy znak ostrzegawczy – sylwetką osoby wpatrzonyj w telefon. Potrzebujemy go? Myślę, że większość specjalistów zajmujących się organizacją ruchu odpowiedziałaby: nie.

Od lat mówi się, że mamy na drogach „znakozę”. Kierowcy dostają jednocześnie tyle komunikatów, że przestają je świadomie odbierać. W pewnym momencie człowiek nie jest już w stanie przetworzyć wszystkich informacji. Dla tego nie sądzę, żeby kolejny znak realnie zwiększył bezpieczeństwo.

Tym bardziej że przepisy już istnieją. Mamy zakaz korzystania z urządzeń elektronicznych podczas wchodzenia na przejście dla pieszych, jeżeli ogranicza to możliwość obserwowania sytuacji na drodze. Wystarczyłoby ten przepis egzekwować.

Poza tym, jeśli kierowca zbliża się do przejścia dla pieszych i tak ma obowiązek zachować szczególną ostrożność. Niezależnie od tego, czy stoi tam dodatkowy znak, czy nie. Mam więc wrażenie, że sam pomysł znaku jest raczej próbą zwrócenia uwagi na problem niż rozwiązaniem problemu.

Czyli bardziej kampania społeczna niż zmiana przepisów?

Zdecydowanie. Pamiętam, że kilka lat temu w Warszawie przy przejściach dla pieszych malowano na chodnikach ostrzeżenia dla osób korzystających z telefonów i ludzie zwracali na nie uwagę. Ale tylko przez jakiś czas, bo tak działa psychika. Kiedy pojawia się coś nowego, reagujemy.



FOT. ANATOL CHOMICZ

Wojciech Pasieczny: - Piesi uwierzyli różnym pseudospecjalistom od ruchu drogowego, że na przejściu mają bezwzględne pierwszeństwo, a to nieprawda

Po kilku miesiącach przyzwyczajamy się i przestajemy to zauważać. To zresztą dotyczy nie tylko oznakowania.

Mało kto pamięta, że w okresie międzywojennym mieliśmy zaledwie kilka znaków drogowych. A konkretnie pięć, i to wystarczało. Oczywiście ruch był wtedy nieporównywalnie mniejszy, ale pokazuje to pewną zasadę – bezpieczeństwa nie buduje się wyłącznie przez dokładanie kolejnych tablic.

Natomiast problem istnieje i jest bardzo poważny: widujemy mnóstwo ludzi, zwłaszcza młodych, którzy idą z głową opuszczoną nad telefonem, ze słuchawkami na uszach i kompletnie nie obserwują otoczenia. Co gorsza, uwierzyli różnym pseudospecjalistom od ruchu drogowego, że na przejściu mają bezwzględne pierwszeństwo, a to nieprawda. Pieszy rzeczywiście ma pierwszeństwo, ale jednocześnie ma obowiązek zachować szczególną ostrożność. Nie wolno mu wejść bezpośrednio przed nadjeżdżający pojazd tylko dlatego, że znajduje się na pasach.

Dlatego każda dobrze przygotowana kampania edukacyjna ma sens – o ile nie będzie sprowadzała

się do jednego plakatu czy jednego spotu.

Autorzy apelu proponują, aby znak stał przy szkołach, uczelniach, dworcach i centrach handlowych. Być może nie miałyby ostrzegać wyłącznie kierowców, ale działałby również jak lustro dla samych pieszych – przypominałby im, żeby podnieśli wzrok.

Tego nie wykluczam, ale to jest już pytanie bardziej do psychologów niż do specjalistów od ruchu drogowego. Trzeba byłoby sprawdzić, czy taki komunikat rzeczywiście działa na osoby korzystające z telefonów.

Ja natomiast wróć do tego, co uważam za najważniejsze: przepisy już mamy, ale problem polega na tym, że praktycznie ich nie egzekwujemy. Nie pamiętam, kiedy ostatni raz widziałem policjanta reagującego na pieszego, który przechodzi przez jezdnię kompletnie zapatrzonny w ekran telefonu. Zresztą zaczniemy od czegoś jeszcze bardziej podstawowego, a mianowicie tego, że policji na drogach jest po prostu za mało.

Możemy tworzyć kolejne przepisy, kolejne znaki i kolejne kampanie, ale jeśli nikt nie będzie reagował na ich łamanie, efekt będzie bardzo ograniczony.

Problem rozproszonej uwagi nie dotyczy jednak wyłącznie pieszych. Coraz częściej mówi się o kierowcach, którzy podczas jazdy korzystają z telefonów. Jak bardzo wpływa to na bezpieczeństwo?

Powiedziałbym nawet, że to znacznie większy problem, gdyż przyjmuje się, że rozmowa przez telefon komórkowy – nawet z wykorzystaniem zestawu głośnomówiącego – może wydłużyć czas reakcji kierowcy nawet do czterech sekund.

NAWIGATOR

W Szczecinie potrzebna jest interwencja ogrodnika

Mariusz Parkitny

Stan roślin w wielu miejscach Szczecina pozostawia sporo do życzenia. Władze miasta zapewniają, że wszystko jest pod kontrolą.

Radny Stanisław Kaup zrobił rekonasans po mieście i zauważył, gdzie interwencja ogrodnika jest szczególnie wymagana.

- W szczególności dotyczy to pasa zieleni przy kościele Garnizonowym, wzdłuż ciągu prowadzącego w stronę Bramy Portowej i al. Wojska Polskiego. Teren ten wymaga uporządkowania, uzupełnienia roślinności oraz bieżącej pielęgnacji - apeluje do prezydenta.

Zwraca również uwagę na potrzebę uzupełnienia zieleni wzdłuż ul. Krzywoustego.

- Są to miejsca bardzo widoczne, intensywnie uczęszczane przez pieszych, mieszkańców, studentów



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

Czy to jest dobra wizytówka zielonego miasta?

oraz osoby przemieszczające się przez centrum miasta. Ich obecny stan wpływa nie tylko na estetykę przestrzeni publicznej, ale również na odbiór tej części Szczecina przez mieszkańców i odwiedzających - dodaje. Prosi też o zwrócenie szczególnej uwagi na rabaty na al. Wojska Polskiego, na odcinku od pl. Zwycięstwa do pl. Szarych Szeregów.

- Po przebudowie al. Wojska Polskiego stała się to jednym z ważniejszych ciągów miejskich. Tym bardziej zasadne wydaje się bieżące dbanie o jakość zieleni, uzupełnianie brakujących nasadzeń oraz zapewnienie właściwego utrzymania rabat, tak aby efekt tej inwestycji był trwały i dobrze odbierany przez mieszkańców - ocenia.

Ze strony miasta płyną dość optymistyczne odpowiedzi. Gdy chodzi o przebudowany odcinek al. Wojska Polskiego oraz pl. Zwycięstwa, obowiązuje tam nadal gwarancja na usługi pielęgnacyjne realizowane przez wykonawców robót budowlanych. Jak informuje Michał Przepiera, zastępca prezydenta Szczecina, w czerwcu przeprowadzono przeglądy gwarancyjne zieleni. - W przypadku al. Wojska Polskiego, na odcinku od pl. Szarych Szeregów do pl. Zwycięstwa, w wyniku przeglądu wykonawca został wezwany do wykonania czynności w zakresie zieleni objętych gwarancją, zgodnie z postanowieniami zawartej umowy - wyjaśnia.

Ciekawe plany pojawiają się w związku z terenem między kościołem garnizonowym a Bramą Portową. Ma tam powstać Zielona Wizytówka.

- W planach inwestycyjnych miasta znajduje się zagospodarowanie

terenu pomiędzy kościołem Garnizonowym (w rejonie fontanny) a Bramą Portową, w zakresie, który nie był dotychczas objęty przebudową. Zadanie zostało ujęte w programie „Parki dla Szczecinian” pod nazwą „Zielona Wizytówka”. Dla inwestycji opracowano dokumentację projektową, natomiast jej realizacja będzie możliwa po zapewnieniu finansowania - ujawnia Michał Przepiera.

Gdy chodzi o roślinność przy ul. Krzywoustego, zdaniem wiceprezydenta, nie wymaga uzupełnienia.

- W wielu miejscach wykonano dosadzenia młodych roślin, które po osiągnięciu właściwego wzrostu zapewnią oczekiwany efekt pokrycia terenu. Jednocześnie w miejscach, w których dochodzi do notorycznego niszczenia roślinności, nasadzenia będą sukcesywnie uzupełniane zgodnie z przyjętym harmonogramem prac - dodaje.

©P

AUTOPROMOCJA

Nie przegap piątku

Kup dziennik z dodatkiem TeleMagazyn

**gs24.pl
gp24.pl
gk24.pl**

REKLAMA

0011554718

Dyrektor Ośrodka Sportu i Rekreacji „Wyspiarz”,
działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce
nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 r.,

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Ośrodka Sportu i Rekreacji
„Wyspiarz” przy ulicy Matejki 22 w Świnoujściu,
na stronie internetowej Ośrodka
oraz na stronie Biuletynu Informacji Publicznej
Urzędu Miasta Świnoujście:

[http://www.osir.swinoujscie.pl/kategoria/ogloszenia/
nieruchomosci-przeznaczone-do-dzierzawy-najmu](http://www.osir.swinoujscie.pl/kategoria/ogloszenia/nieruchomosci-przeznaczone-do-dzierzawy-najmu)

[https://bip.um.swinoujscie.pl/artykuly/1599/
wykaz-nieruchomosci-przeznaczonych-do-dzierzawy-najmu](https://bip.um.swinoujscie.pl/artykuly/1599/wykaz-nieruchomosci-przeznaczonych-do-dzierzawy-najmu)

**został udostępniony do publicznej wiadomości
wykaz nr 2/OSIR/2026
nieruchomości przeznaczonych
do dzierżawy/najmu
na okres powyżej 3 miesięcy do 3 lat.**

REKLAMA

0011555409



OGŁOSZENIE

**o rozpoczęciu konsultacji społecznych
planu ogólnego miasta i gminy Lipiany**

Na podstawie art. 13i ust. 8 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 538) oraz w związku z uchwałą V/36/2024 Rady Miejskiej w Lipianach z dnia 17 września 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego miasta i gminy Lipiany, zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych wymienionego projektu, wraz z treścią prognozy oddziaływania na środowisko, w dniach **od 16 lipca 2026 r. do 14 sierpnia 2026 r.**

Konsultacje społeczne będą odbywać się w formie:

- 1) zbierania uwag - w okresie prowadzenia konsultacji społecznych, w godzinach pracy Urzędu Miejskiego w Lipianach, ul. Plac Wolności 1, 74-240 Lipiany;
- 2) spotkania otwartego, poprzedzonego prezentacją projektu aktu planowania przestrzennego w dniu 28 lipca 2026 r. o godzinie 18.00 w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury w Lipianach, Plac im. Huberta Dzikowskiego 1, 74-240 Lipiany;
- 3) prowadzenia punktu konsultacyjnego w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury w Lipianach, Plac im. Huberta Dzikowskiego 1, 74-240 Lipiany, w dniach:
a) 28 lipca w godz. 15.00-18.00;
b) 29 lipca w godz. 15.00-18.00.

Uwagi do projektu, z podaniem imienia i nazwiska lub nazwy jednostki organizacyjnej oraz adresu, oznaczenia nieruchomości, której uwaga dotyczy, należy składać w formie pisemnej na formularzu wniosku – pismo dotyczące aktu planowania przestrzennego dostępnego na stronie gov.pl pod adresem <https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologiea/formularz-pisma-dotyczacego-aktu-planowania-przestrzennego>:

- 1) w formie pisemnej na adres Urzędu Miejskiego w Lipianach, ul. Plac Wolności 1, 74-240 Lipiany;
- 2) na adres e-Doręczeń Urzędu AE:PL-45756-98342-GDTBU-21;
- 3) na adres skrytki /umLipiany/SkrytkaESP;
- 4) na adres e-mail Urzędu: umig@lipiany.pl, z podaniem w tytule wiadomości informacji „uwaga do planu ogólnego”.

**W sprawie przeprowadzania strategicznej oceny oddziaływania na środowisko
planu ogólnego miasta i gminy Lipiany**

Na podstawie art. 39 w związku z art. 54 ust. 2 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1112) zawiadamiam o możliwości zapoznania się od 16 lipca 2026 r. do 14 sierpnia 2026 r. z treścią prognozy oddziaływania na środowisko do planu ogólnego miasta i gminy Lipiany, uzyskanymi w toku prac uzgodnieniami, oraz o możliwości składania uwag i wniosków do wymienionych dokumentów.

Uwagi i wnioski należy składać w formie pisemnej na formularzu wniosku – pismo dotyczące aktu planowania przestrzennego dostępnego na stronie gov.pl pod adresem <https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologiea/formularz-pisma-dotyczacego-aktu-planowania-przestrzennego>:

- 1) w formie pisemnej na adres Urzędu Miejskiego w Lipianach, ul. Plac Wolności 1, 74-240 Lipiany;
- 2) na adres e-Doręczeń Urzędu AE:PL-45756-98342-GDTBU-21;
- 3) na adres skrytki /umLipiany/SkrytkaESP;
- 4) na adres e-mail Urzędu: umig@lipiany.pl, z podaniem w tytule wiadomości informacji „uwaga do planu ogólnego”.

Właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Burmistrz Lipian.

Obowiązek, o którym mowa w art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679, został wykonany poprzez udostępnienie stosownych informacji w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miejskiego w Lipianach. Administratorem danych osobowych jest Burmistrz Lipian. Dane kontaktowe Inspektora Ochrony Danych iod@lipiany.pl tel. 91 564 10 49. Dane będą przetwarzane w celu opracowania i uchwalenia planu ogólnego gminy. Każdej osobie przysługuje prawo do żądania od administratora dostępu do danych osobowych dotyczących osoby, której dane dotyczą, ich sprostowania lub ograniczenia ich przetwarzania. Dodatkowe informacje o przetwarzaniu danych osobowych dostępne są na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego, na bip.lipiany.pl oraz stronie internetowej www.lipiany.pl.

BURMISTRZ LIPIAN
Bartłomiej Królikowski

SZCZECIN/POLITYKA/PROCES

Miasto kontra radny PiS. Proces o zniesławienie w sprawie bazy paliw. Co wydarzy się 11 sierpnia?

Mariusz Parkitny

11 sierpnia sąd po raz pierwszy zajmie się aktem oskarżenia. Tego dnia sąd zdecyduje, czy sprawa w ogóle nadaje się na proces.

Pod koniec czerwca Gmina Miasto Szczecin złożyła do sądu prywatny akt oskarżenia za zniesławienie przeciwko radnemu i szefowi klubu PiS w radzie miasta, Krzysztofowi Romianowskiemu. Chodzi o jego wypowiedzi dotyczące podejścia miasta do sprawy budowy bazy paliw w Podjuchach.

- Te wypowiedzi radnego są nieprawdziwe i godzą w dobre imię miasta. Nie możemy sobie na to pozwolić - skomentował prezydent Szczecina Piotr Krzystek.

Podobne postępowanie miasto chce uruchomić także



Prezydent Szczecina ogłasza, że miasto idzie do sądu z prywatnym aktem oskarżenia przeciwko radnemu PiS

wobec pełnomocnika firmy budującej bazę, mecenasa Kacpra Stukana. Najpierw jednak urząd poinformuje o sprawie Okręgową Radę Adwokacką w Szczecinie.

- Nie akceptuję formuły w jakiej prowadzona była debata publiczna w sprawie bu-

dowy bazy paliw - mówi Piotr Krzystek. - Nie ma mojej zgody na kłamstwa i manipulacje, a właśnie tego świadkami byliśmy w ostatnich tygodniach. Fejkowe grafiki czy wpisy w mediach społecznościowych miały za cel zdyskredytowanie Urzędu Mia-

sta, jego pracowników, a także urzędu Prezydenta. W sposób oczywisty naruszało to zaufanie do nas, jako instytucji publicznej.

Chodzi o wypowiedzi radnego na Facebooku, w audycji Radia Szczecina i interpelacji. Na Facebooku Romianowski zamieścił grafikę zrobioną w ChatGPT, gdzie pisał: Prezydent i radni KO chcieli potajemnie budować bazę paliw? Miasto mogło wykupić działkę, gdzie powstaje baza paliw. Jako pierwsze, wiedząc co tam będzie - nie zrobiło nic. Dlaczego interes nie został zabezpieczony.

Podczas interakcji z radnym Piotrem Kęsikiem, który zwracał mu uwagę, że pisze nieprawdę, radny Romianowski tłumaczył, że „tylko pyta”.

- Traktuję to jako wywieranie wpływu na opozycję, szczególnie podczas dzisiejszej ważnej sesji absolutoryjnej. Panie

prezydencie, ust mi pan nie zamknij. Zostałem radnym z poparciem 4,5 tysiąca mieszkańców. Pan startując do rady zdobył 1300 głosów. Oczywiście został pan prezydentem, wiadomo dlaczego, było poparcie dużego środowiska politycznego. Ale będę nadal reprezentował interes mieszkańców, tak jak mieszkańcy będą ode mnie oczekiwać. Szkoda, że pan tego nie rozumie. Przyjmuję wyzwanie, spotkamy się na sali sądowej - komentował radny.

- Jesteśmy osobami publicznymi. Nas szczególnie dotyczy obowiązek mówienia prawdy. To powinien być standard. Niestety w Polsce są politycy, i pan się do nich zalicza, z mówienia rzeczy nieprawdziwych czynicie oręż i zaślaniacie się rzekomym dobrem interesu publicznego. Ja się nie obrażam, mam do pana duży szacunek, ale nie mogę jako prezydent pozostać biernym w sytu-

acji, gdy fałszywe informacje są rozpowszechniane wśród mieszkańców, by osiągnąć cel polityczny lub podważyć organy miasta. Pan wiedział od początku, że te informacje które pan przekazuje są nieprawdziwe, i poniesie pan konsekwencje - odpowiedział radnemu prezydent.

11 sierpnia sąd po raz pierwszy zajmie się aktem oskarżenia. Ale nie będzie to początek procesu. Sąd oceni, czy sprawa powinna trafić na wokandę, czy raczej umorzona. Decyzję podejmie po wysłuchaniu argumentów stron.

- Sąd zawsze dokonuje analizy wstępnej, natomiast decyzję podejmuje na posiedzeniu i po wysłuchaniu argumentów stron - wyjaśnia sędzia Michał Tomala z Sądu Okręgowego w Szczecinie.

Miasto domaga się od radnego przeprosin i wpłaty pieniędzy na cel społeczny.

SZCZECIN POGODNO

Radni na miejscu sprawdzają, czy znak drogowy rzeczywiście utrudnia wjazd do garażu

Leszek Wójcik

Przez źle ustawiony znak drogowy mieszkańiec ul. Boya-Żeleńskiego w Szczecinie ma kłopoty z wjazdem do swojego garażu. Urzędnicy nie chcą go przesunąć, bo... już stoi. Radni miejscy sprawdzają, czy to wystarczający argument.

Niechęć miejskich urzędników do naprawienia własnej fuszerki sprowokowała radnych Rady Miasta do zorganizowania spotkania na Pogodnie i sprawdzenia, czy rzeczywiście znak stoi prawidłowo. Przypomnijmy. Przedstawiciele wydziału Gospodarki Komunalnej Urzędu Miasta twierdzą, że tak. I nie ma znaczenia, że właścicielowi jednej z posesji utrudnia wjazd do garażu.

O kłopotach mieszkańca Pogodna już pisaliśmy w „Głosie”. Nie są trudne do załatwienia ale... Z drobiazgu, który można naprawić

wpół godziny urosły do rangi problemu, który muszą rozwiązać miejscy radni.

Chodzi o znak drogowy U-21. Stanął na ul. Boya-Żeleńskiego, by uporządkować na niej ruch - co może trochę dziwić, bo uliczka jest niewielka, to raczej łącznik pomiędzy ul. Władysława Syromkuli a Św. Stanisława Kostki. Jest na wniosek wydziału Gospodarki Komunalnej. Ustawiono go jednak w taki spo-

sób, że teraz jeden z mieszkańców ul. Boya-Żeleńskiego ma kłopoty z wjechaniem do swojego garażu.

Znak stoi na jezdni (na plastikowej podstawie) - przez co jeszcze bardziej zawęża jezdnię. Jak się dowiedzieliśmy nieoficjalnie, ma zapobiec nieprawidłowemu parkowaniu na ulicy. Jak nam powiedział specjalista od ruchu drogowego, znak U-21 do tego nie służy - to tablica kierująca,



Radni zaplanowali wizję lokalną na 3 sierpnia

którą się wykorzystuje do oznaczania krawędzi zwężonego pasa ruchu, zajętego pobocza lub innych przeszkód. Ustawia się go głównie przy remontach, przebudowach dróg oraz tymczasowych zwężeniach pasa ruchu. Na ul. Boya-Żeleńskiego takiej sytuacji nie ma.

Głównym problemem nie jest jednak samo ustawienie znaku. Najgorsze jest to, że tablice zostały ustawione źle - jeden ze słupków wskaźnikowych stoi centralnie naprzeciwko bramy wjazdowej. Dlatego właściciel posesji napisał wniosek o jego przesunięcie. Dostał już odpowiedź. Kierownik referatu ds. Organizacji Ruchu „nie przewiduje zmian w organizacji ruchu w ciągu ul. Boya-Żeleńskiego”. Powód? Znak stoi od 2020 r. i dotąd nie było zastrzeżeń.

- Nie rozumiem tej argumentacji, po prostu nie rozumiem - przyznaje mieszkaniec ul. Boy-Żeleńskiego. - Do tej pory nie interweniowałem, bo miałem mniejsze auto. Jakoś sobie radziłem.

POLICE

Wrze w Grupie Azoty. Związki grożą strajkiem

Dokończenie ze str. 1

Organizacje związkowe wyznaczyły zarządowi siedem dni od doręczenia pisma na uwzględnienie wszystkich zgłoszonych żądań. Jeżeli tak się nie stanie, spór będzie prowadzony zgodnie z przepisami ustawy o rozwiązywaniu sporów zbiorowych. Oznacza to rozpoczęcie rokowań, a w dalszej kolejności - jeśli strony nie dojdą do porozumienia - możliwość przeprowadzenia mediacji, a ostatecznie także strajku.

Jednocześnie związki ogłosiły pogotowie strajkowe, rozumiane jako stan gotowości organizacyjnej do podjęcia dalszych działań przewidzianych prawem. Mimo to deklarują wolę prowadzenia negocjacji i zawarcia porozumienia z zarządem spółki.

Nasza redakcja zwróciła się do Grupy Azoty z prośbą o odniesienie się do żądań przedstawionych przez organizacje związkowe oraz

wszczęcia sporu zbiorowego. Zapytaliśmy m.in., czy zarząd zamierza rozpocząć rokowania w ustawowym terminie, czy rozważyć realizację postulatów dotyczących podwyżek wynagrodzeń i przywrócenia zapisów Zakładowego Układu Zbiorowego Pracy oraz jak odnosi się do zarzutów o brak dialogu społecznego i prowadzenie zmian organizacyjnych bez konsultacji z przedstawicielami pracowników. Poprosiliśmy również o informację, czy obecna sytuacja finansowa spółki pozwala na spełnienie choć części oczekiwań strony społecznej, jakie działania zarząd planuje podjąć, aby uniknąć eskalacji konfliktu, oraz czy ogłoszone pogotowie strajkowe może wpłynąć na bieżące funkcjonowanie zakładów i realizację produkcji.

Do chwili zamknięcia tego wydania nie otrzymaliśmy odpowiedzi. Po otrzymaniu stanowiska spółki opublikujemy je i wrócimy do sprawy.

AKCJA CHARYTATYWNA

0211545624



FOKUS

• Z udziałem Jolanty Sobierańskiej-Grendy **odbędzie się posiedzenie Zespołu Trójstronnego ds. Ochrony Zdrowia**

WARSZAWA

Raport NIK o Szpitalu Południowym. Kontrolerzy mają sporo zarzutów

Kontrolerzy wskazali szereg nieprawidłowości dotyczących m.in. organizacji pracy, rozliczeń z NFZ, stanu technicznego placówki oraz funkcjonowania Centrum Chirurgii Kręgosłupa

Marcin Koziestański

Kontrola obejmowała działalność szpitala w latach 2022–2025. Jak wynika z raportu, NIK negatywnie oceniła sposób organizacji pracy personelu medycznego, wskazując, że prowadził on do nadmiernego obciążenia pracowników. Jeden z lekarzy przepracował w ciągu miesiąca 304 godzin i 30 minut, a jedna z pielęgniarek 249 godzin.

W ocenie NIK znaczne wydłużenie czasu pracy świadczonej przez personel medyczny ma nie tylko negatywne skutki dla samego personelu, ale może mieć niekorzystny wpływ na jakość udzielanych świadczeń zdrowotnych, w tym na zdrowie lub życie pacjentów.

Z ustaleń kontrolerów wynika również, że na badanych oddziałach (chirurgii ogólnej oraz chorób wewnętrznych) dyżuruwało znacznie mniej personelu niż deklarowano Narodowemu Funduszowi Zdrowia.

W raporcie zwrócono także uwagę na funkcjonowanie Warszawskiego Centrum Chirurgii Kręgosłupa. Choć było ono szeroko reklamowane, formalnie nie istniało w strukturach placówki.

Na Oddziale Chirurgii Urazowo-Ortopedycznej – w ramach którego funkcjonowało WCCK – nie zapewniono należytego rozdzielania udzielania świadczeń pacjentom



FOT. ADRIAN GRZYK/CC BY-SA 3.0

Kontrola NIK w warszawskim Szpitalu Południowym objęła lata 2022–2025 i została rozpoczęta jeszcze we wrześniu 2025 roku

nieodpłatnie (finansowanych ze środków publicznych na podstawie umowy z NFZ) i odpłatnie. Personel, sprzęt i sale finansowane przez NFZ były w tym samym czasie wykorzystywane do celów komercyjnych. Grafiki lekarzy były rozpisywane tak, że w tym samym czasie pracowali oni w ramach umowy z NFZ i komercyjnie.

Pokoje przeznaczone dla pacjentów WCCK – tzw. pokoje łóżkowe – nie były odpowiednio wyposażone: brakowało tam m.in. umywa-

lek, mydła i ręczników papierowych. Zamiast tego w środku jednego z pokoi były telewizor, meble (fotele, stół, kozetka lekarska) oraz aneks kuchenny, a większa część jego powierzchni użytkowej nie była wykorzystana.

Trzaskowski: Wyciągniemy wnioski z raportu NIK

– Dokładnie analizujemy raport NIK na temat Szpitala Południowego i wyciągniemy z niego wnioski – poinformował podczas konferencji

w ratuszu prezydent stolicy Rafał Trzaskowski. – Zależy nam, by Szpital Południowy i warszawska opieka zdrowotna mogły funkcjonować normalnie – dodał.

Trzaskowski zaznaczył, że zareagował natychmiast po ujawnieniu nieprawidłowości w tym szpitalu. Podkreślił, że podjęte zostały decyzje dotyczące zarządu i rady nadzorczej tej placówki. Przypomniał, że przyjął też rezygnację dwóch swoich zastępczyni – Renaty Kaznowskiej i Aldony Machnowskiej-Góry – podjął też decyzję o odpolitycznieniu miejskich spółek.

Śledztwo i kontrole

Sprawa Szpitala Południowego nabrała rozgłosu po publikacji portalu Zero.pl z 15 czerwca. Według ustaleń portalu pracujący w tej placówce lekarz Dawid Kacprzyk – wówczas koordynator SOR-u i radny KO w Ursusie – miał w trakcie specjalizacji z anestezjologii zarobić w 2025 roku około 1,6 mln zł. Portal informował też o zarzutach dotyczących preferencyjnego traktowania polityków Koalicji Obywatelskiej na oddziale tego szpitala.

Prokuratura Okręgowa w Warszawie wszczęła śledztwa dotyczące Szpitala Południowego.

W placówce kontrole prowadzą m.in. NFZ, stołeczny ratusz, Państwowa Inspekcja Pracy i CBA.

KRÓTKO

Łódzkie

Noworodek miał ponad promil alkoholu

Noworodek, gdy się urodził, miał... promil alkoholu. Chłopczyk urodził się w domu w Osorkowie, skąd trafił do szpitala w Zgierzu. Po kilkudniowej hospitalizacji został przetransportowany do Instytutu Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi. Matka dziecka już została pozbawiona przez sąd praw rodzicielskich. Chłopczyk cały czas jest diagnozowany. Czekają go badania neurologiczne i kardiologiczne. Podłączony jest do urządzenia, które pomaga mu oddychać.

Warmińsko-Mazurskie

Spotkanie na polach Grunwaldu

Około tysiąca zuchów i harcerzy uczestniczyło w tegorocznym Ogólnopolskim Zlocie Grunwaldzkim. To największa letnia impreza harcerska, organizowana na polach Grunwaldu z okazji rocznicy bitwy z 1410 roku. Harcerze są, obok członków bractw rycerskich, największą grupą, która co roku przyjeżdża pod Grunwald i bierze udział w uroczystościach upamiętniających bitwę wojsk polsko-litewskich z Zakonem Krzyżackim.

Warszawa

Premier Tusk bez immunitetu poselskiego

Sejmowa komisja regulaminowa stwierdziła w środę poprawność zrzeczenia się przez premiera Donalda Tuska (KO) immunitetu poselskiego w związku z prywatnym aktem oskarżenia skierowanym wobec niego przez Instytut Polski Suwerennej. Instytut chce skarżyć Tuska za pomówienie ws. finansowania przez Zondacrypto. Premier zrzekł się immunitetu 2 lipca.

PAP

PROKURATURA

Zarzuty dla szefów Polskiej Fundacji Narodowej

Marcin Koziestański

Maciej Ś., były członek zarządu Polskiej Fundacji Narodowej, usłyszał zarzuty nadużycia uprawnień i niedopełnienia obowiązków.

– Maciej Ś. usłyszał zarzut m.in. nielegalnego finansowania partii politycznych PiS i Solidarnej Polski – poinformował w środę rano prokura-

tor regionalny w Rzeszowie Jaromir Rybczak. Jak wyjaśnił, nie chodzi w tym przypadku o środki finansowe, tylko o usługi marketingu politycznego. Wobec podejrzanego zastosowano zakaz opuszczania kraju połączony z zatrzymaniem paszportu.

We wtorek wieczorem zarzuty w tej samej sprawie usłyszał inny były członek zarządu PFN Cezary J. Obaj jako członkowie zarządu Polskiej Fundacji Narodowej uruchomili w 2017 roku środki fundacji na kampanię „Sprawiedliwe sądy”.

Przestępstwo zarzucane podejrzanym zagrożone jest karą do 10 lat pozbawienia wolności.

PROKURATURA

Prezydent Karol Nawrocki w prokuraturze

Karolina Wrońska

Prezydent Nawrocki przesłuchany w charakterze świadka w śledztwie w sprawie nieodpłatnego korzystania z pokoi i apartamentów w Muzeum II Wojny Światowej.

O przesłuchaniu prezydenta poinformowało w środę Radio Gdańsk. Rzecznik Prokuratury Okręgowej

w Gdańsku prok. Mariusz Duszyński potwierdził PAP te doniesienia i przekazał, że do przesłuchania doszło 9 lipca.

– Prezydent RP Karol Nawrocki został przesłuchany w charakterze świadka. Przesłuchanie odbyło się w Warszawie, w Pałacu Prezydenckim – powiedział Duszyński.

Prokurator wyjaśnił, że Nawrocki został przesłuchany ze względu na to, że w okresie objętym śledztwem pełnił funkcję dyrektora Muzeum II Wojny Światowej. Dodał, że w charakterze świadków przesłuchani zostali także pozostali dyrektorzy instytucji, którzy kierowali nią w okresie objętym postępowaniem.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Wobec innych narodów trzeba być człowiekiem, a nie polityczną hieną. Potępiam tu, w polskim Sejmie zachowania antyukraińskie

WŁODZIMIERZ CZARZASTY
marszałek Sejmu

IRAN / USA

Armia amerykańska przeprowadziła kolejną falę ataków na Iran

Anna Nagel

Amerykańska armia poinformowała w serwisie X, że w środę w południe czasu polskiego przeprowadziła nową falę ataków na Iran. Nalot trwał 90 minut i objął instalacje militarne na wyspie Wielki Tunb, położonej w cieśninie Ormuz – przekazało Centralne Dowództwo USA (CENTCOM).

Zaatakowano systemy obrony wybrzeża oraz magazyny i wyrzutnie pocisków manewrujących – poinformował CENTCOM. Ostrzał „doprowadził do dalszej degradacji zdolności Iranu do atakowania cywilnych statków w cieśninie Ormuz” – powiadomiła armia.

Wielki Tunb leży ponad 20 km na południe od irańskiej wyspy Keszem. Jest administrowany przez Iran jako część prowincji Hormozgan, jednak pretensje do wyspy zgłaszają również Zjednoczone Emiraty Arabskie. Wyspa jest kluczowym punktem irańskiej obrony morskiej.

Dziennik „New York Times” ocenił, że w ciągu ostatniej doby nasiliły się obawy o ponowny wybuch pełnoskalowej wojny na Bliskim Wschodzie.

Iran ponownie zablokował cieśninę Ormuz w miniony weekend, zapowiadając, że utrzyma ten stan

do zakończenia amerykańskiej „agresji”. Wznowił też ataki na statki handlowe. W odpowiedzi Stany Zjednoczone przywróciły we wtorek blokadę irańskich portów i wznowiły bombardowania wybrzeża – przypomniła agencja AFP. Teheran został jak dotąd oszczędzony, podobnie jak instalacje naftowe i gazowe arabskich państw regionu Zatoki Perskiej.

Prezydent USA Donald Trump rozmawiał we wtorek w Operation Room o rozległej ofensywie na Iran, znacznie szerszej niż obecne uderzenia w cieśninie Ormuz – przekazał w środę amerykański portal Axios, powołując się na trzy źródła zaznajomione ze sprawą.

PAP



Prezydent Donald Trump rozmawiał we wtorek w centrum dowodzenia o ofensywie na Iran

UKRAINA

Zelenski: naszym głównym celem jest Ukraina bez Rosji

Anna Nagel

Celem państwa ukraińskiego jest Ukraina bez Rosji, bez wojny i w Unii Europejskiej – oświadczył w środę prezydent Wołodymyr Zełenski, cytowany przez agencję Interfax-Ukraina.

– Naszym głównym celem nie jest Rosja bez benzyny, lecz Ukraina bez Rosji. Ukraina bez wojny. Ukraina z Europą. A także Ukraina i Europa bez zagrożenia ze strony Moskwy – powiedział Zełenski podczas przemówienia wygłoszonego w Kijowie z okazji obchodów Dnia Ukrainiejskiej Państwowości.

Prezydent podziękował „każdemu przywódcy, który robi wszystko, co w jego mocy, na rzecz wspólnego bezpieczeństwa, i robi wszystko, co konieczne dla Ukrainy”.

Szef państwa oznajmił, że Ukraina produkuje obecnie 10 mln dronów rocznie. – Pamiętam, jak po raz pierwszy publicznie ogłosiłem plan państwa: 1 mln dronów rocznie. Wszędzie panował sceptycyzm: zarówno w kraju, jak i za granicą. A teraz możemy stwierdzić: produkujemy 10 mln dronów rocznie. A wkrótce będzie 20 mln – poinformował.

– Ukraina po raz pierwszy tworzy własny system rakiet balistycznych i dalekiego zasięgu, i nie są to tylko projekty, lecz prawdziwa siła, która już działa i pokonuje odległości nieosiągalne wcześniej. 2884 kilometry – tyle wynosi odległość stąd do rafinerii w Omsku. To po prostu historyczna odległość, historyczna celność – zauważył prezydent.

Zełenski podkreślił, że w przeciwieństwie do Rosji, która atakuje budynki mieszkalne, szkoły i świątynie, Ukraina uderza „w sponso-



Zełenski podczas przemówienia z okazji obchodów Dnia Ukrainiejskiej Państwowości potwierdził aspiracje do Unii Europejskiej

rów Putina w tej wojnie oraz w narzędzia, które pomagają mu zabijać ludzi”.

– Nie ma już na terytorium zła współrzędnych, które byłyby nieosiągalne dla ukraińskiej sprawiedliwości. Pół tysiąca naszych dronów na dobę – dziesiątki ich rafinerii, tankowce floty cieni, infrastruktura wojskowa Rosji odczuły to wszystko na własnej skórze. Nie należy kwestionować ukraińskiej państwowości – oświadczył.

Według Zełenskiego Ukraina może uzyskać zdolność do produkcji rakiet dla systemu Patriot – i tym samym stać się trzecim państwem w historii, które będzie wytwarzać rakietę do systemu Patriot na podstawie umowy licencyjnej.

– Chciałbym podziękować prezydentowi Stanów Zjednoczonych za decyzję polityczną, która już teraz ma charakter historyczny i która może ocalić życie tysięcy ludzi

na Ukrainie. Bardzo ważne jest, aby na tej drodze wszystko ułożyło się pomyślnie dla naszych stron, dla naszych zespołów. I aby rakietę do systemu Patriot z napisem »Made in Ukraine« jak najszybciej stały się rzeczywistością – oznajmił prezydent.

Zełenski podkreślił, że to właśnie ta rzeczywistość „przybliży bezpieczeństwo i zwycięstwo życia na Ukrainie”.

Przywódca Ukrainy i USA spotkali się 8 lipca podczas szczytu NATO w Ankarze. Trump zapowiedział podczas rozmowy z Zełenskim, że Ukraina otrzyma licencję na produkcję rakiet do systemów Patriot w Ukrainie.

Amerykański prezydent przyznał, że firma produkująca rakietę (Lockheed Martin) jeszcze nie została o tym poinformowana, ale zapewnił, że będzie z tego powodu zachwycona, podobnie jak Ukraińcy.

PAP

NOWY JORK

Szkielet tyranozaura sprzedano za rekordową kwotę 50 mln dolarów

Anna Nagel

Szkielet tyranozaura, któremu nadano imię Gus, został sprzedany na aukcji Sotheby's w Nowym Jorku za rekordową kwotę 50,1 mln dolarów.

Szkielet został nazwany na cześć Gary'ego „Gusa” Lickinga, właściciela terenu w hrabstwie Harding w Dakocie Południowej, gdzie został on odkryty w 2021 r. Prace wykopaliskowe trwały aż trzy lata.

Wiek skamieniałości jest szacowany na ok. 67 mln lat. Jest ona uważana za jeden z największych i najbardziej kompletnych szkieletów dinozaura, jakie kiedykolwiek odkopano.

Gus ma 3,8 metra wysokości i był wystawiony w siedzibie domu aukcyjnego Sotheby's w Nowym

Jorku. Głowa dinozaura okazała się jednak zbyt ciężka i zamiast niej na szkielecie umieszczono replikę.

Szkielet został sprzedany za kwotę znacznie wyższą, niż szacowano podczas przedsprzedaży, wyceniając go na 20-30 mln dol. Kwota, za którą sprzedany został Gus, pobiła dotychczasowy rekord za skamieniałość dinozaura informuje w środę portal dziennika „The Guardian”. Poprzednim rekordzistą był stegozaur o imieniu Apex, sprzedany w 2024 r., również na aukcji Sotheby's, za 44,6 mln dol.

Portal zwraca uwagę, że w środowisku naukowców handel skamieniałościami dinozaurów wywołuje zaniepokojenie. Paleontolodzy obawiają się, że takie transakcje mogą zaszkodzić ich badaniom, umieszczając szkielety dinozaurów poza zasięgiem instytucji akademickich.

WŁOCHY

Opozycja chce przedterminowych wyborów

Anna Nagel

Koalicja rządząca premierki Włoch Giorgii Meloni przegrała we wtorek w Izbie Deputowanych tajne głosowanie nad zmianami w ordynacji wyborczej – poinformowała agencja Ansa.

Obóz rządzący przegrał głosowanie stosunkiem 187 do 188.

Premierka Meloni przed głosowaniem krytykowała decyzję o jego utajnieniu. Jak poinformował por-

tal Euronews, wstępne szacunki wskazują na to, że około 30 posłów większości albo nie zastosowało się do partyjnej rekomendacji głosowania „za”, albo w ogóle nie wzięło udziału w głosowaniu.

Opozycja zarzuca rządzącej koalicji, że dąży do zmiany systemu wyborczego w obawie przed porażką w przyszłorocznych wyborach parlamentarnych.

Głosowanie nad reformą wywołało sprzeciw opozycji, która zaapelowała o przeprowadzenie wcześniejszych wyborów.

– Po czterech latach rząd chce zmienić zasady gry. Bracia Włosi i Giorgia Meloni przypuścili zdradziecki atak na Włochów, przedstawiając fałszywą poprawkę dotyczącą preferencji – ocenił były premier i lider Ruchu Pięciu Gwiazd Giuseppe Conte, cytowany przez Anse.

Projekt zmian został zgłoszony przez Braci Włochów (FdI) wspólnie z ugrupowaniami Noi Moderati i Unii Centrum (UDC). Według jego autorów reforma miała zwiększyć stabilność rządów – podała hiszpańska agencja EFE.

Po stronie Seniora

NAWIGATOR

Ulga dla seniorów 2026. Te kobiety 60 plus i ci mężczyźni 65 plus nie muszą płacić podatku dochodowego. Wiele mogą na tym zyskać!

Nie każdy po osiągnięciu powszechnego wieku emerytalnego decyduje się zakończyć pracę. Wielu seniorów nadal jest aktywnych zawodowo. Dla takich osób przewidziano ulgę PIT-0. Oto zasady ulgi dla seniorów.

Małgorzata Stempinska

PIT-0 dla seniorów to ulga, która obowiązuje od 2022 roku. To zwolnienie z podatku dochodowego dla osób, które osiągnęły powszechny wiek emerytalny (60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn), ale nie pobierają emerytury i nadal pracują.

