

MAGAZYN *razem z dodatkami*

Marta Suska: Cóрка ma prawo do swojego życia, nawet jeśli matka się obrazi

● Miasto jednak wykupi „Mleczaka” przy ul. Warszawskiej. ● Proces o ptasie kupy pod pomnikiem

PLUS TELEMAGAZYN z programem TV oraz dwie strony fascynujących krzyżówek



JEDYNA GAZETA REGIONALNA NA PODKARPACIU

nowiny

n o w i n y 24.pl

Piątek-Niedziela,
29-31.05.2026

Nr 103 (21 810)

www.nowiny24.pl
Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

**Nauczyciel skazany
za molestowanie
uczennic.**

Sąd podwyższył
wyrok **str. 5**

**Osiem niedźwiedzi
już odłowiono
na terenie gmin
Solina i Baligród
str. 2**

**Protestowali
przed Sejmem
w obronie szpitala
w Lesku str. 4**

Nr ISSN 0137-9534

Nr indeksu 3503 62



**– Nie wolno
udawać.
Trzeba być
zawsze sobą,
bo to wygrywa**

– mówi Zuzanna Kustra,
Miss Województwa Podkarpackiego

RZESZÓW – STR. 18-20

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

8-letni Maks ma szansę na zdrowie.
Dzięki pomocy wielu ludzi udało się
zebrać 16 mln zł na kurację w USA **STR. 9**



**Spalony kościół
w Kruhelu Wielkim.**
Uda się go odbudować?

PRZEMYŚL – STR. 7



**Forum Energii
i Obronności**
15 czerwca w Rzeszowie
WYDARZENIE – STR. 8 I 12

REKLAMA



Smaczna,
filtrowana
woda
prosto z kranu



**Bez kaucji
Bez problemu**

0011529146

TYDZIEŃ Z NASZĄ GAZETĄ

PONIEDZIAŁEK

● Sportowy24 - wyniki z podkarpackich aren, opinie, komentarze

WTOREK

● Strefa Biznesu - informacje gospodarcze i analizy ekonomiczne

ŚRODA

● Efekty, jakie daje jazda na rowerze, odczujesz już po godzinie aktywności

PIĄTEK

● Puls Polski. Reportaże z Podkarpacia i kraju, wywiady
● Telemagazyn i dwie strony krzyżówek

ZAMÓW PRENUMERATĘ: tel. 12 312 53 88, prenumerata@nowiny24.pl, bok.prenumerata@polskapress.pl

W Bieszczadach trwa akcja odłowu niedźwiedzi brunatnych

opr. baj
wydawcy@nowiny24.pl

Na razie schwytano osiem osobników, siedmiu założono obroże GPS. Dwa najbardziej uciążliwe drapieżniki relokowano.

Rzecznik Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Rzeszowie Łukasz Lis informuje, że akcja rozpoczęła się tydzień temu i w tym czasie odłowiono niedźwiedzie na terenie gmin Solina i Baligród. Siedem wyposażono w obroże telemetryczne GPS, dzięki którym służby mogą monitorować ich ruch i szybko reagować w sytuacjach zagrożenia. Jeden młody osobnik, zbyt lekki na założenie obroży, został oznakowany mikrochipem. Dwa najbardziej uciążliwe zwierzęta wywieziono w bezpieczne miejsce.



Akcja to pokłosie śmiertelnego ataku niedźwiedzia w Płonnej i coraz częstsze pojawianie się tych zwierząt w pobliżu domów.

- Udało się odłowić dwie młode samice z Wołkowyi, które regularnie pojawiały się w pobliżu zabudowań i powodowały konflikty na terenach zamieszkałych. To one zostały relokowane do odległych

kompleksów leśnych - przekazał Łukasz Lis.

W rejonie Płonnej w gminie Bukowsko rozstawiono pułapki nie przyniosły dotąd efektu. Miesiąc temu doszło tam do śmiertelnego ataku niedź-

wiedzia na 58-letnią kobietę, co skłoniło wójta do złożenia wniosku o odłów agresywnego osobnika.

Prace w terenie prowadzone są z inicjatywy RDOŚ i we współpracy kilku instytucji. Uczestniczą w nich także pracownicy Lasów Państwowych oraz eksperci Tatrzańskiego Parku Narodowego, którzy od lat radzą sobie z problemem niedźwiedzi przyzwyczajonych do bliskości ludzi i poszukiwania pokarmu w ich sąsiedztwie. RDOŚ planuje odłów łącznie 18 bieszczadzskich niedźwiedzi.

Działania te stanowią część projektu o wartości ponad 16 mln zł, którego celem jest jednoczesna ochrona niedźwiedzia brunatnego i poprawa bezpieczeństwa mieszkańców. Program, finansowany głównie z pieniędzy unijnych, obejmuje powołanie profesjo-

nalnej grupy interwencyjnej reagującej na zgłoszenia o zwierzętach podchodzących pod zabudowania, montaż niedźwiedzioodpornych kontenerów na odpady, sadzenie drzew owocowych w głębi lasu oraz uruchomienie platformy GIS do rejestrowania incydentów. Projekt potrwa do końca 2029 r. i ma zmniejszyć liczbę konfliktów między ludźmi a niedźwiedziami, bez zabijania zwierząt.

Rzecznik RDOŚ odniósł się także do kwestii płoszenia niedźwiedzi pojawiających się w pobliżu zabudowań.

- Przed nami trudne wyzwania i kolejne działania, w tym płoszenie osobników podchodzących pod domy. Liczymy na podpis prezydenta pod ustawą umożliwiającą użycie broni gładkolufowej i amunicji gumowej - powiedział Łukasz Lis.

W połowie maja Sejm uchwalił nowelizację ułatwiającą reagowanie na niebezpiecznych drapieżników. Przygotowane przez Polskę 2050 przepisy pozwalają myśliwym - za zgodą Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska - na odstraszanie niedźwiedzi i żubrów bronią gładkolufową z gumową amunicją. Tego typu pociski zadają ból, ale nie są śmiertelne. Ustawa przewiduje też brak odpowiedzialności karnej, jeśli podczas płoszenia zwierzę zostanie przypadkowo ranne lub zabite, o ile działano w stanie wyższej konieczności, np. broniąc ludzi. Zmiana przepisów to reakcja na fakt, że dotychczasowe środki - w tym słabsza broń gazowa - przestały skutecznie odstraszать drapieżniki podchodzące pod zabudowania. (AL/PAP)

AUTOREKLAMA

0111521052



Zapisz się już dziś!

energiazpolski.pl

Udział bezpłatny.
Liczba miejsc ograniczona.

ORGANIZATOR

POLSKA PRESS GRUPA

PATRONAT MEDIALNY

**strefa
BIZNESU.pl**

PATRONAT HONOROWY



Ministerstwo
Aktywów Państwowych



Wiceprezes Rady Ministrów
Minister Obrony Narodowej

Władysław Kosiniak-Kamysz



Konrad Fijołek
Prezydent Miasta Rzeszowa



WOJEWODA PODKARPACKI

TEMATY PANELI:

- Biliony do wydania - jak zatrzymać kapitał w Polsce?
- Finansowanie projektów strategicznych
- Transformacja energetyczna jako szansa dla polskich firm
- Polski przemysł zbrojeniowy - od podwykonawcy do integratora

Proces o ptasie kupy pod pomnikiem. Prezes stowarzyszenia odmówił składania zeznań

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

W Sądzie Rejonowym w Rzeszowie odbyła się rozprawa w sprawie niesprzątania ptasich odchodów spod Pomnika Czynu Rewolucyjnego. Tym razem obwiniony Marcin M. pojawił się w sądzie.

Do siedziby sądu przy ul. Kuźstonia prezes stowarzyszenia, które dostało Pomnik Czynu Rewolucyjnego w Rzeszowie od ojców bernardynów, przyszedł w czarnych okularach. Pod pachą trzymał gazetę, którą czytał, czekając na rozpoczęcie rozprawy. Okularów nie ściągnął nawet na sali sądowej.

Proces w sprawie niesprzątania przez kilkanaście miesięcy ptasich odchodów, które gromadziły się pod monumentem w centrum Rzeszowa, rozpoczął się 28 kwietnia 2026 roku. Sąd już raz skazał właściciela terenu, wymierzając mu grzywnę w wysokości 300 zł. Straż Miejska uznała, że to za niska kara i wniosła odwołanie.

Na pierwszej rozprawie wysłuchano zeznań świadków.



FOT. PAWEŁ DUBIEL

- Nie widzę powodu, aby składać wyjaśnienia w tej sprawie - stwierdził Marcin M.

Byli to głównie strażnicy miejscy, ale także działaczka, mieszkanka Rzeszowa, która wysprzątała pomnik wraz z kolegami w czynie społecznym. Wówczas obwiniony w sądzie się nie pojawił ani nie wysłał prawnika. Do stawianego mu zarzutu ustosunkował się pi-

semnie. Złożył wniosek o umorzenie postępowania.

Sędzia Sądu Rejonowego w Rzeszowie Olga Stanowska-Kłak uznała jednak za konieczne wysłuchanie obwinionego Marcina M. i obowiązkowo wezwała go na majową rozprawę.

Nie przyznaje się do winy i odmawia składania zeznań

Wczoraj prezes stowarzyszenia sprzeciwił się obecności dziennikarzy Nowin na sali rozpraw. Tłumaczył to m.in. ochroną własności prywatnej, ochroną wizerunku oraz do-

brego imienia stowarzyszenia, które reprezentuje.

- Na rozprawie będą podejmowane tematy, które dotyczą prywatnego dysponowania własnością i mam prawo, jako przedstawiciel właściciela, domagać się ochrony zarówno planów wobec tej własności, jak i realizacji innych przedsięwzięć prywatnych - argumentował obwiniony.

Sąd jednak nie podzielił tych argumentów i zezwolił na obecność mediów, jednak wyłączył jawność rozprawy w części dotyczącej odbierania danych osobowych obwinionego oraz jego stanu zdrowia.

Marcin M., pytany przez sąd, czy przyznaje się do stawianego mu zarzutu, odparł, że nie. Odmówił też składania wyjaśnień oraz odpowiadania na pytania sądu.

Prezes w swojej wypowiedzi nawiązał do tego, że ktoś odchody posprzątał i wywiózł. Stało się to pod osłoną nocy.