Ulgę obejmuje następujące przychody:

- ze stosunku służbowego,
- stosunku pracy,
- pracy nakładczej,
- spółdzielczego stosunku pracy,
- umów zlecenia, o których mowa w art. 13 pkt 8 ustawy PIT,
- zasiłku macierzyńskiego,
- pozarolniczej działalności gospodarczej opodatkowanej skalą podatkową, 19 proc. podatkiem liniowym albo 5 proc. stawką podatku (tzw. Ulga IP Box) lub ryczałtem od przychodów ewidencjonowanych, pod warunkiem, że podatnik podlega ubezpieczeniom społecznym w rozumieniu ustawy o systemie ubezpieczeń.

Kto może skorzystać z ulgi dla seniorów

Zulgi PIT-0 mogą skorzystać osoby, które nie uzyskują:

- emerytury lub renty rodzinnej z KRUS,
- emerytury lub renty rodzinnej z mundurowych systemów ubezpieczeń,
- emerytury lub renty rodzinnej z ZUS,
- świadczeń pieniężnych w związku ze zwolnieniem ze służby stałej funkcjonariusza służby mundurowej oraz żołnierzy,
- uposażenia przysługującego sędziemu w stanie spoczynku lub uposażenia rodzinnego,
- świadczenia pieniężnego przysługującego członkom rodziny funkcjonariuszy lub żołnierzy zawodowych, których śmierć nastąpiła w związku ze służbą albo podjęciem poza służbą czynności ratowania życia lub zdrowia ludzkiego albo mienia.

- Zulgi mogą skorzystać zarówno osoby, które nie złożyły jeszcze wniosku o emeryturę, jak i te, które taki wniosek złożyły i mają już przyznane świadczenie, ale go jeszcze nie pobierają. Podstawowym warunkiem jest niepobieranie emerytury lub renty rodzinnej. Seniorzy, którzy otrzymują emeryturę i jednocześnie dorabiają do swojego świadczenia, nie mogą korzystać z tej preferencji - zaznacza Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Jakich przychodów ulga PIT-0 nie obejmuje

Ulgę nie obejmuje m.in. przychodów:

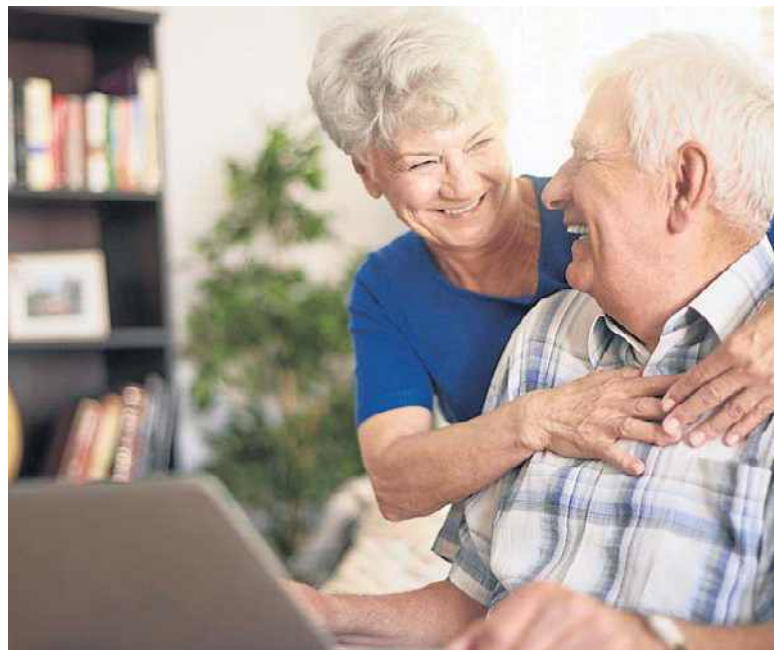
- z zasiłków pieniężnych z ubezpieczenia społecznego, z wyjątkiem zasiłku macierzyńskiego (nie obejmuje np. zasiłków chorobowych),
- z umów o dzieło,
- z praw autorskich (z wyjątkiem tych uzyskanych w ramach umowy o pracę),
- podlegających opodatkowaniu zryczałtowanym podatkiem dochodowym na podstawie ustawy PIT,
- zwolnionych od podatku dochodowego,
- od których zaniechano poboru podatku w drodze rozporządzenia.

Podatnicy, którzy zarabiają w formie kontraktu managerskiego lub czerpią dochody z najmu, również nie skorzystają z tej preferencji.

Jakie korzyści daje ulga dla seniora

Ulgę PIT-0 to realna korzyść dla pracujących seniorów.

- Zwolniona z podatku dochodowego jest kwota przychodu, która nie przekracza 85 528 zł w roku. Jeśli senior przekroczy limit ulgi, do dochodów podlegających skali podatkowej zastosowana zostanie kwota wolna w wysokości 30 000 zł - wyjaśnia Bartosz Stróżyński, rzecznik prasowy Izby Administracji Skarbowej w Bydgoszczy.



By skorzystać z preferencji podatkowej, seniorzy, którzy pracują na umowę o pracę, umowę zlecenia muszą złożyć odpowiednie oświadczenie do swojego pracodawcy lub zleceniodawcy

W efekcie łączne przychody do 115 528 zł mogą być nieopodatkowane. W praktyce oznacza to wyższe wynagrodzenie „na rękę”. Przy minimalnych zarobkach, które od 1 stycznia 2026 roku wynoszą 4806 zł brutto, oszczędność sięga około 168 zł miesięcznie, a przy pensji 5000 zł około 300 zł. Im wyższe wynagrodzenie, tym większa korzyść.

To jednak nie wszystko. Kontynuowanie pracy to także dalsze odprowadzanie składek emerytalnych, co może przełożyć się na wyższe świadczenie w przyszłości nawet o 10-12 proc. za każdy rok przełożenia momentu przejścia na emeryturę.

Czy odpawę emerytalną można objąć ulgą

Częstym dylematem, przed którym stają pracujący seniorzy jest to, czy np. otrzymaną odpawę emerytalną mogą objąć ulgą dla pracującego seniora i nie odprowadzać z tego tytułu podatku dochodowego. W takich przypadkach dla fiskusa nie jest istotny tytuł otrzymanego przy-

chodu. Liczy się moment otrzymania środków. Takie stanowisko wielokrotnie było podkreślane w interpretacjach wydawanych przez Dyrektora KIS (np. interpretacja indywidualna Dyrektora Krajowej Informacji Skarbowej z 28.12.2023 r., 0115-KDIT2.4011.479.2023.2.ŁS; interpretacja indywidualna Dyrektora Krajowej Informacji Skarbowej z 27 lutego 2025 r., 0115-KDIT2.4011.626.2024.2.ŁS). Fiskus konsekwentnie stoi na stanowisku, że zwolnione z opodatkowania są przychody, które zostały wypłacone przed dniem wypłaty pierwszej emerytury.

- Zatem kluczowy jest dzień otrzymania pierwszego świadczenia z ZUS. Przyszli emeryci, którzy planują przejść na emeryturę, a jednocześnie chcą skorzystać ze zwolnienia z opodatkowania np. środków otrzymanych w ramach odpawy emerytalnej, muszą dopilnować aby środki te zostały im przekazane przed dniem otrzymania pierwszej emerytury - podpowiada Monika Piątkowska z e-pity.pl.

Jak załatwić formalności

By skorzystać z preferencji podatkowej, seniorzy, którzy pracują na umowę o pracę, umowę zlecenia muszą złożyć odpowiednie oświadczenie do swojego pracodawcy lub zleceniodawcy. Muszą w nim napisać, że spełniają warunki do jej zastosowania, tj. mimo nabycia prawa do emerytury lub renty rodzinnej nie pobierają tych świadczeń. Składając oświadczenie, pod groźbą odpowiedzialności karnej zobowiązują się także do poinformowania pracodawcy o każdej zmianie, która ma wpływ na prawo do ulgi lub sposób obliczania podatku dochodowego.

Co ważne, jeśli zaczną pobierać emeryturę czy rentę rodzinną, to mają obowiązek poinformować o tym swojego pracodawcę lub zleceniodawcę. Po otrzymaniu takiej informacji przestanie on stosować ulgę najpóźniej od następnego miesiąca.

Ulgę PIT-0 dla seniorów przysługuje od momentu spełnienia wszystkich warunków uprawniających do jej zastosowania, a nie za cały rok podatkowy „z góry”. Oznacza to, że zwolnienie z podatku dochodowego obejmuje wyłącznie dochody uzyskane od dnia, w którym podatnik osiągnął powszechny wiek emerytalny oraz jednocześnie spełnia pozostałe wymagania (m.in. nie pobiera emerytury ani renty rodzinnej).

Zulgi PIT-0 można korzystać już w trakcie roku nie trzeba czekać na rozliczenie roczne. Po spełnieniu warunków pracodawca może przestać pobierać zaliczki na podatek dochodowy. Należy jednak pamiętać, że nadal trzeba opłacać składki ZUS oraz 9 proc. składkę zdrowotną, której nie można odliczyć od podatku.

Zulgi PIT-0 nie trzeba korzystać przez cały rok. Można ją stosować tylko przez wybrane miesiące, na przykład do momentu przejścia na emeryturę. Wraz z rozpoczęciem pobierania świadczenia prawo do ulgi wygasa.

©

ŚWIADCZENIA

Emerytura minimalna z ZUS. Kto ma do niej prawo, ile wynosi i czy trzeba składać wniosek

By otrzymać emeryturę minimalną, trzeba spełnić określone warunki, przede wszystkim dotyczące wieku emerytalnego i stażu pracy. Wyjaśniamy komu się należy najniższe gwarantowane świadczenie.

Małgorzata Stempinska

Od 1 marca 2026 roku, po tegorocznej waloryzacji, emerytura minimalna w Polsce wynosi 1978,49 zł brutto.

Wysokość przyszłej emerytury zależy przede wszystkim od długości aktywności zawodowej oraz odprowadzanych składek. Im dłużej pracujemy i im więcej składek trafia na nasze konto w ZUS, tym wyższa będzie przyszła emerytura. Warto jednak wiedzieć, że w Polsce obowiązuje również minimalna emerytura gwarantowana przez państwo.

Komu się należy emerytura minimalna

Jeśli ZUS wyliczy emeryturę i okaże się, że jest ona niższa niż obowiązująca minimalna kwota, wtedy ZUS z urzędu podnosi świadczenie do poziomu emerytury minimalnej. Od 1 marca 2026 roku, po tegorocznej waloryzacji, wynosi ona 1978,49 zł brutto. - Podwyższenie emerytury do minimalnej następuje tylko wtedy, gdy osoba spełnia określone warunki, przede wszystkim dotyczące wieku emerytalnego i stażu pracy. Jeśli te warunki są spełnione, emerytura nie może być niższa niż minimalna kwota obowiązująca w danym roku - zaznacza Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

By otrzymać emeryturę minimalną, trzeba mieć osiągnąć powszechny wiek emerytalny. W Polsce wynosi on 60 lat dla kobiet i 65



Jeśli ZUS wyliczy emeryturę i okaże się, że jest ona niższa niż obowiązująca minimalna kwota, wtedy ZUS z urzędu podnosi świadczenie do poziomu emerytury minimalnej. Od 1 marca 2026 roku, po tegorocznej waloryzacji, wynosi ona 1978,49 zł brutto

lat dla mężczyzn. Jednak sam wiek nie wystarczy. Aby emerytura mogła zostać podwyższona do minimalnej, trzeba mieć także odpowiedni staż pracy.

Wynosi on:

- co najmniej 20 lat okresów składkowych (np. praca na etacie) i nieskładkowych (np. studia, pobieranie zasiłku chorobowego) w przypadku kobiet,
- co najmniej 25 lat okresów składkowych i nieskładkowych w przypadku mężczyzn.

Uwaga! Okres nieskładkowy może stanowić 1/3 okresu składkowego. Jeśli ktoś spełnia te warunki, a wyliczona emerytura jest niższa od minimalnej, Zakład Ubezpieczeń Społecznych podwyższy ją do tej kwoty.

Co się wlicza do stażu pracy

Do stażu pracy wlicza się przede wszystkim okresy, w których były opłacane składki na ubezpieczenia społeczne. Najczęściej jest to czas

pracy na umowie o pracę, prowadzenia działalności gospodarczej czy wykonywania pracy na podstawie niektórych umów cywilnoprawnych, jeśli były od nich odprowadzane składki. Do stażu mogą być zaliczane również tak zwane okresy nieskładkowe, na przykład czas pobierania zasiłku chorobowego czy urlopu wychowawczego. Te okresy również są brane pod uwagę przy ustalaniu prawa do emerytury minimalnej. Warto pamiętać, że umowa o dzieło nie wlicza się do stażu, ponieważ

od niej nie odprowadza się składek emerytalno-rentowych.

Może się zdarzyć, że ktoś osiągnie wiek emerytalny, ale nie ma wymaganego stażu pracy. Co w tej sytuacji?

- Taka osoba nadal może przejść na emeryturę, ponieważ osiągnięcie wieku emerytalnego daje prawo do złożenia wniosku o świadczenie. Jeśli jednak nie ma wymaganego stażu pracy, emerytura nie zostanie podwyższona do minimalnej. W takiej sytuacji jej wysokość zależy od składek zgromadzonych na koncie w ZUS oraz od średniego dalszego trwania życia. Jeśli ktoś pracował krótko albo składki były odprowadzane tylko przez niewielki czas, wyliczona emerytura może być niższa niż emerytura minimalna - wyjaśnia Krystyna Michałek.

Czy trzeba składać dodatkowy wniosek, aby emerytura została podwyższona do minimalnej?

Nie trzeba składać odrębnego wniosku o podwyższenie emerytury do kwoty minimalnej.

Przy rozpatrywaniu wniosku o emeryturę powszechną ZUS z urzędu sprawdza, czy osoba spełnia warunki do otrzymania emerytury minimalnej, w tym wymagany staż ubezpieczeniowy. Jeżeli warunki są spełnione, a wyliczona emerytura jest niższa od kwoty minimalnej, Zakład Ubezpieczeń Społecznych podwyższa ją do wysokości emerytury minimalnej - bez konieczności składania dodatkowego wniosku.

©@

PO WALORYZACJI 2026

Tyle wynoszą od marca 2026 roku najniższe emerytury, renty i dodatki do nich

Małgorzata Stempinska

W tym roku emerytury i renty wzrosły o 5,3 proc. Zostały podwyższone z urzędu, bez konieczności składania jakichkolwiek wniosków.

Zwaloryzowane świadczenia są wypłacane w stałych terminach, czyli 1., 6., 10., 15., 20. i 25. dnia miesiąca. Jeśli termin wypłaty przypada w sobotę, niedzielę lub inny dzień ustawowo

wolny od pracy, pieniądze trafiają do świadczeniobiorców wcześniej, najpóźniej w ostatnim dniu roboczym poprzedzającym ten termin.

Po podwyżce najniższe gwarantowane emerytury i renty wynoszą:

- emerytura, renta rodzinna oraz renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy - 1978,49 zł brutto,
- renta socjalna - 1978,49 zł brutto,
- renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy i renta szkoleniowa - 1483,87 zł brutto,

- renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową i renta rodzinna wypadkowa - 2374,19 zł,
- renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową - 1780,64 zł.

Wraz z waloryzacją świadczeń podstawowych wzrosły również dodatki i inne świadczenia pieniężne. Świadczenie przedemerytalne od 1 marca 2026 roku wynosi 1993,76 zł brutto.

Pozostałe dodatki do emerytur i rent wynoszą:

- dodatek pielęgnacyjny - 366,68 zł,
- dodatek za tajne nauczanie - 366,68 zł,
- dodatek kombatancki - 366,68 zł,
- dodatek dla sieroty zupełnej - 689,17 zł,
- dodatek kompensacyjny - 55,00 zł,
- dodatek pielęgnacyjny dla inwalidy wojennego uznanego za całkowicie niezdolnego do pracy oraz niezdolnego do samodzielnej egzystencji - 550,02 zł,
- dodatek do renty inwalidy wojennego - 1403,90 zł,
- świadczenie pieniężne dla osób deportowanych oraz byłych żoł-

nierzy górników przyznane przed 1 października 2019 roku - od 18,39 zł do 348,40 zł,

- ryczałt energetyczny - 336,16 zł,
- świadczenie pieniężne dla osób deportowanych oraz byłych żołnierzy górników ustalone w maksymalnej wysokości - 366,68 zł.

Każdy emeryt i rencista otrzymał z ZUS decyzję o nowej wysokości świadczenia. Dokument zawiera kwotę emerytury lub renty brutto na ostatni dzień lutego, zastosowany wskaźnik waloryzacji i wysokość świadczenia po waloryzacji. W przypadku osób pobierających dodatek pielęgnacyjny decyzja zawiera informację o jego nowej wysokości. ©@

POD PARAGRAFEM

ŚLEDZTWO LITERACKIE

Zagadka kryminalna Aleksandra Dumasa. Kim był Stefan Moinjski?

Marek Adamkiewicz

„Trzej muszkietierowie”, „Hrabia Monte Christo”, „Królowa Margot” to powieści, którymi Aleksander Dumas (1802-1870) zawładnął wyobraźnię pokoleń czytelników.

Zasługujących na uwagę książek tego autora jest jednak więcej. Choćby powieść „Biali i Niebiescy” („Les Blancs et les Bleus”), której akcja obejmuje lata 1793-1799. Wprawdzie pod względem artystycznym nie dorównuje ona najpopularniejszym tytułom, ale z jednego powodu jest ona niezwykła. Są tu nie tylko akcenty polskie, ale też zagadki historyczno-kryminalne.

Wojak z Gdańska

„Białych i Niebieskich” Dumas opublikował w roku 1867 i ta pozycja nigdy nie została przetłumaczona na język polski. Jednym z bohaterów książki jest Polak, a zatem postać unikatowa w twórczości Dumasa. Wedle opisu literackiego jest to były żołnierz Kościuszki, któremu po nieudanej próbie obrony Gdańska przed Prusakami w 1793 r. udaje mu się przedostać do Francji. Tam zgłasza się do gen. Pichegru, dowódcy Armii Renu.

Jest prawdopodobne, że postać Polaka jest na kimś wzorowana, a to dlatego, że książka jest raczej historią beletryzowaną, tzw. histoire romatique. Pierwsza część została oparta na wspomnieniach Charlesa Nodiera.

„Musi być dzielny”

Ów Nodier – pisarz, dziennikarz, bibliotekarz i prekursor romantyzmu – w czasie wojen rewolucyjnych przebywał w sztabie gen. Pichegru. Zakładając, że Dumas nie odszedł zaledwie od jego wspomnień, wiemy o naszym Polaku tyle, że „miał ubiór biednego podróżnika, który dużo maszerował i przemierzył spory kawał drogi. Nosił futrzaną czapkę z lisa, rodzaj bluzy z koziej skóry sierścią odwróconej do wewnątrz i ściągniętej w tali skórzanym pasem. Stroju dopełniały długie, sięgające powyżej kolan buty o podeszwach w fatalnym stanie”. Pichegru wywnioskował



Karykatura Dumasa „wygotowującego” swoje opowieści. Kpiono, że jego ojciec Thomas-Alexandre Dumas, generał w armii Napoleona, zawdzięczał karierę kolorowi skóry

z tego, że „każdy Polak musi być dzielny”.

Niejako w odpowiedzi na komplement Pichegru otrzymał do wglądu list sygnowany nazwiskiem Tadeusza Kościuszki, w którym stało: „Wszystkim walczącym o wolność kraju polecam tego dzielnego człowieka. Był ze mną pod Dubienką”.

Krew polskiej rasy

Czytajmy dalej ten dość zagadkowy tekst:

„W mych żyłach płynie krew owej polskiej rasy, która straciła miasto w 1308 roku, odzyskała je w 1454 i broniła go przed Stefanem Batorem w 1575. Od tamtego czasu Gdańsk posiadał polskie stronnictwo, które za broń chwyciło na wezwanie Kościuszki. Razem z bratem i ojcem z karabinami w dłoni zasiliłszy powstańcze szeregi. (...) Jakis czas później Stanisław (August Poniatowski – przyp. aut.) uległ woli Katarzyny. Kościuszkę, nie chcąc uchodzić za współnika kochanka carycy, podał się do dymisji, a my z bratem i ojcem powróciliśmy do Gdańska, gdzie wznowiliśmy studia. Pewnego ranka dowiedzieliśmy się, że Gdańsk oddany został Prusom. Było nas dwa lub trzy tysiące, którzy jedną ręką protestowali, a drugą chwycili za karabin. (...) Stawiliśmy czoła pruskiemu kor-

pusowi, który przybył zawładnąć miastem. Ich było dziesięć tysięcy, nas tysiąc osiemset. Tysiąc naszych legło na polu bitwy. W ciągu trzech kolejnych dni zmarło z ran trzystu następnych. Pozostało pięciuset. Wszyscy byli tak samo winni, ale nasi wrogowie okazali się wspaniałomyślnym przeciwnikiem. Podzielono nas na trzy kategorie. Pierwszą miano rozstrzelać. Drugą przeznaczono na szubienicę. Trzecia pozostawała przy życiu po otrzymaniu pięćdziesięciu batów. (...) Po otrzymaniu pięćdziesięciu batów stawałem się wolnym (...)”.

Na tropie Stefana

Wolnym, ale bez prawa pozostania w Gdańsku. Prusacy odstawili go do granicy, a ten – via Frankfurt i Lipsk – przeszedł do Francji, gdzie stał się szpiegiem generała Pichegru.

Przy tej okazji Gdańszczanin złożył dość pompatyczną deklarację: „Oto dziś ofiaruję panu swe usługi. Kształciłem się w naukach ścisłych. Mówię pięcioma językami tak jak po francusku. Mogę Panu dostarczać wszelkich informacji, umiem kreślić plany. Dziesięciokrotnie przemierzałem wpław Wisłę. W sumie – jestem narzędziem. Przestawiam zwać się Stefan Moinjski, zwę się Zemsta!”.

• **Zbliża się 138. rocznica urodzin Raymonda Thorntona Chandlera** (urodził się 23 lipca 1888 roku w Chicago, zmarł 26 marca 1959 r. w La Jolla), twórcy czarnego kryminału. Bohaterem jego książek jest cyniczny prywatny detektyw Philip Marlowe.

nazwiskiem Akademickim, tyle że w spisie uczniów nie ma nikogo o nazwisku zbliżonym do bohatera Dumasa.

Fiszer pod lupą

Jest jeszcze postać godna uwagi: to Stanisław Fiszer, który wprawdzie nie pochodził z Gdańska, ale z tym miastem wiąże go pewien epizod.

Urodzony w 1769 r. Fiszer zdobywał wykształcenie w Szkole Rycerskiej. Wyróżnił się w bitwie pod Dubienką, został odznaczony Virtuti. W książce „Gdańsk a Polska” Szymon Askenazy zauważa, że Fiszer „pierwszy pomyślał o Gdańsku i postanowił na własną rękę zbadać wartość obronną jednego portu Rzplitej”. Do czego ta wiedza była potrzebna? „Owóż (wicebrygadier Jan Henryk) Dąbrowski (...) powziął myśl arcyśmiałą zgromadzenia armii polskiej wraz z załogą i artylerią warszawską, uderzenia na Prusaków, przerznięcia się do Gdańska i obwarowania się tam, a może do czekania się posiłków od Rewolucji francuskiej”.

Pomysł nie został zrealizowany, a Fiszer, po upadku powstania kościuszkowskiego i zwolnieniu z niewoli, do której trafił w bitwie pod Maciejowicami, wyjechał do Francji. Tam wstąpił do Legii Naddunajskiej, formacji... Armii Renu.

Bohater odludek

Warto zwrócić uwagę na dwa opisy dotyczące Fiszer. Wedle historyka wojskowości Bronisława Gembarzewskiego nasz bohater był wzrostu niskiego, „twarz miał pociągłą, nos wielki, włosy jasne, łopatkę jedną wyższą”, natomiast w „Dziejach legionów polskich” Stanisława Schnür-Pełowskiego można przeczytać, że podczas bytności w Parryżu Fiszer widział „Tryb życia odosobniony. (...) Nie był nigdzie, mimo częstych zaprosin”.

Będąc w zasadzie nędzarzem, otrzymał pomoc od Tadeusza Kościuszki, pod którego komendą służył nie tylko w 1792 r., ale i w czasie insurekcji. Wykorzystał to literacko Władysław Reymont, umieszczając Fiszerę wśród bohaterów powieści „Rok 1794”. Skoro więc dzielnego żołnierza docenił noblista, to dlaczego nie miałby tego zrobić autor „Białych i Niebieskich”?

Choć Dumas podaje nazwisko, to jego identyfikacja nie jest prosta.

Gdzie on jest?

Przeglądając dostępne teksty Charlesa Nodiera, w szczególności „Episodes de la Révolution”, można wywnioskować, że to na nich Dumas oparł początek „Białych i Niebieskich”.

Ale nie ma tam nie tylko Moinjskiego, ale i żadnego Polaka. Warto jednak zauważyć, że w tejże przedmowie do „Białych i Niebieskich” Dumas oświadcza, że opierał się nie tylko na tekstach, ale również na przekazach ustnych Nodiera. Ponadto w wydanej w 1883 r. książce „Les dernières années d’Alexandre Dumas, 1864-1870” Gabriel Ferry, który go znał, pisze m.in. sporo na temat „Białych i Niebieskich” i kulis ich powstania.

Śledztwo bez efektu

Wątpliwości co do autentyczności postaci Moinjskiego potęgują liczne nieścisłości. Skoro bowiem są rozbieżności w faktach historycznych, to z tym większą swobodą Dumas mógł kreować postać fikcyjną. Pisarz podał np. niezbyt dokładną datę wojny Gdańska ze Stefanem Batorem.

Wzmianka Moinjskiego o studiach w Gdańsku każe myśleć o Gim-

Niezbędnik czytelniczy



rekomenduje
Bożenna Piskała



**Więc jak to było
naprawdę?**

Monika i Mirosław Bresio wie pewnego dnia przepadli bez śladu, a Marcin, Milena i Mati nagle stracili rodziców. Każde z dzieci inaczej się z tą stratą uporało. Cała trójka ma też własne, nie do końca zgodne wspomnienia z czasu zaginięcia mamy i taty. Pada pytanie: jak to się naprawdę stało?

Anna Kańtoch, „Trzecia osoba”, wyd. Marginesy Duża Czcionka, Warszawa 2026, cena 59,90 zł



**Bestie szczerzące kły
w leśnej gęstwinie...**

Czterech przyjaciół decyduje się skorzystać z kuszącej oferty i spędzić w górach trzy dni w ramach niestandardowego wieczoru kawalerskiego. Beskidzkie opowieści, legendy i podania wiodą ich malowniczymi szlakami, ale gdy zaczyna się ożywać, strach zajmuje miejsce radości. Kto przeżyje, ten żyć będzie...

Michał Śmielak, „Ucichły ptaki, przyszła śmierć”, wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2026, cena 62,90 zł



**Dziwne morderstwo
w Zielonej Górze**

Igor Brudny to twardy warszawski glina, który woli nie wracać do swojej przeszłości. Zbyt dużo przeżył i zbyt dużo widział. Ale tym razem nie ma innego wyjścia. Mężczyzna bliźniaczko podobny do Brudnego jest bowiem poszukiwany w sprawie wyjątkowo brutalnego morderstwa.

Przemysław Piotrowski, „Piętno”, z serii „Komisarz Igor Brudny”, wyd. Czarna Owca, Warszawa 2026, cena 59,99 zł



**Gangster
ze złamanym sercem**

Nic nie jest przesądzone. Truizm, ale wciąż się sprawdza. Oto dwie królowe biznesu narkotykowego spotykają się w dusznym chilijskim więzieniu i zakochują się w sobie. A bezlitosny boss kamorri krąży po świecie w poszukiwaniu dziewczyny, która kiedyś złamała mu serce.

Roberto Saviano, „Należymy do siebie”, wyd. Sonia Draga, Katowice 2026, cena 54,90 zł



**Policja, Kościół,
a nawet... mafia**

W wieku 90 lat umiera Alojzy Stawicki, multimilioner, biznesmen, dobroczyńca, a także – choć mu tego nie udowodniono – jeden z największych złodziei dzieł sztuki. Spadkobiercami zostają jego dwaj wnukowie, śmiertelnie na siebie obrażeni. I dopiero wtedy zaczyna się prawdziwy koszmar. I leje się morze krwi...

Mieczysław Gorzka, „Spadek po mojemu”, wyd. Skarpa Warszawska, Warszawa 2026, cena 62,90 zł



**Ktoś, kto nie cofnie się
przed niczym...**

Inspektor Tom Douglas powoli dochodzi do siebie po ciężkim postrzale, gdy dowiaduje się, że jego brat Jack zniknął bez śladu. Jack od lat żył w ukryciu po tym, jak upozerował własną śmierć, uciekając przed zemstą wyjątkowo niebezpiecznej i brutalnej grupy przestępczej. Tom musi teraz wszystko ponaprawiać.

Rachel Abbott, „Za wszelką cenę”, wyd. Filia, Poznań 2026, cena 54,99 zł

KARTKA Z KALENDARZA/PITAWAL PODLASKI

Augustowskie noce, czyli śmierć króluje pod „Albatrosem”

opr. żar

Na przełomie lat 60 i 70. XX w. gang Trojanek terrorizował Augustów i okolice. Znajdowane ciała martwych mężczyzn oficjalnie uznawano za wynik nieszczęśliwych wypadków, a sekcje ujawniały ślady utonięcia po alkoholu.

Na ciałach nie było wyraźnych oznak pobicia, zwłaszcza że zwykle były w stanie rozkładu. Ale ludzie wiedzieli swoje – wiedzieli też, kim są sprawcy.

Sadysta na czele grupy

Przy ofiarach znajdowano niewielkie kwoty pieniędzy czy zegarek, milicja nie podejrzewała więc zabójstw na tle rabunkowym. Jedyną zadziwiającą poszlaką było to, że mężczyźni po raz ostatni widziano opuszczających na chwiejnych nogach bar III kategorii lub restaurację „Albatros”. I to, że bawili się w towarzystwie dobrze znanej milicji czteroosobowej osobowej grupy stałych bywalców barów, dwóch kobiet i dwóch mężczyzn, określanych jako tzw. grupa Trojanek (od nazwiska jednej z zabawowych kobiet – Wiesławy Trojan).

Przełomem w śledztwie okazały się zeznania nieletniej kuzynki Wiesławy Trojan, na stałe mieszkającej w domu dziecka w Suwałkach. Doprowadziły do zatrzymania gangu i aresztowania: 33-letniego Jana Dąbrowskiego (byłego żołnierza zawo-



Restauracja „Albatros” na początku lat 60., rozslawiona potem piosenką „Beata” Janusza Laskowskiego

dowego marynarki wojennej, zdegradowanego i wyrzuconego z wojska za sadyzm), 25-letniego Jana Wołyńca (zwyródniacza z marginesu), 24-letniej Wiesławy Trojan oraz 23-letniej Alicji Maciejewskiej-Czajewskiej.

Syreny restauracyjne

Przez prawie cztery lata z każdym przesłuchaniem wychodziły na jaw tajemnice niewyjaśnionych zgonów. Grupa mordowała z góry upatrzone ofiary, realizując sprawdzony scenariusz: młode kobiety wabiły w ustronne miejsca propozycjami seksualnymi i picciem klientów baru WSS-u lub restauracji „Albatros”, a tam czekali już Dąbrowski i Wołyńiec.

Ofiary były bite, często cegłą, pozostawiane na ulicach miasta lub w większości przypadków wrzucane

do rzeki, jezior lub kanałów Augustowa. Pijane i pobite nie miały żadnych szans na przeżycie, tym bardziej że kilku denatów grupa wrzuciła zimą prosto w przerwębel.

Dwie kary śmierci

Cynizm i przebiegłość przywódcy grupy objawiały się m.in. tym, że kazał pozostawiać część pieniędzy w kieszeniach ofiar, zegarek lub element biżuterii, aby nie zachodziło podejrzenie o napad rabunkowy.

5 sierpnia 1977 roku prokuratura w Białymstoku postawiła grupie przestępczej zarzut zabójstwa 9 osób i usiłowania zabójstwa dalszych 9. Sąd Wojewódzki w Suwałkach wyrokiem z 8 czerwca 1978 r. skazał: Jana Dąbrowskiego na karę śmierci, podobnie Jana Wołyńca, Wiesławę Trojan na 25 lat, zaś Alicję Maciejewską-Czajewską na 15 lat więzienia.

OBYCZAJE

PRL, cenzura i prawo

stanmajer

W grudniu 2019 roku Marzena Kruk na portalu Przystanek Historia przypomniała niedzienną sprawę. Tekst „List, który nosi znamiona zbrodni” odnosił się do absurdów schyłkowej komuny. Od 13 grudnia 1980 do 31 grudnia 1982 r. władze PRL skontrolowały i ocenzurowały prawie 83 mln listów. Autorem jednego z nich był Ryszard Wincerowicz.

Listy przechodziły przez ręce funkcjonariuszy wojewódzkich tzw. Biur „W”. Akurat w województwie gdańskim obok Wydziału „W” KW MO działała Grupa „W” w Gdyni, kontrolująca przesyłki przechodzące przez port.

Jedną z wielu ofiar tej procedury był Ryszard Wincerowicz z Gdańska,



W stanie wojennym listy i paczki pieczętowano stemplem „ocenzurowano”, zaś podejrzane konfiskowano

pracownik Okręgowego Przedsiębiorstwa Energetyki Ciepłej. Jego list, napisany do Adama Kokczyńskiego z Warszawy 22 grudnia 1981 r., stał się podstawą aresztowania.

Wincerowicza oskarżono o przestępstwo z art. 48 ust. 2 i 3 dekretu o stanie wojennym, czyli za „sporządzanie pisma i rozpowszechnianie fałszywych wiadomości, które mogą wywołać niepokój publiczny”. Za to,

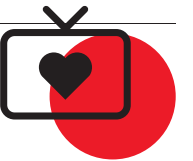
że w liście opisał przyjacielowi przebieg wydarzeń z 16 grudnia 1981 r.

Pięć lat odsiadki?

„W Szczecinie, Gdyni i Elblągu ludzie mogli spokojnie uczcić 11. rocznicę wydarzeń grudniowych, a w Gdańsku nie pozwolili. (...) Prowokatorzy z SB tylko na to czekali, ustawili szeregi bandziorów w niebieskich mundurach – tych darmozjadów – ze szturmowym uzbrojeniem, rakietami, petardami i gazami” – napisał. Napisanie listu do kolegi prokurator uznał za zasługujące na pięć lat odsiadki.

Sprawa toczyła się trybie doraźnym. Rozprawa odbyła się 3 kwietnia 1982 r. przed Sądem Marynarki. W jej trakcie przesłuchano tylko Adama Kokczyńskiego, który zeznał, że po przeczytaniu listu z pewnością by go spalił. Wyrokiem sądu Wincerowicz został uniewinniony.

PROGRAMOWO



G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Kajtek martwi się o Fionę, która nie pojawiła się w szkole. Jedzie do niej z Moniką. Cieślikowa nie pozwala dziewczynie jechać do matki... Tymczasem Franek Berg hakuje konto Kowalskiej. Potwierdza podejrzenia Moniki – to matka Fiony hejtowała Cieślików i... własną córkę! Krystyna idzie na randkę z Januszem, swoim przyjacielem z internetu – wielbicielem jazzu. Ula ma dla Agierowej prezent – apaszkę w nuty. To właśnie po niej mężczyzna ma rozpoznać kobietę. Kiedy Krystyna czeka w barze, niespodziewanie zjawia się tam... Juliusz! Greg zaprasza Weronikę i Lwa na kolację, ale Roztocka jest mocno uprzedzona do kolegi Nalepy. Uważa, że pierwsze wrażenie mówi wiele o człowieku. Lew prosi o drugą szansę dla Grega.

G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Burak zabiera próbki włosów dziewczynki i Munevver, żeby zlecić badanie DNA. Munevver podejrzewa, że Mine może być córką jej zaginionej od lat córki Pakize, choć wciąż nie ufa dziewczynce i obawia się oszustwa. Yasemin, siostra Mine, pracuje w szpitalu jako pielęgniarka i ukrywa przed wszystkimi związek z dziewczynką, choć martwi się o siostrę. Tymczasem Mine próbuje odnaleźć się w nowym miejscu. Dziewczynka zbliża się do pracującej w rezydencji Suzan, ale wpada w konflikty z surową Munevver, która nie toleruje łamania zasad w domu. Halil i Ayfer kupują Mine nowe ubrania i zabawki, a w okolicy zaczynają pojawiać się plotki o tajemniczej dziewczynce mieszkającej w willi.



G. 22:30

Parkingowy

Polsat

Antonio Flores (Eugenio Derbez) jest skromnym parkingowym. Mieszka z matką, jest po rozwodzie i dzieli opiekę nad swoim nastoletnim synem ze swoją byłą żoną. Tymczasem aktorka Olivia Allan (Samara Weaving) ma romans z żonatym miliarderem Vincentem Royce'm (Max Greenfield). Pewnej nocy, gdy Olivia jest z Vincentem, Antonio ulega wypadkowi w pobliżu, a cała trójka zostaje sfotografowana razem, co wywołuje plotki o romansie Olivii i Vincenta. Obawiając się, że straci firmę, jeśli jego żona Kathryn (Betsy Brandt) rozwiedzie się z nim, Vincent wymyśla, aby Olivia i Antonio udawali, że coś ich łączy. Olivia zgadza się na propozycję, ponieważ chce uniknąć złej prasy przed premierą swojego nowego filmu, w którym występuje jako słynna Amelia Earhart. Wszyscy, z wyjątkiem Kathryn i Vincenta, zaczynają wierzyć, że Antonio i Olivia są parą...



G. 20:00

LARGO WINCH

TV Puls



Tytułowy Largo Winch to buntownik i awanturnik, samotny wojownik, który stawia czoło wrogom, czyhającym na jego życie i fortunę odziedziczoną po zmarłym w dramatycznych okolicznościach ojczymie. Film zaczyna się właśnie od sceny morderstwa miliardera Nerio Wincha. Wszyscy jego wspólnicy byli pewni, że nie miał żadnej rodziny. Tymczasem on w kwietniu 1981 roku adoptował z jugosłowiańskiego sierocińca chłopaka i przez lata trzymał go z dala od świata biznesu i pieniędzy. Jako młodzieniec Largo wiódł awanturnicze życie i podróżował po świecie, nierzadko popadając w kłopoty. Kiedy jego ojczym zostaje zamordowany, on przebywa w Brazylii. Jest świadkiem ataku opryszków na młodą kobietę. Niestety przypadkowa znajomość kończy się zdradą kobiety, która wrabia go w przestępstwo i odsiadkę. W więzieniu natyka się na ochroniarza swego ojca, Freddy'ego. Wściekły Largo wkrótce podejmuje próbę przejęcia od korporacji majątku. Będzie musiał walczyć nie tylko o pieniądze, ale przede wszystkim o życie.



G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Engin znajduje bransoletkę, której szuka również Beyza. Ten niewielki drobiazg może bowiem naprowadzić zarówno brata Yasemin, jak i policję i prokuratora na trop i wykazać, że śmierć lekarki miała niewiele wspólnego z wypadkiem... Z kolei Sinem zdobędzie się na odwagę i wyzna Hancer, co jej w serce gra. Opowie o swojej miłości wszystko... Niestety – Cihan nie akceptuje planów Sinem. Nie mieści mu się w głowie, że w ogóle czegoś takiego by pragnęła! Syn Mukadder ma również na pieńku ze swoją byłą żoną, czyli Hancer. Ona chce pracować i nie widzi nic złego w tym, że uczciwie zarabia na chleb sprząając domy obcym ludziom, choć ów fakt to woda na młyn dla okolicznych plotkar. On z kolei uważa, że w ten sposób hańbi siebie, jego i wszystkich bliskich. Żadne z nich nie chce ustąpić i pragnie postawić na swoim.

SZCZECIN

Tydzień Dumy zakończy się Marszem Równości

Opr. Redakcja

W weekend zakończy się tygodniowy cykl wydarzeń kulturalnych, społecznych i edukacyjnych, którego zwieńczeniem jest 8. Szczeciński Marsz Równości, zaplanowany na 18 lipca. Organizatorem wydarzeń jest Stowarzyszenie Lambda Szczecin.

Program festiwalu pokazuje, że Marsz Równości to znacznie więcej niż kilkugodzinny przemarsz ulicami miasta. To przestrzeń spotkania, rozmowy i wspólnego działania, tworzona oddolnie przez osoby zaangażowane w życie szczecińskiej społeczności LGBTQ+ oraz ich sojuszników i sojuszniczki. W programie znalazły się wystawy sztuki współczesnej, pokaz filmu dokumentalnego, przejazd rowerowy „Nakaz Pedalowania”, warsztaty sitodruku, ballroomowy City Girls Kiki Ball, Piknik Równości oraz oficjalne afterparty po Marszu. Większość wydarzeń jest bezpłatna i otwarta dla wszystkich zainteresowanych. Tegoroczny festiwal jest również zaproszeniem



Szczeciński Marsz Równości rozpocznie się w sobotę o godz. 14:00 na Placu Lotników

do rozmowy o miejscu osób LGBTQ+ we współczesnej Polsce. Organizatorzy chcą, aby wydarzenia kulturalne stały się punktem wyjścia do szerszej debaty o równości, bezpieczeństwie, prawach człowieka oraz budowaniu otwartego i różnorodnego społeczeństwa. Kulminacją wydarzeń będzie 8. Szczeciński Marsz Równości, który rozpocznie się 18 lipca o godz. 14:00 na Placu Lotników. Tego samego dnia od godz. 11:00 na Placu Lotników odbędzie

się również Piknik Równości z organizacjami społecznymi i partnerami wydarzenia. „Płyniemy po swoje” to hasło o nadziei, ale też o determinacji. Wiele osób miało nadzieję, że ostatnie zmiany polityczne szybko przełożą się na poprawę sytuacji osób LGBTQ+ w Polsce. Część tej drogi nadal jest przed nami. Dlatego zapraszamy nie tylko osoby queerowe, ale także wszystkich sojuszników i sojuszniczki. Każda obecność na Marszu jest sygnałem, że

Szczecin chce być miastem otwartym, bezpiecznym i równym dla wszystkich – mówi Andrzej Witczak, Przewodniczący Zarządu Stowarzyszenia Lambda Szczecin

- 17 lipca | 19:00 City Girls Kiki Ball Hala Odra, Bulwar Maryckiego 5 Bilety: 30 zł (na miejscu).
- 18 lipca | 11:00 Piknik Równości Plac Lotników Wstęp wolny

KOSZALIN

Magiczny Adrian pokaże nam coś, czego wcześniej nie widzieliśmy

JZilla

Magic Mitoraj, czyli Adrian Mitoraj to jeden z najlepszych iluzjonistów. Twórca spektakli iluzji dla największych parków rozrywki w Polsce.