- W związku z tym, że okoliczności wskazują wyraźnie na to, iż kara nałożona przez Straż Miejską, mająca na celu przymuszenie nas do wykonania określo-

nych czynności, jest bezzasadna z uwagi, że te czynności zostały wykonane, podtrzymuję wniossek o umorzenie tego postępowania. Nie widzę powodu, aby składać wyjaśnienia w tej sprawie - powiedział sądowi.

Sędzia poinformowała, że zwróci się do Prokuratury Rejonowej dla miasta Rzeszów o akta sprawy, które dotyczą postępowania z art. 165 paragraf 1 KK (przestępstwo sprowadzenia niebezpieczeństwa dla życia lub zdrowia wielu osób albo dla mienia w wielkich rozmiarach). Sąd chce zapoznać się z tym materiałem przed wydaniem rozstrzygnięcia.

Może chodzić o to, że zalegające na pomniku odchody mogły powodować zagrożenie biologiczne dla przechodzących regularnie obok pomnika mieszkańców Rzeszowa. Takie zawiadomienie złożył choćby miejski aktywista, działający w obronie pomnika, Dawid Domański z Rzeszowa. Ale prokuratura nie podjęła się śledztwa.

Rozprawa została odroczone do lipca. Na ten termin obwiniony nie musi się już stawić. ©

REKLAMA 0011530328

SPOTKANIE Z ZESPOŁEM

Kam

75 Polskie Radio RZESZÓW

ZAPRASZAMY

2 CZERWCA
GODZ. 15:00

galeria RZESZÓW

REKLAMA 0011522763

Stypendia Pomostowe 25. edycja Stypendiów Pomostowych

Planujesz studia?

Aplikuj o stypendium pomostowe!

- Zdawałeś/aś maturę w 2026 roku?
- Mieszkasz w małej miejscowości lub wsi?
- Pochodzisz z niezamożnej rodziny?
- Zamierzasz studiować stacjonarnie?

Jeśli TAK, masz szansę na **stypendium na 1 rok studiów** w wysokości 10 000 złotych

Rekrutacja rusza 9 lipca, online.

Więcej informacji znajdziesz na www.stypendiapomostowe.pl

Młode wilki walczą o bieszczadzki szpital

Dorota Męcarska
d.mekarska@nowiny24.pl

Pracownicy szpitala w Lesku i mieszkańcy Bieszczadów protestowali w Warszawie w obronie lecznicy. Pikieta odbywała się pod symbolem wilka, jako alegorii walczących Bieszczad.

Akcję obrony szpitala zainicjował dr Dusan Augustyn z Instytut Rozwoju Peryferii. Działa ona pod nazwą „Ruch społeczny w obronie szpitala w Lesku” i pokazuje, że nie ma zgody społecznej na zmianę formuły lecznicy w Lesku.

Szpital, który jest w trudnej sytuacji finansowej i kadrowej, próbuje przetrwać likwidując przynoszące straty oddziały, w tym SOR. Przed szpitalem stoi tylko widmo likwidacji oddziału ratunkowego, ale całkowity upadek.

Zebrali 5677 podpisów

Do Warszawy pojechała wczoraj 30-osobowa grupa z Bieszczad. Pracownicy szpitala, związkowcy oraz mieszkańcy regionu. Za środek transportu posłużył im wóz typu western, opatrzony hasłem: Uratujmy bieszczadzki szpital. Wypożyczył go protestującym Jacek Krawiec z m. Buk.

Wozem zawieziono zebrane w obronie szpitala podpisy, zapakowano do drewnianej skrzyni podczas happeningu na Połoninie Caryńskiej.



Protest przed Sejmem w obronie szpitala w Lesku. Czy to uratuje lecznicę?

- Zebraliśmy 5677 podpisów z apelem do premiera o uratowanie naszego bieszczadzkiego szpitala. Domagamy się podjęcia specjalnych środków, tak jak w przypadku klęski żywiołowej, które pozwolą na utrzymanie SOR-u i zabezpieczą bezpieczeństwo zdrowotne mieszkańców oraz odwiedzających Bieszczady, Beskid Niski, Sanoczczyznę i Pogórze Przemyskie - informuje Dusan Augustyn.

W dwa tygodnie pod apelem podpisała się prawie jedna piąta dorosłej populacji naszego regionu.

- Gdybyśmy prowadzili zbiórkę dłużej, bez problemu zebralibyśmy nawet 20 000 podpisów. Mówię, to z pełnym przekonaniem, bo na własne oczy widziałem, że prawie każdy

przechodzień chętnie podpisywał się pod apelem - przekonuje organizator protestu.

Nie dajcie z siebie zedrzeć skór!

Protestującym towarzyszył symboliczny wilk - znak Bieszczad i jednocześnie symbol walki o przetrwanie.

- Nawet w takich dzikich ostępach, gdzie wyją wilki, mieszkają ludzie, którzy oczekują godnego i równego traktowania oraz dostępu do ochrony zdrowia takiego samego jak mieszkańcy dużych miast - podkreśla Dusan Augustyn.

- Wilk symbolizuje również nieustępliwość i wolę walki. Jest to symbol, który działa na wyobraźnię ludzi. Jest drapieżnikiem, ma kły i pazury i potrafi zawalczyć o swoje.

Nie ma zgody na likwidację SOR!

W Bieszczadach brak jest zgody na możliwość zamknięcia SOR, choć być może to utrzymałoby szpital na powierzchni. Zdaniem inicjatorów protestu oznaczałoby to wydłużenie czasu oczekiwania na pomoc medyczną oraz dodatkowe przeciążenie szpitali w Sanoku, Brzozowie, Przemyśle i Rzeszowie.

- Szczególnie nocami oraz w sezonie turystycznym pacjenci już dziś nie mają pewności, czy zostaną przyjęci bez wielogodzinnego oczekiwania. Zamknięcie SOR-u w Lesku oznacza nie tylko dłuższy dojazd, ale też większe kolejki w okolicznych szpitalach - zaznacza Augustyn.

Organizatorzy alarmują również, że osłabienie ochrony zdrowia może przyspieszyć depopulację regionu.

- Już dziś ograniczony dostęp do usług publicznych sprawia, że młodzi ludzie niechętnie tu wracają i coraz rzadziej decydują się osiedlać w Bieszczadach. Jeśli stracimy szpital, stracimy także seniorów i osoby przewlekle chore, które potrzebują stałego dostępu do opieki medycznej. Ucierpi również turystyka, bo wyjazd w góry czy wypoczynek nad jeziorem będzie wiązał się z realnym ryzykiem, że pomoc medyczna nie dotrze na czas - dodaje aktywista.

Jedni nie mogą pomóc, drudzy nie chcą
Podczas protestu część polityków wychodziła do de-

monstrantów, jednak - jak relacjonowali uczestnicy - reakcje były mieszane. Protestujących wsparli min. politycy partii Razem, w tym Adrian Zandberg oraz poseł niezrzeszony Janusz Kowalski. Organizatorzy przyznają jednak, że liczyli na większe zaangażowanie i wsparcie ze strony parlamentarzystów PiS, którzy wyszli do protestujących. Zgromadzeni usłyszeli z ich ust, że ta formacja jest obecnie w opozycji, nie może im nic obiecać, niech więc swoje żale kierują do partii rządzącej.

Natomiast posłowie z PO, którzy w ostatniej kampanii wyborczej zapewniali o świetlanej przyszłości szpitala w Lesku, nie poświęcili protestującym uwagi. Według relacji Augustyna, posłanka Joanna Frydrych nie zatrzymała się przechodząc obok pikiet, choć protestujący wołali ją, by z nimi porozmawiała.

- To bardzo bolało, szczególnie pracowników szpitala - relacjonuje Augustyn.

Mimo chłodnego przyjęcia protestujący deklarują, że nie zamierzają rezygnować z walki o utrzymanie placówki.

- Jeśli dopuścimy do całkowitego rozsypania się szpitala, później nie będzie już czego ratować - przestrzega Augustyn.

- Państwo powinno teraz pomóc finansowo, żeby zatrzymać narastanie długu i odsetek, na czym zarabiają parabanki. To mogłoby ustabilizować sytuację szpitala i dać mu szansę na przetrwanie.

©P

REKLAMA

0111519294



wyróżnienie
w konkursie

2025 **N** nasze
DOBRE



CZAS NA GRILLA



Rzeszowski Piknik Nauki i Techniki - warto się wybrać

kd
Patronat Nowiny, nowiny24.pl

W najbliższą sobotę na Politechnice Rzeszowskiej kolejna edycja „Mocy Odkrywców”, czyli Rzeszowskiego Pikniku Nauki i Techniki.

Impreza rozpocznie się o godz. 11 i potrwa do 17. Wokół głównego budynku rektoratu Politechniki Rzeszowskiej tradycyjnie stanie miasteczko piknikowe.

Dla odwiedzających będą dostępne cztery strefy tematyczne: pasaż techniki, pasaż nauki, pasaż kultury i sztuki oraz skwer historii.

To w nich odbywać się będą interaktywne pokazy i warsztaty z fizyki, chemii, robotyki, awioniki, informatyki, inżynierii środowiska i biotechnologii, pokaz transformatorów Tesli.

Oprócz tego będzie można zobaczyć galerię lamp plazmowych, widowiskowe pojedynki wojów zbrojnych.

W salach wykładowych Politechniki Rzeszowskiej w sobotę odbędą się prelekcje i pokazy:

● godz. 12.00: Jak AI i roboty humanoidalne wpływają na nasze MOC-e? - wykład studentów Koła Naukowego ROBO RZIT

● godz. 13.30: Pokazy chemiczne w wykonaniu studentów Koła Naukowego ESPRIT

● godz. 15.30: Niesamowita fizyka! - pokaz studentów Koła Naukowego FOTON

● godz. 11.00-17.00: Pokazy wysokich napięć i galeria lamp plazmowych - Teslacoil

● godz. 11.00-17.00: Stano-wisko i prezentacje Legionu 501 - Star WARS

©P

Nauczyciel skazany za molestowanie uczennic

Andrzej Plęs
a.ples@nowiny24.pl

Sąd Okręgowy w Krośnie skazał Ryszarda D. w październiku 2025 r. na 4 lata pozbawienia wolności, Sąd Apelacyjny w Rzeszowie podwyższył wymiar kary do 5 lat.

Sprawa eksplodowała, kiedy trenujące w sanockim klubie sportowym dwie dziewczynki znalazły w szatni kamerę. Była ukryta w kartonowym pudełku, z którego wystawał obiektyw. Właśnie miały przebrać się do treningu, na prośbę trenera miały przymierzyć nowe stroje „na gołe ciało”.

Ryszard D. prowadził tu treningi dzieci, był także nauczycielem w Szkole Podstawowej nr 4 w Sanoku. Nieoficjalnie wiadomo, że rodzice uczniów wielokrotnie sygnalizowali dyrekcji szkoły podejrzenie zachowania nauczyciela wobec uczennic. Bez efektu. Incydent w szatni klubu był przełomem. Jedną z dziewczynek poskarżyła się rodzicom, ci zawiadomili organy ścigania. Policja podjęła działania operacyjne, dowodów było dość, by



Ryszarda D. wczoraj nie było na sali w Sądzie Apelacyjnym w Rzeszowie

w marcu 2023 r. mogło dojść do zatrzymania 57-latka.

Akt oskarżenia precyzował, że przestępczych zachowań wobec podopiecznych oskarżony dopuszczał się od 2015 r. podczas lekcji w-f i treningów. „Wielokrotnie podstępem doprowadzając je do inne czynności seksualnej”. Zaś „na terenie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Sanoku podstępem,

w krótkich odstępach czasu, pozostawiając w damskiej szatni ukrytą kamerę, utrwalili wizerunek nagich małoletnich oraz jednej pełnoletniej oraz usiłował utrwalili wizerunek nagich małoletnich, do czego jednak nie doszło z uwagi na pozostanie ich w białiznie”.

Ryszard D. przyznał się do zamontowania kamery. Zapewniał, że odstąpił od chęci

nagrywania i wyraził skruchę. Stanowczo zaprzeczył, jakoby miał molestować dziewczynki.

Krośnieński sąd potwierdził winę Ryszarda D., skazując go na 4 lata pozbawienia wolności, dziesięcioletni zakaz zajmowania wszelkich stanowisk, wykonywania zawodów i działalności związanych z wychowaniem, edukacją, leczeniem małoletnich oraz opieką nad nimi

oraz dziesięcioletni zakaz kontaktowania się z trzema pokrzywdzonymi w jakikolwiek sposób i zbliżanie do nich na mniej niż 50 m. Uniewinnił od zarzutu molestowania dwóch niezidentyfikowanych przez prokuraturę dziewczynek.

Właśnie tę ostatnią decyzję krośnieńskiego sądu zakwestionował Sąd Apelacyjny w Rzeszowie polecając ponowne rozpatrzenie tego wątku. Ogłoszony w czwartek wyrok prawomocnie potwierdzał winę Ryszarda D.

- Od września 2016 roku do czerwca 2019 podczas lekcji wychowania fizycznego oraz podstępem polegającym na wprowadzeniu zwyczaju przytulania się na początku i na końcu każdego pozalekcyjnego treningu wielokrotnie doprowadził małoletnią poniżej lat 15 do poddania się innej czynności seksualnej, polegającej na dotykaniu jej piersi podczas obejmowania - brzmiał fragment sentencji wyroku, wygłoszonego przez sędziego Arkadiusza Hrynyszyna. - Wielokrotnie doprowadził małoletnią do innej czynności seksualnej, polegającej na dotykaniu jej po-

śladków i całowaniu w usta - wspominał o innej poszkodowanej.

Kolejną ofiarę głaskał po udzie i dotykał jej pośladków. Za wszystkie potwierdzone wyrokiem zarzuty Ryszard D. ma spędzić za kratami łącznie 5 lat. SA utrzymał w mocy decyzję sądu krośnieńskiego o 10 - letnim zakazie jakiegokolwiek działalności związanej z pracą z dziećmi.

Zarówno przez sądem w Krośnie, jak i przed rzeszowskim apelacyjnym rozprawy toczono były z wyłączeniem jawności, uzasadnienie wyroków objęto tym rygorem. Ryszarda D. nie było na sali sądowej.

- Trudno mi skomentować „na gorąco” ten wyrok, będzie poddawany analizie po zapoznaniu się z jego uzasadnieniem, o co wniosek na pewno złożę - zapewniła mec. Katarzyna Pietruszka.

Zadowolona nie kryli uczestniczący w rozprawie rodzice jednej z ofiar. Przed rozprawą wyrażali obawy, iż oskarżony może zostać uniewinniony. - Jestem zadowolona i dobrze, że dostał więcej - skomentowała wysokość kary pani Daria. ©®

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

Jedyna taka instalacja w Polsce. ORLEN uruchomił inwestycję wartą 800 mln zł

ORLEN uruchomił w Płocku pierwszą w Polsce instalację HVO. Inwestycja warta ponad 800 mln zł będzie produkować około 300 tys. ton biopaliw rocznie. Nowy zakład nie tylko zwiększy bezpieczeństwo paliwowe kraju i uniezależni nas od importu biokomponentów, ale też da silny impuls do rozwoju krajowego łańcucha dostaw.

Prezes ORLEN, Ireneusz Fąfara, podkreślił podczas spotkania z dziennikarzami, że projekt ma wymiar nie tylko biznesowy, ale też strategiczny i technologiczny.

- HVO to instalacja, która pokazuje inną twarz ORLEN. Spotykamy się w tradycyjnym miejscu, ale przy zupełnie nowej, innowacyjnej technologii. To ona będzie zmieniała transport przyszłości i zwiększy naszą niezależność od zewnętrznych dostaw biokomponentów - zaznaczył.

Nowa inwestycja wpisuje się w strategię transformacji energetycznej koncernu. ORLEN planuje zbudować wokół niej szeroki ekosystem współpracy, łączący rolnictwo, logistykę i transport. Jak dodał Fąfara, projekt ma kluczowe znaczenie dla rozwoju biopaliw oraz budowy krajowego łańcucha wartości.



ORLEN stawia na krajowe surowce i współpracę z rolnikami

Kluczowym elementem projektu jest maksymalne wykorzystanie polskich surowców - głównie oleju rzepakowego oraz zużytych olejów posmażalniczych (UCO). Ważnym ogniwem tego systemu mają stać się rodzimi rolnicy.

- Chcemy zachęcić rolników do udziału w programie „Międzyplony dla biopaliw”, aby zwiększać krajową produkcję surowców do wytwarzania paliw odnawialnych - zapowiedział prezes ORLEN.

Koncern już teraz przeznacza rocznie około 5 mld

zł na zakupy od polskich rolników, a nowa instalacja ma te nakłady jeszcze zwiększyć. Dzięki temu ORLEN zyska większą kontrolę nad rynkiem biopaliw i poprawi efektywność kosztową. Jak podsumował Ireneusz Fąfara: - Ta instalacja realnie zwiększa bezpieczeństwo paliwowe Polski. Rozwijamy własną produkcję zaawansowanych biokomponentów i uniezależniamy się od zmienności zewnętrznych rynków.

300 tys. ton biopaliw rocznie

Jak wyjaśnia Grzegorz Józwiak, dyrektor wykonawczy ds. biopaliw i wodoru

w ORLENIE, produkowany w Płocku komponent jakościowo odpowiada tradycyjnemu olejowi napędowemu. Może być wykorzystywany zarówno jako domieszka do diesla, jak i samodzielne paliwo HVO100. Wydajność nowej infrastruktury sięga około 300 tys. ton rocznie.

- Produkt będzie trafiał przede wszystkim do odbiorców w kraju, ponieważ pozwala realizować cele regulacyjne związane z Narodowym Celem Wskaźnikowym oraz przyszłymi wymaganiami dyrektywy RED III - wskazuje Józwiak.

Kluczowym atutem inwestycji jest elastyczność

surowcowa. - Nowa technologia pozwala na wykorzystanie zarówno olejów roślinnych, jak i odpadowych tłuszczów posmażalniczych czy surowców pochodzących z upraw międzyplonowych - tłumaczy przedstawiciel ORLEN.

Dzięki procesowi uwodornienia, powstające paliwo można bez żadnych ograniczeń tankować do silników wysokoprężnych. - To jedyna taka instalacja w Polsce. W przypadku HVO wysoka jakość pozwala na wykorzystanie go jako w pełni samodzielnego, pełnowartościowego paliwa - zaznacza.

W procesie technologicznym kluczową rolę odgrywa wodór, który napędza proces hydrotorafinacji. To właśnie dzięki niemu surowce biologiczne zmieniają się w produkt o wyjątkowo niskim śladzie węglowym.

Uruchomienie tego bloku zwiększy łączny potencjał produkcyjny ORLEN do około 700 tys. ton biopaliw rocznie. Koncern zakłada, że do 2030 roku moce te wzrosną aż do 1,1 mln ton.

„Nowa Chemia” kolejnym dużym projektem ORLEN
Równolegle w Płocku realizowany jest projekt „Nowa

Chemia”, który ma stać się nowym filarem petrochemicznym koncernu. Kompleks docelowo zastąpi część dotychczasowych obiektów i przejmie produkcję kluczowych surowców dla przemysłu chemicznego.

Jak wyjaśnia Damian Olewnik, odpowiedzialny za realizację i uruchomienie inwestycji, przedsięwzięcie obejmuje szereg nowoczesnych jednostek technologicznych. Wśród nich znajdują się m.in. instalacja krakera parowego, układy uwodornienia benzyny popirolitycznej oraz linie produkcyjne glikoli i styrenu.

- Budujemy nowoczesny zakład petrochemiczny, który będzie bardziej efektywny energetycznie i mniej emisyjny niż obecnie eksploatowane systemy - podkreśla Olewnik.

Projekt jest już zaawansowany w ponad 80 procentach. Obecnie trwają prace związane z integracją nowego kompleksu z istniejącą infrastrukturą produkcyjną ORLEN.

Zgodnie z założeniami „Nowa Chemia” ma ruszyć w 2030 roku. Docelowo zakład będzie dostarczał na rynek m.in. etylen i propylen, czyli podstawowe komponenty dla przemysłu chemicznego i sektora tworzyw sztucznych.