Wielokrotnie występował w Niemczech i Szwajcarii. Podczas rodzinnego przedstawienia zobaczymy ponad 80 minut spektakularnych efektów z pogranicza dziecięcych marzeń. To show, które łączy pokolenia. Doskonała



Adrian Mitoraj: Piątek, CK105, godz. 18

muzyka, gra aktorska. Wszystko po to, aby wprowadzić widzów w inny wymiar dostarczanej rozrywki.

ŚLUPSK

Operetka na świeżym powietrzu przez cały weekend

J Zilla

„Operetkowe Expressy” to wyjątkowe wydarzenia, w których spotykają się elegancja wiedeńskich walców i żywiołowość węgierskich czardaszów.

Każdy koncert to niepowtarzalna opowieść - programy

różnią się między sobą, dzięki czemu w każdej przestrzeni tworzymy zupełnie nową muzyczną historię, dopasowaną do miejsca i publiczności. Na widzów czekają popisowe arie i duety pełne emocji, miniatury taneczne i barwna narracja z ciekawostkami i anegdotami ze świata operetki. Weekend, Stary Rynek i Bulwary nad Słupią

POGODA

Krzysztof Ścibor
Biuro Calvus

Czwartek

Nad Pomorze dociera bardzo ciepłe powietrze ze wsch. W ciągu dnia będzie pogodnie i bez opadów. Temperatura max do 22-28°C. Wiatr słaby z płn.-wsch. W nocy pogodnie. Jutro do południa słonecznie i gorąco, po południu od zachodu pojawi się deszcz i gwałtowne burze. Temperatura max do 26-30°C. Wiatr porywisty i groźny tylko w czasie burzy. W weekend sporo opadów deszczu i wyraźnie chłodniej.

Pogoda dla Pomorza

Prognoza dla Bałtyku

Stan morza (Bft)	1-2
Siła wiatru (Bft)	2-3
Kierunek wiatru	NE

1020 hPa

Pogoda dla Polski

	Dzisiaj	Jutro	
Gdańsk	23°	28°	☀️
Kraków	25°	30°	☀️
Lublin	27°	29°	☀️
Olsztyn	26°	29°	☀️
Poznań	28°	31°	☀️
Toruń	28°	30°	☀️
Wrocław	29°	29°	☀️
Warszawa	27°	31°	☀️
Karpacz	26°	28°	☀️
Ustrzyki Dolne	28°	31°	☀️
Zakopane	24°	25°	☀️

19° temp. w dzień 11° temp. w nocy 15° temp. wody 112 cm grubość pokrywy śnieżnej 1011 hPa ciśnienie i tendencja ☁️ smog

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

2-POKOJOWE Ip. 692-043-152.

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

KUPIĘ Twój problem z udziałem w nieruchomości, spadku ! Nie wiesz co robić, nie dogadujesz się z rodziną, współwłaścicielem? Sprzedaj mi swój udział ! 602738759

Handlowe

SPORT I REKREACJA

ROWERY używane tanio, 508-436-420

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

strona **zdrowia**

Czytaj dla zdrowia stronazdrowia.pl

REKLAMA 0011555165

KSM „NASZ DOM” w Koszalinie ogłasza przetarg pn.: Remont instalacji gazowej w budynku przy ul. Moniuszki 8 - 8e w Koszalinie

Specyfikację warunków przetargu można pobrać ze strony internetowej: www.naszdom-koszalin.pl

Termin składania ofert: 30.07.2026 r. do godz. 10:30.

KRZYŻÓWKA NR 108

- Poziomo:
- 1) część instalacji elektrycznej,
 - 5) konik z rosyjskiej baśni,
 - 9) jednostka indukcyjności w układzie SI,
 - 10) „rekwizyt” zdradzonego męża,
 - 12) najlepszy z pierwszego tłoczenia,
 - 14) Brandenburska lub Floriańska,
 - 15) saperka w ekwipunku żołnierza,
 - 17) Indyjski lub Atlantycki,
 - 18) mebel na garderobę,
 - 21) masywna listwa stalowa,
 - 23) Barack, 44. prezydent Stanów Zjednoczonych,
 - 28) wokalistka zespołu O.N.A.,
 - 29) drobny deseń na tkaninie,
 - 32) Karen, autorka „Pożegnania z Afryką”,
 - 36) dobra opinia o firmie, rozgłos,
 - 37) bohater „Placówki” Bolesława Prusa,
 - 38) dzielnica Warszawy,
 - 39) jednolite tło drukarskie,
 - 40) chłodzi mocniej niż lodówka.
- Pionowo:
- 1) autobus do przewożenia uczniów,
 - 2) epos Homera o wojnie trojańskiej,
 - 3) przejście na stronę nieprzyjaciela,
 - 4) stan w USA z Columbus,
 - 5) ostrze włócznie lub strzały,
 - 6) pozostałość po rzęsimym deszczu,
 - 7) wydzielony obszar, zona,
 - 8) miejsce pracy Hefajstosa,

1		2		3			4			5			6		7		8
							9										
				10		11				12	13						
14						15		16					17				
18	19		20			21				22			23	24		25	
					26							27					
28																	
29		30		31									32	33		34	35
36													37				
38														39			
				40													

AUTOPROMOCJA 0210990363

Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem

94 340 11 14

- 11) kartka wrzucana do urny,
- 13) czas wolny od zajęć,
- 16) ostatni przystanek tramwaju,
- 19) słoneczny lub kwarcowy,
- 20) niewinny romans, miłośćka,
- 22) rzeka w środkowej części Podola,
- 24) leczą przystawiane do pleców,
- 25) Janusz Korwin ..., były europoseł,
- 26) odprawiana przy ołtarzu,
- 27) zawarcie związku małżeńskiego,
- 29) główna część budowli,
- 30) arcykapłan żydowski, biblijny śledczy,
- 31) sznurowany but z cholewką,
- 33) powieść Vladimira Nabokova,
- 34) ... Zaniewska, autorka scenografii,
- 35) liczba wydanych egzemplarzy książki.

ROZWIĄZANIE NR 107

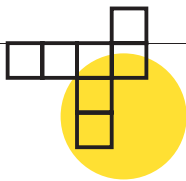
S	K	O	K	I	B	D	R	A	J	W	B	S
O	A	N	D	R	O	N	Y	K	I	B	I	S
D	R	O	B	Z	S	L	I	R	Y	K	C	E
B	A	L	I	A	N	C	I	O	T	Z	F	
D	A	N	T	E	K	O	M	A	S	A	A	W
C	S	I	I	S								
S	Z	U	B	A	E	N	T	A	N	A	N	D
O	L	R	A	C	J	A	S	T	A	N	U	I
K	L	U	C	Z								
O	D											
L	K	A	N	I	E							
S	I											
K	I	R	G	I	Z							
A	A	E										
A	Z	U	R	Z	A	S	Z	C	Z	Y	T	K

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

Andrzej, reżyser filmu „Eroica”	rozrusznik w aucie	rudel zagadka, tajemnica	pierwiastek jak planeta	ostry zakręt górskiej drogi	komplet rymowana zagadka	rodzaj zboża, czumiza	często-chowski udręka, męka	wczesna marchew
mankament zbiorcza na dachu				teoretyk sztuki				
			pleciony z wikliny			Rzym dla Włocha		
Stanek, piosenkarka			... Boznańska, malarka	trujący metal kuzyn wrony			frontowy wykop	drewniany but
olsztyńska fabryka opon	roślina łąkowa	pate-tyczny utwór poetycki	Schindler lub Lange			polski kabaret		
ubóstwo, niedostatek				kulszowa dolegliwość		Russell, aktor z USA		
			afrykańska antylopa		domek szlachcica			
łódź rozbitka			papuga z Nowej Zelandii		klejona lepikiem			

Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: TERMINATOR



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Emocje poprowadzą Cię we właściwym kierunku. Horoskop dzienny mówi, że wieczór przyniesie spokój.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywność otworzy przed Tobą nowe drzwi. Horoskop na dziś radzi zaufać zbiegom okoliczności.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie rezultaty. Horoskop dzienny na czwartek to wskazówka, by znaleźć czas na odpoczynek.

Byk (20.04 - 20.05)
Dobry dzień na nowe wyzwania. Horoskop dzienny wróży, że entuzjazm pomoże Ci pokonać przeszkody.

Bliznięta (21.05 - 21.06)
Intuicja będzie Twoim atutem. Horoskop na dziś sugeruje zaufać sobie i unikać pochopnych decyzji.

Rak (22.06 - 22.07)
Czeka Cię harmonia w relacjach. Horoskop dzienny na czwartek radzi nie bać się mówić, co myślisz.

Lew (23.07 - 22.08)
Dobra organizacja pozwoli uniknąć stresu. Horoskop dzienny mówi, że wieczór sprzyja relaksowi.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja charyzma przyciągnie ludzi. Horoskop na dziś radzi wykorzystać okazję do realizacji ważnych planów.

Waga (23.09 - 22.10)
Domowe sprawy nabiorą tempa. Horoskop dzienny na czwartek to wskazówka, by znaleźć chwilę dla siebie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Czeka Cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny radzi zachować otwartość na pomysły innych.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Spokój i cierpliwość przyniosą efekty. Horoskop na dziś mówi, że ktoś doceni Twoje zaangażowanie.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Działaj odważnie, lecz słuchaj innych. Horoskop dzienny na czwartek wróży, że wieczór sprzyja rozmowom.

PIŁKA NOŻNA

Perfekcyjna taktyka - Francja rozbita, Hiszpania triumfuje

Bartosz Głab

Hiszpania okazała się pierwszym finalistą piłkarskich MŚ 2026. Mistrzowie Europy obrali perfekcyjną taktykę w meczu z Francją i całkowicie zdominowali „Les Bleus”. „La Furia Roja” wygrała 2:0, a mogła nawet wyżej.

Hiszpania obrala perfekcyjną taktykę na mecz z Francją w półfinale MŚ 2026. Mistrzowie Europy postanowili od początku wziąć sprawy w swoje ręce, a w zasadzie nogi, i rozstrzygnąć losy rywalizacji na swoją korzyść. „La Furia Roja” zdominowała rywala, który zupełnie nie radził sobie w bieganii za piłką.

Podopieczni Luisa de la Fuente swoją przewagę przypieczętowali w 22. minucie. Lamine Yamal został sfaulowany we francuskim polu karnym i salwadorski sędzia Iván Barton bez chwili wahania wskazał na „wapno”. Do piłki podszedł Mikel Oyarzabal i otworzył wynik rywalizacji w Arlington.

Oyarzabal został szóstym piłkarzem, który osiągnął granicę 30 goli w reprezentacji Hiszpanii. Mikel potrzebował 60 meczów, aby osiągnąć ten kamień milowy. Mikel strzelał gole w co drugim meczu „La Furia Roja”. W ostatnich 20 meczach napastnik Realu Sociedad strzelił 18 goli.

– To niesamowite i sprawia mi ogromną radość. Wiedzieliśmy, że będzie ciężko. Francja ma przestrzeń i boisko przed sobą, potrafią stwarzać groźne sytuacje. Wiedzieliśmy, że będziemy mieli piłkę i że przy odrobinie cierpliwości możemy sprawić problemy przeciwnikom. Robimy swoje. Musimy cieszyć się tą chwilą. To dla nas spełnienie marzeń. Teraz chcemy jak naj-



W 58. minucie, po ładnej wymianie podań z Danim Olmo, bramkę na 2:0 zdobył boczny obrońca Pedro Porro

więcej odpocząć przed decydującym meczem. Zostało tylko jedno – skomentować występ Oyarzabala.

W pierwszej połowie tylko raz „Les Bleus” pokusili się o popisowe prostopadłe podanie na wychodzącego Kyliana Mbappe. Gwiazdora reprezentacji Francji wyprzedził jednak hiszpański bramkarz, przerywając akcję rywali.

Po zmianie stron mistrz Europy zadał drugi cios. W 58. minucie fenomenalną akcją Pedro Porro z Danim Olmą sfinalizował ten pierwszy i było już 2:0 dla „La Furia Roja”. Bezradni Francuzi powoli zaczęli zdawać sobie sprawę, że trzeci finał mundialu z rzędu w ich wykonaniu może nie dojść do skutku.

Wynik do końca nie uległ zmianie i Hiszpania mogła cieszyć się z awansu do finału mistrzostw świata 2026.

– Głównym powodem porażki jest to, że byliśmy nieco poniżej naszych

możliwości i mniej groźni w ataku, niż moglibyśmy być. Popelniliśmy błędy techniczne i podania, które mogły prowadzić do sytuacji i okazji. Musimy to zaakceptować, nawet jeśli jest to bolesne – to bardzo wysoki poziom futbolu – ocenił selekcjoner Francuzów Didier Deschamps.

Trener „Les Bleus” był niezadowolony z pracy sędziego głównego – Salwadorczyka Ivana Bartona. Z kolei hiszpański selekcjoner zapewnił, że kiedy drużyna przegrywa, wszyscy zaczynają szukać wymówek dla tego negatywnego wyniku.

– Kiedy przegrywasz, wszyscy szukamy wymówek. Mieliśmy złe momenty z sędziowaniem. Przypomniało nam to mecz z Urugwajem. Było kilka sytuacji, w których czuliśmy się ofiarami. Łagodność sędziego... Proszę tylko, żebyśmy wszyscy byli lepsi: sędziowanie, VAR – powiedział de la Fuente.

PIŁKA NOŻNA

Wraca nasza najukochańsza polska piłka! Na początek Superpuchar

Bartosz Głab

Już dzisiejszego wieczora w Poznaniu zostanie rozegrany mecz o Superpuchar Polski, w którym zmierzy się mistrz kraju Lech ze zdobywcą Pucharu Polski i wicemistrzem Polski, Górnikiem Zabrze. Dla obu zespołów będzie to pierwszy oficjalny mecz w tym sezonie i generalny sprawdzian przed walką o Ligę Mistrzów.

Lech Poznań w przedsezonowym okresie przygotowawczym postawił na jakość, a nie ilość sparingów. Kołoroz rozegrał tylko 3 mecze towarzyskie, ze słowackim FK Železiarne Podbrezová, czeskim Bohemians 1905 oraz trzecioligową Polonią Środa Wielkopolska. Dwa pierwsze pojedynki zostały wygrane przez drużynę mistrza Polski. Natomiast ostatni, z najsłabszym przeciwnikiem, zremisowany 0:0.

Do drużyny ze stolicy Wielkopolski w letnim oknie transferowym dołączyło 3 nowych zawodników: 25-letni środkowy obrońca Terry Yegbe z Ghany, 29-letni polski bramkarz Mateusz Lis, a także 25-letni prawoskrzydłowy Allahyar Sayyadmanesh z Iranu. Najważniejszym transferem był jednak wykup Luisa Palmę ze szkockiej ekipy Celtic Glasgow. Według medialnych doniesień poznański klub zapłacił za Honduranina około 4 mln euro.

Co natomiast słysząc w Górniku Zabrze? Ten w okresie przygotowawczym rozegrał 5 sparingów. Wygrał z pierwszoligową Puszcą Niepołomice (3:0), czwartoligowym niemieckim Hallescher FC (2:1) i duńskim FC Nordsjælland (2:0), bezbramkowo zremisował z austriackim WSG Tirol, a także prze-



Lech Poznań o Superpuchar powalczy z Górnikiem Zabrze

grał 1:2 z innym austriackim zespołem – RB Salzburg.

Latem do drużyny wicemistrza Polski dołączyło aż 9 nowych zawodników. Chyba najgłośniejszym transferem jest Kacper Urbański, który kompletnie zawiódł w Legii Warszawa. Z pewnością uwagę warto zwrócić na co najmniej jednego nowego gracza. To 23-letni prawoskrzydłowy Peter Federico, który do Polski trafił z hiszpańskiego Getafe CF, a piłkarskiego fachu uczył się w akademii Realu Madryt.

Oba zespoły w przyszłym tygodniu rozpoczną walkę o grę w Lidze Mistrzów. W 2. rundzie eliminacji Lech Poznań zmierzy się z duńskim Aarhus GF. Natomiast Górnika Zabrze czeka prestiżowy dwumecz z tureckim Fenerbahce Stambuł.

Początek meczu o Superpuchar Polski o godzinie 19:00 na Enea Stadion w Poznaniu. Transmisję w telewizji i stream w internecie będą dostępne za darmo. Pojedynek będzie można oglądać na kanale TVP Sport oraz na stronie sport.tvp.pl i w aplikacji TVP Sport. Rywalizację skomentują Maciej Iwański i Michał Zachodny, których można było usłyszeć przy okazji meczów wciąż trwającego mundialu.

PIŁKA NOŻNA

Chicago Fire niegotowe na Lewandowskiego. Amerykanie wciąż nie rozumieją soccera

Bartosz Głab

Robert Lewandowski został oficjalnie zaprezentowany, jako nowy zawodnik Chicago Fire. To największy transfer w historii amerykańskiego klubu.

Robert Lewandowski przybył do Chicago i odbył trening z zespołem. Następnie udał się na specjalną

konferencję prasową, gdzie zapoznał z koszulką Fire i zaczął odpowiadać na pytania w większości większości polskich dziennikarzy.

Wcześniej, gdy amerykański klub informował o podpisaniu kontraktu przez Polaka, ten pozował przy ceglanej ścianie, a następnie w mediach społecznościowych klubu opublikowano serię zdjęć z koszulką „Lewego” w kilku miejscach Chicago.

Z relacji polskich dziennikarzy będących na miejscu wynika, że w klubowym sklepie zabrakło koszulek z nazwiskiem „Lewandowski”. Ale nie dlatego, że zainteresowanie było tak ogromne. Bardziej z powodu nie przygotowania klubu na większą liczbę chętnych na zakup trykotów.

Wiele wskazuje na to, że Lewy” swój pierwszy mecz w barwach Fire rozegra w nocy z czwartku na piątek polskiego czasu. – Pewnie znajdzie się

w składzie meczowym. Wszystko będzie jednak zależało od tego, jak będzie się czuł. Potrzebuję czasu i treningów po to, żeby wejść do zespołu i krok po kroku odnaleźć odpowiedni moment – wyjaśnił kapitan reprezentacji Polski.

Nowa drużyna Polaka zmierzy się u siebie z kanadyjskim zespołem Vancouver Whitecaps, w którym gra starty znajomy z Bayernu Monachium Thomas Mueller.



We wtorek Polak odbył pierwszy trening z nową drużyną

SPORT

PIŁKA NOŻNA

• **Żeglarstwo.** Dominik Buksak (Szczecin) zajął 41. miejsce w Mistrzostwach Europy w olimpijskiej klasie 49er.

A. Gorgon: W Szczecinie jest fantastycznie

Kontrakt ze Świttem trochę przypadkowo wyszedł. Chciałem zakończyć karierę, pozostać przy piłce, ale w innym charakterze - mówi Alexander Gorgon, były piłkarz Pogoni, a od nowego sezonu Świtu Szczecin.

Jakub Lisowski

Alex Gorgon do Pogoni dołączył latem 2020 r. Dla Dumy Pomorza rozegrał 92 spotkania w PKO Ekstraklasie (20 bramek, 7 asyst), 11 w Pucharze Polski. Z nim Portowcy dwukrotnie byli na podium ligowych rozgrywek, grali w europejskich pucharach. W styczniu 2025 wrócił do Austrii i grał w SCR Altach. Tego lata miał kończyć karierę, wrócił do Szczecina i... związał się ze Świttem.

Ma 37 lat i za sobą ciekawą karierę. Kilkanaście lat związany był z Austrią Wiedeń, później grał też 4 lata w HNK Rijeka (Chorwacja). W obu krajach zdobywał ligowe mistrzostwa.

Zdecydowałeś się opuścić bogatą i spokojną Austrię, gdzie przecież urodziłeś się, wychowywałeś i zbudowałeś sobie pozycję, by związać się ze Szczecinem. Dlaczego?

Alexander Gorgon: Głównym powodem były dzieci. Przyjechałem kilka lat temu do Szczecina, bo związałem się z Pogonią, a moje dzieciaki tu zaczęły się wychowywać, tu zaczęły chodzić do szkoły, nawiązały przyjaźnie. To dla nas było bardzo ważne i stąd też taka decyzja. Gdy po rozstaniu z Pogonią wróciłem do Austrii, to sam. Rodzina tu została. Mnie też ciągnęło do Szczecina. Spędziłem w Pogoni i mieście



Alexander Gorgon już strzela bramki dla Świtu. Na razie w sparingach

kilka piłkarskich lat, to był dla mnie bardzo dobry okres i naprawdę czułem się bardzo mocno związany ze Szczecinem. Jako rodzina świetnie się tu czujemy. Podjęliśmy taką decyzję, a ja wierzę, że otworzą się dla mnie jakieś opcje, bym mógł tu realizować swoje plany. A kontrakt ze Świttem to trochę tak przypadkowo wyszedł. Chciałem zakończyć karierę, pozostać przy piłce, ale w innym charakterze. Ale też czym bardziej myślałem, by definitywnie zakończyć granie, tym bardziej w głowie i sercu był mocniejszy niedosyt po ostatnim półtora roku w Austrii. Nie mogłem tej mojej energii tam wypuścić. Czuję, że jeszcze mogę trochę pograć, rodzina nie ma nic

przeciwko, więc II liga w Szczecinie bardzo dobrze mi pasuje.

Czy jakiś wpływ na Twoją i rodziny decyzję miały kwestie związane z napływem imigrantów, zmniejszonym poziomem bezpieczeństwa?

Nie chcę mówić, że to miało mocny wpływ na naszą decyzję, ale też Austria, a szczególnie Wiedeń, bardzo mocno zmieniają się w ostatnich latach. To szło już w tym kierunku, by miasto było takie multikulturalne. Mogłem się do tego przyzwyczaić, bo to nie było tak, że jak ostatni raz wróciłem do Austrii to byłem tym zaskoczony, nie mogłem się odnaleźć. W Szczecinie czujemy się bezpiecznie, a w Austrii pozostał

np. mój tata, dwie siostry, dużo znajomych. Muszę też dodać, że jako piłkarz miałem taką karierę, że co kilka lat zmieniałem miejsce zamieszkania, kraje i wtedy ciężko było sobie wyobrazić, że gdzieś zostaniemy na zawsze. Teraz swoją najbliższą przyszłość wiążę ze Szczecinem, ale cały czas we mnie jest chęć zwiedzania świata, poznawania nowych ludzi.

Jak postrzegasz życie w Szczecinie?

Często się mówi, że trawa u sąsiada zawsze jest bardziej zielona. Opuściłem Wiedeń, by zamieszkać w Szczecinie. Kto mieszka tu, ten nie docenia wszystkich elementów życia, bo jest do tego przyzwyczajonym. Wszystkim mieszkańcom Szczecina mogę powiedzieć, że naprawdę tu macie fantastycznie. Minusy są wszędzie i tu jakieś małe też by się znalazło, ale miasto się rozwija, ma swoje atuty, a przy innych pomysłach można pomóc.

Czym skusił Ciebie Świt, bo podejrzewam, że nie był to gwiazdorski kontrakt. Może po prostu nie jest tak prosto powiedzieć „koniec”?

Przede wszystkim czułem, że mam jeszcze trochę energii w rezerwie, że jednak za wcześnie, by odstawić buty na bok, że jeszcze chciałbym się wybiegać, pożyć adrenalina, szatnią. Świt złożył mi taką propozycję. Zastanawiałem

się trochę, bo czułem, że chcę w to wejść, pomóc i jeszcze trochę pograć. Ale też nie ukrywam, że to taki czas przejściowy dla mnie, gdy będę chciał wejść też w pewne inne role. Mam swoje projekty i chcę je rozwijać. Gra dla Świtu może mi w tym pomóc.

Coteraz zrobisz, by zespół nie tylko patrzył na ciebie, by inni zawodnicy brali odpowiedzialność za wynik na siebie? By to nie polegało tylko na Tobie.

Jestem przekonany, że tak nie będzie. Od pierwszych dni trenowania ze Świttem zobaczyłem, że naprawdę mamy fajną jakość, mamy chłopaków, którzy potrafią grać w piłkę. Widzę, że są tu ambicje, więc jestem przekonany, że nasze zadania będą podzielone po równo na każdego.

Wspomniałeś o nowym projekcie. Pierwszy już zainicjowałeś, czyli razem z Adamem Frączczakiem chcecie indywidualne szkolić dzieci.

Alfa Individual Football Training to jest fantastyczna sprawa. Jest duże zapotrzebowanie w Szczecinie, jest dużo dzieciaków, młodzieży. Chcemy ich wspierać naszym doświadczeniem. Cały czas myślę też o trenerskim rozwoju. Zainicjowałem to w Austrii i chcę to kontynuować również w Polsce. ©©

PIŁKA NOŻNA

Kluczevia zatrudniła Brazylijczyka

Jakub Lisowski

Trzecioligowa Kluczevia Polski Cukier Stargard zatrudniła 26-letniego obrońcę z Brazylii Miguela Alcantara.

Obrońca za sobą ma występy dla kilku brazylijskich klubów niższych lig. Kilka lat temu był też krótko związany z włoskim Ascoli.

- Jestem bardzo szczęśliwy i cieszę się, że trafiłem do Kluczewii. Chcę dać z siebie wszystko, byśmy

zrealizowali nasze cele. Wierzę w ten projekt. Klub zapewnia nam 100 procent tego, co potrzebujemy i ja też chcę dać 100 procent od siebie - mówi Alcantara.

W zespole nie będzie pierwszym Latynosem, bo już wcześniej Kluczevia związała się z Rianem da Silvą, który gra na skrzydle. Alcantara i Rian to nie muszą być jedyni Brazylijczycy w nowym sezonie w zespole.

A jakie będą cele stargardzkiego zespołu?

- Chcemy być w czołówce. Wiemy, że typowani jesteśmy do walki o awans, ale liga nas zweryfikuje. Chcemy zająć jak najwyższą pozycję po jesieni i wtedy nakreślimy sobie konkretne cele - mówi Bartosz Bartłomiejczyk, trener Kluczewii.

Dojście Miguela Alcantara to nie jedyny transfer w ostatnich dniach Kluczewii. Klub ściągnął też młodego pomocnika Świtu Szczecina - Karola Maszała, a wcześniej też doświadczonego obrońcę Roberta Obsta. ©©



Miguel Alcantara ma pomóc Kluczewii na boiskach III ligi. Start nowego sezonu na początku sierpnia



naszemiesto.pl

wydanie bezpłatne | LIPIEC 2026 r.

NAD MORZEM

DZIWNÓW • DZIWNÓWEK
REWAL • POBIEROWO
NIECHORZE



REKLAMA

0011546869

SMAŻALNIA
U JACHA
WĘDZIMY SAMI
METODĄ TRADYCYJNĄ
CODZIENNIE O GODZ. 10:00

- RYBY SMAŻONE BEZ PANIERKI
- DANIA OBIADOWE
- ZESTAWY ŚNIADANIOWE CODZIENNIE OD GODZ. 8:00 DO 11:00
- MANUFAKTURA PRZETWORÓW RYBNYCH

MIŁO JEST
NAM
PAŃSTWA GOŚCIĆ
niezmiennie
od 1995 r.

SMAŻALNIA „U JACHA”

ul. Mickiewicza 4, Pobierowo 500 566 491 U Jacha Pobierowo u_jacha_pobierowo



Certyfikat obowiązuje tylko przez jeden sezon – każda plaża musi co roku ponownie przejść kontrole

Błękitna Flaga dla kąpielisk

PLAŻE

Gminne kąpieliska w Dziwnowie, Łukęcinie i Międzywodziu otrzymały (kolejny już raz) prestiżowy międzynarodowy, certyfikat „Błękitnej Flagi”.

#opr. Natalia Sobierajska

„Błękitna Flaga” jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych na świecie dobrowolnych etykiet przyznawanych plażom, przystaniom i podmiotom zajmującym się zrównoważoną turystyką wodną, które spełniają najwyższe standardy czystości, bezpieczeństwa i dbałości o środowisko. Aby zakwalifikować się do otrzymania Błękitnej Flagi, należy spełnić i utrzymać szereg rygorystycznych kryteriów środowiskowych, edukacyjnych, a także tych związanych z bezpieczeństwem i dostępnością.

Wyróżnienie to przyznaje co roku międzynarodowe jury w Kopenhadze, reprezentujące Fundację na rzecz Edukacji Ekologicznej (FEE).



FOT. DZIWNÓW.PL

Głównym założeniem i ideą programu Błękitna Flaga jest zbliżenie społeczeństwa z jego otoczeniem i zachęcenie do lepszego poznania swojego środowiska. W

h związku z tym podmioty zaangażowane powinny, poza

nieprzerwaną ekspozycją informacji istotnych dla danego regionu w zakresie różnorodności biologicznej, ekosystemów i zjawisk środowiskowych, oferować i wspierać działania edukacyjne w zakresie ochrony środowiska.

Aby zdobyć ten prestiżowy znak jakości, zarządcy kąpielisk muszą spełnić kilkadziesiąt rygorystycznych wymogów podzielonych na cztery główne kategorie:

- Jakość wody. Regularne badania mikrobiologiczne wy-

kazujące doskonałą czystość, brak zanieczyszczeń ściekami przemysłowymi lub komunalnymi.

- Bezpieczeństwo i organizacja. Obecność wykwalifikowanych ratowników wodnych, stały dostęp do wyposażenia

pierwszej pomocy oraz sprawny system powiadamiania ratunkowego.

- Zarządzanie środowiskowe. Czystość samej plaży, dostępność koszy na śmieci, pojemników do selektywnej zbiórki odpadów oraz czystych toalet (również dla osób z niepełnosprawnościami).

- Informacja i edukacja ekologiczna. Prowadzenie działań edukacyjnych dla turystów oraz tablice z aktualnymi danymi o jakości wody i lokalnej przyrodzie.

W celu ochrony środowiska oraz zapewnienia komfortu plażowiczom, na wyróżnionych kąpieliskach obowiązują ścisłe zakazy:

- Zakaz wprowadzania zwierząt (z wyjątkiem psów przewodników),

- Zakaz wjazdu pojazdów mechanicznych,

- Zakaz dzikiego obozowania i rozbijania namiotów.

Polska regularnie może pochwalić się kilkudziesięcioma miejscami z tym odznaczeniem, zarówno nad Morzem Bałtyckim, jak i nad jeziorami.

Ciekawie nad Bałtykiem! Odkryj Dziwnów i jego atrakcje

DZIWNÓW

Dziwnów zachwyca nie tylko morzem i plażą. Zielone promenady, skwery oraz nadmorskie tereny spacerowe tworzą warunki do wypoczynku i kontaktu z naturą.

#Natalia Sobierajska

To doskonałe miejsce, by zwolnić tempo, usiąść na ławce z książką lub po prostu delektować się morskim powietrzem.

Miłośnicy aktywnego wypoczynku również znajdą tu coś dla siebie. Dziwnów od lat należy do najatrakcyjniejszych miejsc dla rowerzystów na Pomorzu Zachodnim. Malownicze trasy prowadzą zarówno przez teren gminy, jak i wzdłuż wybrzeża Bałtyku oraz Zalewu Kamieńskiego. To świetna propozycja zarówno dla rodzin z dziećmi, jak i dla osób planujących dłuższe rowerowe wyprawy. Połączenie szerokich plaż, pięknych krajobrazów, aktywnego wypoczynku i spokojnej atmosfery sprawia, że jest to idealny kierunek na kilka dni odpoczynku.



FOT. MAT. PRASOWE

Dziwnów to malownicza miejscowość nadmorska położona w województwie zachodniopomorskim, która każdego roku przyciąga wielu turystów. Jedną z największych atrakcji jest szeroka, piaszczysta plaża, idealna do wypoczynku, spacerów i kąpiei morskich. W sezo-

nie letnim plaża jest strzeżona, co sprawia, że chętnie odwiedzają ją rodziny z dziećmi. Charakterystycznym symbolem Dziwnowa jest również most zwodzony nad rzeką Dziwną. Kilka razy dziennie most jest podnoszony, aby umożliwić przepłynięcie statków

i jachtów, co stanowi ciekawe widowisko dla odwiedzających.

Spacerując po Dziwnowie, warto odwiedzić nadmorską promenadę, przy której znajdują się liczne kawiarnie, restauracje oraz sklepy z pamiątkami. To doskonałe miejsce

na relaks i podziwianie widowisk na Morze Bałtyckie. Dużą popularnością cieszy się także Aleja Gwiazd Sportu, gdzie znajdują się tablice poświęcone wybitnym polskim sportowcom. Co roku odbywa się tam Festiwal Gwiazd Sportu, podczas którego można spotkać znanych olimpijczyków i mistrzów różnych dyscyplin.

Atrakcją dla rodzin z dziećmi jest Park Miniatur i Kolejek, w którym można zobaczyć modele latarni morskich, budowli oraz poruszające się miniaturowe pociągi. Warto również odwiedzić port i marinę, gdzie cumują jachty oraz statki wycieczkowe. Z portu organizowane są rejsy po Morzu Bałtyckim i okolicznych wodach, pozwalające podziwiać Dziwnów z innej perspektywy.

Dziwnów to miejsce, które łączy piękne krajobrazy, ciekawe atrakcje turystyczne i bogatą ofertę wypoczynku. Dzięki temu jest doskonałym celem wakacyjnych wyjazdów zarówno dla rodzin z dziećmi, jak i osób szukających aktywnego wypoczynku nad morzem.

naszemiasto.pl

ADRES REDAKCJI

70-412 Szczecin
ul. Niepodległości 26/U1
tel. 500 324 451
redakcja.szczecin@naszemiasto.pl

PREZES MAKROREGIONU POMORZE

Piotr Grabowski

REDAKTOR NACZELNY

Jarosław Jaz

DYREKTOR REKLAMY MAKROREGIONU POMORZE

Ewa Żelazko,
ewa.zelazko@polskapress.pl

REDAKTOR PROWADZĄCY

Natalia Sobierajska,
natalia.sobierajska@polskapress.pl

PRODUCT MANAGER

Monika Burchardt
monika.burchardt@polskapress.pl
tel. 500 324 451

BIURO REKLAMY

Mateusz Dziuk
mateusz.dziuk@polskapress.pl
tel. 697 770 133

WYDAWCA

Polska Press Sp. z o.o.
02-672 Warszawa, ul. Domaniewska 45,
tel. 22 201 41 00

PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY

Zenon Nowak

Dystrybucja na terenie miasta Szczecin

DRUK

Polska Press Oddział Poligrafia,
85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

Materiałów nie zamówionych nie zwracamy.

REKLAMA

0011528407

Biedronka NA FALI



MOJE WAKACJE. MOJE OKAZJE.
MOJA BIEDRONKA.



BĄDŹ NA FALI WYDARZEŃ. AKTUALNY HARMONOGRAM
SEZONOWY JUŻ DOSTĘPNY NA **WWW.BIEDRONKA.PL***

*KALENDARZ EVENTÓW OBOWIĄZUJE W OKRESIE WAKACYJNYM.



Biedronka
Codziennie niskie ceny

Przez całe wakacje w Dziwnowie, Dziwnówku, Międzywodziu i Łukęcinie nie zabraknie atrakcji

Wakacje w Gminie Dziwnów. Lato pełne koncertów, sportu i rodzinnych atrakcji

ATRAKCJE

Koncerty pod gołym niebem, kino plenerowe, turnieje siatkówki plażowej, regaty, festiwale oraz wydarzenia dla całych rodzin – tak zapowiada się lato 2026.

#Natalia Sobierajska

Sezon letni w Gminie Dziwnów będzie obfitował w wydarzenia kulturalne, sportowe i rekreacyjne. Program przygotowany na lipiec i sierpień został zaplanowany tak, aby każdy, niezależnie od wieku, znalazł coś dla siebie. W kalendarzu nie zabraknie koncertów, imprez plenerowych, wydarzeń rodzinnych oraz aktywności na świeżym powietrzu.

LIPIEC:

02.07.2026 - Bezpieczne Wakacje - animacje na plaży w Łukęcinie.
04.07.2026 - Ster na Dziwnów - wydarzenie plenerowe.
04.07.2026 - Marakuja Show - show taneczne. Dom Kultury w Dziwnowie.
06.07.2026 - Koncert uzdrowski w Dziwnówku.
07.07.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Łukęcinie.
08.07.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Dziwnówku.
09.07.2026 - Potańcówka w Dziwnowie.
10.07.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.
11.07.2026 - Stand Up Grill. Dom Kultury w Dziwnowie.
12.07.2026 - Turniej siatkówki o Puchar Burmistrza Dziwnowa - Łukęcin.
12.07.2026 - Bezpieczne Wakacje - animacje na plaży w Łukęcinie.
13.07.2026 - Koncert uzdrowski w Łukęcinie.

14.07.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Międzywodziu.

14.07.2026 - Potańcówka w Międzywodziu.

15.07.2026 - Plenerowy koncert smyczkowy w Dziwnowie.

15.07.2026 - Piraci na horyzoncie - zdobądź skarb Dziwnowa.

15.07.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

15.07.2026 - Koncert Skolim. Dom Kultury w Dziwnowie.

16.07.2026 - Potańcówka w Dziwnówku.

17-19.07.2026 - Projekt Plaży Telewizji TVN.

20.07.2026 - Koncert plenerowy w Dziwnowie.

21.07.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Dziwnowie.

21.07.2026 - Bezpieczne Wakacje - animacje na plaży w Łukęcinie.

21.07.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.

22.07.2026 - Piraci na horyzoncie - zdobądź skarb Dziwnowa.

22.07.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

22.07.2026 - Kabaret Trzecia Strona Medalu. Dom Kultury w Dziwnowie.

23.07.2026 - Potańcówka w Łukęcinie.

24.07.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.

25.07.2026 - Dzień Grecki.

26.07.2026 - Pchli Targ na Dziwniej w Dziwnowie.

27.07.2026 - Koncert uzdrowski w Dziwnówku.

28.07.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Dziwnówku.

28.07.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.

28.07.2026 - 62. etapowe regaty turystyczne w Dziwnowie.

29.07.2026 - Piraci na horyzoncie - zdobądź skarb Łukęcina.



Dwa miesiące pełne muzyki i emocji

FOT. MAT. PRASOWE

29.07.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

30.07.2026 - Potańcówka w Łukęcinie.

31.07.2026 - Akcja sprzątnia plaży.

31.07.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.

Splash of Colors w każdy czwartek w Dziwnowie, Dziwnówku i Międzywodziu.

SIERPIEŃ:

01.08.2026 - Festyn u Sołtysa - Międzywodzie.

01.08.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

03.08.2026 - Koncert plenerowy w Dziwnowie.

04.08.2026 - Plenerowy koncert smyczkowy w Łukęcinie.

04.08.2026 - Koncert Skolim. Dom Kultury w Dziwnowie.

04.08.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Dziwnowie.

04.08.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.

04.08.2026 - Etap Tour de Pologne.

05.08.2026 - Piraci na horyzoncie - zdobądź skarb Międzywodzia.

05.08.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

06.08.2026 - Potańcówka w Dziwnówku.

06.08.2026 - Bezpieczne Wakacje - animacje na plaży w Łukęcinie.

06.08.2026 - Kabaret Trzecia Strona Medalu. Dom Kultury w Dziwnowie.

07.08.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.

08.08.2026 - Portowy Targ Rybny - ryby, potrawy regionalne, historia rybołówstwa, prezentacja tradycji i kultury morskiej.

10.08.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Łukęcinie.

11.08.2026 - Potańcówka w Międzywodziu.

11.08.2026 - Turniej siatkówki plażowej w Międzywodziu.

11.08.2026 - Letnie kino plenerowe w Dziwnowie.

12.08.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

13.08.2026 - Bezpieczne Wakacje - animacje na plaży w Łukęcinie.

14.08.2026 - Akademia Lotnika - wydarzenie z mobilną skoczną narciarską, promujące skoki narciarskie.

14-15.08.2026 - XXIV Festiwal Gwiazd Sportu. Więcej informacji o tym wydarzeniu będzie można znaleźć na stronie www.dziwnow.pl.

17.08.2026 - Koncert plenerowy w Łukęcinie.

18.08.2026 - Kino plenerowe w Dziwnowie.

19.08.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

19-23.08.2026 - Finały Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w klasie Optimist.

20.08.2025 - Plenerowy koncert smyczkowy w Dziwnówku.

21-23.08.2026 - XVII Festyn Komandosa.

22.08.2026 - Potańcówka w Dziwnowie.

24-28.08.2026 - Finały Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży w klasie ILCA 4.

26.08.2026 - Koncert plenerowy w Międzywodziu.

28-29.08.2026 - Regaty „Pożegnanie Lata” - Memoriał Andrzeja „Wuja” Skowrońskiego.

28.08.2026 - Zakończenie lata - zabawa taneczna. Dom Kultury w Dziwnowie.