Strażacy uratowali małą sarnę. Wyczerpana utknęła w zbiorniku retencyjnym

ko
k.aronowicz@nowiny24.pl

Nietypową interwencję przeprowadzili rano strażacy z Ustrzyk Dolnych. Na terenie wyciągu narciarskiego „Gromadzyń” ratownicy wydobyli z zbiornika retencyjnego małą sarnę.

Nie była w stanie samodzielnie wydostać się na brzeg. Nie wiadomo, ile godzin przebywała w wodzie.

Do interwencji doszło około godziny 6:00. Zwierzę było wyraźnie wyczerpane, a strome, śliskie brzegi oraz gumowe wyłożenie dna zbiornika uniemożliwiały mu ucieczkę.

Po przybyciu na miejsce strażacy zabezpieczyli teren i spraw-

dzili sytuację. Okazało się, że jedyną możliwością dotarcia do sarny jest zejście bezpośrednio do zbiornika. Ratownik wyposażony w sprzęt do ratownictwa wodnego i wysokościowego, został opuszczony w dół.

Strażacy zabezpieczyli przestraszane zwierzę linką ratowniczą, a następnie ostrożnie wydobyli je na brzeg.

Sarna została ogrzana i udzielono jej podstawowej pomocy - m.in. poprzez okrycie kocem i uspokojenie. Po odzyskaniu sił zaczęła się samodzielnie poruszać. Jak informują strażacy, jej stan poprawił się na tyle, że mogła zostać pozostawiona w bezpiecznym miejscu. Szybka reakcja ratowników pozwoliła uratować życie młodego zwierzęcia

Radni dali zielone światło. Miasto wykupi „Mleczaka”

Wojciech Tataro
wojciech.tataro@polskapress.pl

Na ostatniej sesji rzeszowscy radni jednogłośnie poparli wykup przez miasto terenów, na których znajduje się Zespół Szkół nr 3 im. Tadeusza Ryłskiego.

Ze względu na skomplikowaną sytuację własnościową, tereny, na których znajduje się szkoła, należą do Regionalnej Spółdzielni Szkolenia i Usług Mleczarskich. Spółdzielnia ta już od kilku lat chce odsprzedać miastu teren za kwotę księgową 7 mln zł. Cena rynkowa za nieruchomość, w której skład wchodzi trzy budynki: szkoły, internatu oraz muzeum mleczarstwa o łącznej powierzchni użytkowej ponad 7,3 tys. mkw. oraz działki wraz z terenami zielonymi o powierzchni 16 392 mkw., byłaby kilkakrotnie większa. Spółdzielnia chce, aby szkoła funkcjonowała, jednak zbliża się zebranie sprawozdawczo-wyborcze, a jej członkowie, do których należy 6 zakładów jako podmiotów prawnych oraz 30 podmiotów fizycznych, oczekują ostatecznego załatwienia sprawy.

W związku z tym spółdzielnia wystosowała do miasta ultimatum, aby określiło do końca czerwca, czy jest zainteresowane zakupem nieruchomości. W przeciwnym razie trafi ona na wolny rynek. Na ostatniej se-



W Zespole Szkół nr 3 przy ulicy Warszawskiej kształcą się 823 uczniów. Trwa właśnie nabór na nowy rok szkolny

sji radni wszystkich opcji politycznych podjęli uchwałę intencyjną w sprawie zakupu wspomnianych terenów. Teraz ratusz musi znaleźć 7 mln zł, przygotować umowę i sfinalizować transakcję.

Decyzja radnych pozwala spać spokojnie zarówno uczniom, jak i pracownikom szkoły.

Zespół Szkół nr 3 przy ulicy Warszawskiej, czyli dawna

szkoła mleczarska, ma 123-letnią tradycję. Obecnie kształcą się w niej 823 uczniów w 6 zawodach na poziomie techni-

Teraz rzeszowski ratusz musi znaleźć 7 milionów złotych, przygotować umowę i sfinalizować transakcję ze spółdzielnią.

kum oraz na poziomie branżowej szkoły I stopnia. Placówka ma internat, w którym zakwaterowanych jest 138 uczniów. W szkole pracuje 86 nauczycieli oraz 32 pracowników administracji i obsługi.

ZS nr 3 może pochwalić się Brązową Tarczą w Ogólnopolskim Rankingu Perspektywy i 3. miejscem w Rzeszowie w Rankingu Techników portalu WaszaEdukacja.pl. W skali całego kraju jest 186. na 1421 techników.

Szkoła korzysta z programów europejskich. Tylko w tym roku szkolnym na zagraniczne wyjazdy w ramach Erasmus+ pojechało blisko 90 uczniów. Młodzież odbywa praktyki m.in. we włoskich portach lotniczych, a nauczyciele szkołę się w różnych krajach Europy. Placówka pozyskała też miliony złotych na rozwój pracowni zawodowych i organizację staży.

- Widzimy, że nasi absolwenci znajdują pracę w branży lotniczej. Spotykamy ich później na lotniskach jako stewardów, pracowników obsługi czy służb operacyjnych. To pokazuje, że te kierunki mają sens i realnie odpowiadają na potrzeby rynku - podkreśla Katarzyna Nowak, dyrektor ZS nr 3 w Rzeszowie.

Dyrekcja uspokaja, że proces rekrutacji nadal, a widmo sprzedaży terenów - po decyzji radnych - praktycznie przestało istnieć. ©P

Zbezczcił zabytkową kaplicę przy kościele

Bogdan Hućko
b.hućko@nowiny24.pl

Prokuratura Rejonowa w Krośnie nadzoruje śledztwo przeciwko mężczyźnie, któremu zarzucono umyślne uszkodzenie wnętrza zabytkowej kaplicy przy kościele w Krośnie.

Kaplica przy Kościele pw. Matki Bożej Królowej Polski w krosnieńskiej dzielnicy Polanka figuruje w rejestrze zabytków od 1989 roku. Według prokuratury, mężczyzna wszedł do niej i zapalniczką nadpalił fragment blatu drewnianego ołtarza oraz obraz z wizerunkiem Matki Bożej i Jezusa. - Działając publicznie, znieważał miejsce oraz przedmioty czci religijnej, obrażając i znieważając uczucia religijne innych osób - informuje dr hab. Marta Kolendowska-Matejczuk, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Krośnie.



Kaplica w dzielnicy Polanka w ciągu dnia jest otwarta

Kościół przy ul. Decowskiego w ciągu dnia jest zamykany. Natomiast kaplica, znajdująca przed wejściem do świątyni, jest otwarta. - Jest specjalnie otwarta, żeby można było przyjść i się pomodlić. Jest zamknięta tylko na noc. To stało się chwilę przed mszą. Próbował podpalać obraz z różnych stron.

Na szczęście, nie udało mu się wzniecić większego ognia. Zniszczenia są widoczne, nie mówiąc już o symbolicznym wymiarze ataku na coś, co jest bardzo szanowane i święte dla ludzi - mówi proboszcz ksiądz prałat Mirosław Grendus.

Mężczyzna został zatrzymany przez policjantów tego samego dnia. Czynu dopuścił się w warunkach recydywy w ciągu 5 lat po odbyciu kary co najmniej 6 miesięcy pozbawienia wolności. Został skazany w 2024 roku przez Sąd Rejonowy w Krośnie. Był oskarżony o przestępstwo z art. 108 ust. 1 Ustawy o ochronie zabytków i opiece nad zabytkami (kto niszczy lub uszkadza zabytek, podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do lat 8) w zw. z art. 196 kk (obraza uczuć religijnych) w zw. z art. 11 § 2 kk w zw. z art. 64 § 1 kk (tzw. kumulatywny zbieg przepisów, czyli sprawca swoim jednym czynem popełnia prze-

stępstwo, które narusza jednocześnie kilka różnych przepisów).

Teraz Sąd Rejonowy w Krośnie aresztował go na trzy miesiące. Grozi mu do 12 lat więzienia.

To nie pierwszy incydent z udziałem tego mężczyzny. - Dwa lata temu urządził sobie libację na schodach naszego kościoła. Wikariusz, który przyszedł go upomnieć, został zaatakowany. Mężczyzna wywołał burdę i atakował z siekierą naszych parafian. Później próbował podpalać drzwi kościoła. Może to być jakaś piromańska skłonność tego biedaka - zastanawia się ks. Mirosław Grendus.

Nieoficjalnie dowiedzieliśmy się, że mężczyzna pochodzi z Polanki, ale długie lata tutaj już nie mieszkał. Podobno tułał się, koczował w ruderze po dziedzińcach. Wrócił dwa lata temu i narozbraiał, za co został skazany. ©P

0011532355

Panu Patrykowi Szelidze

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Taty

składają

Dyrekcja oraz Pracownicy
Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Rzeszowie

0011532054

Pani

Katarzynie Irzyk

Pracownikowi Urzędu Miasta Rzeszowa

wyrazy szczerzego współczucia
z powodu śmierci

Taty

składają

Prezydent Miasta Rzeszowa
Konrad Fijołek

REKLAMA 0011515234

MPGK RZESZÓW

Zakład Usług Pogrzebowych i Cmentarnych
MPGK Rzeszów Sp. z o.o.
35-323 Rzeszów ul. Cienista 3

CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE

☎ 601 402 991 ☎ 17 853 53 48

- Sprzedaż niezbędnych akcesoriów pogrzebowych
- Przewóz zwłok z miejsca zgonu do chłodzi
- Przygotowanie ciała do pochówku
- Organizacja ceremonii pogrzebowej
- Organizacja kremacji
- Załatwienie formalności ZUS, KRUS, inne

Biuro czynne: pon.-pt. 7.00-16.00, sobota 8.00-14.00
www.zupic.pl

Co dalej ze spalonym kościołem na Kruhelu Wielkim w Przemyślu?

Łukasz Solski
l.solski@nowiny24.pl

Pożar w kościele pw. Matki Bożej Królowej Polski przy ul. Leszczynowej wybuchł w poniedziałek. Ogień został szybko opanowany przez strażaków, ale wnętrze świątyni uległo zniszczeniu.

Policja wyjaśnia dokładne okoliczności zdarzenia, a parafia mierzy się ze stratami, które określane są jako wyjątkowo dramatyczne. Pożar, mimo szybkiej interwencji służb, zdążył wyrządzić ogromne szkody wewnątrz budynku. Akcja gaśnicza pozwoliła uratować konstrukcję obiektu, ale nie jego wyposażenie.

Ołtarz nie nadaje się do użytku

Wnętrze kościoła zostało doszczętnie zniszczone. Ogień oraz woda użyta podczas akcji gaśniczej doprowadziły do całkowitej degradacji wyposażenia.

Ołtarz, ławki, obrazy oraz pozostałe elementy wyposażenia nie nadają się do użytku.



Kościół Matki Bożej Królowej Polski wybudowano w 1914 r. Płomienie zniszczyły wnętrze świątyni. Ołtarz, ławki, obrazy już nie nadają się do użytku

Straty dotyczą praktycznie każdego elementu znajdującego się w środku świątyni.

Uszkodzeniu uległa także konstrukcja wnętrza. Spalone zostały drzwi, część zakrystii oraz elementy sufitu, a drewniane detale zostały całkowicie strawione przez ogień.

Proboszcz: Dla nas to ogromna tragedia

Proboszcz parafii, ks. Krzysztof Bartochowski w rozmowie z Radiem Rzeszów podkreślił, że informacja o pożarze była dla wspólnoty ogromnym ciosem.

- Rano otrzymałem telefon od jednej z parafianek, która

przekazała mi informację o zdarzeniu. Dla nas wszystkich jest to ogromna tragedia i bardzo bolesne doświadczenie - przekazał duchowny.

Jak zaznaczył, parafia liczy na możliwość odbudowy świątyni, choć będzie to proces długotrwały i wymagający wsparcia z wielu stron. Kościół przez

lata był ważnym miejscem dla mieszkańców Kruhela Wielkiego.

Czy będzie odbudowany?

Przyszłość świątyni zależy od wyników szczegółowej ekspertyzy technicznej, która ma ocenić stan murów i konstrukcji budynku.

Wiadomo już, że zniszczeniu uległa większość okien, a część ścian nosi widoczne pęknięcia. Budynek jest murywany, jednak skala uszkodzeń może mieć kluczowe znaczenie dla dalszych decyzji.

Parafia nie wyklucza odbudowy kościoła, ale podkreśla, że będzie ona możliwa jedynie przy wsparciu zewnętrznym. W grę wchodzi pieniądze z ubezpieczenia, pomoc darczyńców oraz ewentualni sponsorzy.

Kościół Matki Bożej Królowej Polski wybudowano w 1914 r. Wokół kościoła znajdują się mogiły żołnierzy austro-węgierskich i rosyjskich poległych w walkach 1914-1915.

©

Złamał sądowy zakaz - trafi do więzienia

opr. baj
wydawcy@nowiny24.pl

2 lata więzienia, 20 tys. zł nawiązki i dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych. Taki wyrok w trybie przyspieszonym usłyszał 36-latek mieszkający w Sędziszowie Młp.

Dyżurny ropczyckiej komendy otrzymał zgłoszenie o kierującym Oplem, którego tor jazdy wskazywał, że może znajdować się pod wpływem alkoholu. Policjanci zatrzymali go na ul. Mickiewicza w Ropczycach. Za kierownicą siedział 36-latek, który miał w organizmie prawie 3 promile alkoholu. Po sprawdzeniu w policyjnych systemach okazało się, że ma dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych. Policjanci wystąpili do sądu z wnioskiem o rozpoznanie sprawy w trybie przyspieszonym. 36-latek usłyszał nieprawomocny wyrok 2 lat bezwzględnej pozbawienia wolności, dożywotni zakaz prowadzenia pojazdów mechanicznych oraz nawiązkę 20 tys. zł na rzecz Funduszu Pomocy Osobom Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej.

MATERIAL INFORMACYJNY WARTY

Nowy wymiar bezpiecznego biznesu

Przyzwycailiśmy się, że przedsiębiorcy, pytani, co najbardziej utrudnia im działalność, na pierwszym miejscu stawiali: niestabilne otoczenie prawne, zmieniające się przepisy. Dziś niestabilny staje się cały świat. Stałe jest tylko jedno - wszelkie zmiany reguł biznesowej gry najpierw uderzają w mały i średni biznes. Na szczęście niezmienna pozostaje też zasada, że rynek nie znosi próżni, więc ubezpieczyciele przygotowują nowoczesne oferty, obliczone na potrzeby tych firm, które rozumieją wagę współczesnych zagrożeń.

To zrozumienie dotyczy przede wszystkim zmiany podejścia do kwestii: ubezpieczenie biznesu. To nie może być „dodatek” do prowadzonej działalności, tylko jeden z kluczowych elementów zarządzania ryzykiem i zachowania ciągłości działania firmy. I to nie tylko „wielkiej firmy”, ale też niemal każdego biznesu zaliczanego do sektora małych i średnich przedsiębiorstw. Bo takie firmy są na pierwszej linii codziennych zmagani z rosnącymi kosztami, konkurencyjną presją, problemami z dostępnością pracowników czy cyberatakami. To dla nich

odporność operacyjna i ciągłość działania są kluczowe, a pełne bezpieczeństwo zapewnić im może tylko ochrona dopasowana do ich specyfiki. Dlatego dziś podstawą oferty wiodących ubezpieczycieli są elastyczne rozwiązania i szeroki zakres ochrony, dopasowany do skali, branży i modelu działania danej firmy.

Firmy na kruchym lodzie

A jest o co się troszczyć. Z badania „Skaner MSP” BIG InfoMonitora wiemy, że blisko jedna czwarta przedsiębiorców deklarowała w 2026 r., że ich firmy były realnie zagrożone likwidacją, a upadłości bądź zawieszenia działalności obawia się 26 proc. biznesów. Z kolei z badań Instytutu Keralla Research, prowadzonych w kwietniu tego roku na zamówienie Warty wynika, że 68% firm w razie przestoju działalności utrzymałaby się na rynku mniej niż pół roku. Aż 57 proc. firm deklaruje zdolność do regulowania bieżących zobowiązań przez okres od dwóch do pięciu miesięcy.

Widmo przestoju

Te dane pokazują stosunkowo niską odporność firm na nagłe, niekorzystne zmiany, uderzające w ich bieżącą



działalność. Dlatego w swoim pakiecie ubezpieczeń SME (Small and Medium Enterprises) Warta stawia przed wszystkim na elastyczny dobór rozwiązań, które można dopasować do specyfiki każdej firmy – od tych, które potrzebują kompleksowej ochrony, po przedsiębiorców chcących zabezpieczyć tylko jedno, wybrane ryzyko. Hala produkcyjna może oczywiście spłonąć, ale równie groźny w skutkach dla jej właściciela może być nieplanowany w niej przestój, wynikający ze zdarzeń, na które firma nie ma żadnego wpływu.

Tymczasem pod niewinnym brzmieniem hasłem „przepraszam” kryje się jedna z bardziej dewastujących mały i średni

biznes sytuacji, gdy po stronię przychodów wykres dąży do zera, a po stronie kosztów nic nie ulega zmianie: nadal płacimy pensje pracownikom i pokrywamy wszystkie opłaty stałe. Z tego powodu w ofercie Warty klasyczne ubezpieczenie mienia – budynków, maszyn czy sprzętu elektrycznego, od zdarzeń losowych – od kradzieży przez dewastację aż po pożar czy katastrofę budowlaną, zawiera też opcję ubezpieczenia od przestoju. Obejmuje ono ochroną koszty stałe i zwiększone koszty działalności, takie jak: raty kredytów i leasingów, wynagrodzenie pracowników, stałe opłaty związane z działalnością (energia, woda, gaz), jak i utracony

zysk (ryczałt – niezależnie od formy prowadzonej księgowości). Oczywiście Warta oferuje także dodatkowe świadczenia, wspierające ciągłość działalności również po zdarzeniach zaliczanych do kategorii następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW), jak np. świadczenie ryczałtowe dla właściciela na poczet zatrudnienia pracownika na zastępstwo.

Od wszelkich ryzyk

O nowoczesnej filozofii ubezpieczeń, oferowanych przez Wartę, świadczy także stałe poszerzający się zakres oferty. Na przykład w podstawowym zakresie firmy mogą objąć ochroną w formule all risk (od wszelkich ryzyk) także budynki tymczasowe, automaty wrzutowe czy siłownie wiatrowe, a obiekty namiotowe czy konstrukcje drewniane mogą być ubezpieczone od skutków takich zdarzeń jak grad, wiatr, śnieg. Czy już jest bezpiecznie? Jeszcze nie, bo każdy przedsiębiorca musi jak najkorzystniej zabezpieczyć całą przestrzeń odpowiedzialności cywilnej. I tu znów pojawiają się dwa określenia-klucze do nowoczesnej ochrony biznesu: im szerszy zakres świadczeń oferowanych przez ubezpieczyciela, tym większa szansa na uzyskanie oferty maksymalnie dopasowa-

nej do potrzeb danej firmy i jej działalności. A w ofercie zawsze istotna jest jej cena. Dlatego warto pamiętać o zasadzie, że świadczenie objęte pakietem podstawowym z reguły będzie finansowo bardziej przyjazne od dedykowanej naszym potrzebom ochrony z zakresu świadczeń „dodatkowych”.

W tym kontekście warto spojrzeć na ofertę Warty, która zapewnia, że w kategorii odpowiedzialności cywilnej oferuje najszerszy na rynku zakres ubezpieczenia, nie wyłączając specjalistycznych prac niezbędnych w prowadzeniu różnych rodzajów działalności.

Wygraną jest bezpieczeństwo

Skoro zatem dziś nowoczesne ubezpieczenie biznesu musi bazować na możliwie szerokiej ofercie, którą można elastycznie dostosować do specyfiki każdej firmy, to nie można nie wspomnieć o jeszcze jednym kluczowym elemencie: roli w tym procesie agenta lub brokera ubezpieczeniowego. To od jego profesjonalizmu zależy dobre rozpoznanie możliwych do ubezpieczenia zagrożeń dla stabilności naszej firmy i efektywne dostosowanie do nich rozwiązań. Co jest możliwe tylko w formule win-win, gdzie obie strony wygrywają.