30.08.2026 - Pchli Targ na Dziwniej w Dziwnowie.

Splash of Colors w każdy czwartek w Dziwnowie, Dziwnówku i Międzywodziu.

Bogaty program wydarzeń sprawia, że gmina będzie jednym z najbardziej atrakcyjnych miejsc na wakacyjnej mapie polskiego wybrzeża.

REKLAMA

0011543681

KOLEJKA TURYSTYCZNA „DZIWNÓW EXPRESS”



AKTUALNY ROZKŁAD JAZDY:

PRZYSTANEK **ul. Orzeszkowej**, obok sklepu POLO MARKET

10:20 | 11:05 | 11:50 | 12:35 | 13:20 | 15:05 | 15:50 | 16:35 | 17:20 | 18:10

PRZYSTANEK **Park Miniatur**, Marynarki Wojennej 15

10:35 | 11:20 | 12:05 | 12:50 | 13:35 | 15:20 | 16:05 | 16:50 | 17:35 | 18:25

PRZYSTANEK **ul. Matejki**, przy kortach tenisowych

10:50 | 11:35 | 12:20 | 13:05 | 13:50 | 15:35 | 16:20 | 17:05 | 17:50 | 18:40*

* tylko do ulicy Orzeszkowej / nur bis Orzeszkowej - Straße

CYRUS TOURS

TEL.: PL 48 608 35 42 95 • TEL.: DE 49 173 152 65 56

www.cyrus-tours.pl



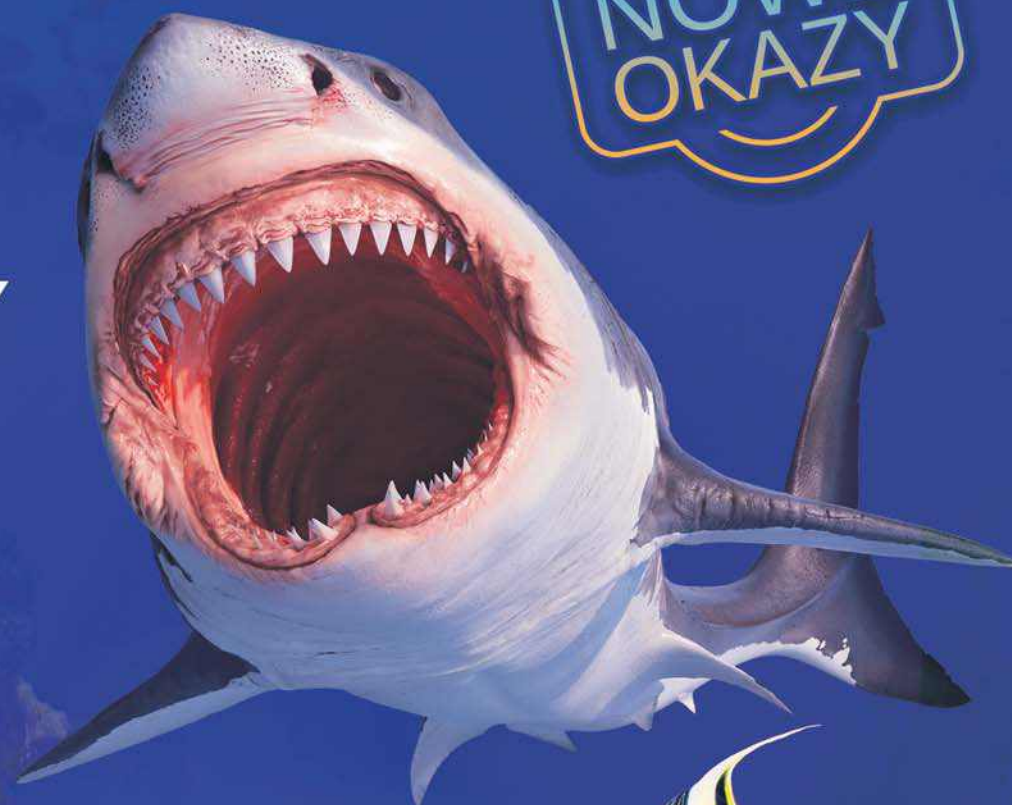
REKLAMA

0011532339

OCEANARIUM

NOWE
OKAZY

POZNAJ
PODWODNY
ŚWIAT
ŻYWE OKAZY



NIECHORZE, Aleja Bursztynowa 1
REWAL, Westerplatte 1

tel. 514 831 541

Tu warto pojechać, gdy pogoda nie dopisuje

Te atrakcje w Zachodniopomorskiem uratują gorszy dzień

ATRAKCJE

Gorsza pogoda w Zachodniopomorskiem nie musi oznaczać siedzenia w hotelu. Tu nie brakuje miejsc, które warto odwiedzić, gdy pogoda nie dopisuje.

#opr. Julia Iwaniuk

Od aquaparków i muzeów, przez podziemne trasy i centra nauki, po rodzinne atrakcje pełne zabawy. Zebraliśmy propozycje na ciekawy dzień w regionie, niezależnie od pogody.

Prognoza pogody pokrzyżowała plany? W Zachodniopomorskiem nawet deszczowy dzień może być okazją do odkrywania ciekawych miejsc. W całym województwie znajdziemy atrakcje, które sprawdzą się niezależnie od pogody zarówno dla rodzin z dziećmi, jak i dla osób szukających dobrej zabawy.

Atrakcje na gorszą pogodę można znaleźć w wielu częściach województwa. Szczecin oferuje nowoczesne centra nauki, muzea i nietypowe miejsca do zwiedzania. Kołobrzeg przyciąga rodziny oryginalnymi atrakcjami, a popularne miejscowości turystyczne również mają propozycje na dni, gdy pogoda nie rozpieszcza.

AQUAPARK MIĘDZYDZROJE

Jedną z propozycji jest Aquapark Międzyzdroje przy ul. Bosmańskiej 1, działający w ramach kompleksu Aqua Resort Międzyzdroje. To miejsce, w którym można skorzystać z basenów, zjeżdżalni, jacuzzi, saun oraz strefy SPA. Taka atrakcja sprawdzi się szczególnie wtedy, gdy deszcz pokrzyżuje plany zwiedzania lub spacerów.

OCEANARIUM W MIĘDZYDZROJACH

Deszczowy dzień w Zachodniopomorskiem nie musi oznaczać nudy. Dobrym pomysłem na rodzinny wypad jest Oceanarium w Międzyzdrojach - miejsce, w którym można zobaczyć setki morskich stworzeń i przenieść się na chwilę w świat podwodnych głębin.

Co można zobaczyć? W akwariach prezentowane są zarówno gatunki słonowodne, jak i słodkowodne. Wśród najbardziej rozpoznawalnych mieszkańców znajdują się rekiny rafowe, płaszczyki, mureny, piranie, błazenki, skrzydlice, nadymki oraz liczne kolorowe ryby raf koralowych.

PODZIEMNE TRASY SZCZECINA

Deszczowy dzień to dobra okazja, żeby odkrywać miejsca, których nie widać na pierwszy rzut oka. Jedną z najbardziej oryginalnych atrakcji w Zachodniopomorskiem są Podziemne Trasy Szczecina - wyjątkowa podróż do historii miasta ukrytej pod ziemią.

Trasy znajdują się w jednym z największych cywilnych schronów w Polsce, zlokalizowanym pod dworcem Szczecin Główny. Zwiedzający mogą zobaczyć wystawy poświęcone m.in. II wojnie światowej, okresowi zimnej wojny oraz czasom PRL.

MIASTO MYSZY W KOŁOBRZEGU

Niecodzienną propozycją na deszczowy dzień w Zachodniopomorskiem jest Miasto Myszy w Kołobrzegu. To miejsce, w którym można zobaczyć świat tych małych zwierząt z zupełnie innej perspektywy. W bajkowej scenerii przygotowano wystawę z żywymi myszkami różnych gatunków -



Aquapark Międzyzdroje

FOT. GOOGLE MAPS

od białych i łaciastych po bardziej nietypowe odmiany.

Atrakcja znajduje się w rejonie kołobrzесьkiego portu, w podziemiach dawnego Kapitanatu Portu Morskiego. Wnętrze przypomina ogromną myśią norę z kolorowymi korytarzami i tematycznymi salami.

MUZEUM TECHNIKI I KOMUNIKACJI - ZAJEZDNIĄ SZTUKI W SZCZECINIE

Gdy pogoda nie zachęca do spacerów, warto wybrać się w miejsce, które przenosi w zupełnie inną epokę. Muzeum Techniki i Komunikacji to jedna z ciekawszych atrakcji w Zachodniopomorskiem dla miłośników motoryzacji, historii

i techniki. Muzeum mieści się w zabytkowej zajezdni tramwajowej przy ul. Niemierzyńskiej 18A. W środku można zobaczyć m.in. zabytkowe samochody, motocykle, tramwaje, autobusy, rowery oraz ekspozycje związane z historią komunikacji i przemysłu.

PLANETARIUM W MORSKIM CENTRUM NAUKI

Jedną z najciekawszych atrakcji w Zachodniopomorskiem na deszczowy dzień jest planetarium w Morskim Centrum Nauki. Nowoczesna sala planetarium pozwala oglądać pokazy astronomiczne pod specjalną kopułą. Widzowie mogą poznać tajemnice Wszechświata,

zobaczyć układ gwiazd, planety i niezwykle zjawiska zachodzące w kosmosie. Seanse przygotowano zarówno dla dzieci, jak i dorosłych.

FABRYKA WODY W SZCZECINIE

Jedną z największych atrakcji w Zachodniopomorskiem na deszczowy dzień jest Fabryka Wody w Szczecinie. To nowoczesny kompleks, w którym można połączyć wypocinek, zabawę i naukę.

Na odwiedzających czeka rozbudowana strefa basenowa. Dorośli mogą skorzystać z rozbudowanego saunarium i strefy SPA, a osoby zainteresowane nauką - z edukatorium poświęconego wodzie.

WYSTAWA BUDOWLI Z KLOCKÓW LEGO

Na wystawie można zobaczyć wielkie budowle stworzone z tysięcy, a nawet milionów elementów LEGO. Ekspozycja obejmuje m.in. modele inspirowane światem filmów, bajek, architekturą, historią oraz motoryzacją. Wystawa znajduje się w Szczecinie w Galerii Handlowej Turzyn przy al. Bohaterów Warszawy 42. To jedna z tych atrakcji w Zachodniopomorskiem, które pozwalają ciekawie spędzić czas pod dachem, gdy deszcz pokrzyżuje plany wycieczki.

BE HAPPY MUSEUM W SZCZECINIE

To nietypowe miejsce łączące muzeum szczęścia, iluzji i kolorowych scenografii, w których można zrobić wyjątkowe zdjęcia. Na odwiedzających czekają dziesiątki bajkowych aranżacji - m.in. słodkie instalacje, pokoje pełne kolorów, sceny z iluzją optyczną oraz miejsca stworzone specjalnie do robienia zdjęć i nagrywania filmów. Wystawa jest przygotowana tak, aby dobrze bawić się mogli zarówno najmłodsi, jak i dorośli.

PARK TRAMPOLIN FUN JUMP W SZCZECINIE

To miejsce stworzone dla osób, które chcą połączyć ruch, zabawę i odrobinę adrenaliny - niezależnie od pogody. Na odwiedzających czeka duża przestrzeń z trampolinami i różnymi strefami aktywności. Można tu spróbować akrobacji, ćwiczyć skoki, grać w trampolinowego zbijaka czy sprawdzić swoje umiejętności w strefie sportowej. Obiekt oferuje także atrakcje dla dzieci oraz możliwość organizacji urodzin i wydarzeń grupowych.

REKLAMA

0011553624

Kurs na Twoje wakacje!

10% rabatu
na online

polsca.com

polsca
BALTIC FERRIES

Informacja i rezerwacja:
tel. +48 455 455 040 | rezerwacje@polsca.com



Wpadaj do Maka!

**Gryfice**

ul. Starogrodzka 23A

**Wolin**

ul. Gryfitów 38A



Idealne na krótkie wycieczki

Najpiękniejsze trasy rowerowe w województwie zachodniopomorskim



Najpiękniejsze trasy rowerowe



Trasa Pojezierzy Zachodnich

TRASY ROWEROWE

Pomorze Zachodnie to jeden z najlepszych regionów w Polsce do odkrywania na rowerze. Różnorodne krajobrazy i rozwinięta infrastruktura przyciągają.

#oprac. Marcin Siemlak

Setki kilometrów tras sprawiają, że każdy znajdzie tu coś dla siebie - od nadmorskich ścieżek po spokojne szlaki wśród jezior i lasów.

Województwo zachodniopomorskie to jeden z najbardziej atrakcyjnych regionów Polski dla miłośników turystyki rowerowej. Łączy w sobie różnorodne krajobrazy od szer-

kich, piaszczystych plaż Bałtyku, przez rozległe lasy i pojezierza, aż po spokojne doliny rzek i tereny przygraniczne. To właśnie ta różnorodność sprawia, że każda wyprawa rowerowa może mieć zupełnie inny

charakter i dostarczać nowych wrażeń.

Region od lat inwestuje w rozwój infrastruktury rowerowej. Powstają nowe odcinki tras, modernizowane są istniejące szlaki, a cała sieć jest stopniowo łączona w spójny system. Dzięki temu rowerzyści mogą planować zarówno krótkie, rekreacyjne wycieczki, jak i wielodniowe wyprawy przez całe województwo. Dużym atutem jest także coraz lepsze oznakowanie oraz rozwijająca się baza noclegowa i gastronomiczna przyjazna cyklistom.

Zachodniopomorskie to miejsce, gdzie można jechać niemal bez przerwy w otoczeniu natury. Trasy prowadzą przez parki krajobrazowe, wzdłuż jezior, przez nadmorskie wydmy czy zaciszne wsie, w których czas płynie wolniej. Nie brakuje również ciekawych przystanków - zabytkowych kościołów, pałaców, latarni

morskich czy punktów widokowych.

Na szczególną uwagę zasługuje fakt, że wiele tras ma charakter międzynarodowy lub łączy się z innymi dużymi szlakami, co daje ogromną swobodę w planowaniu podróży. Można wybrać spokojną przejażdżkę wzdłuż wybrzeża, ambitną wyprawę przez pojezierza albo pętlę wokół rozległego akwenu wodnego.

Niezależnie od poziomu zaawansowania, każdy znajdzie tu coś dla siebie - od łatwych tras rodzinnych po bardziej wymagające odcinki dla doświadczonych rowerzystów.

VELO BALTICA (EUROVELO 10/13 - R10)

To jedna z najważniejszych tras rowerowych w regionie, biegnąca wzdłuż wybrzeża Bałtyku. Odcinek zachodniopomorski oferuje malownicze widoki na morze, szerokie plaże i nadmorskie lasy. Trasa prowa-

dzi przez popularne kurorty oraz spokojniejsze zakątki, gdzie można odpocząć z dala od tłumów. Dobrze przygotowana infrastruktura sprawia, że szlak nadaje się zarówno na krótkie przejażdżki, jak i dłuższe wyprawy.

Początek: Świnoujście (granica z Niemcami)

Koniec: wschodnia granica województwa zachodniopomorskiego (kierunek Pomorze / okolice Darłowa dalej na wschód).

STARY SZLAK KOLEJOWY

Trasa inspirowana dawnymi liniami kolejowymi, prowadząca przez spokojne tereny Pomorza Zachodniego. Choć nie w całości biegnie po dawnych torowiskach, zachowuje swój unikalny charakter. Po drodze można zobaczyć ślady dawnej infrastruktury oraz liczne atrakcje przyrodnicze, w tym okolice Drawskiego Parku Krajobrazowego. To propozycja dla osób

szukających ciszy i kontaktu z naturą.

Początek: Kołobrzeg

Koniec: Skrzatusz (woj. wielkopolskie, okolice Piły)

Alternatywna odnoga: Mielno - Koszalin - Białogard.

TRASA WOKÓŁ ZALEWU SZCZECIŃSKIEGO

Międzynarodowa pętla rowerowa okrążająca Zalew Szczeciński, częściowo przebiegająca przez Niemcy. Szlak oferuje zróżnicowane krajobrazy - od nadwodnych widoków po leśne i wiejskie odcinki. To świetna okazja do połączenia aktywności fizycznej ze zwiedzaniem większych miast i mniejszych miejscowości. Trasa jest długa, ale można ją pokonywać etapami.

Początek/koniec: Szczecin (pętla - można zacząć w dowolnym miejscu)

Pełna pętla wokół Zalewu Szczecińskiego (Polska + Niemcy).

BLUE VELO

Długa trasa prowadząca od wybrzeża w głąb lądu, aż w kierunku doliny Odry. Po drodze towarzyszą jej jeziora, rzeki oraz liczne zabytki, w tym zamki i dawne młyny. Szlak bywa zróżnicowany pod względem nawierzchni i oznakowania, dlatego warto przygotować się nawigacyjnie. To ciekawa propozycja dla osób, które chcą zobaczyć mniej oczywiste oblicze regionu.

TRASA POJEZIERZY ZACHODNICH

Szlak prowadzący przez obszary pełne jezior i terenów zielonych. To jedna z najbardziej naturalnych tras w regionie, idealna dla miłośników przyrody. Przebiega przez kilka parków krajobrazowych i oferuje liczne okazje do obserwacji zwierząt. Część odcinków jest jeszcze rozwijana, dlatego warunki mogą się różnić w zależności od fragmentu trasy.

REKLAMA

0011547856

RYBKA & PYRKA

535 950 417

Grunwaldzka 74, Pobierowo

Złóż smak lata!

ŚWIEŻA RYBA, CHRUPIAĆCE FRYTKI I PYSZNE ZESTAWY DLA CAŁEJ RODZINY.

Zapraszamy!

REKLAMA

0011536943

Usedom UP – podniebne show nad Bałtykiem

Od 19 czerwca do 30 sierpnia 2026 roku wieża widokowa Uznamskiej Ścieżki w koronach drzew w Heringsdorfie zamieni się w niezwykłą scenę wysoko ponad koronami drzew. „Usedom UP” to spektakularne widowisko akrobatyki powietrznej, które po raz pierwszy w Europie połączy sztukę cyrkową z wyjątkową scenerią Bałtyku, bukowego lasu i panoramą Cesarskich Uzdrowisk.

Międzynarodowy zespół artystów z Niemiec, Kanady, Francji i Chile zaprezentuje zapierające dech w piersiach pokazy na szarfach wertykalnych, linie wahadłowej, aerial straps i trampoline. Precyzja, siła i niezwykła kontrola ciała sprawiają, że grawitacja będzie wydawać się jedynie sugestią.

„Usedom UP” jest również głównym punktem obchodów 5-lecia Uznamskiej Ścieżki w koronach drzew Usedom. W ciągu lata odbędą się 43 spektakle – poranne, idealne dla rodzin z dziećmi, oraz wieczorne, podczas których goście będą mogli podziwiać zachód słońca nad Bałtykiem. Każde przedstawienie trwa około 45 minut, pozostawiając niezapomniane wrażenia i oferując wyjątkowe połączenie sztuki, natury i emocji.

Uznamska Ścieżka w koronach drzew – najważniejsze informacje:

- Jedna z najbardziej wyjątkowych atrakcji wyspy Uznam, łącząca bliskość natury, nowoczesną architekturę i panoramiczne widoki na Bałtyk.
- Całkowita długość trasy: 1 350 metrów.
- Spacer na wysokości do 23 metrów nad ziemią, wśród koron bukowego lasu.
- Imponująca, nagradzana 33-metrowa drewniana wieża widokowa.
- Obiekt otwarty w czerwcu 2021 roku, harmonijnie wpisany w naturalny krajobraz wyspy.
- W pełni dostępny dla rodzin z dziećmi oraz osób poruszających się na wózkach dziecięcych i inwalidzkich.
- Dodatkowe atrakcje: plac zabaw dla dzieci, restauracja z ogródkiem

Bilety od 24 euro | Dzieci do 6 lat – wstęp bezpłatny
Terminy i rezerwacje: usedom-up.de



Uwielbiasz wypoczywać nad Bałtykiem i masz w sobie coś z odkrywcy?

Znasz Dziwnów? To jeden z najbardziej magicznych zakątków nad morzem



To niepozorna perełka Pomorza Zachodniego



Co zwiedzić podczas wakacji?

DZIWNÓW

Zrezygnuj z wczasów w najbardziej obleganych lokalizacjach – zamiast tego, wybierz się do równie pięknego i nieco spokojniejszego Dziwnowa.

#Patrycja Seklecka

Poszukując wakacyjnych inspiracji można natknąć się na mnóstwo propozycji. Lista nadbałtyckich wsi i miast jest przecież bardzo długa! Pierwsze charakteryzują się mnogością turystycznych atrakcji oraz tłumami turystów, drugie zaś oferują ciszę i spokój, jednak niektórym mogą wydawać się nieco „nudne”. Dziwnów należy z kolei do trzeciej, bardziej uniwersalnej kategorii – łączy w sobie najlepsze cechy dużych miast i mniejszych miejscowości nad Bałtykiem.

Miejsce to na stałe zamieszkuje zaledwie ok. 2,5 tys. osób,

jednak ze względu na jego atrakcyjność turystyczną, co i rusz można natknąć się na interesujące atrakcje.

Gości poszukujących absolutnej ciszy i spokoju gości, od Wolińskiego Parku Narodowego dzieli odległość zaledwie 20 kilometrów. Wczasowicze, którym nie przeszkadzają duże skupiska turystów, do Międzyzdrojów mogą dotrzeć samochodem w ok. 30 minut. Dziwnów jest więc nie tylko doskonałym kurortem, ale także świetną bazą wypadową do odkrywania uroków całego regionu.

Dziwnów, choć niewielki, ma długą historię – pierwsze wzmianki o tym malowniczym miejscu pojawiły się już w 1243 roku. W latach 20. XIX wieku nadmorska miejscowość stała się popularna wśród kuracjuszy, korzystających z dobrodziejstw tamtejszego klimatu i leczniczych źródeł. Wieść o Dziwnowie rozniósł się

po całej Europie, a wycieczki do miejscowości cieszyły się ogromną popularnością wśród mieszkańców miast takich jak m.in. Budapeszt, Sztokholm, Wiedeń, Praga czy Ryga.

Przez te wszystkie lata Dziwnów wcale nie stracił swojego uroku – choć obecnie nie ma statusu uzdrowiska, wciąż zachwyca wspaniałymi krajobrazami i różnorodnymi atrakcjami.

Urlop z dziećmi, romantyczny wypad we dwoje, a może wycieczka solo? Bez względu na rodzaj swojej wycieczki, w Dziwnowie nie będziesz narzekać na nudę. Oto kilka najważniejszych atrakcji, które warto zobaczyć w tym urokliwym zakątku Pomorza Zachodniego.

Jak nietrudno się domyślić, miejsce o tak długiej historii było świadkiem wielu zdarzeń na przestrzeni lat. Więcej na ich temat dowiesz się odwiedzając m.in. dawne pensjonaty z po-

czątków XX wieku (położone przy ul. Mickiewicza) czy zabytkową willę przy ul. Parkowej. Wydarzeniom z przeszłości poświęcone są też miejskie pomniki. Rzeźba-kotwica w okolicach nabrzeża portowego ma upamiętniać zmarłych na morzu rybaków. Pomnik ku czci poległych w 1945 roku na Mierzei Dziwnowskiej żołnierzy polskich z 2 Warszawskiej Dywizji Piechoty im. Henryka Dąbrowskiego mieści się z kolei między ulicami Wybrzeże Kościuszkowskie i Kaprała Koniecznego.

Będąc w Dziwnowie nie można zapomnieć o zobaczeniu jednego z najbardziej znanych mostów zwodzonych w Polsce. Przeprawa przez cieśninę Dziwną została otwarta w latach 90. ubiegłego wieku, choć na jej miejscu zbudowano już wcześniej kilka przepraw. Dawniej położona na wyspie Wolin część miasta nie była odpowiednio połączona z lądem.

Mieszkańcy mieli do dyspozycji tylko jeden most i często koniecznością było korzystanie z przepraw promowych.

Kurort może pochwalić się także atrakcjami, które zainteresują najmłodszych wczasowiczów. Maluchy z pewnością ucieszą się z rejsu pirackimi statkami po Zatoce Kamieńskiej lub Morzu Bałtyckim oraz z wizyty w Nadmorskim Parku Miniatur, gdzie będą mogli obejrzeć nadbałtyckie zabytki (m.in. latarnie morskie) w miniaturze. Na sporą dawkę dobrej zabawy i zastrzyk wiedzy można liczyć podczas odwiedzin w Morskim Centrum Nauki Nautica Park.

Dziwnowska plaża mogłaby śmiało konkurować z najchętniej obleganymi plażami Europy! Delikatny, jasny piasek, liczne atrakcje dla dzieci, strzeżone kąpielisko – czego chcieć więcej? Latem kąpielisko w Dziwnowie jest długie na ok. 800 metrów, więc miejsca

na bezpieczny wypoczynek jest naprawdę sporo. Wzdłuż plaży biegnie promenada spacerowidokowa z ławkami, z których można podziwiać piękno Bałtyku.

Sama promenada ma ponad 2 kilometry długości i jest podzielona na trzy odcinki. Najnowszy z nich, Promenada Zachodnia, biegnie szczytem wydmy. To doskonałe miejsce na relaksujący spacer.

Poszukując niezwykłych widoków warto wybrać się nad jezioro Martwa Dziwna (Jezioro Martwe). Sztuczny akwen powstał w wyniku zasypiania starożytnego ujścia rzeki Dziwniej.

Do najważniejszych atrakcji nadmorskiego kurortu trzeba zaliczyć także słynną Aleję Gwiazd Sportu, gdzie można zobaczyć repliki medali, które otrzymali wybitni sportowcy, m.in. Grzegorz Lato, Agnieszka Rylík, Czesław Lang, Otylia Jędrzejczak, Krzysztof Włodarczyk i inni.

REKLAMA

0011549309

Domowe Obiady u Agaty



- Smaczne, domowe obiady każdego dnia
 - Świeże składniki i tradycyjne receptury
 - Obiady na miejscu i na wynos
- Oferta dla klientów indywidualnych i firm
 - Catering oraz organizacja przyjęć okolicznościowych

Domowy smak, który pokochasz!

📍 Zgody 7A, Pobierowo
☎ 780 002 840
🌐 www.obiaduagaty.pl



REKLAMA

0011537257

MUZEUM

HISTORII ZIEMI KAMIENSKIEJ

Od neolitu po narodziny elektryczności –
przeżyj historię na własne oczy.



NASZE SKARBY

-  NEOLITYCZNE TOPORKI
-  RĘKOJEŚĆ NOŻA WIKINGÓW
-  WCZESNOŚREDNIOWIECZNE
MONETY ARABSKIE
-  WCZESNOŚREDNIOWIECZNA
ŁÓDŻ SŁOWIAŃSKA
-  SREBRNE MONETY
KSIĄŻĄT POMORSKICH
-  SZCZĄTKI SAMOLOTU LANCASTER
Z CZASÓW II WOJNY ŚWIATOWEJ
-  HISTORIA MIASTA
XIX I XX WIEKU
-  1. BATALION SZTURMOWY
Z DZIWNOWA



MUZEUM HISTORII
ZIEMI KAMIENSKIEJ
ul. Adama Mickiewicza 34
Kamień Pomorski

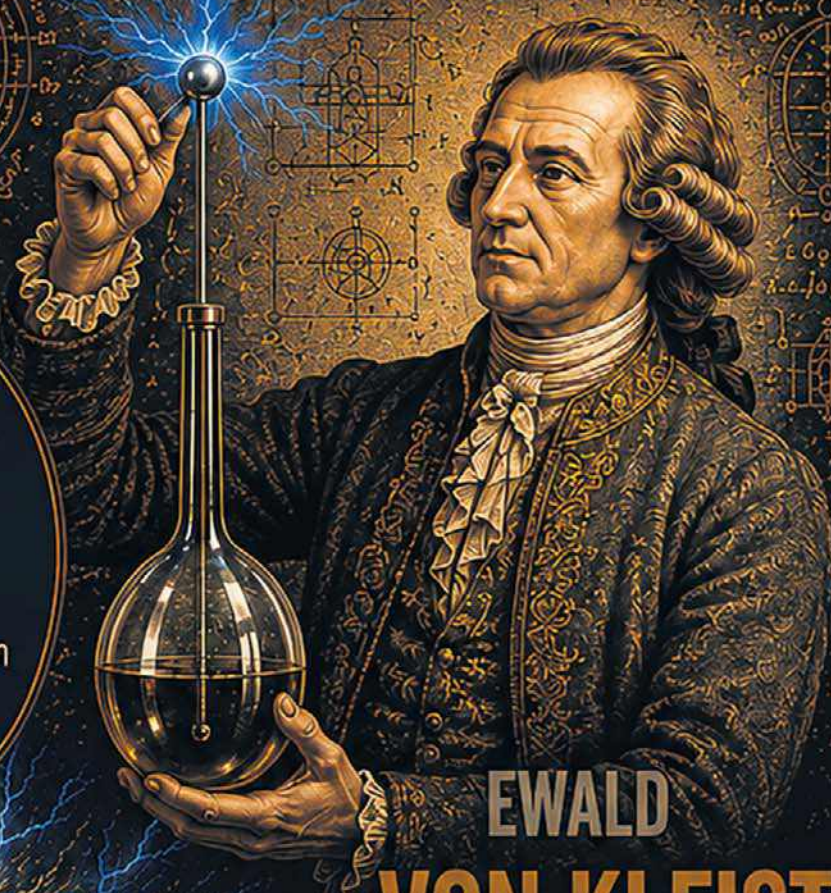
BUDYNEK GŁÓWNY

11
PAŹDZIERNIKA
1745
ROKU
w Kamieniu Pomorskim
dokonano odkrycia,
które zmieniło
świat.



**ELEKTRYZUJĄCA PRZYGODA
DLA CAŁEJ RODZINY.
SPRAWDŹ JĄ OSOBIŚCIE!**

POZNAJ HISTORIĘ
KRZYŻAKA, DYPLOMATY I BISKUPA –
WŁAŚCICIELA NIEZWYKŁEGO
ZŁOTEGO TYPARIUSZA



**EWALD
VON KLEIST**

(1700–1748)

ODKRYWCA PIERWSZEGO
PROTOTYPU KONDENSATORA
NA ŚWIECIE

11 PAŹDZIERNIKA 1745 ROKU

**MULTIMEDIALNA WYSTAWA
I POKAZY HISTORYCZNYCH
EKSPERYMENTÓW
W DWORKU VON KLEISTA**



WSPÓLNIE Z PRZEWODNIKIEM
MUZEALNYM ODTWARZAMY
EKSPERYMENTY Z EPOKI

***EPS
HISTORIC
SITE**

DWOREK VON KLEISTA –
EPS HISTORIC SITE
UZNANY PRZEZ
EUROPEJSKIE TOWARZYSTWO
FIZYCZNE.

MIEJSCE WIELKICH ODKRYĆ

PRZESZŁOŚĆ, KTÓRA INSPIRUJE PRZYSZŁOŚĆ

tel. 91 382 23 73

email: mhzk@mhzk.eu

www: https://mhzk.eu

Oni odcisnęli dłonie w Alei Gwiazd

Uroczysta gala na Festiwalu Gwiazd w Międzyzdrojach



Laureaci reprezentują różne dziedziny sztuki



Kolejne gwiazdy dołączyły do Alei Gwiazd

MIĘDZYZDROJE

Kolejne dziewięć nowych odcisków dłoni pojawiło się na Alei Gwiazd w Międzyzdrojach. Swoje ślady na wieki zostawiła m.in.: Katarzyna Grochola.

#Marcin Siemlak

Festiwal Gwiazd w Międzyzdrojach to jedno z najważniejszych wydarzeń kulturalnych w Polsce, organizowane od 1996 roku. Co roku nadmorski kurort staje się miejscem spotkań wybitnych przedstawicieli filmu, teatru, muzyki i mediów.

Najbardziej rozpoznawalnym symbolem festiwalu jest Aleja Gwiazd, wzorowana na hollywoodzkim Walk of Fame, gdzie uhonorowani artyści pozostawiają odciski swoich dłoni.

Przez blisko trzy dekady wydarzenie zgromadziło setki

znakomitych twórców, stając się ważnym elementem kulturalnej mapy kraju.

Tegorocznymi laureatami reprezentują różne pokolenia i dziedziny sztuki, jednak wszystkich łączy znaczący wkład w rozwój życia kulturalnego w Polsce.

Katarzyna Grochola to jedna z najpopularniejszych polskich pisarek współczesnych. Autorka bestsellerowych powieści, takich jak „Nigdy w życiu!”, „Ja wam pokażę!” czy „Trzepot skrzydeł”, od wielu lat cieszy się ogromną sympatią czytelników.

Jej książki sprzedają się w milionach egzemplarzy, a część z nich doczekała się ekranizacji. Twórczość Katarzyny Grocholi od lat zajmuje czołowe miejsca na listach bestsellerów i inspiruje kolejne pokolenia czytelników.

Irena Santor, nazywana Pierwszą Damą Polskiej Piosenki, od ponad sześciu dekad zachwyca publiczność wyją-

tkowym głosem i repertuarem. Wylansowała wiele ponadczasowych przebojów, wśród których znajdują się m.in. „Powróć tu”, „Tych lat nie odda nikt” czy „Już nie ma dzikich plaż”.

Za swoją działalność artystyczną została uhonorowana licznymi odznaczeniami państwowymi i nagrodami muzycznymi.

Piotr Głowacki należy do grona najbardziej cenionych polskich aktorów swojego pokolenia. Znany jest z ról filmowych, teatralnych i telewizyjnych, a szeroką rozpoznawalność przyniosły mu występy w produkcjach takich jak „Bogowie”, „80 milionów” czy serial „Stulecie Winnych”.

Jest również laureatem prestiżowych nagród aktorskich oraz cenionym artystą teatralnym.

Rafał Zawierucha zdobył popularność dzięki roli Romana Polańskiego w filmie Qu-

entina Tarantino „Pewnego razu... w Hollywood”. Aktor konsekwentnie rozwija karierę zarówno w Polsce, jak i za granicą, występując w filmach, serialach i na scenie teatralnej. Jego międzynarodowe doświadczenie sprawia, że należy do grona najbardziej rozpoznawalnych polskich aktorów młodego pokolenia.

Robert Janowski od lat pozostaje jedną z najbardziej rozpoznawalnych postaci polskiej telewizji.

Wokalista, aktor i prezenter największą popularność zdobył jako wieloletni gospodarz teleturnieju muzycznego „Jaka to melodia?”, stając się symbolem tego programu. Od wielu lat z powodzeniem łączy działalność estradową z pracą telewizyjną i koncertową.

Jan Holoubek to reżyser, scenarzysta i operator filmowy, autor wielu wysoko ocenianych produkcji telewizyjnych i filmowych.

Szczególne uznanie przyniosły mu seriale „Rojst”, „Wielka woda”, „Heweliusz” oraz „25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy”, które zdobyły liczne nagrody i wyróżnienia. Jego filmy i seriale cenione są za wysoki poziom realizacyjny oraz umiejętność opowiadania poruszających historii.

Marcin Daniec od kilkunastu lat należy do czołówki polskich satyryków i artystów kabaretowych. Jego charakterystyczny styl, błyskotliwe obserwacje społeczne oraz umiejętność nawiązywania kontaktu z publicznością zapewniły mu status jednego z najpopularniejszych kabareciarzy w kraju.

Do dziś aktywnie występuje na scenie, gromadząc liczną publiczność podczas swoich programów.

Olga Bołądź jest aktorką filmową, teatralną i telewizyjną, znaną z ról w produkcjach ta-

kich jak „Służby specjalne”, „Botoks”, „Nad życie” czy „Chyłka”.

Artystka chętnie podejmuje różnorodne role, zdobywając uznanie zarówno widzów, jak i krytyków filmowych.

Robert Więckiewicz uznawany jest za jednego z najwybitniejszych polskich aktorów filmowych. Laureat licznych nagród, w tym wielu Orłów, stworzył niezapomniane kreacje w filmach „Pod Mocnym Aniołem”, „W ciemności”, „Waleśa. Człowiek z nadziei” oraz „Ziarno prawdy”.

Jego role od lat wyznaczają najwyższe standardy polskiego aktorstwa i są doceniane na krajowych oraz międzynarodowych festiwalach filmowych.

W swojej karierze wielokrotnie udowodnił niezwykłą wszechstronność, z powodzeniem wcielając się zarówno w role dramatyczne, jak i historyczne czy sensacyjne.

REKLAMA

0011549382

Tu zaczyna się Twoja przygoda!

RODZINNY PARK ROZRYWKI

PARK WIELORYBA
PODWOJNA FASCYNACJA
REWAL

Wszystkie atrakcje w cenie biletu! www.parkwieloryba.pl

OTWARTE

CODZIENNIE
OD 10.00 DO 18.00lipiec i sierpień
10.00 – 19.00ul. Kamieńska 1c
Rewal

☎ 500 791 752



REKLAMA

0011540668

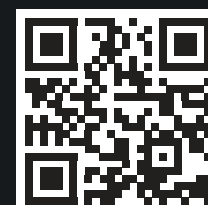
***GALAXY***

WYSTAWA PEŁNA MOCY

poznaj superbohaterów

4–26 sierpnia

Zobacz jedyną w regionie wystawę najbardziej znanych postaci ze świata komiksu i sprawdź, która supermoc zrobi na Tobie największe wrażenie!
Ekspozycja w atrium z fontanną jest dostępna w godzinach pracy centrum.



Centrum Handlowe Galaxy, Al. Wyzwolenia 18, 70-554 Szczecin
galaxy-centrum.pl

Pragniesz przeżyć niezapomnianą przygodę w Trzęsaczu, malowniczej wiosce rybackiej nad brzegiem morza?

Trzęsacz to więcej niż tylko ruiny. Przewodnik po skarbach nadmorskiej wsi

TRZĘSACZ

To urokliwe miejsce, położone tylko kilometr na zachód od Rewala, zachwyca swoim nadmorskim urokiem, otoczone lasami i majestatycznymi klifami.

#Eliza Ciepielewska

CO WARTO ZOBACZYĆ W TRZĘSACZU?

Trzęsacz, mała nadmorska miejscowość położona niedaleko Rewala, kusi swoimi atrakcjami. Zabytkowe ruiny kościoła św. Mikołaja, plaża pod klifem czy historyczne pałace – to tylko niektóre z powodów, dla których warto odwiedzić to miejsce. Oto najciekawsze atrakcje Trzęsacza!

To wieś o bogatej historii, sięgającej XIV wieku. Początkowo należała do biskupów kamieńskich, a później zmieniała właścicieli kilkakrotnie.

Dziś Trzęsacz to popularna miejscowość turystyczna, która zachwyca nie tylko pięknymi widokami, ale także swoją historią.

RUINY KOŚCIOŁA W TRZĘSACZU
Największą atrakcją Trzęsacza są bez wątpienia ruiny kościoła św. Mikołaja, datowane na XV wiek.

To zabytek, który przyciąga turystów z całego kraju. Historia tego kościoła to także historia walki z niszczącym wpływem morza na ląd. Kościół św. Mikołaja w Trzęsaczu, niegdyś okazała budowla, dziś jedynie ruiny położone na skraju klifu.

Zbudowany pierwotnie jako drewniana świątynia, później przebudowany na murowaną, stał się jednym z najbardziej okazałych kościołów wiejskich Pomorza Zachodniego.

Historia tego miejsca to fascynująca opowieść o wpływie morza na ląd. Choć dzisiaj pozostała jedynie fragment południowej ściany, to kiedyś był to imponujący gotycki kościół.

Jak to możliwe, że majestatyczny kościół przekształcił się w ruiny?

Otóż winę za to ponosi abrazja – proces, w wyniku którego linia brzegowa stopniowo przesuwa się ku budynkom zbudowanym blisko brzegu. Już w 1750 roku kościół znajdował się zaledwie 58 metrów od klifu, a w 1868 roku ta odległość zmalała do zaledwie jednego metra.

Podmywanie klifu przez morze stopniowo przybliżało linię brzegu do kościoła. Pomimo prób zatrzymania tego zjawiska, kościół sukcesywnie poddawał się erozji. Ostatnie nabożeństwo odbyło się tu 2 marca 1874 r., a ze względów bezpieczeństwa budynek zamknięto 2 sierpnia 1874 r.

Jak mieszkańcy wioski tłumaczyli powolne odbieranie świątyni przez morze?

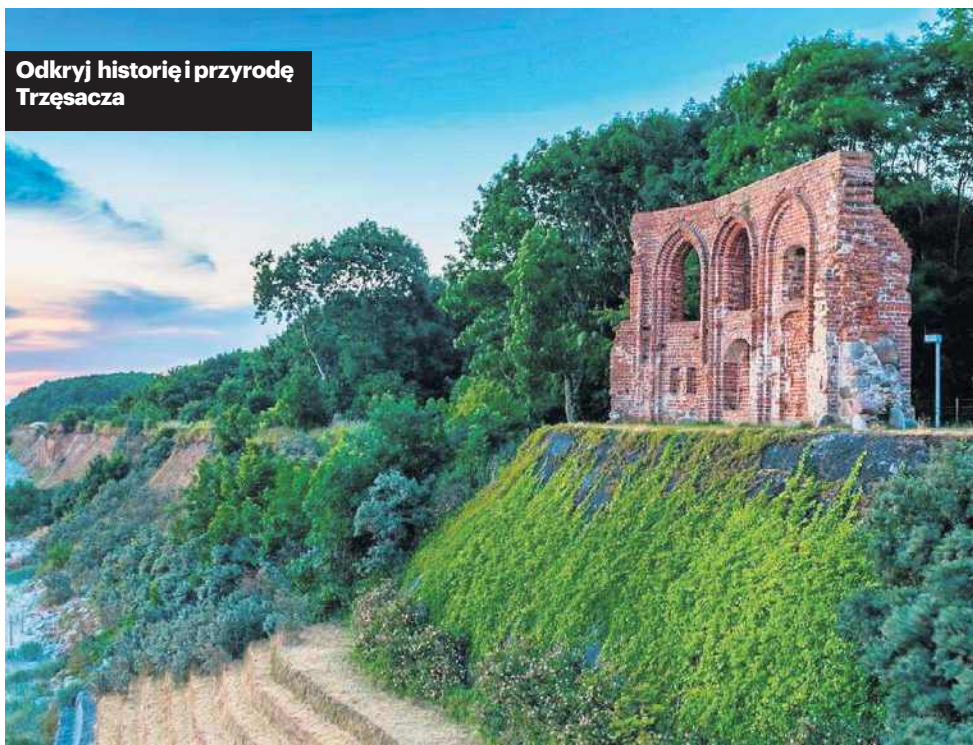
Wśród wielu legend związanych z kościołem, jedna opowiada o Zielenicy – bogini morza, złowionej przez rybaków i więzionej przez miejscowego proboszcza. Po jej śmierci, ojciec, Bałtyk, wysłał fale, by odebrać ciało córki i przenieść je na dno morza.