Superkomputery to przyszłość modelu bezpieczeństwa

Andrzej Płes
a.ples@nowiny24.pl

Kiedy niemal każdym elementem naszego życia zarządzają rozwiązania informatyczne, dla naszego wspólnego bezpieczeństwa potrzebne są takie, które bezpieczeństwo zapewnią.

Już dziś funkcjonują takie, które będą standardem przyszłości.

- Hewlett Packard Enterprise jest firmą, która jest w stanie dostarczyć w pełni komplementarne, spójne rozwiązanie w oparciu o jednego dostawcę - zapewnia Kinga Piecuch, prezes zarządu Hewlett Packard Enterprise Polska. - W mojej ocenie nie ma innej firmy, która z perspektywy rozwiązania infrastrukturalnego, w dodatku dysponując połączeniami sieciowymi, jest w stanie zbierać rozwiązania z sieci. Jesteśmy jedynym dostawcą, który oferuje to, co jest siecią, zbieramy dane, budujemy ich



Kinga Piecuch, prezes zarządu Hewlett Packard Enterprise Polska

bazę, przesyłamy je do infrastruktury krytycznej albo infrastruktury klienta, często suwerennej, czasami hybrydowej, które klient sobie przetwarza w swoim, w pełni przez siebie kontrolowanym środowisku.

HPE ma jeszcze jedną propozycję dla podmiotów, dla których bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni jest kryterium podstawowym.

- Jesteśmy w stanie zbudować superkomputer wojskowy - sygnalizuje pani prezes. - Wraz z firmą Orange zbudowaliśmy dla francuskiej armii rozwiązanie tak zwany air - gap bez dostępu do internetu, w pełni suwerenne. Jako Hewlett Packard Enterprise możemy zaproponować komplementarne, end to end, rozwiązanie dużym organizacjom sektora obronnego czy energetycznego w tych obszarach, w których mamy do czynienia z infrastrukturą krytyczną.

Rozwiązanie typu air - gap firmy HPE to w pełni odizolowane środowiska (brak połą-

czenia z internetem), projektowane dla branż o najwyższych wymogach bezpieczeństwa. Umożliwia zarządzanie infrastrukturą, aktualizacje oraz przechowywanie danych lokalnie, bez ryzyka wycieku informacji na zewnątrz. Szczególnie pożądane przez podmioty o najwyższych standardach bezpieczeństwa.

Bardzo mocno podkreśla, że kierowana przez nią firma jest taką, która buduje partnerstwa, bo - uzasadnia - „dziś świat i bezpieczeństwo muszą opierać się o partnerstwo i alternatywy”.

- W Finlandii zbudowaliśmy hybrydę w oparciu o nasze rozwiązanie, wielki superkomputer chłodzony cieczą i rozwiązania quantum computing - zaznacza Kinga Piecuch. - Dopiero taka hybryda jest w stanie dostarczyć klientom wartość w budowaniu między innymi takich rozwiązań, które będą służyć bezpieczeństwu państwa. To rozwiązanie jest naszą przyszłością. ©

FORUM W RZESZOWIE 15 CZERWCA

Polska Press Grupa, Nowiny24.pl, StrefaBiznesu.pl i StrefaObrony.pl zapraszają na Forum Dostawców Przemysłu Energetycznego i Obronnego „Energia z Polski - Local First” w Rzeszowie pod patronatem Ministerstwa Aktywów Państwowych. Forum odbędzie się z udziałem ministra Wojciecha Balczuna, planowany jest udział wicepremiera Władysława Kosiniaka - Kamysza, ministra klimatu Pauliny Hennig - Kłoski oraz ministra energii Miłosza Motyki. To unikalna okazja, by stanąć twarzą w twarz z ludźmi decydującymi o największych zamówieniach w kraju. To miejsce na networking, promocję własnych rozwiązań i bezpośredni dialog biznesu z administracją.

● Udział w wydarzeniu jest bezpłatny
● Rejestracja: Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc, zachęcamy do szybkiego zapisywania się: www.energiazpolski.pl/rejestracja

REKLAMA

CYBERSEC EXPO & FORUM 2026. Katowice miejscem debaty o bezpieczeństwie cyfrowym Europy

Cyberbezpieczeństwo stało się jednym z najważniejszych wyzwań współczesnych państw, gospodarek i społeczeństw. Rosnąca liczba cyberataków, rozwój sztucznej inteligencji, zagrożenia dla infrastruktury krytycznej czy skala dezinformacji sprawiają, że odporność cyfrowa przestaje być wyłącznie domeną ekspertów IT. Dziś dotyczy funkcjonowania administracji publicznej, przemysłu, energetyki, ochrony zdrowia i sektora finansowego, a także bezpieczeństwa obywateli i stabilności gospodarki.

O tych wyzwaniach będą rozmawiać uczestnicy **CYBERSEC EXPO & FORUM 2026**, największego wydarzenia poświęconego cyberbezpieczeństwu w Europie Środkowo-Wschodniej, które odbędzie się **15-16 czerwca 2026 r. w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach**. Tegoroczna edycja odbywa się pod hasłem „We are the firewall”, podkreślającym wspólną odpowiedzialność za bezpieczeństwo systemów, danych, procesów i usług – fundamentów funkcjonowania współczesnego państwa i gospodarki.

Katowice gospodarzem debaty o cyberbezpieczeństwie

Wybór Katowic jako gospodarza wydarzenia nie jest przypadkowy. Województwo śląskie od lat rozwija kompetencje związane z nowoczesnymi technologiami, transformacją przemysłu i cyfryzacją gospodarki. Region

coraz mocniej zaznacza swoją obecność również w obszarze cyberbezpieczeństwa, łącząc potencjał biznesowy, akademicki i technologiczny. Na Śląsku działają firmy technologiczne i przemysłowe inwestujące w cyfrową odporność, rozwijają się centra usług IT i nowoczesnych technologii, a uczelnie techniczne kształcą specjalistów odpowiedzialnych za bezpieczeństwo cyfrowe systemów i infrastruktury. Nieprzypadkowo właśnie tutaj odbędzie się dyskusja o bezpieczeństwie cyfrowym państwa, gospodarki i obywateli.

Agenda: od geopolityki po bezpieczeństwo sektorów krytycznych

Program CYBERSEC EXPO & FORUM 2026 ma wielowymiarowy charakter i obejmuje perspektywę strategiczną, regulacyjną, operacyjną oraz technologiczną. W centrum debat znajdują się m.in. zagadnienia związane



z geopolityką cyberbezpieczeństwa i suwerennością technologiczną Europy. Ekspertki będą rozmawiać o tym, czy Europa jest dziś w stanie budować własną podmiotowość cyfrową w świecie zdominowanym przez globalne potęgi technologiczne. Istotnym elementem programu będą również dyskusje dotyczące wdrażania regulacji NIS2, ustawy KSC i Cyber Resilience Act oraz budowania odporności państwa i samorządów. Agenda obejmuje także kwestie ochrony infrastruktury krytycznej, bezpieczeństwa administracji publicznej i współpracy międzysektorowej.

Dużo miejsca poświęcono sektorom szczególnie narażonym na cyberzagrożenia. W programie znalazły się sesje dotyczące cyberbezpieczeństwa ochrony zdrowia, przemysłu, energetyki i finansów. Ekspertki będą rozmawiać m.in. o ochronie danych medycznych i systemów szpitalnych, bezpieczeństwie środowisk przemysłowych i OT, odporności sektora energetycznego oraz wyzwaniach stojących przed bankowością i e-commerce.

Nie zabraknie również tematów związanych z dezinformacją, odpornością społeczną, bezpieczeństwem chmury, centrów

danych i inteligentnych miast. Ważną częścią programu będą praktyczne aspekty wzmocnienia cyberodporności – tworzenie SOC i CSIRT, zarządzanie ryzykiem, planowanie ciągłości działania i reagowanie na cyfrowe sytuacje kryzysowe.

Administracja, biznes i eksperci przy jednym stole

W wydarzeniu udział wezmą przedstawiciele administracji publicznej, sektora bezpieczeństwa, biznesu, przemysłu i środowiska naukowego. Swój udział potwierdzili już m.in. **Maciej Jan Broniarz**, Cyber Incident Response Expert;

Adam Cieślak, komendant Centralnego Biura Zwalczania Cyberprzestępczości w latach 2022-2026; **Andrzej Dulka**, prezes Polskiej Izby Informatyki i Telekomunikacji; **Marcin Dudek**, kierownik CERT Polska; **Michał Gramatyka**, sekretarz stanu w Ministerstwie Cyfryzacji; **Agnieszka Gryszczyńska**, dyrektor Departamentu do Spraw Cyberprzestępczości i Informatyzacji w Prokuraturze Krajowej; **Jarosław Homa**, pełnomocnik rektora ds. cyberbezpieczeństwa i wicedyrektor Centrum Cyberbezpieczeństwa Politechniki Śląskiej; **Karol Paciorek**, kierownik CSIRT Komisji Nadzoru Finansowego; **Dariusz Standerski**, sekretarz stanu w Ministerstwie Cyfryzacji; **Jarosław Wacko**, główny specjalista Dowództwa Komponentu Wojsk Obrony Cyberprzestrzeni oraz **Miroslaw Wróblewski**, prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Integralną częścią wydarzenia będzie pierwsza edycja **CYBERSEC Awards**, wyróżniająca osoby i instytucje wzmocniające odporność cyfrową Polski i Europy.

Organizatorem wydarzenia jest Grupa PTWP. Rejestracja uczestników trwa na stronie: www.cybersecforum.eu

WIERZYM, ŻE MAKSIU ZAGRA KIEDYŚ W PIŁKĘ NOŻNĄ

Po tym jak influencer Łatwogang zebrał 12 mln zł na pomoc 8-letniemu Maksiu, choremu na genetyczną chorobę dystrofii mięśni, w życiu jego rodziny pojawiło się światło nadziei. Chłopiec będzie mógł przejść nowatorską terapię genową w Stanach Zjednoczonych

Piotr Samolewicz

Po sukcesie pierwszego challenge (ang. wyzwania) Łatwoganga na rzecz dzieci chorych onkologicznie wielu ludzi zaczęło zgłaszać się do Piotrką Hanckego o pomoc, także rodzice Maksymiliana, Anna i Robert Toccy ze wsi Dziurdziów koło Leska na Podkarpaciu. Zaledwie na kilka dni

przed planowaną akcją Łatwoganga dowiedzieli się, że chce on przejechać na rowerze bez snu z Zakopanego do Gdańska w celu zebrania pieniędzy na leczenie ich synka.

- Na życzenie Piotrką akcja była utrzymywana do końca w tajemnicy. Bo nie było wiadomo, czy uda się ją „spiąć” organizacyjnie

- mówi mama Maksymiliana.

Państwo Toccy zegnali influencera w piątek, 22 maja w Zakopanem. Potem cała rodzina pojechała samochodem do Gdańska.

- Nie wyobrażaliśmy sobie, że może nas nie być w Gdańsku i mu nie podziękować za to, co dla nas zrobił.

Ciąg dalszy na str. 10



Burmistrz Leska Adam Snarski (obok Maksia) i jego urzędnicy założyli teatr, a dochód z granych przez siebie spektakli przeznaczili na pomoc chłopcu

FOT. ARCHIWUM RODZINY TOCKICH

MATERIAL INFORMACYJNY T-MOBILE

0011523231

Prezent na ostatnią chwilę? To już nie problem. T-Mobile upraszcza obdarowywanie z Magenta Moments

Są takie momenty, kiedy chcemy zrobić coś miłego – spontanicznie, bez okazji albo właśnie dlatego, że okazja jest ważna. Problem w tym, że często brakuje nam czasu na szukanie, porównywanie, wybieranie. Odkładamy decyzję na później albo wybieramy coś „na szybko”, bez większego przekonania. A przecież chcemy sprawiać radość – tylko w sposób łatwy i naturalny. T-Mobile to rozumie.



Badania dowodzą, że 70% osób uważa, że dawanie prezentów wzmacnia relacje, a dla 42% najważniejsze jest po prostu wywołanie uśmiechu u bliskiej osoby. Czasem jest ku temu ważna okazja, jak urodziny czy rocznica, ale coraz częściej po prostu impuls: „pomyślałem o Tobie”. Problem w tym, że codzienność rzadko daje przestrzeń na spokojne szukanie prezentów. Dlatego w ramach programu Magenta Moments T-Mobile upraszcza obdarowywanie, ale nie odbiera mu znaczenia, a nam – swobody wyboru.

Liczy się gest, nie logistyka
Najczęściej nie chodzi o perfekcyjnie dobrany przedmiot, ale o pamięć, uwagę i intencję... A jednak to właśnie „logistyka” prezentowa bywa największą przeszkodą. Szukanie, porównywanie, decyzje – wszystko to zajmuje czas, którego zwykle brakuje. Nowa funkcjonalność w Magenta Moments odwraca tę perspektywę. Zamiast komplikować, skraca drogę od pomysłu do realizacji. W aplikacji „Mój T-Mobile” pojawił się moduł kart podarunkowych, który działa jak intuicyjne centrum prezento-

we. Kilka kliknięć wystarczy, by wybrać prezent – dla siebie albo dla kogoś bliskiego. Na nowo definiujemy świat prezentów, oddając w ręce naszych klientów rozwiązanie, które daje im więcej możliwości, większą wygodę i realną wartość. W jednym miejscu mogą wybierać spośród ponad 60 marek, dopasować prezent do odbiorcy i jednocześnie skorzystać z atrakcyjnych rabatów. Upraszczamy obdarowywanie i sprawiamy, że daje ono jeszcze więcej radości – mówi Maximiliano Bellasai, członek zarządu ds. B2C T Mobile Polska.

Wybór, który daje swobodę

Jednym z najczęstszych dylematów przy kupowaniu prezentów jest pytanie: „czy to na pewno się spodoba?”. Im lepiej znamy drugą osobę, tym łatwiej na nie odpowiedzieć, ale w praktyce zawsze zostaje margines niepewności. Dlatego rosnącą popularnością cieszą się rozwiązania, które oddają wybór odbiorcy. Karty podarunkowe to świetny przykład, a w nowym wydaniu zyskują dodatkowy wymiar. W Magenta Moments dostępnych jest ponad 60 marek – od mody, przez elektronikę, po rozrywkę i usługi online. To sprawia, że prezent można dopasować do stylu życia, a nie tylko do okazji. Zamiast zgadywać, dajemy możliwość wyboru.

Więcej za mniej, czyli realna wartość

Istotnym elementem nowego rozwiązania są także korzyści finansowe. Użytkownicy programu mogą wykorzystać zgromadzone „Serca”, by odblokować rabaty na wybrane karty poda-

runkowe ulubionych marek, jak adidas, Allegro, LEGO czy Zalando – nawet do 8%. To drobny, ale znaczący element. Prezent o wartości 100 zł Magentowy VIP może dzięki temu kupić taniej, zachowując jego pełną wartość dla obdarowanego.

Spontaniczność, która ma znaczenie

Największą zmianą jest jednak to, jak bardzo proces obdarowywania został uproszczony. Prezent można kupić i wysłać niemal natychmiast – nawet w ostatniej chwili. Co ważne, nie oznacza to rezygnacji z osobistego charakteru podarunku. Użytkownik może spersonalizować kartę: wybrać okazję, dopasować jej wygląd, dodać wiadomość, a nawet zdjęcie. Może też zaplanować moment dostarczenia – tak by idealnie wpasować się w konkretny dzień. Dzięki temu spontaniczny gest nie jest „awaryjny”, tylko świadomy. To duża zmiana w myśleniu o prezentach – z obowiązku w stronę naturalnej potrzeby dzielenia się czymś dobrym.

Technologia bliżej codzienności

Nowa funkcjonalność kart podarunkowych to kolejny krok w rozwoju Magenta Moments jako programu, który wykracza poza standardowe benefity. Nie chodzi już tylko o zniżki czy okazje, ale o realne wsparcie w codziennych sytuacjach. Technologia przestaje być narzędziem, które trzeba obsługiwać – zaczyna działać w tle, ułatwiając proste, ludzkie gesty. Skraca dystans między intencją a działaniem. I chyba właśnie to jest najważniejsze. W końcu w świecie, w którym wszystko dzieje się szybko, warto mieć narzędzia, które nadążają za naszym tempem życia. Takie, które nie wymagają dodatkowego wysiłku, a jednocześnie pozwalają zrobić coś dobrego. Nowe podejście do prezentów w T-Mobile pokazuje, że technologia może być nie tylko funkcjonalna. Może pomóc w sprawieniu komuś szczęścia. Czasem wystarczy kilka kliknięć, żeby ktoś po drugiej stronie się uśmiechnął.

Ciąg dalszy ze str. 9

Piotr Hancke pokonał ok. 660 km w 52 godziny. Jego wyczyn był transmitowany w sieci, im bardziej zmniejszał się dystans do Gdańska, tym więcej ludzi wpłacało pieniądze na pomoc dla Maksa, a później też dla drugiego chłopca chorego na tę samą chorobę, Adasia.

Piotra Hanckiego witaly tłumy

- Z Piotrkim spotkaliśmy się na stacji paliw przed Gdańskiem. Już na niej były tłumy. Ludzie czekali na niego przy drogach, witali transparentami i flagami. Najwięcej ludzi powitało go w mieście: dzieci, motocykliści, rowerzyści. Wszyscy podawali za autobusem, w którym jechał Piotrek i jego ekipa. Miało się wrażenie, jakby ludzie witali jakąś sławę, bohatera. Zresztą nie ma co ukrywać, że Łatwogang jest bohaterem - mówi pani Anna.

- Zwierzył nam się, że miał już takie momenty, że czuł się naprawdę słaby, szczególnie w ostatnią noc przed finałem przed stadionem Arena w Gdańsku. Ale dał radę, jego wyczyn jest nie do opisanie. Na stacji paliw, na której spotkaliśmy się, widzieliśmy, że jest słaby, tymczasem to on się nas pytał, jak my się czujemy. „U mnie wszystko jest OK” - mówił. Niesamowity człowiek! Myślę, że witający go ludzie na finale w Gdańsku, krzyczący i machający, dodali mu energii. Wszyscy zaśpiewali mu „Sto lat!”.

We wtorek, 26 maja Łatwogang oświadczył, że dla Maksia i Adasia zebrał 15,5 mln zł. Pieniądze nadal wpływają, ale nie pomogą wszystkim dzieciom w Polsce chorym na dystrofię mięśni Duchenne’a (DMD). Dlatego streamer zaapelował do premiera i prezydenta, by działając ponad politycznymi podziałami - obniżyli w Polsce olbrzymie koszty leczenia tej choroby.

Akcja Piotrka Hanckiego przyniosła na leczenie Maksia 12 mln zł, 3 mln zł pochodzi z lokalnych charytatywnych akcji

w Bieszczadach. Suma pozwoli na przeprowadzenie genowej terapii Maksa w klinice w Bostonie. Państwo Toccy na razie nie znają jej terminu. Szczegóły badań chłopca i operacji będą dopiero ustalane.

- Terapia ta została wprowadzona w USA kilka lat temu. Poprzedziły ją lata badań. Najpierw była stosowana tylko w przypadku dzieci do 4. roku życia. Potem trwały badania, by ją rozszerzyć na starsze. To jest jedyna rzecz, która daje nam nadzieję. Nie mamy innego wyboru. Lek zostanie podany dożylnie. Pobyt w klinice będzie trwał 3 miesiące. Przed i po aplikacji leku będzie monitorowane serce i wątroba dziecka - wyznaje Anna Tocka. Mocno wierzy w to, że operacja uda się i syn będzie mógł zagrać w ukochaną piłkę nożną.

Maksymilian daje siły rodzicom

8-letni Maksymilian jest jedynym i długo wyczekiwany dzieckiem państwa Tockich. „Przez cały okres ciąży, a także po narodzinach, żadne wyniki badań nie wskazywały na to, że nasz syn może być tak poważnie chory. O jego chorobie dowiedzieliśmy się zupełnie przypadkowo. Podczas pobytu w szpitalu związanego z infekcją Maksa, zostały wykonane rutynowe badania, których wyniki okazały się mocno niepokojące. Zalecone później badania genetyczne potwierdziły tę straszną chorobę...” - piszą rodzice na stronie fundacji siepomaga.pl, na której w październiku 2025 roku założyli zbiórkę na pomoc synkowi.