CZY MOŻNA ZABEZPIECZYĆ RUINY KOŚCIOŁA?

Istnieje możliwość zapobiegania dalszemu zniszczeniu zabytków. W 2001 roku zainstalowano u podnóża klifu opaskę, mającą na celu ochronę przed erozją.

W 2002 roku zbudowano nowe fundamenty pod ruiny kościoła i wzmocniono je za po-

Odkryj historię i przyrodę Trzęsacza



FOT. KONRAD KIERKEZ/23RF.COM/ZDJĘCIE ILLUSTRACYJNE

mocą dwóch pionowych słupów wapienno-cementowych o wysokości 15 metrów oraz skośnej kotwy gruntowej tej samej długości.

Podstawę klifu oraz zbocze zabezpieczono za pomocą 80-metrowej opaski brzegowej wykonanej z koszy siatkowych wypełnionych kamieniem (technika gabionowa), które wspierają materace z siatki z materiałem umożliwiającym roślinność, co sprzyja stabilizacji terenu.

TRZĘSACZ – ATRAKCJE W OKOLICY

Trzęsacz to nie tylko ruiny słynnego kościoła. Poza historycznymi zabytkami Trzęsacz oferuje również inne atrakcje dla turystów. Plaża pod wysokim klifem, kolei wąskotorowa, ze-

spół pałacowo-folwarczny czy multimedialne Muzeum Trzęsacza – to tylko niektóre z nich.

W Muzeum, przy udziale specjalistów, można przenieść się w czasie, poznając historię kościoła, legendy czy geograficzne ciekawostki regionu. Dzięki różnorodnym atrakcjom miejscowość przyciąga zarówno miłośników historii, jak i osoby szukające aktywnego wypoczynku nad morzem.

Nadmorska Kolej Wąskotorowa – prawdziwa perła dla miłośników podróży koleją. Unowocześniona linia kolejowa kursuje na trasie pomiędzy Gryficami a Pogorzelicą, przecinając 3 gminy powiatu gryfickiego.

To niezapomniana podróż z widokiem na wybrzeże i morze. Przejazd zabytkowym skła-

dem pozwala w wyjątkowy sposób podziwiać nadmorskie krajobrazy i okoliczne miejscowości.

MuzeON – Multimedialne Muzeum Trzęsacza – Poczuj niezwykłą atmosferę tego miejsca, które łączy w sobie elementy legend i nauki. Przenieś się w czasie i przestrzeni, poznając tajemnicze historie i ciekawostki geograficzne.

MuzeON to miejsce, które zachwyca zarówno dzieci, jak i dorosłych. Ile wynosi koszt zwiedzania? Za bilet normalny zapłacisz 29 zł, bilet ulgowy to koszt 24 złotych.

Nowoczesne prezentacje multimedialne sprawiają, że zwiedzanie jest ciekawym doświadczeniem dla całych rodzin.

Plaża pod klifem – wyobraź sobie spędzanie dni na piasku,

którego granice sięgają pod wysokie klify. Plaża w Trzęsaczu zachwyca swoim urokiem i niezwykłą atmosferą. To idealne miejsce na leniwe dni spędzone nad Bałtykiem.

Malownicze widoki sprawiają, że jest to również doskonałe miejsce na spacer i fotografowanie nadmorskiego krajobrazu. Ze szczytu klifu rozciąga się piękna panorama Morza Bałtyckiego, którą zachwyca o każdej porze roku. Plaża jest chętnie wybierana zarówno przez osoby szukające spokojnego wypoczynku, jak i miłośników morskich kąpiel.

Wystawa Miniatur Kolejowych na dworcu Nadmorskiej Kolei Wąskotorowej – miejsce, gdzie możesz zobaczyć modele najróżniejszych pociągów z całego świata. Od zabytkowych parowozów po nowoczesne cudów techniki.

To kolejna gratka dla pasjonatów kolejnictwa! Starannie wykonane makiety i modele przyciągają uwagę zarówno najmłodszych, jak i dorosłych zwiedzających.

Na wystawie można podziwiać precyzyjnie odwzorowane detale lokomotyw i wagonów z różnych epok. To miejsce, które pozwala poznać historię kolejnictwa w ciekawy i przystępny sposób.

Trzęsacz to miejsce, gdzie historia, przyroda i nowoczesność spletają się w niezwykły sposób. Niezależnie od tego, czy jesteś fanem zabytków, czy szukasz nowych, multimedialnych atrakcji, Trzęsacz ma coś dla ciebie.

Odkryj to magiczne miejsce już dziś! To doskonały kierunek na jednodniową wycieczkę lub dłuższy wypoczynek nad polskim morzem.

REKLAMA

0011552288



APTEKA BŁĘKITNA

ul. Mickiewicza 15,
Dziwnów

☎ 91 381 41 22 ,
☎ 48 669 950 098

GODZINY OTWARCIA:
PONIEDZIAŁEK - SOBOTA:
9-12, 16-21
NIEDZIELA: 15-21

REKLAMA

0011545653



Villa del Mar
NIECHORZE

*Urlop z widokiem
na morze!*

Restauracja • Pokoje i Apartamenty
Wellness & Spa • Kawiarnia



150 m od plaży



Bezpłatny parking



Restauracja na miejscu



Basen • Sauna • Jacuzzi



Niechorze!
ul. Szczecińska 11,
72-350 Niechorze



48 91 384 05 85
48 503 500 514



info@hoteldelmar.pl



www.hoteldelmar.pl

Niechorze!

Te miejsca musisz odwiedzić

TOP 10 punktów widokowych w Zachodniopomorskiem!

WIDOKI

Szukasz miejsc, z których zobaczysz najpiękniejsze widoki? Od klifów nad Bałtykiem, przez panoramyczne tarasy, aż po wieże widokowe w lasach?

#Julia Iwaniuk

Zobacz przegląd TOP 10 punktów widokowych w Zachodniopomorskiem.

Zachodniopomorskie to region, który słynie z niesamowitych punktów widokowych - od klifów nad Bałtykiem po wieże i tarasy z panoramą miast. Ale widoki to dopiero początek. W regionie można spędzić aktywny, różnorodny urlop, łącząc zwiedzanie z naturą, wodą i spokojnym wypoczynkiem.

MOST W SIEKIERKACH

Most w Siekierkach to most pieszo-rowerowy zlokalizowany nad Odrą w miejscowości Siekierki w województwie zachodniopomorskim, na pograniczu polsko-niemieckim. Obiekt łączy oba brzegi rzeki, tworząc połączenie dla ruchu pieszego i rowerowego między Polską a Niemcami. Z jego konstrukcji rozciągają się widoki na dolinę Odry oraz okoliczne tereny przyrodnicze o wysokich walorach krajobrazowych.

PUNKT WIDOKOWY GRODZISKO LUBIN

Punkt widokowy Grodzisko Lubin to popularne miejsce turystyczne położone w miejscowości Lubin, w województwie zachodniopomorskim, na wyspie Wolin. Stanowi jeden z najbardziej znanych punktów panoramy Wolińskiego Parku Narodowego, oferując szeroki wi-

dok na Zalew Szczeciński, wyspy i tereny przybrzeżne. Na taras prowadzi wygodna ścieżka, dzięki czemu miejsce jest łatwo dostępne dla odwiedzających. To doskonały punkt do podziwiania przyrody, obserwacji ptaków oraz wykonywania pamiątkowych zdjęć z jedną z najpiękniejszych panoram Pomorza Zachodniego.

PUNKT WIDOKOWY W WISEŁCE

Punkt widokowy w Wisełce to malowniczy, naturalny taras usytuowany na klifowym wybrzeżu Bałtyku, na terenie miejscowości Wisełka oraz Woliński Park Narodowy. Oferuje rozległą panoramę morza i nadmorskich lasów, stanowiąc jedno z bardziej urokliwych miejsc na wyspie Wolin. Dzięki swoim walorom krajobrazowym przyciąga zarówno turystów, jak i fotografów poszukujących wyjątkowych ujęć natury.

PUNKT WIDOKOWY KAWCZA GÓRA

Punkt widokowy Kawcza Góra w Międzyzdrojach to jedno z najbardziej rozpoznawalnych miejsc na wyspie Wolin. Wzniesienie o wysokości 61 m n.p.m. stanowi część Wolińskiego Parku Narodowego i oferuje malowniczą panoramę Morza Bałtyckiego, plaży w Międzyzdrojach i Zatoki Pomorskiej. Jest popularnym celem spacerów i wycieczek wśród turystów odwiedzających region.

JEZIORO TURKUSOWE W WAPNICY

Jezioro Turkusowe w Wapnicy, położone na wyspie Wolin na terenie Wolińskiego Parku Narodowego, wyróżnia się intensywnie turkusową barwą wody, która przyciąga uwagę



Najlepsze punkty widokowe

FOT. GOOGLE MAPS

odwiedzających. Zbiornik powstał w miejscu dawnego wyrobiska kredy - po zakończeniu eksploatacji i zalaniu terenu wodą naturalne uwarunkowania geologiczne nadały mu charakterystyczny kolor. Z okolicznych wzniesień i punktów widokowych można obserwować jego barwną taflę oraz otaczające je lasy.

TARAS WIDOKOWY W WIDUCHOWEJ

Taras widokowy w Widuchowej położony jest w miejscowości Widuchowa w województwie zachodniopomorskim, nad Odrą. Z tego miejsca rozciąga się szeroka panorama rzeki oraz otaczających ją rozlewisk i terenów przyrodniczych, które tworzą charakte-

rystyczny krajobraz doliny Odry. Taras jest chętnie odwiedzany przez miłośników przyrody, fotografii oraz osoby szukające spokojnego miejsca na odpoczynek. Szczególnie malowniczo prezentuje się o wschodzie i zachodzie słońca, kiedy dolina Odry nabiera wyjątkowych barw.

WYCIECZKI ROWEROWE Z WIDOKAMI

Zachodniopomorskie ma jedno z najpiękniejszych tras rowerowych w Polsce - często prowadzących przez miejsca z widokami na morze, jeziora i klify. Trasy wokół wybrzeża i parków krajobrazowych pozwalają zobaczyć region z zupełnie innej perspektywy niż z punktów widokowych.

SPACEROWE TRASY W ZACHODNIOPOMORSKIM

Zachodniopomorskie to region, który świetnie sprawdza się do spokojnych spacerów na świeżym powietrzu. Duża liczba lasów, jezior i nadmorskich terenów sprawia, że można tu znaleźć wiele malowniczych tras pieszych, idealnych zarówno na krótki spacer, jak i dłuższą wędrówkę.

PUNKT WIDOKOWY GOSAŃ

Punkt widokowy Gosań to taras widokowy zlokalizowany na wyspie Wolin w województwie zachodniopomorskim, na terenie Wolińskiego Parku Narodowego. Położony na jednym z najwyższych klifów polskiego wybrzeża Bałtyku, oferuje szeroką panoramę morza

oraz otaczających go lasów. Miejsce wyróżnia się walorami krajobrazowymi i dogodnym punktem obserwacyjnym nadmorskiej przyrody.

WIEŻA W OGRODZIE HORTULUS SPECTABILIS W DOBRZYCY

Ogrody Hortulus Spectabilis w Dobrzycy to rozległy kompleks ogrodowy położony w województwie zachodniopomorskim. Jednym z charakterystycznych elementów tego miejsca jest wieża widokowa, z której można obserwować układ całego ogrodu oraz otaczający krajobraz. Na terenie obiektu znajduje się także rozległy labirynt grabowy, stanowiący jedną z głównych atrakcji przestrzeni.

PUNKT WIDOKOWY W TRZĘSACZU

Punkt widokowy w Trzęsaczu to jedna z najchętniej odwiedzanych atrakcji turystycznych na klifowym wybrzeżu Bałtyku w województwie zachodniopomorskim. Zlokalizowany na skraju urwiska, oferuje rozległą panoramę morza, piaszczystej plaży oraz ruin gotyckiego kościoła - jednego z najbardziej rozpoznawalnych symboli polskiego Pomorza.

WIEŻA WIDOKOWA W CEDYNI

Wieża widokowa w Cedyni zlokalizowana jest w miejscowości Cedynia w województwie zachodniopomorskim, na terenie Cedyńskiego Parku Krajobrazowego. Obiekt wznosi się na jednym z wzniesień morenowych, skąd rozciąga się panorama doliny Odry, rozlewisk oraz okolicznych terenów przygranicznych. Z tarasu widokowego można obserwować mozaikę krajobrazu łączącą obszary leśne, łąki i tereny nadrzeczne.

REKLAMA

0011552628

AR-SPORT

SZKOŁA WIND & KITE

w Dziwnówku



KURSY

- WINDSURFINGU
- KITESURFINGU
- WING FOIL
- SUP



OBOZY PÓŁKOLONIE

d i

Przygoda
z wiatrem
zaczyna się
tutaj!



607 067 024



BAZA: 785 067 024



Ar-sport Szkoła windsurfingu



Nad Zalewem 14 Dziwnówek

REKLAMA

0011551859

Egzotyczne Niechorze

Odwiedzając malownicze Wybrzeże Rewalskie, warto wybrać się do Niechorza. Miejscowość ta szczególnie znana jest dzięki wysokiej na 45 metrów, usadowionej na klifie, latarni morskiej. W sąsiedztwie tej atrakcji turystycznej, na tym samym placu, przy ul. Polnej 30, stoi Motylarnia. Łatwo ją zauważyć, gdyż mieści się w niecodziennej, półkolistej budowli. Pod jej kopułą kryje się bajkowy świat.

Przestępując jej progi, znajdujemy się w tropikalnej krainie pełnej kolorowych, swobodnie latających motyli egzotycznych pochodzących z Azji, Afryki i Ameryki. To magiczne miejsce, w którym można zrelaksować się wśród bogatej roślinności, szumu wody i śpiewu ptaków, ale przede wszystkim poczuć dotyk motyla. Te piękne, barwne, lekkie i delikatne owady są na wyciągnięcie ręki i chętnie pozują do zdjęć również na ramionach i głowach gości. Motyle możemy również podziwiać podczas spijania nektaru z kolorowych kwiatów oraz owoców.

Infrastruktura Motylarni jest tak przygotowana, aby motyle czuły się w niej dokładnie tak, jak w swoim prawdziwym domu. Pod kopułą panuje więc egzotyczny klimat - odpowiednia temperatura, wilgotność i roślinność, a Ty możesz poczuć się jak na wakacjach w tropikach, pomimo że na zewnątrz wcale nie jest fajnie.

Możliwość obcowania z motylami to niepowtarzalne przeżycia i kolorowe wspomnienia dla każdego odwiedzającego - małego czy dużego.

Zazwyczaj u nas można obejrzeć kilkadziesiąt różnych gatunków motyli - mówi przewodnik z niechorskiej Motylarni. Wszystkie motyle wyróżniają się ujmującym pięknem, ale każdy gatunek jest inny. Ulubieńcem naszych

gości jest *Morpho peleides*, który urzeka granatowo-niebieską barwą skrzydeł. Uwagę przyciąga również pochodzący z Indii *Dolichalia bisaltide*, który świetnie się kamufluje, udając suchy liść na drzewie. Duże wrażenie robią niezwykle kolorowe motyle z gatunku *Papilio*, które poruszają skrzydełkami 300 razy na minutę. Wśród przepięknych motyli dziennych w naszej Motylarni można też podziwiać motyle nocne, ale jakże inne niż nasze krajowe - ogromne i kolorowe. Jednym z nich jest ten wyjątkowy i największy: *Attacus atlas*, który ma rozpiętość skrzydeł dochodzącą do 30 cm. Jest to ćma, w dzień mało aktywna, więc zwiedzający mogą obejrzeć z bliska największego motyla na świecie.

Nasza Motylarnia działa już nad polskim morzem od 13 lat. W tym czasie odwiedziło ją już tysiące zadowolonych klientów. Zespół tworzą ludzie z pasją, dzięki czemu z roku na rok, Motylarnia rozwija się i proponuje dodatkowe atrakcje.

Motylarnia prowadzi działalność edukacyjną. Podczas pobytu w niej, dzięki wykwalifikowanym przewodnikom, można poznać tajniki życia motyli. - U nas można między innymi zobaczyć wszystkie etapy życia motyla: od jajeczka przez gąsienicę i poczwarkę aż po dorosłe osobniki. W normalnych warunkach byłoby to raczej niemożliwe - dodaje przewodnik.

A więc, będąc w okolicach Niechorza, koniecznie należy zajrzeć do Motylarni.

Ubierz się kolorowo i zabierz ze sobą aparat fotograficzny, by uwiecznić te wyjątkowe chwile. Motylarnię znajdziecie pod latarnią morską w Niechorzu. Jest czynna od maja do września w godzinach 10-18.

Motylarnia to nie tylko kolejna atrakcja turystyczna, ale też niezapomniana przygoda dla każdego gościa.

Gorąco polecam



www.motylarnianadmorzem.pl
www.facebook.com/motylarnianadmorzem

REKLAMA

0011531317

 **Biuro Podróży
Wybrzeże bis**

WYCIECZKI

JEDNODNIOWE

DANIA • SZWECJA • NIEMCY • POLSKA



Natura & Krajob



Twoja Przygoda

NOWE
TRASY!

Zapraszamy do biura!

UL. SŁOWACKIEGO 16,
ŚWINOUJŚCIE



+48 601 586 613
www.wybrzezebis.pl



Odkrywamy Pomorze Zachodnie

Rewal to nadmorski kurort, który łączy historię, sport i wyjątkowe atrakcje

REWAL

Rewal od lat przyciąga turystów szeroką plażą, malowniczym klifem i licznymi atrakcjami. To jednak nie tylko popularny nadbałtycki kurort,

#opr. Natalia Sobierajska

To także miejscowość o bogatej historii, rozwiniętej infrastrukturze sportowej i jednej z największych atrakcji regionu – Nadmorskiej Kolei Wąskotorowej. Pierwsza wzmianka o Rewalu pochodzi z 1434 roku, a w XV wieku miejscowość należała do rodu Flemmingów. Na przestrzeni wieków wieś rozwijała się jako osada rybacka, by już w XIX wieku stać się popularnym kurortem nadmorskim.

Pierwsi letnicy przyjeżdżali tutaj już w latach trzydziestych XIX wieku, zachęceni możliwością korzystania z ciepłych kąpieli morskich. Ważnym momentem w rozwoju miejscowości

było uruchomienie połączeń Gryfickiej Kolei Wąskotorowej – najpierw z Gryficami i Niechorzem, a następnie z Trzebiatowem.

Dziś Rewal jest jednym z najchętniej odwiedzanych kurortów polskiego wybrzeża. Szeroka, piaszczysta plaża oraz wysokie klifowe wybrzeże przyciągają zarówno miłośników wypoczynku, jak i osoby szukające pięknych widoków. Taras widokowy przy ulicy Parkowej to jedno z najlepszych miejsc do podziwiania wschodów i zachodów słońca nad Bałtykiem, a podczas sztormów pozwala obserwować potęgę morskiego żywiołu. Jedną z największych atrakcji Rewala jest Park Wieloryba przy ulicy Kamieńskiej. To miejsce, w którym można zobaczyć repliki wielu gatunków zwierząt zamieszkujących morza i oceany świata. Interaktywne ekspozycje oraz edukacyjny charakter obiektu sprawiają, że jest to popularny cel rodzinnych wycieczek.



Rewal od lat stawia również na rozwój sportu. Od 1985 roku organizowany jest tutaj Międzynarodowy Festiwal Szachowy „Konik Morski Rewala”, który przyciąga zawodników z kraju i zagranicy.

Miejscowość dysponuje nowoczesnym kompleksem sportowo-rekreacyjnym z halą widowiskowo-sportową, przystosowaną do rozgrywania me-

czów siatkówki, piłki ręcznej, koszykówki, futsalu czy badmintona.

Do dyspozycji sportowców pozostają także pełnowymiarowe boisko piłkarskie ze sztuczną nawierzchnią i oświetleniem, bieżnia lekkoatletyczna, korty tenisowe, skatepark oraz urządzenia do konkurencji lekkoatletycznych.

Sportowe tradycje kontynuuje również Ludowy Klub Sportowy „Wybrzeże Rewalskie” Rewal, działający od 1973 roku. Klub zapisał się w historii polskiego futbolu rekordowym zwycięstwem 53:0 odniesionym w meczu ligowym z Pomorzaniem Nowogard, co do dziś pozostaje najwyższym wynikiem w historii oficjalnych rozgrywek piłkarskich w Polsce.

Charakterystycznym elementem krajobrazu Rewala jest również przystań morską, z której korzystają miejscowi rybacy. To właśnie tutaj można zobaczyć kutry wracające z po-

łowów oraz poczuć klimat nadmorskiej miejscowości, w której tradycje rybackie są wciąż żywe.

Dużą atrakcją pozostaje także Nadmorska Kolej Wąskotorowa. Zabytkowe pociągi kursują na trasie Gryfice – Pogorzela, zatrzymując się również w Rewalu. Przejazd historycznym składem pozwala podziwiać nadmorskie krajobrazy i jest jedną z najchętniej wybieranych atrakcji przez turystów odwiedzających region.

W sezonie letnim pociągi kursują codziennie według regularnego rozkładu jazdy, umożliwiając wygodne zwiedzanie okolicznych miejscowości.

Do listy można też dodać sąsiednie kurorty należące do gminy. Niechorze ze słynną latarnią morską, Trzęsacz z zabytkową ścianą kościoła ustawioną na zboczu klifu, a także Pustkowo, gdzie stoi replika krzyża z Giewontu czy Pobierowo słynące z licznych punktów rozrywkowych.

Gmina zaplanowała też wiele wydarzeń. Lipiec w Amfiteatrze w Rewalu zapowiada się pełen muzycznych emocji, fantastycznych koncertów i niezapomnianych wakacyjnych wieczorów nad Bałtykiem:

- 17 lipca (piątek), godz. 20:00 - Koncert zespołu Boys (klasyka polskiego disco)
- 18 lipca (sobota), godz. 20:00 - ABBA Show (drugi termin koncertu)
- 21 lipca (wtorek), godz. 18:00 - SKOLIM (kolejny występ artysty)
- 21 lipca (wtorek) - Kabaret Trzecia Strona Medalu - program „Kryzys złotego wieku”
- 22 lipca (środa), godz. 17:00 - Cleo (koncert pop)
- 23 lipca (czwartek) - Zenek Martyniuk (gwiazda muzyki disco polo)
- 24 lipca - godz. 20:00 - ABBA SHOW
- 29 lipca - godz. 18:00 - SKOLIM
- 30 lipca - godz. 20:00 - MRD TULSKY.

REKLAMA

0011549719

**CIASTKARNIA PIEKARNIA
ŻELEK**

Uznany smak w regionie!

**Wakacje smakują
lepiej z nami!**

Szukaj nas w nadmorskich
sklepach w Dziwnowie,
Dziwnówku, Rewalu,
Pobierowie i Niechorzu

Polecamy szeroką gamę wyrobów cukierniczych i piekarniczych produkowanych tradycyjnie. Nasz atut to pieczywo produkowane na podstawie własnych receptur.

Kamień Pomorski, ul. Wolińska 21

☎ 91 38 231 00; 668 019 250

www.zelek.com.pl

- WIOSKA ARTYSTYCZNA -
JANOWO^{'26}
- W REPERTUARZE -

**DLA
NAJMŁODSZYCH!**

DZIEGIANKI,
DO
TEATRU!

BAJKA

WTORKI
CZWARTKI
NIEDZIELE
17:00

Spektakl filmowo-muzyczny

Dukha

Mongolska pieśń

Piotr Rachoń – fortepian
Ksawery Wójciński – kontrabas
Tomek Niewiadomy – gongi, misy i instrumenty archaiczne
Filip Danielak – perkusja

15, 17 LIPCA / 17:45

Dobry wieczór...?

Spotkanie
kabaretowe **Andrzej
Poniedziałski**

16 LIPCA / 20:15

Monodram muzyczny

Piaf

Patrycja Zywert-Szypka

17 LIPCA / 20:15

Nazywana tańcem życia

Biodanza

Małgorzata Tulwińska

18, 19 LIPCA / 12:00

Wieczór z literaturą

**Agnieszka
Lis**

**18 LIPCA
18:00**



PotęgaPrasy
OBÓZ OZIENNIKARSKI

TYGODNIK
ANGORA
PRZESŁAD
PRASY
KRAJOWEJ
I MIĘDZYNARODOWEJ

STICKMAN
EVENT MANAGEMENT



UL. JANOWO 1 / WWW.JANOWO.ART / 66 54 777 54 / REPERTLIAR:

To tutaj las spotyka się z Bałtykiem, a panorama Zatoki Pomorskiej i molo zachwyca o każdej porze dnia

Kawcza Góra. Odkryj miejsce, gdzie znajdują się najdłuższe schody na polskim wybrzeżu

KAWCZA GÓRA

Marzysz o miejscu, w którym możesz podziwiać morze z wysokości, a po chwili zejść na piękną, cichą plażę? Kawcza Góra w Międzyzdrojach to idealny cel.

#oprac. N. Sobierajska

Kawcza Góra ma 61 m n.p.m. i należy do Pasma Wolińskiego. Znajdziesz ją we wschodniej części Międzyzdrojów, na terenie Woliński Park Narodowy.

To jedno z najbardziej malowniczych miejsc na polskim wybrzeżu, którego krajobraz ukształtował lądolód skandynawski przed tysiącami lat. Dzięki temu okolica zachwyca stromymi zboczami, wysokimi klifami i wyjątkowymi widokami na Bałtyk.

Dawniej wzgórze nosiło niemiecką nazwę Kaffenberg („Góra Kawowa”) i słynęło z elegancji kawiarni z tarasami widokowymi. Przed wojną kuracjusze i turyści popijali tu kawę niemal nad samym klifem, podziwiając rozległą panoramę morza.

Kawiarnia należała do najbardziej znanych atrakcji dawnego kurortu, jednak jej działalność zakończyła II wojna światowa. Dziś o tamtych czasach przypominają dwa kamienne obeliski, upamiętniające Zjazd Leśników Niemieckich w 1892 roku oraz Zjazd Polskiego Związku Leśnego w 1992 roku.

Choć szczyt porośnięty jest roślinnością, to największą atrakcją czeka kilka kroków niżej, przy punkcie widokowym na wysokości 56,9 m n.p.m. Stąd rozpościera się wspaniała panorama na Międzyzdroje, molo oraz Zatokę Pomorską.

Przy wyjątkowo dobrej widoczności można dostrzec także Świnoujście oraz niemieckie kurorty położone na wyspie Uznam. To również jedno z najlepszych miejsc w okolicy do podziwiania zachodów słońca, kiedy światło odbijające się od morza i klifów tworzy niezwykle spektakl barw.

Warto wiedzieć, że okolice Kawczej Góry miały również znaczenie strategiczne. W pobliżu znajdują się ślady dawnych niemieckich umocnień i stanowisk obserwacyjnych z okresu II wojny światowej, które wykorzystywały doskonale położenie wzgórza nad Bałtykiem. Na Kawczą Górę prowadzi czarny szlak z centrum Międzyzdrojów oraz niezwykle schody od strony plaży. To najdłuższe i najwyższe schody na całym polskim wybrzeżu. Mają aż 128,5 metra długości i 51 metrów różnicy wysokości.

Obecna konstrukcja powstała w 2013 roku i zastąpiła schody zniszczone podczas potężnego sztormu w 1997 roku.

Warto podjąć wspinaczkę, bo nagrodą jest widok, którego długo nie zapomnisz.

Na Kawczą Górę tak naprawdę można wejść na dwa sposoby, w zależności od tego, czy wolisz spokojny spacer przez las, czy bardziej widowiskowe podejście od strony plaży.

Najwygodniejsza trasa prowadzi z centrum Międzyzdrojów. Wystarczy skierować się w stronę wschodnią promenadą, a następnie przejść przez wejście do Woliński Park Narodowy. Dalej prowadzi czarny szlak turystyczny, który wiedzie przez las i delikatnie pnie się w górę. Spacer zajmuje około 15-25 minut i jest dość łatwy, dlatego często wybierają go rodziny z dziećmi.

Nadmorskie wzniesienie pełne historii

FOT. LUKAS BECK/WIKIMEDIA.ORG

Drugą opcją jest wejście od strony plaży, które jest bardziej malownicze i robi większe wrażenie.

Na wschodnim końcu plaży w Międzyzdrojach znajdują się długie drewniane schody prowadzące na klif. To właśnie nimi wchodzi się na górę Kawczej Góry, pokonując znaczną różnicę wysokości i podziwiając po drodze widoki na morze.

Sama plaża u podnóża Kawczej Góry to zupełnie inny świat niż gwarne centrum Międzyzdrojów, spokojna, bardziej dzika i idealna na romantyczny spacer czy chwilę wytchnienia.

To właśnie tutaj często można spotkać fotografów poszukujących wyjątkowych kadrów oraz pary młode wybierające klifowe krajobrazy jako tło do sesji ślubnych.

Dla miłośników aktywnego wypoczynku Kawcza Góra może być także początkiem dalszej wędrówki po szlakach Wolińskiego Parku Narodowego.

W pobliżu znajduje się między innymi popularna Zagroda Pokazowa Żubrów, dzięki czemu wycieczkę można połączyć z poznawaniem unikalnej przyrody wyspy Wolin.

Turyści, którzy wybrali się na Kawczą Górę twierdzą, że pokonanie takiej ilości schodów, zdecydowanie warto jest wysiłku, ponieważ widoki z góry są naprawdę zachwycające.

Wiele osób wybiera drogę przez las, ponieważ wejście z plaży jest bardziej strome.

Większość jednak przyznaje, że droga na szczyt nie jest uciążliwa, ani zbyt męcząca, nawet dla starszych osób. Raczej jest to relaksujący i odprężający spacer w pięknych warunkach przyrody. Idąc szlakiem przez las, można dojść do ciekawej atrakcji, jaka jest zagroda żubrów.

Jeśli zdecydujesz się na wypad na Kawczą Górę, koniecznie zaplanuj więcej czasu na odkrywanie okolicznych atrakcji, bo ta część wyspy Wolin należy do najbardziej różnorodnych krajobrazowo regionów polskiego wybrzeża.

Zaledwie kilka kilometrów dalej znajdziesz Górę Gosań, najwyższy klif polskiego wybrzeża, skąd rozciąga się jedna z najbardziej spektakularnych panoram Bałtyku. W pobliżu

warto odwiedzić także Piaskową Górę z Jeziorom Turkusowym, którego intensywny kolor wody wynika z dawnych wyrobisk kredy i odbijającego się światła słonecznego. Z kolei Wzgórze Zielonka oferuje spokojniejsze, bardziej dzikie widoki na rozlewiska Świny i tereny bagienne, które są ważnym siedliskiem ptaków.

Jeśli interesuje Cię historia i kultura regionu, koniecznie wybierz się do Skansen Słowian i Wikingów w Wolinie, gdzie można zobaczyć rekonstrukcję dawnej osady i poznać życie wczesnośredniowiecznych mieszkańców tych terenów.

Warto też zajrzeć do Kamienia Pomorskiego, gdzie znajduje się imponująca katedra z jednymi z najstarszych organów w Polsce oraz historyczna starówka z klimatem dawnych wieków.

Nie można pominąć samego Wolińskiego Parku Narodowego, który poza Kawczą Górą oferuje sieć szlaków pieszych i rowerowych, punktów widokowych oraz możliwość spotkania żubrów w naturalnym otoczeniu w Zagrodzie Pokazowej. To miejsce, w którym natura i krajobraz zmieniają się niemal na każdym kilometrze.

Kawcza Góra to dowód na to, że nad polskim morzem znajdziesz nie tylko plażę, ale i prawdziwe wzniesienia z niezwykłymi panoramami. To miejsce dla tych, którzy chcą połączyć aktywny spacer ze spokojnym odpoczynkiem nad wodą.

Niezależnie od tego, czy wybierzesz się tu sam, z rodziną czy z drugą połówką, ta część wybrzeża daje dużo więcej niż klasyczny nadmorski kurort i zwykle zostaje w pamięci na długo.

REKLAMA

0011552715

Elegancja zamknięta
w każdym kawałku.

Wyrafinowane kompozycje,
najwyższa jakość i smak,
który pozostaje w pamięci.

Pozwól sobie na sushi
w najbardziej ekskluzywnym
wydaniu.



ul. Grunwaldzka 51/14, Pobierowo
☎ 531 289 813

AUTOREKLAMA

0011554375

REKLAMA

0011537269

Polecamy →

SPORTOWY24



Sport to Wy

sportowy24.pl

MINI GOLF

PROFESJONALNY

LETZTER
LASTGodzi
Ei
One

WSTĘP,

Runda (18 dołków) + nauka
Runde (18 Bahnen) + Lehrgang
Round (18 holes) + courseodbędzie
Gmi

14

25

BEZPŁATNY!

Spi
PI

25

Zapisy, informacje

☎+48 506

ZAPRASZAMY

WOLNE
POKOJEMILIA
ul. Olszynowa 18
Trzęsacz

0011552001

REKLAMA

Szukasz miejsca,
które będzie jednocześnie komfortową przestrzenią
do wypoczynku i dobrą inwestycją?

Poznaj Klimaty Bałtyku
w Dziwnowie.

- ★ Gotowe apartamenty na sprzedaż – dostępne od ręki
- ★ Tylko około 10 minut spacerem do plaży
- ★ Kameralne osiedle otoczone lasem i naturą
- ★ Apartamenty z balkonem, tarasem lub ogródkiem
- ★ Możliwość wynajmu i osiągania dochodu przez cały rok
- ★ To idealna propozycja zarówno dla osób marzących o własnym miejscu nad Bałtykiem, jak i inwestorów szukających nieruchomości z potencjałem.

Umów się na prezentację i wybierz
apartament na sprzedaż dopasowany
do swoich potrzeb.

www.klimatybaltyku.pl

KLIMATY
BAŁTYKU

Sprawdź dostępne apartamenty
i skontaktuj się z doradcą już dziś.

📍 ul. Daglezji 93-94, Dziwnów

☎ 48 574 649 090

✉ kontakt@klimatybaltyku.pl



Spacer od hotelu na plażę trwa siedem minut

Byliśmy w Hotelu Gołębiowski w Pobierowie. Obiekt zachwyca



HOTEL GOŁĘBIOWSKI

Godzina drogi, może godzi na piętnaście wystarczy, żeby dotrzeć ze Szczecina do Dubaju - tego Małego Dubaju. Wystarczy tylko ustawić GPS na Pobierowo.

#Agata Maksymiuk

Pierwsze znaki, że coś się zmieniło w krajobrazie nadmorskim pojawiają się we wsi Strzeżewo, dziesięć kilometrów przed celem podróży. Monumentalny obiekt mający na horyzoncie, pośród turbin wiatrowych, pól i łąk. A co, gdy dojeżdżamy na miejsce? Ponad 1200 pokoi, 13 kondygnacji i nieskończona liczba... domysłów i plotek.

Potężny budynek wznieiony wzdłuż pierwszej linii brzegowej robi wrażenie. Jakże? O to zapytaliśmy turystów kręcących się po hotelowym obejściu.

- Byliśmy w środę na otwarciu - relacjonuje turystka. - Jesteśmy zachwyceni kulturą i podejściem do klienta. Gość nie musi być bogaty i nie musi być zza granicy, żeby tu wejść. 17 zł kawa, 30 zł deser - można sobie pozwolić. Nocleg słyszałam, że tysiąc sześćset za dwuosobowy pokój. To uważam, że dużo. Żeby zostać na kilka dni trzeba mieć troszkę kasy.

Ile dokładnie? Ceny są dostępne na stronie internetowej hotelu. Dla dwóch dorosłych osób za noc zaczynają się od 1 396,86 zł. To opcja w ofercie bezzwrotnej obejmująca śnia-

danie i drugi wybrany posiłek, możliwość skorzystania z parku wodnego i siłowni. Oferta bezzwrotna więc wpłacona kwota przepada w przypadku anulowania lub zmiany, albo kiedy nie pojawimy się w obiekcie w dniu przyjazdu.

Ceny za pobyt różnią się w zależności od etapu sezonu. W lipcu za standardowy pokój dla dwójki dorosłych osób trzeba przygotować średnio od 1 614,48 zł, w sierpniu średnio od 1 851,63 zł. We wrześniu cena spada do kwoty od 1 492,96 zł.

- Jedna noc w tym hotelu to cała moja emerytura - refleksyjnie wzdycha turystka z Dolnego Śląska. - Ale taki hotel To dla mnie za dużo. Za dużo wszystkiego. Mi wystarczy kawałek pokoju, łóżko i morze.

Jednak ten hotel funkcjonuje w innym segmencie rynkowym niż tylko pokój z łóżkiem i na minimalizm miejsca w nim nie ma. Pokoje mają ok. 60 m², a w zasięgu gości działa m.in. rozbudowany aquapark, kompleks SPA, restauracje z muzyką na żywo oraz obszerne zaplecze konferencyjne. W hotelu zbudowano także kino, strefy rozrywki dla dzieci i obiekty sportowe. Całość uzupełnia infrastruktura techniczna, w tym cztery parkingi.

Kusi pytanie - czy to wszystko już działa? Bo przecież mówi się, że nie działa. Przed hotelem odgłosy elektonarzędzi wciąż przebijają się pomiędzy szum fontanny a dźwięki powitalnej muzyki.

- Jesteśmy na jedną noc - komentuje gość. - Duży rozmach, ale organizacyjnie może trochę do poprawy, bo wiadomo, że pierwszego dnia są niedociągnięcia. Coś nie działa, coś nie chodzi, coś komuś brakuje. No ale tak wyglądają początki.

Początek, to słowo przy którym warto się zatrzymać. Hotel przyjął pierwszych gości 10 czerwca. My byliśmy na miejscu 24 godziny później.

- Błędy wieku dziecięcego mogą się zdarzyć, na szczęście nie ma ich dużo - komentuje Magdalena Zarzecka, która zabrała nas na tour po obiekcie. - Nie wszystkie pokoje są oddane do użytku, ale za to chcemy w tym sezonie uruchomić wszystkie części rozrywkowe, m.in. klub nocny czy kręgielnię. Obecnie można w pełni korzystać z poziomu zero.

ZERO RÓWNA SIĘ ROZMACH

A ten najlepiej opisuje słowo - rozmach. Rozmach, który zaraz po kształcie bryły i lokalizacji, umacnia dubajskie skojarzenia. Wysoki sufit, bogato zdobione kryształowe żyrandole z motywem morskich kropli, bujna roślinność, fotele inspirowane kształtem muszli, wzorzysta wykładzina, akwarium z żywymi rybami, parada maskotek z disneyowskich produkcji... Lista elementów witających gości od progu jest długa i w wielu przypadkach zaskakująca.

- Otworzyliśmy nasze bramy dla wszystkich, nie tylko dla gości, którzy zostają na noc - opo-

wiada pani Magda. - Można skorzystać z Tropicany, z restauracji czy patio. Oczywiście są strefy, do których dostęp mają jedynie nasi goście na czas pobytu. Zainteresowanie w pierwszy dzień było duże. Zdajemy sobie sprawę, że wiele mówi się o tym miejscu. To w końcu największy hotel w Polsce.

Wśród tego, co się mówi są zachwyty, ale też obawy. Jedne dotyczą wydolności miejscowych wodociągów, inne rynku pracy czy konkurencyjności. Przedstawiciele hotelu jednak

wyjaśniają, że obiekt ma swoje przyłącze i wody „kraść” nikomu nie będzie, o czym zapewniała też dyrektor rewalskich wodociągów na otwarciu. Z kolei pracownicy pochodzą zarówno z rekrutacji agencyjnych, jak i rynku lokalnego - z Kamienia Pomorskiego, Gryfic czy Kołobrzegu. Obecnie jest zatrudnionych 300 pracowników, a docelowo ma być 400. A co na to konkurencja? Cóż. Hotel to przecież biznes. Największe obłożenie, tak jak w przypadku każdego nadmorskiego punktu turystycznego,

jest wyczekiwane w pierwszy dzień wakacji czy też długi sierpniowy weekend.

zarówno z rekrutacji agencyjnych, jak i rynku lokalnego - z Kamienia Pomorskiego, Gryfic czy Kołobrzegu. Obecnie jest zatrudnionych 300 pracowników, a docelowo ma być 400. A co na to konkurencja? Cóż. Hotel to przecież biznes. Największe obłożenie, tak jak w przypadku każdego nadmorskiego punktu turystycznego,

REKLAMA

0011534629



Willa Ster

w Międzyzdrojach to więcej
niż miejsce na mapie –
to przestrzeń, w której
każdy moment staje się
okazją do celebracji życia.
Urok historycznej kamienicy.



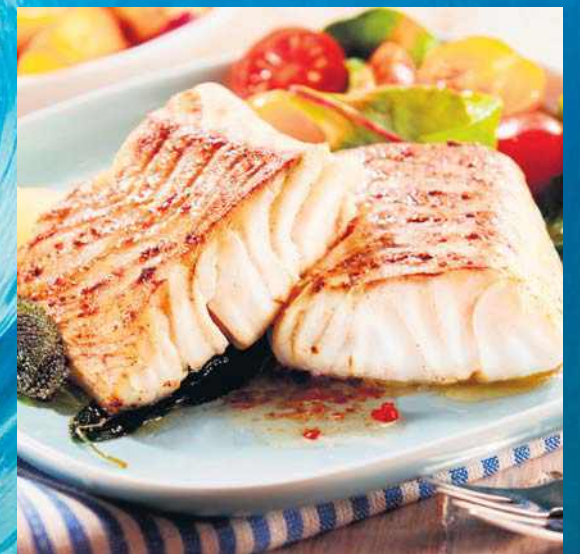
ul. Bohaterów Warszawy 16
Międzyzdroje
☎ 48 602 575 755
☎ 48 91 32 82 610
✉ repcja@willaster.pl

*Zarezerwuj
już dziś*



Smażalnia Ryb

w Dziwnowie zaprasza



RYBY SMAŻONE I Z PIECA (na wagę): halibut - losoś - sandacz - dorsz - pstrąg - morszczuk - miruna - sola
ZESTAWY OBIADOWE: kotlet schabowy, kotlet po szwajcarsku, stek z karkówki, pieczeń wieprzowa w sosie,
kotlet de volaille, polędwiczki drobiowe, placki ziemniaczane, filet drobiowy, nuggets
ZUPY • PIEROGI • FAST FOOD: kebab w bułce, kebab zestaw, zapiekanki, tortilla, hot-dog, hamburger

ul. Mickiewicza 1, DZIWNÓW, tel. 608 710 921

Większość wydarzeń będzie dostępna bezpłatnie.

Markowy Festiwal 2026 w Świnoujściu. Pięć dni koncertów, spektakli i spotkań

ŚWINOUJŚCIE

Od 12 do 16 sierpnia w Świnoujściu odbędzie się szósta edycja Markowego Festiwalu. W programie znalazły się koncerty m.in. Mietka Szczesiaka.

#oprac. Julia Iwaniuk

Markowy Festiwal po raz szósty zagości w Świnoujściu. Tegoroczna edycja potrwa pięć dni i obejmie wydarzenia muzyczne, teatralne oraz spotkania z przedstawicielami polskiej kultury.

Festiwal rozpocznie się 12 sierpnia koncertem „Męskie Brzmienia” w Amfiteatrze im. Marka Grechuty. Na scenie wystąpi 20 artystów - wokalistów i aktorów, którzy zaprezentują aranżacje utworów rockowych, ballad oraz muzyki filmowej.

13 sierpnia publiczność będzie mogła zobaczyć koncert „This Is A Women's World” z udziałem m.in. Kasi Cerekwicz, Eweliny Flinty, Kasi Kowalskiej, Eweliny Lisowskiej, Kasi Moś, Małgorzaty Ostrowskiej,



Anny Rusowicz i Olgi Szomańskiej. Artystkom będzie towarzyszył Kukla Band pod batutą Zygmunta Kukli.

W programie znalazł się także koncert „Zakochani” Katarzyny Dąbrowskiej i Marcina Januszkiewicza, musical Teatru Studio Buffo „100 lat polskiej piosenki” oraz koncert Mietka Szczesiaka „The Best Of - 40 lat na scenie”.

Janusz Radek zaprezentuje program „Z Kosmicznej Mgły”, a Monika Dryl wystąpi w muzodramie „Pani z telewizji”, opowiadającym o świecie telewizji lat 80. i 90.

Wśród wydarzeń teatralnych znalazła się komedia „Kłam, kręć, kłękaj” z udziałem m.in. Edyty Herbuś, Magdaleny Wójcik, Rafała Cieszyńskiego i An-

drzeja Nejmana. Publiczność zobaczy również plenerowy spektakl Teatru Biuro Podróży „Świnopolis”.

Stałym elementem festiwalu są „Rozmowy Festiwalowe” prowadzone przez Łukasza Maciejewskiego. W tym roku gośćmi spotkań będą Ewa Błaszczuk, Edyta Jungowska, Jan Peszek i Joanna Brodzik. W Galerii

Sztuki Współczesnej ms44 odbędzie się natomiast wernisaż malarstwa Katarzyny Kukuły. Większość wydarzeń festiwalowych będzie bezpłatna. Bilety będą obowiązywać na pięć wydarzeń odbywających się w Amfiteatrze im. Marka Grechuty oraz Sali Teatralnej Miejskiego Domu Kultury. Cena biletu wynosi 80 zł, a dla posiadaczy Karty Wypiarza lub Karty Wypiarza Seniora - 64 zł.

12 SIERPNIA (ŚRODA)

21.00 - „Męskie Brzmienia” - Amfiteatr im. Marka Grechuty

13 SIERPNIA (CZWARTEK)

17.00 - Festiwalowe Rozmowy: Ewa Błaszczuk - Hotel Radisson Blu Resort

19.00 - „Zakochani” - Katarzyna Dąbrowska i Marcin Januszkiewicz - Muszla Koncertowa przy Promenadzie

21.00 - „This Is A Women's World” - Amfiteatr im. Marka Grechuty

14 SIERPNIA (PIĄTEK)

17.00 - Festiwalowe Roz-

mowy: Edyta Jungowska - Hotel Radisson Blu Resort

19.00 - „Pani z TV” - Monika Dryl - Muszla Koncertowa przy Promenadzie

21.00 - „Kłam, kręć, kłękaj” - Amfiteatr im. Marka Grechuty

15 SIERPNIA (SOBOTA)

17.00 - Festiwalowe Rozmowy: Jan Peszek - Hotel Radisson Blu Resort

18.00 - Wernisaż malarstwa Katarzyny Kukuły - Galeria Sztuki Współczesnej ms44

19.00 - Mietek Szczesiak „The Best Of - 40 lat na scenie” - Sala Teatralna MDK

22.00 - „Świnopolis” Teatru Biuro Podróży - Muszla Koncertowa przy Promenadzie

16 SIERPNIA (NIEDZIELA)

17.00 - Festiwalowe Rozmowy: Joanna Brodzik - Hotel Radisson Blu Resort

19.00 - Janusz Radek „Z kosmicznej mgły” - Muszla Koncertowa przy Promenadzie

21.00 - Musical Studio Buffo „100 lat polskiej piosenki” - Amfiteatr im. Marka Grechuty

REKLAMA

0011553421

ATRAKCJA TURYSTYCZNA

DOM DO GÓRY NOGAMI

MIELNO
- Kościuszki 6

KOŁOBRZEG
- Solna 1A

DZIWNÓW
- Słowackiego 21

ŚWINOUJŚCIE
- Promenada Muszla Koncertowa

WWW.DOMDOGORYNOGAMI.PL



Kompleks Wypoczynkowo-Rehabilitacyjny Jantar-SPA w Niechorzu

zaprasza na: pobyty indywidualne,
grupowe, wypoczynkowe i kuracyjne

ORAZ:

HYDROMASAŻ W BASENIE SOLANKOWYM

- Woda wzbogacona minerałami ma dobroczynne właściwości dla skóry, kości i organów wewnętrznych. Polecana jest nawet dzieciom, zwłaszcza tym często łapiącym infekcje dróg oddechowych. Solanka uspokaja, poprawia nastrój, wycisza

ZABIEGI LECZNICZE M.IN.:

- okłady borowinowe - prawdziwa borowina z kopalni kołobrzeskiej,
- fala uderzeniowa - ulga przy ostrogach piętowych, schorzeniach narządu ruchu, w tym bólu mięśniowo-szkieletowego, stanów zapalnych, urazów i zmian zwyrodnieniowych
- prądy Tens, laser, pole magnetyczne, lampa Solux
- drenaż limfatyczny BOA, presoterapia - wspomaga usuwanie obrzęków, poprawia krążenie limfy i krwi, redukuje cellulit oraz pomaga w modelowaniu sylwetki
- masaże klasyczne i relaksacyjne
- zabiegi wellness i kosmetyczne

ZABIEGI KOSMETYCZNE



PAKIEŃ SENIORA
JUŻ OD
1750
zł/os.



PYSZNE DOMOWE JEDZENIE W FORMIE OBFITEGO BUFETU:

ŚNIADANIE 8:00-10:00,
OBIADOKOLACJA 16:00-18:00

LECZNICZA KĄPIEL SOLANKOWA

- zmniejsza pobudliwość nerwów czuciowych i ruchowych
- zwiększa ukrwienie skóry
- normalizuje ciśnienie krwi
- poprawia sprawności serca
- polepsza regulację krążenia krwi
- powoduje wzrost przewietrzenia płuc
- pobudza przemianę materii
- zwiększa diurezę (wydalanie moczu)
- poprawia odporność i zahartowanie organizmu



Kompleks Wypoczynkowo-Rehabilitacyjny
Jantar-SPA

- 📍 al. Bursztynowa 31, 72-350 Niechorze
- 📞 91 38 63 359, 575 242 777, 575 210 777
- ✉ jantar24@wp.pl



www.niechorze.jantar.ta.pl

TOP 10 ukrytych perełek na spacer według opinii Google'a

Te miejsca w Zachodniopomorskiem wybierają zakochani!

SPACER

Według opinii Google, Zachodniopomorskie wyróżnia się jako region pełen miejsc o wyjątkowym klimacie, które często oceniane są jako idealne!

#J1

Wysokie oceny i popularność tych lokalizacji pokazują, że to właśnie tutaj najłatwiej znaleźć przestrzeń do odpoczynku z dala od tłumów i codziennego pośpiechu.

WRZOSOWISKA KŁOMIŃSKIE

Wrzosowiska Kłomińskie to jedno z najbardziej niezwykłych i mało znanych miejsc w regionie, idealne na romantyczny spacer wśród natury. Ogromne połacie wrzosów tworzą tu fioletowy krajobraz, który szczególnie pod koniec lata wygląda jak z innego świata.

- Polecam wszystkim odwiedzić to miejsce. Piękne tereny na spacer oraz rowerowe przejażdżki.

- Największe wrzosowiska w Polsce. Wrażenie kiedy kwitną niesamowite. Warto zaplanować sobie w kalendarzu ciekawych miejsc do obejrzenia.

- Super miejsce w środku dawnego poligonu. Cisza i spokój. Jak okiem sięgnąć rozciągają się pola wrzosowisk. Szczególnie ładne jesienią kiedy zakwitną.

ALEJA RÓŻ I ZAKOCHANYCH W REWALU

Kameralna aleja w nadmorskiej miejscowości, która łączy zieleni, kwiaty i spokojną atmosferę. To miejsce stworzone z myślą o spacerach we dwoje i chwilach w wakacyjnym, romantycznym klimacie.

Aleja Róż leży na klifie obok Alei Zakochanych. W dole jest plaża i morze. Na alei posadzonych jest 148 odmian róż. Spacerując po niej możemy delektować się zapachami kwiatów, podziwiać miłosne wyznania w różnych językach świata oraz odkrywać tajemnice znaczenia róż. Miejsce jest bardzo romantyczne.

KŁOSOWSKI MOST WISZĄCY W WAŁCZU

Ukryta atrakcja wśród jezior i lasów, oferująca piękne widoki i spokojną atmosferę. Spacer przez most i okoliczne ścieżki to idealna propozycja dla par szukających ciszy i natury.

Nietuzinkowy obiekt turystyczny. Świetna konstrukcja mostu. Ładne widoki, bardzo spokojne i urokliwe miejsce. Po drugiej stronie mostu fajne rekreacyjne ścieżki. Nie polecam tam spacerów po ulewnych dniach, teren błotnisty

Świetna atrakcja turystyczna. Warto to zobaczyć i zaliczyć spacer ścieżkami przy jeziorze. Piękny las, wiele ciekawych okazów drzew.

Wszystkie opisane lokalizacje łączy jedno - bliskość natury i spokojna, kameralna atmosfera z dala od turystycznych tłumów. To właśnie w takich mniej oczywistych zakątkach Zachodniopomorskiego można znaleźć najwięcej ciszy, przestrzeni i naturalnych krajobrazów, które sprzyjają spacerom we dwoje i spokojnemu odpoczynkowi.

Według użytkowników Google, miejsca o takim charakterze są szczególnie wysoko oceniane za spokój, naturalne otoczenie i brak tłumów. W opiniach często podkreślana jest ich kameralność oraz atmosfera sprzyjająca spacerom i odpoczynkowi z dala od popularnych, zatłoczonych atrakcji.

DOLINA MIŁOŚCI W ZATONI DOLNEJ

- Rewelacja miejsce - mimo iż to jest niewielki areal to jest gdzie się wyłączyć. Miejsca odpoczynku są (ławeczki, wiatki) więc i dla seniorów miejsce godne polecenia.

- Zachełaliśmy tam dzięki informacji na tablicy w Schwedt. Była to bardzo dobra decyzja! Urokliwa ścieżka dydaktyczna przez las, prowadzi przez różne zakątki wzgórza morenowego tuż nad Odrą i przybliża historię miasteczka przez pryzmat jego ostatnich właścicieli, którzy mieli największy wpływ na powstanie Doliny Miłości. Piękne widoki można podziwiać wybierając jeden z kilku szlaków biegnących przez ten teren.

- Ciekawe miejsce na piesze wycieczki z psem, piknik lub chwilę relaksu z naturą. Szkoda tylko że pozostawione bez nadzoru i trochę zaniedbane. Mimo to polecam wszystkim wybierającym się do tego miejsca jeśli szukacie spokoju.

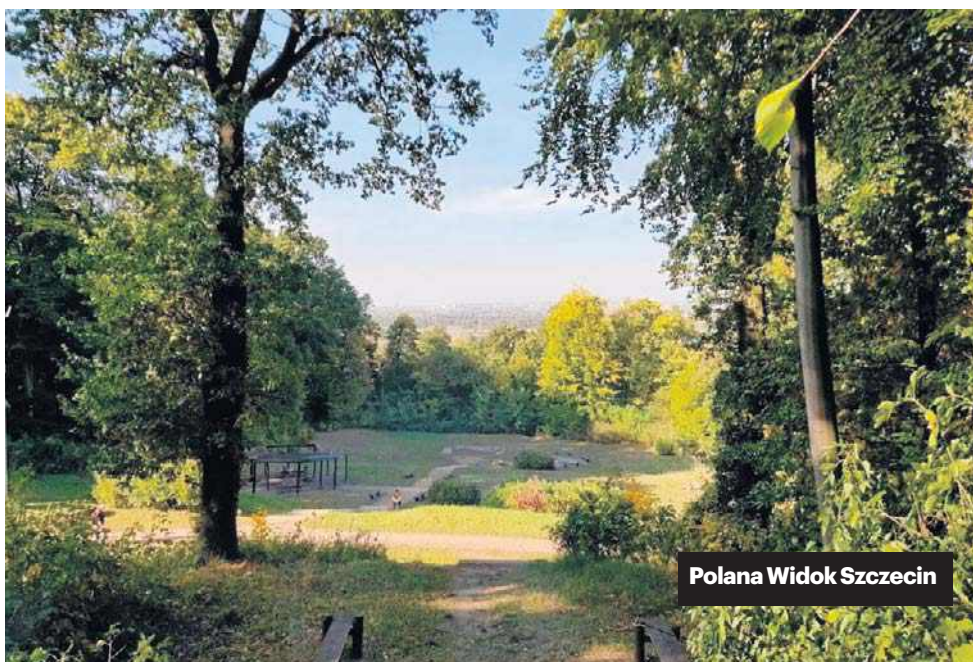
BINDAŻ GRABOWY - KOŁOBRZEG

Opinie:
- Bindaż grabowy w Kołobrzegu to jedno z najbardziej urokliwych i romantycznych miejsc w mieście, często nazywane „Aleją Miłości”. Jest to zażytkowa aleja obsadzona grabami, których korony zostają



Ukryte miejsca idealne na spacer we dwoje

FOT. GOOGLE MAPS



Polana Widok Szczecin

FOT. GOOGLE MAPS



Rogowo - cudowna plaża i mało ludzi

FOT. GOOGLE MAPS

misternie uformowane w sklepienie, tworząc naturalny, zielony tunel.

- Grabowy bindaż jest pięknym miejscem w Kołobrzegu. Latem tworzy zielony, gęsty tunel, Zimą, pozbawiony liści, zyskuje zupełnie inny wymiar dzięki starannie zaprojektowanej iluminacji.

- Super miejsce na odpocznik od miejskiego zgiełku. W centrum miasta. Można zrobić troszkę zdjęć.

DOLINA PIĘCIU JEZIOR

Opinie:

- Malownicze miejsce. Warto wybrać się na przejażdżkę drogą wojewódzką nr 163, aby podziwiać niesamowite widoki. Po drodze są dostępne parkingi, które mogą służyć za punkt widokowy. Warto także wybrać się na wycieczkę jedną ze ścieżek dydaktycznych bądź czerwonym lub niebieskim szlakiem turystycznym.

POLANA WIDOK SZCZECIN

Opinie:

- Bardzo dobry punkt widokowy. Bardzo fajne miejsce z licznymi stanowiskami piknikowym i miejscami na ogniska. W weekend bardzo tłoczno ale mimo to warto obejrzeć o każdej porze roku.

- Miejsce z wieloma moimi wspomnieniami :) Wspaniały widok na przepiękny i wyjątkowy Szczecin. Miejsce na ognisko i odpoczynek. Las przepiękny. Cudowne miejsce, do którego uwielbiam wracać zawsze. Polecam prosto z serca.

- Rewelacyjne miejsce, jedno z moich ulubionych w tym mieście. Panorama z widokiem m.in. na szczecińskie śródmieście i most kolejowy na Dzwonkowie.

PUNKT WIDOKOWY - GOSAŃ

Ciekawe miejsce z pięknym widokiem na Międzyzdroje i Świnoujście, klif na wysokości 93m npm.

POMOSTY - JEZIORO MIEDWIE

Pomosty z punktami widokowymi nad jeziorem Miedwie w Morzyczynie to świetne miejsce na odpoczynek. Piękne widoki, czysta woda i zadbane pomosty sprawiają, że spacer tutaj to prawdziwa przyjemność.

PLAŻA ROGOWO 4.8

Co tu dużo mówić, polskie plaże są po prostu wspaniałe. Sypki jasnożółty piasek z odrobiną otoczonych przez morze kamieni, wydmy, piękny pas przybrzeżnego lasu iglastego.

REKLAMA

0011545012

TAM, GDZIE KOŃCZY SIĘ PLAŻA, ZACZYNA SIĘ MORSKA PRZYGODA

Odkryj bogactwo rejsów
z Międzyzdrojów i Świnoujścia

Wakacje nad morzem mają swój rytm: spacer promenadą, lody, plaża, zachód słońca. Ale jest jeszcze jeden sposób, by zobaczyć Wybrzeże naprawdę inaczej – wejść na pokład statku i spojrzeć na Uznam oraz Wolin od strony wody.

Z Międzyzdrojów można wyruszyć w krótki, malowniczy rejs po Bałtyku. To idealna propozycja dla tych, którzy chcą poczuć morską bryzę, zobaczyć szerokie plaże, klify Wolińskiego Parku Narodowego i na chwilę oderwać się od wakacyjnego zgiełku. Krótka wyprawa, dużo widoków i zupełnie inna perspektywa na jeden z najpiękniejszych odcinków polskiego Wybrzeża. Dla osób, które mają ochotę na dłuższą morską przygodę, ciekawą propozycją jest rejs w stronę Cesarskich Uzdrowisk: Ahlbeck, Heringsdorf i Bansin. To miejsca z wyjątkową architekturą uzdrowską, długą promenadą i eleganckim klimatem wyspy Uznam. Rejs pozwala połączyć odpoczynek na wodzie z odkrywaniem nadmorskich kurortów po niemieckiej stronie granicy.

Świnoujście również zaprasza na pokład – i to w kilku odsłonach. Latem szczególną atmosferę ma wieczorny rejs z DJ-em. Muzyka, morską bryzę, widoki na Stawę Młyny, plażę i panoramę wybrzeża tworzą wakacyjny klimat idealny dla dorosłych, par i grup znajomych. To propozycja na letni wieczór, który zostaje w pamięci dłużej niż zwykły spacer po mieście.

Miłośnikom natury warto polecić całodniową wyprawę w kierunku Greifswalder Oie i wyspy Ruden. To rejs dla tych, którzy lubią odkrywać mniej oczywiste miejsca. Przy odrobinie szczęścia można zobaczyć szare foki odpoczywające na kamieniach lub pływające w wodzie. Bałtyk pokazuje tu swoje spokojniejsze, bardziej dzikie oblicze.

Jesteś w Świnoujściu albo Międzyzdrojach? Wejdź na pokład i odkryj region z innej perspektywy!



MIĘDZYZDROJE

Rejsy z molo
tel. +48 603 584 875
office@vikingtour.com.pl



ŚWINOUJŚCIE

Wybrzeże Władysława IV 35
tel. +48 502 691 878
info@adler-schiffe.pl



ADLER-SCHIFFE

REKLAMA

0011546326

RYBNY RAJ

Z plaży prosto na najlepszą rybę

Świeża ryba, chrupiące frytki i konkretne porcje
- dokładnie to, na co masz ochotę po dniu na plaży.

prosto z kutra na twój talerz

Zawsze świeżo, zawsze na miejscu,
awsze z charakterem.

dania w kubekach

Idealne na szybki głód i plażowy chill
Popsy, nuggetsy, stripsy, skrzydełka i więcej!

mega przekąski

Frytki, sardele, pierożki, Fish Box
- szybko, konkretnie, pysznie

zestawy obiadowe

Sandacz, dorsz, miruna, halibut, okoń nilowy
frytki i surówki

Duże porcje,
prawdziwy smak
i zero nudy

Grunwaldzka 115
72-346 Pobierowo



Smak
wakacji
zaczyna się
tutaj!

Jedz.
Wracaj.
Powtarzaj.

Od sekwoi i kamiennych kręgów po miasta widma

Nie tylko plaże i morze – poznaj 15 niezwykłych atrakcji Pomorza Zachodniego

POMORZE ZACHODNIE

Region skrywa wiele mało oczywistych miejsc. Od największego grabowego labiryntu i średniowiecznych grodzisk, przez tajemnicze kręgi i opuszczone miasta.

#Emil Hoff

OGRODY HORTULUS

SPECTABILIS POD DOBRZYCĄ

Ogrody Hortulus Spectabilis pod Dobrzycą to niezwykle miejsce. Można tu zgubić się w największym na świecie grabowym labiryncie, którego ścieżki liczą łącznie niemal 4 km długości. Pośrodku labiryntu stoi wieża widokowa, więc chociaż zza 2-metrowych ścian zarośli nie widać wyjścia, zawsze można kierować się na wieżę i w ten sposób ostatecznie dotrzeć do cywilizacji.

MUZEUM MULTIMEDIALNE

W TRZĘSACZU

Inną atrakcją Trzęsacza jest Muzeum Multimedialne, w którym można obejrzeć animowaną historię zrujnowanego kościoła na kłifie i zapoznać się z kilkoma lokalnymi legendami, często podanymi w atrakcyjnej formie pokazów 3D.

SEKWOJA W BRWICACH

We wsi Brwice rośnie największy w Polsce mamutowiec olbrzymi, czyli znana z Ameryki sekwoja. Pobicie rekordu nie było trudne, bo mamutowców jest w Polsce ledwie kilka, do oglądania w ogrodach botanicznych i arboretach, ale i tak brwicka sekwoja robi niemałe wrażenie. Drzewo z Brwic zasadzono w końcu XIX w., dziś ma 4 metry w obwodzie i ok. 30 wysokości. Mamutowce olbrzymie dorastają jednak do niemal 100 m wysokości i 10 w obwodzie, więc sekwoja z Brwic ma jeszcze wszystko przed sobą.

LATARNIA MORSKA

W NIECHORZU

To jedna z najstarszych i najpiękniejszych latarni morskich w Polsce. Ma ponad 140 lat (pamięta czasy lamp olejowych) i 45 m wysokości, a jej światło jest widoczne z odległości niemal 40 km. Latarnia ma też taras widokowy, na który można wejść, i stanowi lokalne centrum letnich imprez.

PARK WIELORYBA W REWALU

Park Wieloryba w Rewalu to jeden z mniej znanych polskich parków tematycznych, który jednak może dostarczyć sporo

frajdy, zwłaszcza dzieciom. Park został urządzony na podobieństwo osady rozbitków i piratów. Można w nim oglądać starannie wykonane figury morskich zwierząt, brać udział w animacjach prowadzonych przez przebranych za piratów opiekunów, a także pozwolić dzieciom poszaleć na miejscowym placu zabaw.

PYRZYCE: MIASTO BASZT

Pyrzyce powinien odwiedzić każdy podróżnik zainteresowany dawną architekturą obronną. Historia Pyrzyce sięga VIII w., a do dziś zachowały się wyjątkowo dobrze fragmenty średniowiecznych murów obronnych miasta i pięciu baszt (Sowiej, Pijackiej, Prochowej, Lodowej i Mniszej).

KRĘGI KAMIENNE W GRZYBNICY

Kręgi kamienne Gotów to rozległe skupisko dawnych cmentarzy i świętych miejsc, sięgające pierwszych wieków naszej ery. W okolicy Grzybnicy można zobaczyć aż 5 kręgów, 2 większe kurhany i 30 mniejszych pochówków. Jak to często bywa z podobnymi miejscami, kręgi w Grzybnicy przyciągają entuzjastów zjawisk paranormalnych i niewidzialnych energii. Podobno wśród kamieni można wyczuć silne pozytywne wibracje.

MOST ZWODZONY

W DZIWNOWIE

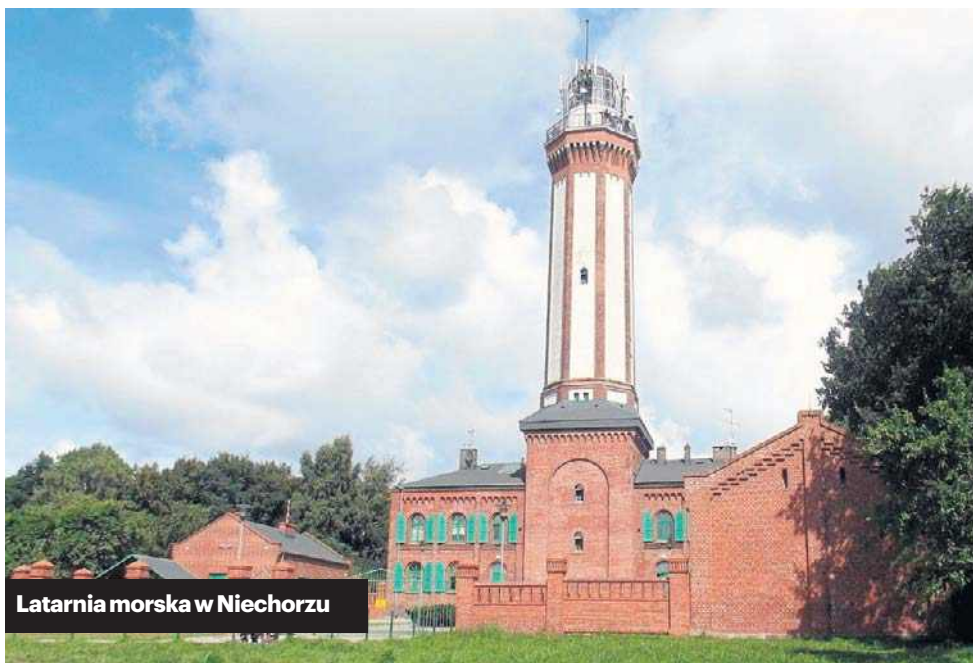
W Dziwnowie warto także obejrzeć jeden z nielicznych w całej Europie nadal działających mostów zwodzonych. Latem w godzinach parzystych most otwiera się, by przepuszczać statki. Niecodzienny cud techniki przyciąga turystów z całego kraju.

BORNE SULINOWO

Borne Sulinowo wyludniło się gwałtownie na początku lat 90. XX w., kiedy opuścili je stacjonujący tu wcześniej żołnierze sowieccy, a w końcu rosyjscy. Dziś nie jest jednak całkiem opuszczone, lecz w dużej części zdewastowane. Mieszkańcy nie przejmują się zbytnio kiepskim stanem swego miasta, a nawet są z niego trochę dumni. Wykorzystują niewykłą atmosferę Bornego Sulinowa do reklamy turystyki: w Bornem Sulinowie można uprawiać urbex, organizować imprezy w stylu PRL lub dawnych Sowietów, i wykonywać niezwykle zdjęcia,

WIEŻA WIDOKOWA WIDUCHOWA

Nowoczesna wieża widokowa wznosi się na Słowiańskiej Górze nad Odrą przy granicy



Latarnia morska w Niechorzu



Kręgi kamienne w Grzybnicy



Centrum Słowian i Wikingów na Wyspie Wolin

z Niemcami. Ma ciekawą formę półpętli, przypomina więc raczej taras niż wieżę. Widok można podziwiać z kilku dwóch platform, z każdej na inną stronę Góry.

KŁOMINO, MIASTO-WIDMO

Kłomino leży (leżało?) w pobliżu Bornego Sulinowa. To teren dawnej sowieckiej bazy wojskowej, od lat 90. XX w. niezamieszkały, od 2008 r. systematycznie wyburzany. Kłomino przyciąga entuzjastów urbexu i miejsc niesamowitych jako jedno z nielicznych miast-widm w Polsce.

CENTRUM SŁOWIAN I WIKINGÓW NA WYSPIE WOLIN

Jedną z głównych atrakcji Wyspy Wolin jest Centrum Słowian i Wikingów, tworzone przez pasjonatów historii i najdawniejszych dziejów wybrzeża Bałtyku. Na wyspie Ostrów odtworzono z drobiazgową dokładnością wczesnośredniowieczną osadę z kilkudziesięcioma chatami, które można zwiedzać. Latem na wyspie odbywa się Festiwal Słowian i Wikingów, kiedy osada zmienia się w tętniący życiem gród, pełen pasjonatów historii i rekonstruktorów, a także turystów, dla których zorganizowane są liczne pokazy, konkursy i zabawy.

GRODZISKO LUBIN NA WYSPIE WOLIN

To kolejna pozostałość po dawnych mieszkańcach ziem polskich. W grodzisku w Lubinie na Wyspie Wolin można oglądać fundamenty budowli, która prawie na pewno była najstarszym kościołem na całym Pomorzu. Dodatkowo, znajduje się tu także punkt widokowy z drewnianymi tarasami i lunetami. Warto zapłacić parę złotych za wstęp, by zobaczyć Zalew Szczeciński z wyjątkowej perspektywy.

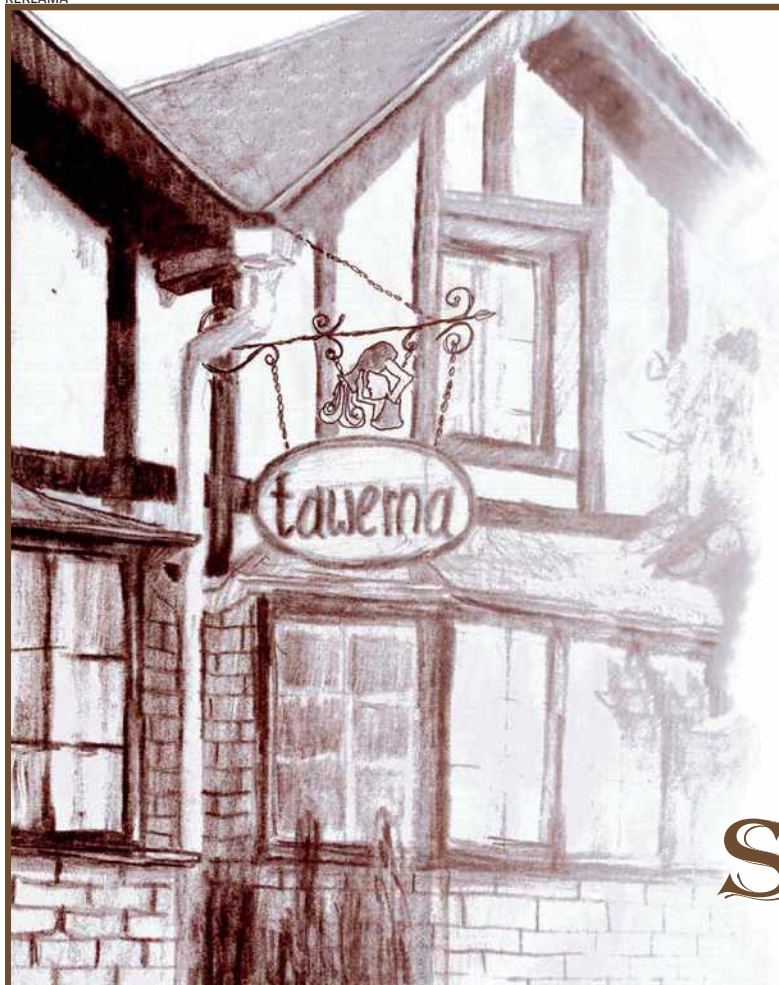
CZARCI GŁAZ W ROŚCINIE

Czarci Głaz, zwany też Klikającym Kamieniem, to okazały głaz narzutowy, użyty być może do oznaczenia pradawnego cmentarzyska. Dawniej miał jeszcze górną część, która według lokalnych podań poruszała się za każdym razem, kiedy koło kamienia przeszła nieczysta dusza.

Poruszenia kamienia wywoływały dźwięk przypominający klikanie. Dziś Czarci Głaz nie klika, bo górny kawałek został z niego zdjęty w czasie budowy drogi krajowej nr 3 (robotnicy chcieli ruszyć cały głaz, ale nie zdołali).

REKLAMA

0011546947



www.tawernapodwodnikiem.pl

TAWERNA

“POD  WODNIKIEM”

RESTAURACJA SMAŻALNIA RYB

ul. Parkowa 12 72-350 Niechorze, tel. 91 386 36 11
50 metrów od poczty (kierunek molo, obok parku) **Czynne cały rok.**

REKLAMA

0011546994

 **Kamiński Dom Kultury**
 kamienskidomkultury.pl

 **Kamień Pomorski**

Kultury

XXVI Festiwal Współczesnej Ludowej

im. Jana Iwaszczyszyna

1 DZIEŃ

OTWARCIE FESTIWALU
WYSTĘPY KONKURSOWE
STOISKA HANDLOWE
GASTRONOMIA
WARSZTATY LUDOWE
KONCERT I BIESIADA

2 DZIEŃ

UROCZYSTA MSZA ŚWIĘTA
KOLOROWY KOROWÓD
OGŁOSZENIE WYNIKÓW
STOISKA HANDLOWE
TURNIEJ SOŁECTW
ZABAWY I ANIMACJE

25-26

lipca 2026

**AMFITEATR
KAMIEŃ POMORSKI**



**KAMIŃSKI
DOM KULTURY**
 OŻYWIAMY KAMIEŃ





Wśród propozycji znajdziesz niezwykle zabytki, cuda przyrody, ale też zupełnie nietypowe atrakcje

Najciekawsze atrakcje w regionie. Niezwykłe miejsca i pomysły na wycieczki

ATRAKCJE

Weekend nad morzem to spełnienie marzeń wielu turystów. Zastanawiasz się, co robić nad Bałtykiem, gdy nudzą ci się plaże i jod? Oto nasze propozycje atrakcji!

#Emil Hoff

Pomorze to jeden z najatrakcyjniejszych turystycznie regionów Polski. Kraina między ujściem Odry i Wisły skrywa mnóstwo niezwykłych dzieł człowieka i cudów natury, miejsc, które trzeba zobaczyć, atrakcji, w które aż trudno uwierzyć. To gotowe pomysły na wycieczki w weekend niedaleko miast wybrzeża - Szczecina, Koszalina, Kołobrzegu, Świnoujścia czy Międzyzdrojów. Wśród propozycji znajdziesz atrakcje woj. zachodniopomorskiego dla dorosłych i dzieci, niezwykle zabytki, cuda natury, a także nastrojowe ruiny, nietypowe miasteczka, mniej znane parki rozrywki.

SZCZECIŃSKI PARK KRAJOBRAZOWY „PUSZCZA BUKOWA”

Można tu oglądać sztuczne Jezioro Szmargdowe, powstałe po nagłym zalaniu wodą kopalni kredy. Do dziś na dnie zbiornika znajdują się stare maszyny górnicze. Jezioro Szmargdowe można oglądać tylko z tarasu widokowego i wiat turystycznych, nie ma tu kąpieliska, za to nie brak ścieżek spacerowych.

TRZEBIATÓW: MIASTO ZE SŁONIEM NA ŚCIANIE

W Trzebiatowie na ściennie jednej z kamienic w rynku można spotkać słonia. Nie jest to żywy słon, lecz dzieło sztuki, i to nie byle współczesne graffiti, lecz szacowne malowidło z XVII w., wykonane techniką sgraffito. Prawdopodobnie natchnieniem dla artysty, którego imię nie zachowało się do naszych czasów, był pokaz egzotycznych zwierząt, zorganizowany w Trzebiatowie w 1635 r.

POMNIK ZIEMNIAKA W BIESIEKIERZU

Kamienne kręgi, głązy narzutowe i rzeźby bohaterów legend - to wszystko bardzo ciekawe, ale w życiu trzeba być praktycznym i stąpać twardo po ziemi. Co jest ważne dla ludzi? Jedzenie. Co się je na Pomorzu? Ziemniaki. Dlatego w Biesiekierzu, słynącym z uprawy ziemniaków, wystawiono 30 lat temu pomnik temu szlachetnemu warzywowi. Bulwa wraz

z postumentem ma 9 m wysokości i stanowi główną turystyczną atrakcję wsi.

KRZYWY LAS W GRYFINIE

Krzywy Las pod Gryfinem to ciekawa anomalia przyrodnicza. Pnie tutejszych drzew wyginają się ku północy, tworząc jakby koślawe krzeselka dla leśnych duchów. Nie brak fantastycznych teorii na temat powstania dziwnych zakrzywień miejscowych sosen. Może to wiry plazmowe lub uderzenie mikroskopijnej czarnej dziury spowodowały nietypowy kształt pni? Wydaje się jednak, że początki Krzywego Lasu są dość prozaiczne: w latach 30. XX w. specjalnie doglądano drzewa tak, by miały wygięte pnie, na potrzeby kupców.

POLICE: RUINY NIEMIECKICH FABRYK

W Policach można oglądać wyjątkowo rozległe pole ruin i opuszczonych budynków przemysłowych. To stare poniemieckie fabryki benzyny syntetycznej. Dawniej było ich tu 12, dziś zostały z nich tylko malownicze ruiny w sam raz na odrobinę urbexu. Na terenie o powierzchni 1500 ha nie brak murenszejących silosów, hal produkcyjnych, porzuconych bunkrów, świetnych punktów obserwacyjnych i ciekawych graffiti.

PARK ROZRYWKI POMERANIA W PYSZCE

Jeśli szukacie miejsca w Zachodniopomorskiem na weekendową wycieczkę z dziećmi, wybierzcie się do Pyski, gdzie działa park rozrywki Pomerania. To jeden z większych i lepiej urządzonych parków, w którym nie brak atrakcji dla dzieci w każdym wieku. Znajdziecie tu karuzele, elektryczne samochodziki, kolejki górskie i plac zabaw z dmuchańcami, a do tego wioskę Wikingów, w której można np. postrzelać z łuku, i strefę wodną z basenami i trampolinami. Park jest całoroczny, więc można go odwiedzać także jesienią i zimą!

TRYGLAW: KAMIEŃ ZA CIĘŻKI, BY DŹWIGAŁA GO ZIEMIA

W Tychowie, na miejscowym cmentarzu, znajduje się największy głaz narzutowy w Polsce o nazwie Tryglaw. Ma 50 m obwodu i waży ponad 2 tys. ton. Jest tak wielki, że pod własnym ciężarem zapada się w ziemię i widać go coraz mniej.

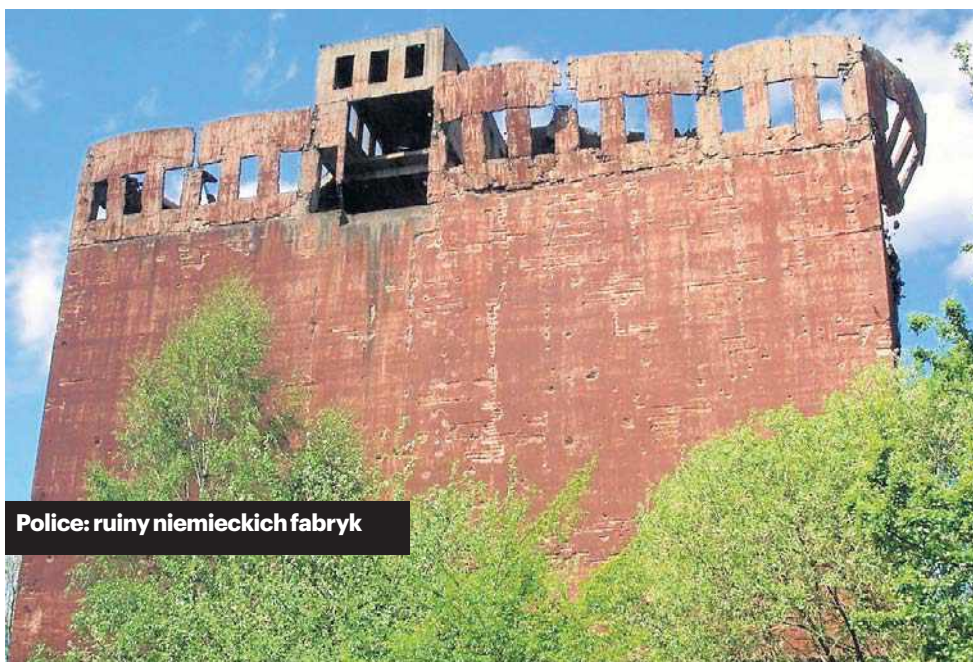
KOŚCIÓŁ W CHWARSZCZANACH

Gotycki kościółek św. Stanisława w Chwarszczanach to



Park Krajobrazowy „Puszcza Bukowa”

FOT. KAPITEL, CC BY-SA 4.0



Police: ruiny niemieckich fabryk

FOT. HOA BINH, CC BY-SA 4.0



Krzywy las w Gryfinie

FOT. ARTUR STRZELCZYK, CC BY-SA 3.0

dawna kaplica templariuszy z XIII w. Zakon templariuszy słynie z wielu tajemniczych opowieści i legend, chętnie opowiadanych przez tych, którzy wiedzą wszystko o legendach i nic o templariuszach. Chociaż więc nie znajdziecie tu wskazówek do złamania kodu Leonarda da Vinci, warto odwiedzić kaplicę w Chwarszczanach. Wnętrze kościoła jest piękne w swej prostocie, kontrastującej z tym, co często można zobaczyć w polskich świątyniach.

GÓRA KRAJOZNAWCÓW

To najwyższy szczyt woj. zachodniopomorskiego, choć na góralach pewnie nie zrobi wrażenia: wznosi się na 245 m n.p.m. Góra Krajoznawców zaliczana jest do Korony Polski; być może od tego stosunkowo łatwego do zdobycia szczytu warto zacząć swoją przygodę z Koroną.

NADMORSKA KOLEJ WĄSKOTOROWA

Nadmorska Kolej Wąskotorowa łączy Gryfice z Niechorzem już od końca XIX w. W pierwszej dekadzie XXI w. kolej przeszła rewitalizację, dzięki której dziś kursuje na dwóch trasach w trzech gminach. Przejazdka kolejką wąskotorową to dla wielu atrakcja sama w sobie, w dodatku ciekawy sposób na podróż między Gryficami, Niechorzem, Rewalem i Karnicami.

ZATOŃ DOLNA: DOLINA MIŁOŚCI

Dolina Miłości to park romantyczny, założony w poł. XIX w. przez członków francuskiego rodu Humbert. Podobno stworzyła go żona wyczekująca powrotu męża, stąd nazwa parku - tę dolinę naprawdę stworzyła miłość. Dziś park jest nieco zapuszczony, co jeszcze przydaje mu romantyzmu. Można tu snuć się zalesionymi alejkami wśród rzeźb przedstawiających postaci biblijne i podziwiać widok na Odrę.

PUSTKOWO I BAŁTYCKI KRZYŻ NADZIEI

Pustkowo to dość popularna miejscowość wypoczynkowa. Jest tu kąpielisko, ładna plaża, ale też niespodzianka dla turystów tęskniących za górami: replika krzyża z Giewontu. I to jaka replika! Krzyż Pustkowski jest nieco wyższy i cięższy od oryginału. Ma 19 m wysokości i nosi miano Bałtyckiego Krzyża Nadziei, a postawiono go w 2007 r.

REKLAMA

0011547724



Świat Zdrowia

Apteka Na Grunwaldzkiej

ul. Grunwaldzka 52B, 72-346 Pobierowo



tel. 91 384 37 83



GODZINY OTWARCIA:

pon.-pt.	8:00-21:00
sob.	9:00-21:00
nd.	10:00-20:00

REKLAMA

0011547375



**Słodkie
CENTRUM**
NIECHORZE

*Ponad 3 dekady
nad morzem!*

- Gofry kraftowe
- Własna receptura
- Lody włoskie
- Kawa LaVazza
- Desery



Zapraszamy codziennie 10-22!
NIECHORZE ulica Parkowa 4D

 @Słodkie Centrum, Niechorze
 /słodkiecentrum.niechorze/



Wyjazd na wakacje w lecie planuje 79 proc. Polaków

Większość Polaków chce wyjechać na wakacje latem. Tak mówią badania

WAKACYJNY WYJAZD

Wyjazd na wakacje w lecie planuje 79 proc. Polaków, a połowa z nich nie opuści kraju - wynika z badania Polskiej Organizacji Turystycznej i Travelist.

#N. Sobierajski/ PAP

Jednym z najważniejszych wniosków z raportu POT jest wysoka gotowość Polaków do wakacyjnych podróży. W sezonie letnim 2026, obejmującym okres od 27 czerwca do 30 września, przynajmniej jeden wyjazd turystyczno-wypoczynkowy z noclegiem poza miejscem zamieszkania planuje 74% dorosłych Polaków w wieku 18-65 lat. Kolejne 5% deklaruje wyłącznie jednodniowe wycieczki, 12% nie planuje wyjeżdżać w ogóle, a 9% nie wie jeszcze, jak spędzi wakacje.

W porównaniu z ubiegłym rokiem rośnie także liczba osób, dla których jedna podróż w czasie wakacji to za mało. O 3 punkty procentowe wzrosła deklaracja co najmniej dwóch wyjazdów w sezonie. Ponad jedna trzecia Polaków, czyli 35%, planuje wyjechać tylko raz, a 6% wie, że chce wyjechać, ale nie zdecydowało jeszcze, ile razy. To pokazuje, że wakacje coraz częściej nie są jedynym długim urlopem, lecz mogą składać się z kilku krótszych wyjazdów, dopasowanych do budżetu, terminów i potrzeb rodziny.

Polska pozostaje najczęściej wybieranym kierunkiem głównego wyjazdu. Spośród osób planujących urlop z co najmniej jednym noclegiem 58% zamierza spędzić go w kraju, 34% wybiera zagranicę, a 8% jeszcze nie podjęło decyzji. W porównaniu z ubiegłym rokiem udział wyjazdów krajowych spadł o 3 punkty procentowe, a zagranicznych wzrósł o 3 punkty procentowe. Kraj nadal wygrywa z zagranicą, ale walka o wakacyjnego turystę jest coraz wyraźniejsza.

Dla osób, które nie planują wyjazdu, najważniejszą barierą pozostają finanse. 45% respondentów z tej grupy wskazało „powody finansowe / brak odpowiednich środków”. 19% deklaruje, że wyjazd nie jest im potrzebny, a 17% jako przeszkodę podaje inne zobowiązania w tym czasie. Ten kontekst jest kluczowy dla zrozumienia późniejszych danych o noclegach: skoro koszty są najważniejszą barierą, wśród wyjeżdżających rośnie znaczenie

przewidywalności wydatków, pakietów z wyżywieniem i ofert rodzinnych.

Pytani o cel swoich podróży, uczestnicy badania najczęściej wymieniali wypoczynek i relaks (58 proc.) oraz zwiedzanie atrakcji (22 proc.). Aktywny wyjazd połączony ze sportem planuje 8 proc. osób, a kolejne 7 proc. odwiedzi krewnych i znajomych. Wśród kierunków wyjazdu najczęściej wskazywano na morze - 33 proc., góry - 20 proc. i jeziora - 13 proc. Do miasta wybiera się 9 proc. badanych.

56% Polaków chce po prostu wypocząć i się zrelaksować. Jednocześnie rośnie zainteresowanie zwiedzaniem miejsc, atrakcji kulturowych i historycznych - taki cel deklaruje 24% wyjeżdżających, czyli o 5 punktów procentowych więcej niż rok wcześniej. Wakacje mają więc nadal regenerować, ale coraz częściej także dostarczać doświadczeń.

Wśród krajowych kierunków wakacyjnych bezkonkurencyjne pozostaje morze. 33% osób planujących główny wyjazd w Polsce wybiera Bałtyk. Na kolejnych miejscach znalazły się góry - 20%, jeziora - 13%, miasta i wyjazdy blisko natury - po 9%, wieś - 6%, inne kierunki - 7% oraz odpowiedzi „nie wiem” - 3%.

Jeśli spojrzeć szerzej na wszystkich badanych, którzy zdecydowali już, dokąd pojedą w sezonie letnim, 38% planuje spędzić główny wyjazd nad morzem. To wciąż najwyższy wynik, choć o 5 punktów procentowych niższy niż rok wcześniej. Równocześnie rośnie popularność gór - 16% badanych wskazuje rejony górskie jako cel głównego wyjazdu, co oznacza wzrost o 3 punkty procentowe rok do roku.

Dominujący model krajowego urlopu jest bardzo wyraźny: najczęściej wyjeżdżamy z rodziną i na kilka nocy. W przypadku głównego wyjazdu krajowego 42% respondentów planuje pobyt na 4-6 noclegów, 25% na 1-3 noclegi, 22% na 7-10 noclegów, 7% na 11-14 noclegów, 2% na ponad 15 noclegów, a 2% nie zna jeszcze długości wyjazdu.

Ogółem, niezależnie od kierunku, 79% Polaków planuje wakacyjny wyjazd w towarzystwie rodziny. W przypadku krajowych wakacji ten odsetek wynosi 80%. Samodzielnie planuje wyjechać 10% respondentów, ze znajomymi 7%, a 3% wskazuje inne odpowiedzi lub jeszcze nie wie. To ważny sy-



49% wybiera morze, a 15% zwiedzanie miast

FOT. RADOSŁAW BRZOSTEK



Cena ma znaczenie, ale to nie jedyne kryterium

FOT. SHAIITH, GETTY IMAGES, FOTO. ILLUSTRACYJNA



Wyjazd w lecie planuje 79 proc. Polaków

FOT. RADOSŁAW BRZOSTEK

gnął dla branży hotelowej: jeśli dominującym formatem jest rodzinny pobyt na kilka nocy, kluczowe stają się udogodnienia dla dzieci, wyżywienie, basen, animacje, dostępność i przewidywalność kosztów.

Pytani o wakacyjne wydatki, Polacy najczęściej deklarowali, że chcą zmieścić się w przedziale od 1001 do 2000 zł (29 proc.) na osobę. Od 2001 do 3000 zł planuje przeznaczyć 16 proc. i taki sam odsetek myśli o kwotach powyżej 4000 zł. Koszty między 3001 a 4000 zł planuje 12 proc. badanych.

Cena ma znaczenie, ale nie jest jedynym kryterium. 47% osób planujących główny wyjazd wakacyjny w Polsce wskazuje koszt pobytu w miejscu noclegowym jako ważny czynnik wyboru.

Na kolejnych miejscach znalazły się: bliskie lub bezpośrednie sąsiedztwo dzikiej przyrody - 32% oraz estetyka i komfort miejsca noclegowego - 29%. To pokazuje, że Polacy kontrolują wydatki, ale nie szukają wyłącznie najtańszej opcji. Chcą rozsądnej relacji ceny do jakości, dobrego położenia i wygodnego standardu.

Widać to także w sposobie organizacji wyjazdu. 48% planujących główny urlop w Polsce zamierza wykupić noclegi w hotelu lub innym płatnym miejscu noclegowym bez wyżywienia. 31% wybierze pobyt z wyżywieniem: 22% wykupi pakiet pobytowy obejmujący noclegi i wyżywienie lub inne usługi w hotelu czy pensjonacie, a 9% noclegi w innym płatnym miejscu, takim jak apartamenty, agroturystyka lub pokoje gościnne, również z wyżywieniem.

Choć głównym tematem jest wypoczynek w Polsce, raport POT pokazał także różnice między wyjazdami krajowymi i zagranicznymi. W przypadku zagranicy najczęstszym celem, podobnie jak w kraju, jest wypoczynek i relaks - 51% wskazań. Znacznie częściej niż przy wyjazdach krajowych pojawia się jednak zwiedzanie atrakcji turystycznych i kulturalnych - 31%. Odwiedziny u krewnych i znajomych wskazało 7% badanych z tej grupy.

Wśród osób planujących główny wyjazd zagraniczny 49% wybiera morze, a 15% zwiedzanie miast. Wyjazdy zagraniczne są przeciętnie dłuższe: 61% badanych planuje minimum 7 noclegów, a najkrótsze wyjazdy na 1-3 noclegi wybiera jedynie około co dwudziesty respondent. (źródło: travelist.pl)

REKLAMA

PAŁAC KSIĄŻĘCY

MUZEUM PAŁACOWE

Zanurz się w niezwykłej atmosferze Pałacu Książęcego - miejsca, gdzie historia spotyka się ze sztuką!

Jego korzenie sięgają średniowiecza, kiedy pełnił funkcję rezydencji książąt pomorskich. W XVII wieku przeszedł gruntowną przebudowę, nadającą mu barokowy charakter, który podziwiamy.

W ofercie Muzeum audioprzewodniki w języku polskim, niemieckim i angielskim.

CZYNNE W SEZONIE (15.06-30.09):
WTOREK-SOBOTA 10.00-18.00

POZA SEZONEM:

WTOREK-PIĄTEK 10.00-17.00
SOBOTA 10.00-15.00



MUZEUM PAŁACOWE
Trzebiatów, ul. Wojska Polskiego 67
☎ 91 38 72 614 | ☎ 798 061 625
✉ tok@trzebiatow.pl



0011548051

REKLAMA

0011547818



ZAPRASZAMY PAŃSTWA DO MIEJSCA, GDZIE KULINARNA TRADYCJA ŁĄCZY SIĘ Z NOWOCZESNĄ ELEGANCJĄ.

W naszym menu odnajdą Państwo:

SZLACHETNE DANIA MIĘSNE:
Perfekcyjnie przyrządzone kotlety, aromatyczny placek po węgiersku oraz delikatne pierogi ukraińskie i lasagne.

KOMPOZYCJE RYBNE Z PIECA I PATELNI:
Wyśmienity sandacz, aromatyczny halibut oraz soczysty łosoś, serwowane w towarzystwie świeżych dodatków.

ZUPY:
Klasyczne, esencjonalne autorskie zupy pełne głębokiego smaku.

MISTRZOWSKA PIZZA:
Kompozycje oparte na włoskich tradycjach.

BURGERY PREMIUM:
Dla miłośników wyrazistych smaków najwyższej jakości wołowina, dla wegetarian - doskonała pozycja Wege.

MENU DLA NAJMŁODSZYCH:
Wyselekcjonowane, lekkie dania skomponowane specjalnie z myślą o dzieciach.

Pozwól sobie na moment kulinarnej przyjemności w wyjątkowej atmosferze.

📍 **Westerplatte 2, Rewal**
☎ **661 140 801**



Jedną z imprez, podczas, której można spróbować regionalnych smaków jest Festiwal Słowian i Wikingów

Zachodniopomorskie smaki to wyjątkowy koktajl. Poznaj regionalne potrawy



Okazją by spróbować regionalnych smaków są Jarmarki



Zagroda Jamneńska zaprasza w wakacje

KUCHNIA

Wakacje to świetna okazja by poznawać nowe smaki. Podpowiadamy wam, czego powinniście spróbować odwiedzając Zachodniopomorskie.

#Joanna Boroń

Mieszkańcy Pomorza Zachodniego pochodzą z różnych zakątków Polski. Ich przodkowie przybywali tutaj, kiedy po wojnie zmieniły się granice. Napływającą na Pomorze Zachodnie ludność stanowili przeważnie osadnicy z centralnej Polski, ale także ludność z dawnych wschodnich terenów naszego kraju. Na te ziemie przywieźli też swoje potrawy. Nie bez znaczenia jest też wyjątkowy klimat tych ziem.

Pomorze Zachodnie może pochwalić się produktami wytwarzanymi zgodnie z dawnymi recepturami, które zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych. Część z nich, poprzez udział w lokalnych konkursach, wystawach czy jarmarkach rozpoznawalna jest od lat na naszym kulinarnym rynku, część zaczyna dopiero odkrywać na nowo. Na liście dominują produkty z kategorii: miody, napoje, wyroby piekarnicze czy warzywa i owoce, ale nie brakuje również produktów rybołówstwa, gotowych dań oraz produktów mięsnych. Wszystkie świadczą o historii tego regionu i jego mieszkańcach.

Zachodniopomorskie produkty regionalne to połączenie tradycji rybackich, kresowych i pomorskich, z których najsłynniejsze to Paprykarz Szczeciński, pasztecik szczeciński, wędzone węgore oraz miody

drahimskie. Region słynie z przetwórstwa ryb, wypieku tradycyjnych chlebów (np. koprzywieński) oraz wyrobów mięsnych, w tym gęsiny.

Miody na liście produktów regionalnych zajmują wyjątkową pozycję. Najbardziej znany jest Miód Drahimski. Pszczelarstwo było przez stulecia jednym z tradycyjnych zajęć miejscowej ludności. W starostwie drahimskim i okolicy, jak podają źródła bartników było jedenastu, każdy z nich na rzecz Drahimia dawał pół kłody miodu na rok. Ponad dziewięćset pszczelich rodzin zbierało nektar z Puszczy Drawskiej. Dziś teren ten leży w obrębie Drawskiego Parku Krajobrazowego, obfituje w bogactwo wszelkiej roślinności i niezliczoną ilość pożytków pszczelich. Znajdują się tutaj ogromne wrzosowiska, piękne aleje starych lip, akacje zagajniki i barwiące krajobraz na żółto i czerwono uprawy rzepaku i gryki. Blisko dwustu pszczelarzy pozyskuje miód, zachowując tradycje tego ginącego już zawodu. Dzięki tradycji właśnie oraz niezwyklej czystości środowiska i wyjątkowej trosce o rodzinę pszczele, miód ten jest najwyższej jakości.

Na liście regionalnych smaków zabraknąć nie może paprykarza szczecińskiego. Receptura powstała w 1965 roku podczas dalekomorskich połowów. Początkowo jego głównym składnikiem było mięso z różnych gatunków afrykańskich ryb, pulpa pomidorowa sprowadzana z Bułgarii, Węgier i Rumunii, ostra afrykańska papryczka - pima, warzywa i przyprawy.

Na liście produktów regionalnych jest i śledzik kołobrzeski. Głównym składnikiem



Paprykarz Szczeciński jest najbardziej znanym smakiem

do przygotowania śledzika kołobrzeskiego jest śledź bałtycki, który poddawany jest specjalnemu procesowi marynowania. Znajdźcie go w karcie lokalnych restauracji.

Wśród różnorodności i charakterystycznych gatunków ryb występujących w jeziorach Pojezierza Drawskiego, obok stości środowiska i wyjątkowej czystości, węgore, leszczy, szczupaka, wymienia się także sielawa.

Tuż po wojnie, kiedy ww. teren był zasiedlany przez ludność napływową, sielawę nazywano małą sieją, od niemieckiej nazwy „kleine Maräne”. Sielawy jest coraz mniej i występuje od połowy maja do końca września. Wciąż jednak największą rolę w jej odławianiu się w jeziorach: Pile, Drawsko, Siecin, Komorze i Lubie. Nieprzerwanie od prawie siedemdziesięciu lat ludność Pojezierza Drawskiego wykorzystuje ten smaczny, naturalnie występujący surowiec, poddając sie-

ławę wędzeniu według tradycyjnej receptury.

Na terenie Pyrzy, w tym również pobliskiej wsi - Przelewie, tradycja wyrobu różnych wędlin przetrwała do czasów nam współczesnych. Dobrze znanym wyrobem wędliniarskim z tamtego terenu był wędzony udziec wieprzowy z Przelewie. Na Pomorze Zachodnie przepis na ten produkt przywieziony został z okolic Wielunia. Jakość i niepowtarzalny smak wędzonego udźca znany jest nie tylko lokalnej społeczności pyrzyckiej, ale poprzez udział w licznych targach, wystawach i konkursach, także innym mieszkańcom województwa zachodniopomorskiego.

Dawniej w kuchni pomorskiej często wyczuwalnym smakiem był aromat chmielowo-słodowy pochodzący z piwa. W XVI wieku ten alkoholowy trunek pełnił ważną rolę w każdym szczecińskim

domu. Był nie tylko podstawowym napojem gaszącym pragnienie, ale również bazą do przygotowywania różnego rodzaju potraw, m.in. zup. Obecnie do tradycji wytwarzania zup piwnych na terenie województwa zachodniopomorskiego powrócili mieszkańcy wsi Bełczna w gminie Łobez.

Pisząc o tradycyjnych smakach zapomnieć nie można o paszteciku. Historia pasztecika szczecińskiego sięga końca lat 60. XX wieku.

Ówczesna Szczecińska Spółdzielnia Społem otrzymała w 1969 roku z radzieckiego demobilu maszynę służącą do wyrabiania „pierzochów”. W radzieckich jednostkach wojskowych służyła w razie nagłej potrzeby do wyżywienia żołnierzy. Fabryczna nazwa maszyny to „Automat do przygotowania pierzochów”. Aby produktowi nadać polską nazwę, pracownicy WSS Społem w Szczecinie wymyśliłi na-

zwę „pasztecik”, która lepiej przystawała do charakteru wyrobu z ciasta drożdżowego nadziewanego mielonym farszem mięsnym. Receptura pasztecika szczecińskiego oparta jest tylko na naturalnych składnikach i naturalnych metodach dojrzewania ciasta drożdżowego. W tradycyjnie produkowanych pasztecikach nie występują żadne zamienniki surowców naturalnych. Tajemnica receptury kryje się w odpowiednich proporcjach i odpowiednim sposobie ich mieszania, które kultywowane są od samego początku powstania pierwszego pasztecika na początku lat siedemdziesiątych.

Przegląd regionalnych smaków wpisanych na listę produktów regionalnych, kończymy słodkim akcentem - szczecińskimi pierniczkami. Tradycję wypiekania pierników na terenie województwa zachodniopomorskiego datuje się już od roku 1845.

Ten słodko-korzenny produkt wypiekany jest w charakterystycznych kształtach związanych najczęściej z tematyką morską: statków, marynarzy, mew, ryb, kotwic, żaglówek, łatań itd. Pierniki wykończone są polewą cukrową lub kuwaturą czekoladową. Tak przygotowane podawane są na stoły podczas różnych świąt, jarmarków czy konkursów.

Świetną okazją by spróbować zachodniopomorskich smaków są organizowane w całym regionie jarmarki - na straganach królują przetwory przygotowane przez lokalnych przedsiębiorców czy koła gospodyń wiejskich, które kultywują tradycje kulinarne.

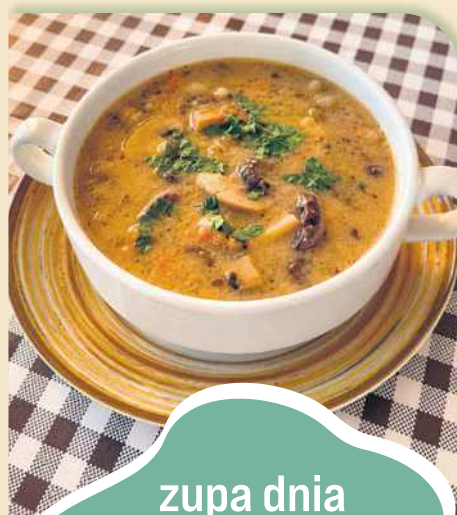
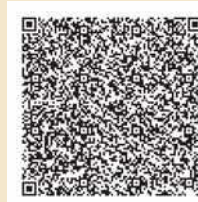
Jednym z takich wydarzeń jest Jarmark Jakubowy.

REKLAMA

0011549384



ULUBIONA ZAPRASZA
na **DOMOWE JEDZENIE**
przez CAŁY ROK



zupa dnia
10 PLN



schabowy
surówki + frytki
39 PLN



pierogi ruskie
29 PLN



kącik dla dzieci



duży ogródek

📍 Al. Bursztynowa 74, Niechorze

☎ tel. 721 005 644

REKLAMA

0011548426



BAR & BISTRO
MUSZELKA
— Niechorze —

📍 Vis-à-vis kolejki wąskotorowej | Duży parking

🕒
ŚNIADANIA
I DOMOWE
OBIADY
(8:00–19:00)

🍔
FAST FOOD
(12:00–24:00)

🍸
DRINK BAR
(16:00–24:00)

🍕
• PIZZA
• MAKARONY
• KEBAB
• BURGERS

DLA CAŁEJ RODZINY

👤 ATRAKCJE
DLA DZIECI

♿ PODJAZD DLA OSÓB
Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

📷 OBIEKT
MONITOROWANY



Noclegi z pełnym
wyżywieniem



691 699 296



CODZIENNIE
(20:00–24:00)
wieczory taneczne
Gra DJ/wokalista
Robert Sito

Serdecznie
ZAPRASZAMY!

Miejsce, do którego
chce się wracać!

Spacer po lesie pozwala zredukować napięcie i stres

Spacer po lesie przynosi same korzyści

SPACER PO LESIE

Przy zawrotnym tempie pracy i życia, często brakuje czasu na relaks. Wakacje to idealny moment do zatrzymania się w ciszy i oderwania od codzienności.

#Katarzyna Zawada

O chwilę oddechu łatwo na wsiach, ale czy w mieście lub na terenach podmiejskich da się ją znaleźć? Tu z pomocą przychodzi lasy.

Las to bogactwo roślin i zwierząt. Wśród drzew można znaleźć ukojenie, a lista zalet wydaje się nie mieć końca. Choć na przyrodę trzeba uważać, np. podczas grzybobrania, gdy mogą trafić się nieznane i trujące gatunki, warto korzystać z dobrodziejstwa natury. Jeśli człowiek szanuje otaczającą go florę i faunę, ona odwzajemni się tym samym. Trzeba jednak pamiętać o kilku zasadach. Dzikich zwierząt nie wolno zaczepiać, dokarmiać, płoszyć, zabierać ich młodych, należy też zachować ciszę i odpowiedni dystans. W przypadku roślin zabrania się zry-

wania chronionych gatunków i niszczenia m.in. runa leśnego.

Wizyty w lesie szczególnie działają na osoby prowadzące intensywny tryb życia. To tam można się wyciszyć i obniżyć poziom hormonu odpowiadającego za stres. Leśnicy zwracają uwagę, że w naturalnym środowisku używa się uwagi mimowolnej, co sprawia, że umysł odpoczywa. Czasem wystarczy krótki spacer lub jazda na rowerze, aby poczuć się lepiej po ciężkim dniu. To także świetna alternatywa dla młodych osób, które zamiast trwonić godziny na wpatrywanie się w ekran telefonu lub telewizora, mogą zapewnić sobie aktywny wypoczynek lub po- być na świeżym powietrzu.

Napięcie ciała wpływa na koncentrację, jest mniejsza i trudniej skupić się na codziennych obowiązkach. Także brak ruchu i zła dieta nie sprzyjają dobremu samopoczuciu, dlatego warto jak najczęściej przebywać na zewnątrz. W lesie można odreagować złe emocje, poczuć spokój i naładować baterie na kolejne dni. Zapach przyrody przywołuje też wiele



FOT. TOMASZ BOLT/POLSKA PRESS

przyjemnych wspomnień, kojarzy się z bez troską.

Taka terapia jest darmowa, a lasów w Polsce jest tak wiele,

że każdy znajdzie swój ulubiony. Nawet krótkie wycieczki działają dobrze na zdrowie, można uniknąć depresji i po-

prawiać odporność. Wśród śpiewających ptaków i szelestu traw wyzwalają się endorfiny, które automatycznie popra-

wiają nastrój. Ciężki dzień w pracy? Potrzeba odpoczynku od hałasu? Nadmierny stres? Pocieszenie może dać to, co nas otacza, czyli las.

Nie bez znaczenia jest aspekt poznawczy, każda wycieczka pozwala odkryć nowe gatunki roślin lub zwierząt, co pobudza kreatywność. Szczególnie istotne jest to w rozwoju dzieci, które w pierwszych latach życia poznają świat poprzez zmysły. Mogą też poprzez zabawę uczyć się, jak funkcjonuje las i jego mieszkańcy. W okresie jesiennym dobrym pomysłem na wycieczkę jest wspólne grzybobranie lub zbieranie szyszek.

Niektórzy polecają takie kąpiele leśne, to nic innego jak całkowite oddanie się urokom lasu. Przynosi korzyści zarówno psychiczne, jak i fizyczne. Regularne wizyty wśród otaczającej przyrody obniżają ciśnienie, dotleniają organizm, mogą też wpływać na lepszy sen. Taka metoda powstała w Japonii, gdzie lasy stały się sposobem na przeciwdziałanie stresowi wśród mieszkańców. Głównym założeniem jest skupienie się na tym, co znajduje się obok.

Plaże nudystów nad Bałtykiem

PLAŻE NUDYSTÓW

Wzdłuż polskiego wybrzeża istnieją miejsca zupełnie inne od głośnych i kolorowych kurortów - spokojniejsze, bardziej naturalne i wolne od plażowego zgiełku.

#Joanna Boroń

Plaże nudystów od lat przyciągają ludzi, którzy szukają kontaktu z naturą, ciszy i atmosfery większej swobody niż na klasycznych kąpieliskach. Dla większości osób to po prostu sposób wypoczynku oparty na komforcie, akceptacji własnego ciała i szacunku wobec innych. Nad Bałtykiem można znaleźć kilka miejsc szczególnie popularnych wśród naturystów - nie tylko tych oficjalnych. W Polsce funkcjonuje kilkadziesiąt oznaczonych i nieoficjalnych plaż oraz ośrodków naturystycznych nad Bałtykiem, ale i nad jeziorami. Oto kilka tych najpopularniejszych.

CHAŁUPY - LEGENDA POLSKIEGO NATURYZMU

To chyba najbardziej znana plaża nudystów w Polsce. Jej popularność zaczęła się jeszcze w latach 80., między innymi za sprawą słynnej piosenki

„Chałupy Welcome To”. Szeroka plaża, las sosnowy i stonkowo luźna atmosfera sprawiają, że miejsce do dziś przyciąga zarówno stałych bywalców, jak i osoby odwiedzające je pierwszy raz.

Najbardziej znane odcinki znajdują się między Chałupami a Kuźnicą. Nie są one formalnie oznaczone jako plaże naturystyczne, ale zwyczajowo funkcjonują od lat.

DĘBKİ - NATURA I PRZESTRZEŃ

Dębki od dawna uchodzą za jedną z najbardziej klimatycznych miejscowości nad polskim morzem. Plaża jest szeroka, a spacer kilka minut dalej od głównych wejść pozwala znaleźć spokojniejsze fragmenty wybierane przez naturystów. To miejsce szczególnie lubią osoby ceniące kontakt z przyrodą. W okolicy znajdują się lasy, ujście Piaśnicy i mniej komercyjna zabudowa niż w popularnych kurortach. Atmosfera bywa bardziej kameleonowa niż w Chałupach.

ŁĘBA I OKOLICE RUCHOMYCH WYDM

W rejonie Łęby również można znaleźć odcinki odwiedzane przez naturystów, szczególnie dalej od głównych wejść i zało-



FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS

zonych części plaży. Okolice wydm oraz tereny sąsiadujące z Słowiński Park Narodowy tworzą wyjątkowy krajobraz - bardziej surowy i dziki niż w centralnej części wybrzeża. To dobre miejsce dla osób, które chcą połączyć plażowanie

z długimi spacerami i kontaktem z naturą.

MIĘDZYDZROJE I ZACHODNIE WYBRZEŻE

Na zachodnim wybrzeżu Polski również istnieją miejsca popularne wśród naturystów. W

okolicach Międzyzdrojów czy Świnoujścia łatwo znaleźć mniej uczęszczane fragmenty plaż, zwłaszcza bliżej granicy niemieckiej. Wpływ niemieckiej kultury FKK (Freikörperkultur) jest tam wyraźnie widoczny - naturyzm od dawna

traktowany jest bardziej naturalnie niż w wielu innych regionach Europy. Plaże są szerokie, a duża przestrzeń pozwala zachować prywatność i komfort.

GRZYBOWO - CZTERY KILOMETRY WOLNOŚCI

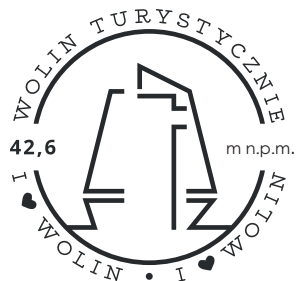
Plaża naturystyczna leżąca pomiędzy Grzybowem a Dźwirzynem liczy sobie już kilkanaście lat i znajduje się na wysokości słupa określającego 341 km wybrzeża. Miejsce to znane jest od połowy lat 70 ubiegłego wieku. Plaża dla nudystów o długości około 4 km, znajduje się na zachód od centrum miasta i jest łatwo dostępna oraz wyraźnie oznaczona.

JAK ZACHOWYWAĆ SIĘ NA PLAŻY NUDYSTÓW?

Choć atmosfera zwykle jest bardzo swobodna, istnieje kilka niepisanych zasad. Najważniejszą jest szanowanie prywatności innych osób, a to oznacza nie robienie zdjęć bez wyraźnej zgody, unikanie nachalnego obserwowania innych. Na plaży nudystów (naturystów) zasadą jest bycie nago. Ubrane osoby mogą kępować innych plażowiczów, a w niektórych miejscach (np. w Niemczech) wprowadzane są regulacje zakazujące wstępu w ubraniu na teren takich plaż.

REKLAMA

0011553594



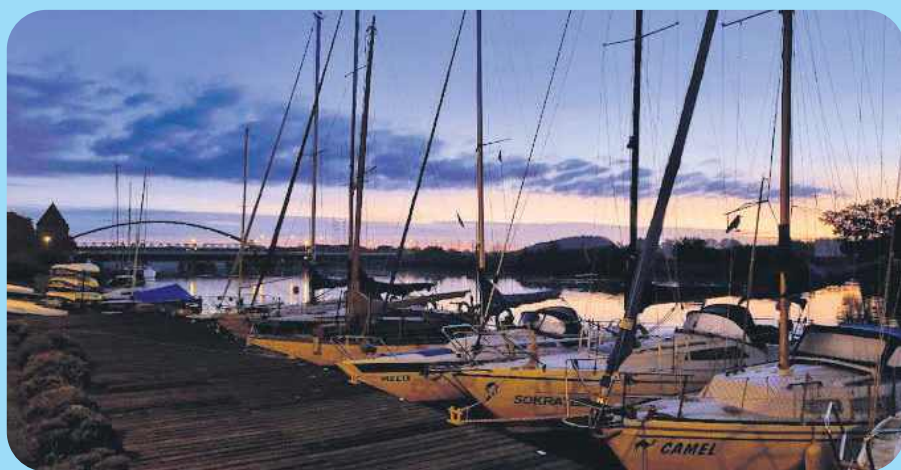
WIEŻA WIDOKOWA
Park Miejski
w Wolinie

panoramiczny widok na Wolin, Zalew Szczeciński i cieśninę Dziwna

- ścieżki spacerowe
- plac zabaw dla dzieci
- miejsca grillowe

ul. Parkowa
72-510 Wolin

WSTĘP BEZPŁATNY



Mostowa 1 | 72-510 Wolin

f Marina Wolin

- wynajem pokoi z łazienkami
- usługi portowe

- wypożyczanie sprzętu pływającego
- wynajem sali konferencyjnej

- organizacja wydarzeń
- parking

Rezerwacja pokoi ☎ 530 101 602 Bosman ☎ 530 102 116 Sekretariat ☎ 512 345 797

Pomorze Zachodnie - kraina legend i tajemnic

Pomorze Zachodnie pełne legend

Tajemnice

Odkryj Pomorze Zachodnie, region przesiąknięty magią! Ruszaj w podróż śladem morskich duchów i walecznych bohaterów. Te historie wciągną cię bez reszty.

#Joanna Boroń

Województwo zachodniopomorskie to miejsce, gdzie historia splata się z magią dawnych opowieści. Wśród zamków, jezior i nadmorskich miejscowości narodziły się legendy, które do dziś budzą emocje. Od duchów niesprawiedliwie osądzonych kobiet po magiczne talary i rusałki - Pomorze Zachodnie skrywa wiele niezwykłych historii.

Sydonia von Borck to najsłynniejsza postać z pomorskich legend. Szlachcianka z Pęczyna została niesłusznie oskarżona o czary i skazana na spalenie na stosie. Zanim zginęła, miała przekląć książęcy ród Gryfitów - i rzeczywiście, niedługo po jej śmierci dynastia wygasła. Do dziś w murach zamku w Pęczynie podobno sły-

chać jej kroki, a nocami widać jej zjawę. Sydonia stała się symbolem niesprawiedliwości, ale też kobiecej siły i odwagi wobec losu.

TALAR SZCZĘŚCIA Z DARŁOWA

W Darłowie od pokoleń opowiada się o rybaku Janku, który na plaży znalazł tajemniczego talara. Moneta miała moc spełniania życzeń, a Janek, zamiast wykorzystać ją dla siebie, pomagał innym. Wkrótce całe Darłowo zaczęło się bogacić i rozwijać. Gdy rybak zniknął, talar ponoć zatonął w Bałtyku, ale do dziś mówi się, że czasem można go znaleźć na plaży - wystarczy mieć czyste serce i dobre intencje.

RUSAŁKA Z NOWOGARDZKA**I ZIELENICA CÓRKA BAŁTYKU**

Nad jeziorem Nowogardzkim, w księżycowe noce, można podobno usłyszeć cichy śpiew. To rusałka - dusza dziewczyny, która zginęła z miłości do rybaka. Zaklęta w wodnego ducha, nie mogła opuścić jeziora, ale wierny rybak co noc przychodził, by ją zobaczyć. Ich miłość przetrwała nawet prze-



FOT. MARCIN SOKOŁOWSKI/WIKIMEDIA.ORG

kleństwo. Do dziś w Noc Kupały wielu mieszkańców składa kwiaty nad wodą, wierząc, że rusałka wciąż czuwa nad jeziorem.

Legenda o Zielenicy opowiada o pięknej córce morskogo boga, która zakochała się w rybaku. Bałtyk nie pozwolił na ten związek i zamienił córkę

w morską roślinę. Z jej łez powstały perły, które dziś są symbolem miłości i tęsknoty. Mówi się, że podczas sztormu można usłyszeć jej wołanie.

W czasach, gdy Trzebiatów został zaatakowany przez wrogów, sprytnie mieszkanki miasta wpadły na niezwykły pomysł. Ugotowały wielkie ilości gorącej kaszy i wylały ją na napastników z murów obronnych. poparzeni i przerażeni najeźdźcy, uciekli, a miasto zostało ocalone. Od tamtej pory w Trzebiatowie obchodzi się święto kaszy, które przypomina o pomysłowości dawnych mieszkańców.

Niedaleko jednego z zachodniopomorskich zamków rozciąga się jezioro, o którym mówi się, że zamieszkują je zaklęte dusze. Dawno temu zła czarownica zamieniła młodych ludzi w łabędzie. Dopiero miłość dzielnego rycerza, który pokochał jednego z ptaków, przełamała zaklęcie. Łabędzie wróciły do ludzkiej postaci, a jezioro stało się miejscem, gdzie miłość zwycięża nawet czary. Pomorze Zachodnie to region, gdzie legenda splata się z rzeczywistością. Każde jezioro, zamek i nadmorska wioska skrywają opowieść - o miłości, zdradzie, odwadze lub magii.

Kulinarna podróż po Pomorzu Zachodnim

SMAKI POMORZA

Pomorze Zachodnie to kulinarny raj, gdzie morze spotyka się z jeziorami. Odkryj wędzone ryby, legendarny pasztecik szczeciński i inne sekrety regionalnych dań.

#Joanna Boroń

BOGACTWO SMAKÓW POMORZA ZACHODNIEGO

Kuchnia Pomorza Zachodniego to mozaika tradycji, smaków i aromatów, w której spotykają się wpływy kaszubskie, niemieckie i kresowe.

To region, w którym ryby, dziczyzna i wypieki odgrywają kluczową rolę, a każde danie ma swoją historię. Wędliny, sery, ryby i owoce morza stanowią podstawę tutejszego stołu.

Wysokiej jakości mięsa i dojrzewające sery zachwycają głębią smaku, ale to właśnie świeże ryby i owoce morza są prawdziwą wizytówką regionu. To one trafiają na stoły w nadmorskich tawernach i przybrzeżnych restauracjach, kusząc aromatem i prostotą przygotowania.

TRADYCJA ZAMKNIĘTA W SMAKU
Pomorze Zachodnie to kraina, w której tradycja kulinarna ma się świetnie.

Warto spróbować ryby po kaszubsku, pyr z gzikiem, pasztetu z dziczyzny czy kołacza szczecińskiego - każdego z tych dań, przygotowywanego z szacunkiem dla lokalnych receptur. Każdy kęs to podróż w czasie i smak, który przywołuje wspomnienia z dawnych rodzinnych stołów.

Jednym z najbardziej rozpoznawalnych dań regionu jest smażony śledź w śmietanie - potrawa, która łączy prostotę z elegancją.

Delikatne mięso ryby w gęstej, kremowej śmietanie to klasyk serwowany zarówno w domach, jak i restauracjach.

Towarzyszą mu często inne regionalne specjały: barszcz czerwony z krokietami, kartacze z mięsem czy ryba po kaszubsku w aromatycznej marynacie z cebulą i przyprawami.

RYBNE PRZYSMAKI**I ZAPOMNIANE RECEPTURY**

Bliskość morza i jezior sprawia, że w zachodniopomorskiej kuchni królują ryby. Na Pojezierzu Drawskim warto spróbować sielawy wędzonej, przygotowywanej według starych receptur. Jej dymny aromat i delikatne mięso czynią z niej kulinarny symbol regionu.



FOT. PEXELS

Równie znana jest sieja miedwieńska z jeziora Miedwie - lokalny rarytas, który najlepiej smakuje wędzony lub w formie past i przetworów.

Warto wspomnieć też o dawnych, oryginalnych przepisach

- jak grzyby marynowane z szyszkami, które w latach 50. XX wieku były prawdziwym kulinarnym eksperymentem regionu. Dziś powracają jako ciekawostka i dowód na pomysłowość tutejszej kuchni.

SMAKI STOLICY REGIONU - SZCZECIN NA TALERZU

Szczecin ma swoje kulinarne legendy. Na czele stoi pasztecik szczeciński - kultowy fast food z lat 60., wciąż dostępny w kultowych lokalach.

Ten smażony drożdżowy wypiek z mięsnym farszem najlepiej smakuje z czerwonym barszczem. To obowiązkowa pozycja dla każdego, kto odwiedza stolicę Pomorza Zachodniego.

Nie można też pominąć śledzi - w zalewie octowej, z cebulą, w śmietanie czy jako szybka przekąska z foodtrucka podczas spaceru nad Odrą.

To danie, które łączy pokolenia i doskonale odzwierciedla nadmorski charakter miasta.

A na deser? Pierniki szczecińskie - słodkości o bogatej, korzennej nucie, wypiekane tu od XIX wieku.

Ich marynistyczne kształty - statki, ryby czy kotwice - przypominają, że w Szczecinie wszystko ma związek z morzem.

OTO SMAKI, KTÓRE ZACHWYCAJĄ

Pomorze Zachodnie to miejsce, które można poznawać wszystkimi zmysłami - również smakiem.

Od rybnych specjałów po paszteciki, kuchnia regionu zachwyca różnorodnością i autentycznością. To smak morza, jezior i lasów - smak, który zostaje w pamięci na długo.



ZESKANUJ I ZAREZERWUJ
swoj wypoczynek!

Nie szukaj kolejnego noclegu nad morzem!

ODKRYJ MIEJSCE, DO KTÓREGO CHCE SIĘ WRACAĆ.
FORESTA APARTAMENTY – KOMFORT, SAUNA I CISZA W OTOCZENIU LASU.



ZALEDWIE 8 KM OD
PLAŻ W POBIEROWIE



SAUNA IDEALNA
NA REGENERACJĘ
PO AKTYWNYM DNIU



APARTAMENTY
Z ANEKSEM KUCHENNYM



WIECZORY PRZY
KOMINKU LUB OGNISKU



DOSTĘPNE PRZECZ
CAŁY ROK



DUŻY OGRÓD Z
PLACEM ZABAW



BLISKO TRAS
ROWEROWYCH



ZWIERZĘTA
MILE WIDZIANE



BEZPŁATNY PARKING
Z ŁADOWARKĄ DO
SAMOCHODÓW
ELEKTRYCZNYCH



*Blisko morza
Jeszcze bliżej natury*



REDLINY 84, 72-405 ŚWIERZNO



+48 512 727 512



WWW.FORESTA84.PL

Myślisz, że znasz już wszystkie atrakcje polskiego wybrzeża?

Ciekawostki o Pomorzu i Bałtyku. Rekiny przy polskim wybrzeżu i inne niespodzianki



Słynny Dar Pomorza



Ruiny kościoła w Trzemesznie

CEKAWOSTKI

Pomorze to nie tylko świetne miejsce na letnie wakacje czy urlopy. O każdej porze roku region jest pełen niespodzianek i pozytywnych zaskoczeń.

#Emil Hoff

Myślisz, że znasz już wszystkie atrakcje polskiego wybrzeża? Że miasta i przyroda Pomorza Zachodniego już cię niczym nie zaskoczą? Że głębie Bałtyku nie kryją już przed wami tajemnic? Udowodnię ci, że się mylisz.

By zachęcić cię do zwiedzania i poznawania niezwykłego polskiego wybrzeża, wybrałem kilka niesamowitych faktów o miastach, przyrodzie i atrakcjach województwa pomorskiego i zachodniopomorskiego, a także o samym Bałtyku, które cię zaskoczą i zadziwią.

TAJEMNICZE KAMIENNE KRĘGI

W miejscowościach Węsiory i Odry turyści mogą obejrzeć tajemnicze kamienne kręgi, jedne takie w Polsce. Prawdopodobnie wzniesły je Goci i Gepidowie w pierwszych wiekach naszej ery jako miejsca spotkań rad plemiennych i pochówku elity. Kręgi w Węsiorach nazywane bywają nawet Polskim Stonehenge.

DWA TRÓJMIASTA

Chociaż wszyscy słyszeli o Trójmieście, czyli połączonej aglomeracji Gdańska, Gdyni i Sopotu, nie każdy wie, że w Pomorskiem jest jeszcze drugie Trójmiasto, tzw. Małe Trójmiasto Kaszubskie, na które składają się Wejherowo, Rumia i Reda.

BAŁTYK ZABIERA NAM ZIEMIĘ

Brzegi Bałtyku erodują, a morze wdziera się w głąb Polski. Co roku morze zabiera ok. 50 ha ziemi. Przykładem wdzierania się Bałtyku w głąb lądu są słynne ruiny kościoła w Trzemesznie. Wzniesiono go XV w., wówczas w odległości ok. 2 km od brzegu morza. Dziś kościół stoi tak blisko wody, że połowa ścian zawałała się i wpadła do Bałtyku.

POLSKA IBIZA

Latem Mielno zamienia się w jedno z najbardziej imprezowych miejsc nad Bałtykiem - często mówi się o nim żartobliwie „polska Ibiza”. W sezonie przyciąga tłumy młodych ludzi, koncerty plenerowe i nocne imprezy, które trwają do rana, podczas gdy zaledwie kilka ulic dalej można znaleźć spokojne, rodzinne plaże.

Co ciekawe, Mielno leży między Morzem Bałtyckim a je-

ziorem Jamno, więc można tam w jeden dzień pływać zarówno w morzu, jak i w jeziorze. Taka lokalizacja sprawia, że miejscowość jest popularna nie tylko wśród plażowiczów, ale też wśród miłośników sportów wodnych, takich jak windsurfing czy kajaki.

PIERWSZY POLSKI STATEK, KTÓRY OPŁYNAŁ ZIEMIĘ

Pierwszym statkiem, który pod polską banderą opłynął całą planetę, jest słynny Dar Pomorza, okręt-muzeum, który można zwiedzać w Gdyni. Wyprodukowano go w Niemczech, a w polskich rękach jest od 1929 r. Zakupiono go do celów szkoleniowych dla Szkoły Morskiej w Gdyni. Dar Pomorza odbył 103 rejsy szkolne po całym świecie, a od 1983 r. jest pływającym muzeum jako jeden z oddziałów Centralnego Muzeum Morskiego w Gdańsku.

NAJDŁUŻSZY BUDYNEK MIESZKALNY W POLSCE

Jeśli lubicie ciekawostki budowlane, w czasie wycieczki po Gdańsku koniecznie musicie zobaczyć tzw. falowiec, czyli najdłuższy blok mieszkalny w Polsce. Znajduje się w dzielnicy Przymorze, przy ul. Obrońców Wybrzeża. Ma aż 860 m długości.

POLSKI DUBAJ W JAROSŁAWCU

Sztuczna plaża w Jarosławcu, nazywana Polskim Dubajem, to największa tego rodzaju plaża w Europie. Ma powierzchnię ok. 5 ha. Plaża jest zbudowana bardzo solidnie i może przetrwać każdy sztorm. Otaczają do ponadto malowniczy klif.

PRAWDZIWA POLSKA WENECJA

Kilka miast w Polsce pretenduje do miana naszej rodzimej Wenecji z uwagi na ładne kanały czy nadbrzeżne promenady. Tymczasem tytuł prawdziwej

polskiej Wenecji przysługiwać powinien tylko Świnoujściu. To jedyne miasto w Polsce położone w całości na wyspach: Wolin, Uznam, Karsibór i niemal 40 pomniejszych.

BAŁTYK NAJMLĘDSZE MORZE NA ŚWIECIE

Bałtyk to najmłodsze morze na świecie. Powstał zaledwie ok. 12 tys. lat temu po wycofaniu się lądolodu i stopnieniu lodowców. Woda zalała wówczas doliny i równiny, porośnięte gęstym lasem. Skamieniała żywica drzew, leżących do dziś na dnie Bałtyku, nazywana jest bursztynem. Bałtyk ma powierzchnię nieco większą od Polski: ok. 377 tys. km kwadratowych (Polska liczy 322 tys.).

TSUNAMI NA BAŁTYKU

Jeśli myślicie, że tsunami na Bałtyku pojawia się tylko w koszmarnych snach turystów, którzy przejeżdżali się goframi, jesteście w błędzie. Wiadomo przynajmniej o jednym bałtyckim tsunami. W 1497 r. woda wdarła się aż na 1400 m w głąb lądu. Zdarzenie opisał mnich-kronikarz z Darłowa, potwierdziły je też badania podziemnych osadów piasku morskiego. Nie wiadomo, co było przyczyną niszczycielskiej fali. Możliwe, że miało miejsce podziemne trzęsienie ziemi lub usunięcie się dużej części klifu gdzieś w Skandynawii.

REKINY W BAŁTYKU

W Bałtyku występują trzy gatunki rekinów, na szczęście żaden nie jest groźny dla ludzi. Żarłacz śledziowy (na zdjęciu) dorasta do 3 m długości i 200 kg wagi. Trzyma się jednak głębin i nie zapuszcza blisko plaż. Koleń to mniejszy rekin, dorasta do 160 cm długości i waży do 9

kg. Rekin psi to wprawdzie żarłacz, ale małe, do 75 cm długości, zupełnie niegroźny dla ludzi.

OKRĘT Z ORDEREM

ORP Błyskawica, który także można oglądać w Gdyni, to bohater wojenny, odznaczony Krzyżem Złotym Orderu Wojskowego Virtuti Militari (okręty mają status prawny osób, dlatego mogą podlegać karom i zaszczytom). ORP Błyskawica otrzymał order za swoje zasługi w walkach morskich w czasie II wojny światowej (w kampanii wrzesniowej, walkach o Narwik i potem na Morzu Śródziemnym).

NAJDŁUŻSZE MOŁO EUROPY

Molo w Sopocie jest nie tylko piękne, ale też rekordowe. Drewniany pomost ma długość 511,5 metra w głąb Zatoki Gdańskiej, co czyni go najdłuższym molo nad Morzem Bałtyckim i jednym z najdłuższych w Europie. Jego historia sięga jednak znacznie dalej niż obecna konstrukcja - pierwsze drewniane molo w Sopocie powstało już w 1827 roku jako niewielki pomost spacerowy.

Na przestrzeni lat obiekt był wielokrotnie przebudowywany i wydłużany, a jego obecny kształt ukształtował się na początku XX wieku. W 1910 roku osiągnął długość zbliżoną do dzisiejszej, choć wygląd i konstrukcja były wtedy inne niż obecnie. Spacerując po molo, można podziwiać panoramę Zatoki Gdańskiej, a przy sprzyjającej pogodzie nawet poczuć morską bryzę daleko od brzegu. To jedno z tych miejsc, które szczególnie przyciąga turystów o zachodzie słońca, kiedy widok na morze tworzy wyjątkowy klimat.



Kamienne kręgi

REKLAMA

0011550565



OD 1999 ROKU

SERWUJEMY MORZE
NA TALERZU

Smak Bałtyku

BEZ KOMPROMISÓW

- świeży dorsz z lokalnych połowów
- ryby smażone, z grilla, z pieca
- śniadania • dziecięce menu

Wakacje smakują lepiej nad morzem!

NIECHORZE | ul. Parkowa 9

REWAL | ul. Klifowa 8

MIĘDZYWODZIE | ul. Wojska Polskiego 12

POBIEROWO | ul. Grunwaldzka 56

f /przystan_rybacka | @przystanrybacka



REKLAMA

0011550639



Od ponad 30 lat
karmimy
domowym smakiem

Zjedz w przytulnym wnętrzu
lub klimatycznej altanie
pełnej kwiatów



Śniadania w formie
bufetu szwedzkiego
8:00 - 10:00
obiady jak u mamy
13:00 - 17:00



MISTRZOWIE
SMAKU
2025

I miejsce
w powiecie kamieńskim!

Stefana
Żeromskiego 18
DZIWNÓW

☎ 697 255 929

PŁATNOŚĆ GOTÓWKĄ

Dzięki temu unikniesz niepotrzebnego stresu i będziesz mógł w pełni cieszyć się słonecznym dniem

Poradnik plażowicza. Co zabrać ze sobą na plażę? O tym musisz pamiętać!



Pamiętaj o tych kilku podstawowych rzeczach



Zobacz nasz praktyczny poradnik!

PORADNIK PLAŻOWICZA

Wyjazd na plażę to doskonały sposób na relaks i odpoczynek, jednak warto odpowiednio się do niego przygotować. Zobacz, czego będziesz potrzebować!

#Natalia Sobierajska

Wybierasz się na plażę? Dobrze przygotowanie sprawi, że dzień nad wodą będzie przyjemny i bezpieczny. Oto praktyczna lista rzeczy, o których warto pamiętać.

NAJWAŻNIEJSZA JEST OCHRONA PRZED SŁOŃCEM

Przed wszystkim pamiętaj o ochronie przed słońcem. W torbie plażowej nie powinno zabraknąć kremu z odpowiednim filtrem SPF, który skutecznie ochroni skórę przed szkodliwym działaniem promieniowania UV. Osoby o jasnej i wrażliwej skórze powinny wybierać preparaty z filtrem SPF 50 lub 50+, natomiast dla ciemniejszej karnacji odpowiedni może być filtr SPF 30.

Warto zwrócić uwagę, aby kosmetyk zapewniał ochronę zarówno przed promieniowaniem UVA, odpowiedzialnym za przyspieszone starzenie się skóry, jak i UVB, które powoduje oparzenia słoneczne.

Na rynku dostępnych jest wiele rodzajów preparatów ochronnych. Największą popularnością cieszą się klasyczne kremy do opalania, które dobrze sprawdzają się na twarzy i całym ciele. Osoby aktywne mogą sięgnąć po lekkie mleczka lub emulsje, które szybko się wchłaniają i nie pozostawiają tłustej warstwy. Coraz częściej wybierane są również spraye ochronne, umożli-

wiające szybkie i wygodne nakładanie produktu nawet na trudno dostępne miejsca. Dla dzieci oraz osób z bardzo wrażliwą skórą polecane są filtry mineralne, które tworzą na powierzchni skóry ochronną barierę odbijającą promienie słoneczne.

Należy pamiętać, że jednorazowe nałożenie kremu nie zapewnia ochrony przez cały dzień. Preparat warto aplikować około 20-30 minut przed wyjściem na słońce, a następnie ponawiać aplikację co 2-3 godziny oraz po każdej kąpieli, nawet jeśli producent deklaruje wodoodporność produktu.

Oprócz kosmetyków ochronnych warto zabrać ze sobą okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV400, które zabezpieczą wzrok przed szkodliwym promieniowaniem, oraz nakrycie głowy, takie jak czapka z daszkiem, kapelusz lub chusta. Dzięki temu zmniejszysz ryzyko poparzeń słonecznych, przegrzania organizmu oraz udaru cieplnego, które mogą skutecznie zepsuć nawet najprzyjemniejszy dzień na plaży.

WYGODNY WYPOCZYNEK

Równie ważne jest zapewnienie sobie komfortu podczas wypoczynku. Duży ręcznik, koc lub mata plażowa pozwolą wygodnie rozłożyć się na piasku. Jeśli planujesz spędzić na plaży wiele godzin, dobrym rozwiązaniem będzie także parawan lub namiot plażowy, który zapewni odrobinę cienia i ochronę przed wiatrem.

Podczas upalnych dni organizm szybko traci wodę, dlatego nie zapomnij o odpowiednim nawodnieniu. Zabierz ze sobą zapas wody mineralnej



Ciesz się słońcem bez zmartwień

oraz lekkie przekąski, takie jak owoce, kanapki czy batony zbożowe. W przypadku dłuższego pobytu przyda się również torba termiczna, która pomoże utrzymać świeżość jedzenia i napojów.

Jeżeli planujesz kąpiele, koniecznie spakuj strój kąpielowy, klapki oraz dodatkowy ręcznik do osuszenia po wyjściu z wody.

Dobrym pomysłem jest także zabranie wodoodpornego worka na mokre ubrania, dzięki czemu pozostałe rzeczy w torbie pozostaną suche.

Nie zapomnij również o najważniejszych drobiazgach. Telefon komórkowy, dokument tożsamości, karta płatnicza lub niewielka ilość gotówki mogą okazać się niezbędne. Warto zabezpieczyć elektronikę i dokumenty w wodoodpornym etui, które ochroni je przed wilgocią i piaskiem.

Rodziny z dziećmi powinny dodatkowo pamiętać o odpo-

wiednim przygotowaniu najmłodszych do pobytu na plaży. Warto zabrać ze sobą zabawki do piasku, takie jak łopatki, wiaderka czy foremki, które zapewnią dzieciom wiele godzin kreatywnej zabawy. Niezbędny będzie również zapas ubrań na zmianę, ponieważ mokry strój kąpielowy lub ubrudzone piaskiem ubrania mogą szybko obniżyć komfort malucha. Przydatne okażą się także chusteczki nawilżane, które pomogą oczyścić ręce przed jedzeniem lub usunąć piasek z twarzy i ciała.

Podczas całodziennego pobytu na plaży warto zadbać o odpowiednią ilość przekąsek i napojów. Owoce, kanapki, musy owocowe czy zdrowe batoniki pozwolą szybko zaspokoić głód, a regularne picie wody ochroni dziecko przed odwodnieniem. Dobrym rozwiązaniem jest również zabranie torby termicznej, dzięki której jedzenie i napoje zachowają

świeżość nawet podczas wysokich temperatur.

Dla najmłodszych przydadzą się także rękawki, koła ratunkowe lub kamizelki wypornościowe, które zwiększają bezpieczeństwo podczas zabawy w wodzie. Należy jednak pamiętać, że żadne akcesoria nie zastąpią stałej opieki osoby dorosłej. Dzieci powinny zawsze pozostawać pod czujnym nadzorem rodziców lub opiekunów, szczególnie podczas kąpieli.

Nie można zapominać również o ochronie przed słońcem. Dziecięca skóra jest wyjątkowo delikatna, dlatego warto stosować kremy z wysokim filtrem SPF 50+, regularnie je reaplikować oraz zadbać o lekkie nakrycie głowy i przewiewną odzież. W godzinach największego nasłonecznienia dobrze jest zapewnić dziecku miejsce w cieniu, na przykład pod parasolem lub namiotem plażowym. Dzięki odpowiedniemu przy-

gotowaniu rodzinny dzień na plaży będzie nie tylko przyjemny, ale przede wszystkim bezpieczny.

Na koniec warto spakować niewielką apteczkę, która może okazać się niezwykle przydatna podczas pobytu na plaży. Powinna zawierać podstawowe środki opatrunkowe, takie jak plastry, bandaż elastyczny oraz środek do dezynfekcji ran. Warto również zabrać preparat łagodzący skutki ukąszeń owadów, środek przeciwbólowy i przeciwgorączkowy, a także leki przyjmowane na stałe przez członków rodziny.

Dobrym pomysłem jest wyposażenie apteczki w żel lub piankę łagodzącą podrażnienia i oparzenia słoneczne, na przykład preparat z aloesem lub pantenolem. Dzięki temu szybko przyniesiesz ulgę skórze, jeśli mimo stosowania filtrów dojdzie do zaczerwienienia. Przydatne mogą okazać się również krople do oczu, które pomogą złagodzić podrażnienia wywołane przez piasek, wiatr czy słoną wodę.

Osoby spędzające czas aktywnie powinny pomyśleć o środkach na stłuczenia i drobne urazy, takich jak chłodzące kompresy lub maści przeciwbólowe.

Tak wyposażona apteczka nie zajmie wiele miejsca w bagażu, a może okazać się nieocenioną pomocą w przypadku drobnych urazów, nagłego pogorszenia samopoczucia czy innych nieprzewidzianych sytuacji. Dzięki temu wypoczynek będzie nie tylko przyjemny, ale również bezpieczny dla całej rodziny.

Dobrze przygotowana torba plażowa to gwarancja udanego wypoczynku.



PRZENIEŚ SIĘ DO DAWNEGO POMORZA

Park Etnograficzny

Tajemnice Pomorza Zachodniego



⚓ Rybołówstwo

⚓ Młynarstwo

⚓ Ratownictwo

⚓ Fauna i flora Bałtyku

Otwarte codziennie od 10:00 do 18:00

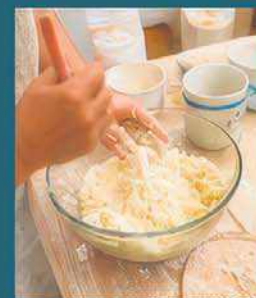
Bilet normalny: 25 zł | Bilet ulgowy: 18 zł

WARSZTATY

Droga masła



Droga chleba



📍 przy Latarni Morskiej
ul. Ludna 22, 72-350 Niechorze

☎ 732 568 752
🌐 parketnograficzny.pl

Zmiany w kursowaniu promów ze Świnoujścia do Szwecji

Pieszko do Szwecji. Jantar Unity uruchamia przewozy pasażerskie na trasie do Ystad



Nowa oferta na trasie Świnoujście-Ystad



Jantar Unity otwiera się na pasażerów pieszych

PROMY

Od teraz podróżni mogą korzystać z rejsów promem Jantar Unity między Świnoujściem a Ystad także bez samochodu. To ważne rozszerzenie oferty.

#Marcin Siemlak

Teraz oferta odpowiada na oczekiwania pasażerów indywidualnych i otwiera nowe możliwości wygodnego podróżowania do Szwecji z wykorzystaniem połączeń kolejowych do Malmö i Kopenhagi.

Prom Jantar Unity rozpoczął obsługę pasażerów pieszych na trasie Świnoujście-Ystad. To długo wyczekiwana zmiana, która pozwala podróżować jednym z najnowocześniejszych promów na Bałtyku również osobom niezmotywowanym.

Nowa oferta została przygotowana z myślą o rosnącym zainteresowaniu podróżami do Szwecji bez własnego środka transportu. Pasażerowie po przybyciu do Ystad mogą skorzystać ze specjalnie podstawionego autobusu, który przewozi ich bezpośrednio do terminala.

W jego bezpośrednim sąsiedztwie znajduje się stacja kolejowa zapewniająca regularne połączenia do Malmö i Kopenhagi. Dzięki temu podróż można wygodnie kontynuować niemal od razu po zejściu na ląd.

Uruchomienie sprzedaży biletów dla pasażerów pieszych jest odpowiedzią na liczne pytania i oczekiwania klientów. Rezerwacji można dokonywać online, korzystając dodatkowo z 10-procentowej zniżki dostępnej przy zakupie przez internet.

Dotychczas Jantar Unity obsługiwał przede wszystkim połączenie do Trelleborga, które koncentrowało się głównie na przewozach logistycznych i transporcie ciężarowym.

Port w Trelleborgu nie jest obecnie przystosowany do obsługi pasażerów pieszych. Inaczej wygląda sytuacja w Ystad, które od lat pełni funkcję ważnego portu pasażerskiego i turystycznego, oferując dogodny dostęp do dalszych połączeń transportowych w Szwecji.

Wprowadzenie nowej usługi pozwala połączyć funkcję przewozów pasażerskich z dotychczasową działalnością cargo.

Oznacza to większą elastyczność oferty przy zachowaniu pełnej zdolności do obsługi transportu towarowego. Dla osób planujących wakacyjne wyjazdy lub krótkie pobyty w Skandynawii oznacza to wygodną możliwość dotarcia do Szwecji bez konieczności podróżowania samochodem.

- Zachęcam do tego, aby każdy osobiście przekonał się, jak wygląda podróż Jantarem Unity. To jednostka zaprojektowana z myślą o maksymalnym komforcie i stabilności, dzięki czemu w trakcie rejsu praktycznie nie odczuwa się kołysania. Wrażenie jest takie, jakby prom stał w miejscu, nawet przy trudniejszych warunkach na morzu - podkreśla Paweł Pluto-Prądyński, członek zarządu POLSCA Baltic Ferries.

- To szczególnie istotne dla osób wrażliwych na chorobę morską, rodzin podróżujących z małymi dziećmi, a także pasażerów przewożących zwierzęta. Stabilna i cicha żegluga sprawia, że podróż staje się spokojna, przewidywalna i kom-



Jantar przejmuje trasę do Ystad

fortowa od początku do końca rejsu.

ZMIANY W KURSOWANIU PROMÓW ZE ŚWINOUJŚCIĄ

Od poniedziałku 22 czerwca zmieniła się siatka połączeń promowych PolSCO Baltic Ferries.

Promy Mazovia i Jantar zamieniają się miejscami. Pierwszy z nich będzie teraz obsługiwał trasę Świnoujście-Trelleborg, a drugi Świnoujście-Ystad.

Prom Mazovia, który kursuje na trasie Świnoujście - Ystad, teraz pływa do Trelleborga. A jego trasę przejął prom Jantar Unity. W praktyce oznacza to zmianę miejsc obu jednostek co ma wpłynąć na lepsze dopasowanie floty do aktualnych potrzeb przewoźnych.

- Trasa do Trelleborga miała dla nas do tej pory charakter przede wszystkim towarowy i logistyczny, obsługując intensywny ruch ciężarowy. W praktyce oznacza to, że rejsy są ukie-

runkowane głównie na przewóz pojazdów, a możliwość podróży bez samochodu była ograniczona - przekazał członek zarządu PolSCO Baltic Ferries Paweł Pluto-Prądyński.

- Z kolei Ystad pełnił funkcję bardziej pasażersko-turystyczną, umożliwiając podróż także pasażerom pieszym, bez konieczności posiadania auta. Teraz zmieniamy te przyzwyczajenia reagując na zmieniający się rynek - dodał.

Po zmianach Jantar Unity będzie obsługiwał trasę o większym udziale ruchu osobowego i turystycznego, bez strat dla ruchu cargo (dotyczącego samochodów ciężarowych oraz nacze-)

Jak zapowiedziano, w czwartym kwartale 2026 r. na trasie do Trelleborga ma też zadebiutować nowy prom - Bursztyn Unity.

Jednostka powstaje obecnie w Stoczni Remontowej w Gdańsku. Według planów

ma zostać oddana do eksploatacji w ostatnim kwartale br. i wzmocnić flotę na trasach do Skandynawii.

Jak wskazano, zmiany wpisują się w szerszy proces modernizacji połączeń promowych między Polską a Szwecją, którego celem jest zwiększenie komfortu podróży oraz efektywności przewozów.

CO WARTO ZOBACZYĆ W YSTAD?

W Ystad warto zobaczyć przede wszystkim doskonale zachowaną, średniowieczną starówkę z domami szachulcowymi, zabytkowe klasztory oraz unikalne atrakcje związane ze szwedzkim kinem i kryminałami.

To urokliwe, portowe miasteczko w południowej Szwecji (Skania) idealnie nadaje się na spokojne zwiedzanie w trybie slow.

Oto lista:

- Domy szachulcowe - Ystad posiada ponad 300 budynków

z muru pruskiego. To największa ich liczba w całej Szwecji. Najśłynniejszym kompleksem jest Per Helsas gård, pochodzący częściowo z XVI wieku dziedzinek z rzemieślniczymi sklepikami i kawiarnią,

- Klasztor i kościół św. Piotra (Klostret i Ystad) - Założony w 1267 roku przez franciszkanów. Jest jednym z najlepiej zachowanych obiektów tego typu w Szwecji. Obecnie mieści się tu muzeum historii lokalnej, a wokół rozciągają się malownicze ogrody ziołowe i staw,

- Kościół Mariacki (Sankta Maria kyrka) - Najstarsza budowla w mieście (XIII wiek). Tradycją kultywowaną do dziś jest Tornvåktaren, czyli trębacz wieżowy, który co wieczór co kwadrans wydaje sygnał dźwiękowy w cztery strony świata, dając znak, że miasto jest bezpieczne,

- Teatr w Ystad (Ystads Teater) - Piękny budynek neorenesansowy z końca XIX wieku, położony blisko portu, który wciąż regularnie organizuje spektakle i koncerty,

- Ales stenar (Kåseberga) - Położony około 15 km na wschód od Ystad, absolutny punkt obowiązkowy. To szwedzkie Stonehenge, czyli monumentalny, tajemniczy megalityczny grobowiec składający się z 59 głazów ułożonych w kształt łodzi Wikingów. Monument stoi na wysokim klifie, skąd rozciąga się spektakularny widok na Morze Bałtyckie,

- Ystad Studios Visitor Center - Miasto jest sercem szwedzkiego przemysłu filmowego,

- Ystad sandskog - Nadmorski rezerwat przyrody tuż obok centrum, oferujący gęste lasy, piaszczyste wydmy i piękne plaże kąpielowe.

JEDNO MIEJSCE WIELE ATRAKCJI DLA CAŁEJ RODZINY!



Gabinet Figur Woskowych w Międzyzdrojach istnieje od 1998 roku. Zaczynaliśmy od 13-stu figur polskich aktorów, a twórcami byli polscy artyści. Nasza wystawa z każdym rokiem zmienia się i powiększa. Wiosną tego roku zostały wymienione figury, obecnie w kolekcji posiadamy około 110 figur m.in.: aktorów, piosenkarzy, polityków, malarzy, a ku uciechu naszych najmłodszych zwiedzających sceny z bajek i komiksów.



Kino Eva w Międzyzdrojach powstało w 2009r. Sala kinowa wyposażona jest w 198 miejsc w tym wyjątkowe łóżko dla par. Każdego dnia staramy się stworzyć w naszym kinie kameralną i przyjemną atmosferę, aby każdy miłośnik kina mógł liczyć na ciepłe przyjęcie i chwilę niezapomnianego relaksu. Kino Eva znajduje się w samym centrum promenady – naprzeciwko mola, w budynku Gabinetu Figur Woskowych. Sprawdź repertuar na: www.kino-eva.com.pl

Planetarium Międzyzdroje – Twoja brama do gwiazd!

Nowo zainstalowany w marcu tego roku projektor zapewni Państwu – Nową Jakość Kosmicznych Przeżyć! Zapraszamy na fascynującą podróż przez Wszechświat w zupełnie nowej odsłonie! Dzięki najnowszej technologii projekcji, nasze pokazy astronomiczne osiągnęły niespotykaną dotąd jakość, oferując wyjątkowe przeżycia, które na długo pozostaną w Twojej pamięci.



więcej informacji na:
www.woskowe.pl
www.kino-eva.com.pl
www.planetarium-miedzyzdroje.pl

ul. Bohaterów Warszawy 19, Międzyzdroje
tel. +48 91 328 25 70

Tym sposobem unikniesz odwodnienia

Dietetyczka ujawnia, co najlepiej pić i jeść podczas upałów



UPAŁY

Odpowiednie nawodnienie organizmu to kluczowy element dbania o zdrowie, szczególnie w okresach wysokich upałów. Jak zadbać o nawodnienie?

#Katarzyna Wąs-Zaniuk

Podczas upałów zapotrzebowanie na płyny rośnie tak bardzo, że bardzo trudno je zaspokoić tylko pijąc wodę. Dlatego warto sięgać po produkty z dużą zawartością wody, owoce, warzywa oraz po dania płynne lub półpłynne - powiedziała PAP dietetyczka kliniczna Magdalena Kartasińska-Kwaśnik.

- Każdy z nas ma indywidualne zapotrzebowanie na płyny. W ciągu dnia powinniśmy ich spożywać między 30 a 35 ml na kilogram masy ciała. Ale w czasie upału to zapotrzebowanie wzrasta do 40-45 ml na kg masy ciała. Zatem w przypadku osoby o dużej masie ciała mogą to być naprawdę spore litraże - ujawniła w rozmowie z Polską Agencją Prasową dietetyczka kliniczna z Better Workplace, Magdalena Kartasińska-Kwaśnik.

Podkreśliła, że choć woda jest podstawą nawodnienia, to podczas upałów może być wyzwaniem wypić tyle, ile faktycznie potrzebuje nasz organizm.

- Dlatego warto podczas upałów dywersyfikować źródła płynów, dzięki temu łatwiej jest się nawadniać. Można na przykład zwiększyć w diecie udział tych produktów, które mają dużą ilość wody lub są po prostu płynne lub półpłynne - oceniła Kartasińska-Kwaśnik.

CO JEŚĆ PODCZAS UPAŁÓW?

Ekspertka przypomniła, że bardzo dobrym źródłem wody są owoce, takie jak truskawki czy arbuzy, a także warzywa, np. ogórek. Zwróciła uwagę, że arbuzy zawierają sporo cukrów prostych, dlatego osoby z cukrzycą powinny spożywać go z umiarem.

Dietetyczka podkreśliła, że mimo częstych zaleceń ograniczania arbuza przez diabetyków, mogą oni bezpiecznie włączyć go do swojego jadłospisu, na przykład jako deser po dobrze zbilansowanym posiłku bogatym w białko i węglowodany złożone.

- W przypadku osób, które mają cukrzycę, nie rezygnowałabym z tego owocu w ogóle, ale jadłabym go na przykład jako deser - po dobrze zbilansowanym posiłku, który jest źródłem białka i węglowodanów złożonych - tłumaczyła dietetyczka.

Dobrym rozwiązaniem jest

jedzenie zup, np. chłodników, sfermentowanych produktów mlecznych (jak maślanka, kefir, jogurt) lub ich roślinnych odpowiedników czy picie koktajli owocowo-warzywnych.

CO NAJLEPIEJ PIĆ PODCZAS UPAŁÓW?

Dietetyczka podkreśliła, że według badania, w którym opracowano tzw. Beverage Hydration Index - wskaźnik oceniający zdolność różnych napojów do nawodnienia organizmu, biorąc pod uwagę m.in. ich wpływ na poziom elektrolitów - lepszym środkiem nawadniającym niż woda okazuje się odutlenione mleko.

- W tym zakresie rzeczywiście przewyższa ono napoje izotoniczne czy soki - wyjaśniła Kartasińska-Kwaśnik.

Dodała, że aby skutecznie nawodnić organizm, warto sięgać także po soki owocowe, takie jak sok pomarańczowy, które charakteryzują się wyż-

szym wskaźnikiem nawodnienia niż woda, a także po napoje izotoniczne, które dzięki zawartości elektrolitów również lepiej wspierają nawodnienie. W sytuacjach silnego odwodnienia, na przykład podczas biegunki, można sięgnąć po specjalistyczne preparaty dostępne w aptekach, które pomagają uzupełnić elektrolity.

- W upały bardzo dobrze sprawdzają się lemoniady i domowej roboty mrożone herbaty - np. rooibos z trawą cytrynową, herbata rumiankowa czy zielona z dodatkiem listków świeżej mięty, z kawałkami cytrusów, czy innych owoców - wymieniała ekspertka.

Jak przypomniła, przyjęło się mówić, że czarna herbata i kawa odwadniają.

- Nie powinniśmy tego brać zbyt dosłownie do siebie. Zarówno czarna herbata, jak i kawa delikatnie pobudzają diurezę. To znaczy, że po ich wypiciu będzie nam się praw-

dopodobnie chciało dość szybko pójść do toalety zrobić siku. Natomiast nie wpływa to negatywnie na nasze ogólne nawodnienie - tłumaczyła.

Dodała, że kawa i czarna herbata mają nieco niższy indeks nawodnienia w porównaniu z wodą, ale nadal nawadniają organizm.

- Dlatego nie musimy rezygnować z kawy i herbaty w upały, jeżeli lubimy te napoje. Natomiast faktycznie lepiej jest zastąpić kolejną filiżankę kawy innymi płynami dającymi pobudzenie i orzeźwienie, albo porcją owoców - zaznaczyła specjalistka.

Czy w upały można pić alkohol? Dietetyczka odradza ten pomysł. Zdaniem ekspertki picie alkoholu podczas upałów to bardzo zły pomysł. - Alkohol ma faktycznie właściwości odwadniające. Dlatego szczególnie w upały warto go ograniczyć, a nawet wyeliminować, żeby zadbać o swoje nawodnienie i bezpieczeństwo - ujawniła dietetyczka.

W jej ocenie wyjątkiem jest tutaj piwo bezalkoholowe, ponieważ zawiera porcję elektrolitów oraz witaminy z grupy B.

Ekspertka podkreśla, że w czasie upałów podstawowym napojem powinna być woda. Jednocześnie warto wybierać wodę wysoko zmineralizowaną, która dostarcza więcej elektrolitów, takich jak sód, magnez czy wapń - składniki traczone przez organizm wraz z potem.

Jakie witaminy na upały? Latem spędzamy dużo czasu na słońcu, przez co skóra jest częściej wystawiana na działanie promieni słonecznych. Opalanie nie służy jednak zdrowiu. Przegrzewa organizm, od-

wadnia, a silne promieniowanie UV niszczy barierę ochronną skóry i wpływa na powstawanie w organizmie wolnych rodników, które powodują stres oksydacyjny. Wolne rodniki uszkadzają więc skórę, sprawiają, że zaczyna się ona szybciej starzeć, a także negatywnie wpływają na działanie całego organizmu.

Witaminy odgrywają więc istotną rolę we wspieraniu organizmu podczas wysokich temperatur i w czasie narażenia na promieniowanie UV latem. Mogą one chronić skórę przed negatywnym wpływem opalania, pomagać zachować młody wygląd.

Latem łatwo uzupełnić niedobory witamin, ponieważ mamy dostęp do większej ilości świeżych, sezonowych warzyw i owoców.

Chociaż witaminy są zawsze ważne dla ogólnego zdrowia, w kontekście upałów i pocenia się, kluczowe stają się przede wszystkim elektrolity, o które należy zadbać latem, należą:

- **Sód** - pomaga utrzymać równowagę wodną w organizmie i jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania nerwów i mięśni.

- **Potas** - kluczowy dla pracy mięśni (w tym serca) i regulacji ciśnienia krwi.

- **Magnez** - wspomaga funkcje mięśni i nerwów, pomaga zmniejszyć uczucie zmęczenia i znużenia.

- **Wapń** - ważny dla prawidłowego skurczu mięśni i przekazywania sygnałów w komórkach.

- **Chlorki** - niezbędne dla równowagi kwasowo-zasadowej i trawienia.



REKLAMA

0011547669

Lodziarnia Gabrys

📍 DZIWNÓWEK, UL. KAMIEŃSKA 14

GOFRY • LODY ŚWIDERKI • LODY GAŁKOWE
KAWA • SHAKE • DESERY

NAJLEPSZA JAKOŚĆ OD LAT! ❤️



Idealne miejsce
NA SŁODKI
WYPOCZYNEK! ❤️



GOFRY



LODY ŚWIDERKI



DESERY



KAWA



LODY GAKOWE



SHAKE

KAWA MROŻONA



Najlepsze
Gofry
w Okolicy



PONIEDZIAŁEK – NIEDZIELA 🕒 10:00 – 22:00

ZAPRASZAMY!



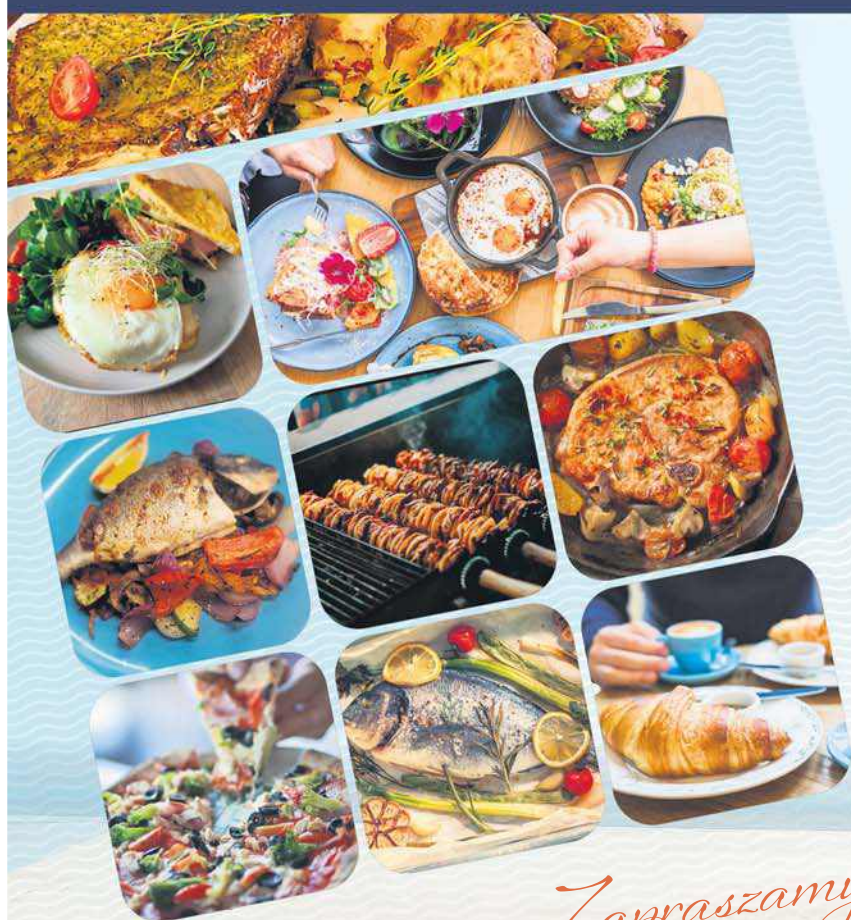
PYSZNE LODY



ŚWIEŻE GOFRY



SŁODKIE PRZYJEMNOŚCI



Zapraszamy!

RESTAURACJA

Na Widelcu

pyszne jedzenie

📍 DZIWNÓWEK, UL. KAMIEŃSKA 14



PIZZA • OBIADY DOMOWE

GRILL • RYBY



GODZINY OTWARCIA 12:00 - 22:00



ŚNIADANIA Piątek, Sobota, Niedziela 9.00 - 11.00

PYSZNE JEDZENIE

• ŚWIEŻE SKŁADNIKI

• MIŁA ATMOSFERA



HOSSOLAND

Niesamowita atrakcja dla rodzin spędzających wakacje nad morzem



ZESKANUJ
KOD QR
I KUP BILET
ONLINE



RODZINNE
ATRAKCJE



NIEZAPOMNIANE
EMOCJE



LETNIA
PRZYGODA