Gdy mama Maksia dowiedziała się, że jej synek jest poważnie chory, zrezygnowała z pracy, by poświęcić mu więcej czasu (mąż pracuje w branży budowlanej). W tej chorobie ważne jest, by utrzymać sprawność fizyczną w celu zachowania mięśni. Kilka razy w tygodniu chłopiec ma zajęcia rehabilitacyjne i fizjoterapeutyczne, rodzice zabierają go też na basen. Mało tego, także w domu trzeba z nim codziennie ćwiczyć.

Od założenia zbiórki w 2025 roku życie rodziny radykalnie się zmieniło. Wszyscy włączyli się w gminie Lesko i w innych miejscowościach w organizowanie pikników i innych wydarzeń. Rozdzwoniły się telefony, Toccy zaczęli jeździć na różne spotkania i współorganizować imprezy, pomagali nawet piec ciasta.

- Ja byłam na jednym telefonie, mąż na drugim, ciężko nam było z czymkolwiek zdążyć. Był to trudny, jednocześnie dobry czas - mówi mama Maksia.

Společna mobilizacja w Bieszczadach

Największym pomocowym wydarzeniem w Bieszczadach okazał się styczniowy koncert w Lesku „Bieszczady dla Maksa na MAXA”, na którym udało zebrać się ok. 230 tys. zł. W organizację koncertu było zaangażowanych mnóstwo ludzi. Na scenie wystąpił m.in. zespół z Ustrzyk Dolnych, grający alternatywnego rocka i punka Stacja B. Odbywały się też mniejsze koncerty w Bieszczadzkim Domu Kultury w Lesku, pikniki charytatywne w wielu miejscowościach, Kołoda bez Granic w Ustrzykach Dolnych.

- Mobilizacja lokalnej społeczności i zjednoczenie ludzi było olbrzymie. Nawet przedszkola organizowała w Bieszczadzkim Domu Kultury występy dla Maksa - podkreśla dyr. BDK Katarzyna Dudzińska.

Historia Maksa zainspirowała burmistrza Leska Adama Snarskiego i jego urzędników do założenia nieprofesjonalnego Teatru Urzędowego bez Renomy. Swoją prywatny czas poświęcili na próby i wystawienie napisanej przez siebie sztuki zatytułowanej „GEN:END”. Zagrała w niej m.in. Katarzyna Dudzińska.

- Stworzyliśmy offowy, plastyczny spektakl z pytaniami, kto decyduje o tym, że jedni rodzą się zdrowi, inni chorzy, że jedni rodzą się w rodzinach bogatych, a inni w biednych. W Lesku wystawiliśmy spektakl trzy razy przy pełnej sali i zebrał się ponad 18 tys. zł. - mówi.

Rodzice Maksia zostali zaproszeni na próbę generalną,

potem wybrali się z nim na premierę.

- Spektakl bardzo nas wzruszył. Bardzo nam się podobał. Zresztą Maksowi też, bardzo go przeżywał, nawet w domu, już po spektaklu, był podekscytowany - mówi pani Anna.

Maks marzy o spotkaniu z Robertem Lewandowskim

Rodzice Maksa starają się, by mimo choroby miał normalne życie. Syn uczy się w Zespole Szkół Samorządowych w Hoczwi, gdzie jest życzliwie traktowany. Gdy nie mógł zagrać na WF w piłkę nożną, nauczyciel wręczył mu gwizdek, by sędziował. W ten sposób wyróżnił chłopca, który jest wielkim fanem piłki. Uwielbia Roberta Lewandowskiego, jego marzeniem jest spotkać się z idolem.

- Jak większość chłopców w tym wieku marzy, by zostać piłkarzem. Cały pokój ma obwieszony plakatami, zbiera karty piłkarskie, piłki, na prezent zawsze coś dostaje związanego z tą dyscypliną sportu. Jest w tym wszystkim radosnym dzieckiem. Gdy spotyka się ze starszym o rok kuzynem, wybierają się w stroje piłkarskie i razem kopią piłkę, Maksiu oczywiście na tyle, na ile może, bo zna swoje ograniczenia - opowiada mama.

Maks należy do scholi kościelnej. Starsi członkowie scholi traktują go jak młodszego brata. Ładnie też czyta i inteligentnie wyraża się.

- Naszym rytuałem było czytanie Maksowi przed snem jakiejś książki. Stąd ma bogatą biblioteczkę. Cały czas dostaje nowe książki, wybór od nowinek kosmicznych, technologicznych, po historię. Bardzo lubi historię Polski, od Piastów po współczesną. Czyta też książki o historii świata i geograficzne. Pomagamy mu w rozwoju jego pasji.

Rodzice Maksa czerpią siły do walki o jego zdrowie od niego samego.

- Patrząc na niego, jak ma dużo siły, jak się nie poddaje, jak ćwiczy codziennie, mimo że jest słabszy od swoich kolegów,

jakim jest pogodnym i radosnym dzieckiem, mimo swoich ograniczeń, jesteśmy w stanie wszystko dla niego zrobić. Cieszymy się, że znalazł się ktoś taki jak Piotrek Hancke i że mu się udało. Nie zapominamy też o mieszkańcach Bieszczadów, którzy pokazali wielkie serca. Nie było instytucji i człowieka, które by nie dołożyły swoje cegiełki, były challenge strażackie, także koła gospodyń wiejskich organizowały swoje wydarzenia. Przyjdzie jeszcze czas, by podziękować tym wszystkim ludziom. Dzięki nim zgromadziliśmy w Bieszczadach aż 3 mln złotych. Nie zapominamy o nich, choć zdajemy sobie sprawę z tego, że gdyby nie inicjatywa Piotrka, to stalibyśmy w miejscu - mówi Anna Tocka.

Choroba dotyka głównie chłopców

Dr n. med. Katarzyna Skórka pisze na chorobyrzadkie.edu.pl, że dystrofia mięśniowa Duchenne’a (DMD) to choroba genetyczna charakteryzująca się postępującą degeneracją i osłabieniem mięśni z powodu zmian w białku zwanym dystrofina. To właśnie dystrofina jest zaangażowana w budowę komórek mięśniowych organizmu. Choroba dotyka głównie chłopców, ale w rzadkich przypadkach może wystąpić u dziewczynek. W Europie i Ameryce Północnej częstość występowania DMD wynosi około 6 na 100 tys. osób.

DMD została po raz pierwszy opisana przez francuskiego neurologa Guillaume’a Benjamina Amanda Duchenne’a w latach 60. XIX w., ale aż do lat 80. XX w. niewiele było wiadomo na temat przyczyn każdego rodzaju dystrofii mięśniowej. W 1986 r. naukowcy zidentyfikowali konkretny gen na chromosomie X, który, gdy jest wadliwy, czyli zmutowany, prowadzi do DMD. W 1987 r. zidentyfikowano białko związane z tym genem i nazwano je dystrofina. Brak białka dystrofiny w komórkach mięśniowych powoduje, że są one kruche i łatwo ulegają uszkodzeniom.

DMD jest chorobą, w której osłabienie i degeneracja mięśni postępują z czasem. Osłabienie mięśni jest głównym objawem DMD. Może rozpocząć się już w wieku 2 lub 3 lat. Dziecko dotknięte chorobą może mieć trudności ze skakaniem, bieganiem i chodzeniem. Inne objawy obejmują powiększenie łydek, chód kaczkowaty i lordozę lędźwiową (wygięcie kręgosłupa do wewnątrz). W późniejszym okresie dochodzi również do uszkodzenia serca i mięśni oddechowych. Postępujące osłabienie i skolioza prowadzą do upośledzenia czynności płuc, co może ostatecznie spowodować ostrą niewydolność oddechową.

Do niedawna chłopcy z DMD zwykle nie przeżywali więcej niż kilkanaście lat. Dzięki postępowi w opiece kardiologicznej i oddechowej, oczekiwana długość życia zwiększa się. Przeżycie do 30. roku życia staje się coraz bardziej powszechne niż wcześniej.

Nie ma jeszcze leku, który całkowicie leczy dystrofię. Leczenie koncentruje się głównie na łagodzeniu objawów, spowolnieniu postępu choroby i poprawie jakości życia pacjentów. Obejmuje podawanie glikokortykosteroidów działających przeciwzapalnie oraz inhibitorów proteazy opóźniających postęp choroby. Ważnym elementem leczenia jest odpowiednia fizjoterapia i rehabilitacja pomagające utrzymać zakres ruchu i opóźnić zanikanie mięśni, a także wsparcie ortopedyczne oraz psychologiczne i edukacyjne. W niektórych przypadkach konieczne mogą być operacje, np. wydłużanie ścięgna, aby poprawić funkcję ruchową i zmniejszyć ból.

W ostatnich latach pojawiły się nowe terapie działające przyczynowo. To Ataluren oraz Exondys 51, które działają na poziomie mRNA i mają na celu poprawienie produkcji dystrofiny, co jest kluczowe w leczeniu dystrofii mięśniowej Duchenne’a. W Polsce Ataluren nie jest refundowany. Jak pisze doktor Katarzyna Skórka, wciąż trwają badania nad nowymi terapiami genowymi.

AUTOREKLAMA
Q604946918N



Uśmiech

dziecka

Twoje dziecko na okładce gazety?

Wyślij zdjęcie, wygraj nawet 40 000 zł.

ZGŁOŚ NA: www.nowiny24.pl/usmiech

Zmodernizowana poradnia ginekologiczno-położnicza w Świlczy oficjalnie otwarta

25 maja oficjalnie otwarto zmodernizowaną poradnię ginekologiczno-położniczą w Gminnym Ośrodku Zdrowia w Świlczy. Inwestycję zrealizował Zespół Opieki Zdrowotnej Nr 2 – jednostka organizacyjna Powiatu Rzeszowskiego. Wartość przedsięwzięcia wyniosła ponad 147 tys. zł brutto.

Celem modernizacji było stworzenie nowoczesnej i komfortowej przestrzeni dla pacjentek oraz poprawa warunków pracy personelu medycznego. W ramach remontu wykonano m.in. wymianę instalacji elektrycznej, oświetlenia LED, podłóg



Otwarcie zmodernizowanej poradni ginekologiczno-położniczej w Świlczy.

i okładzin ściennych, zamontowano nowe wyposażenie sanitarne, klimatyzację oraz odnowiono wnętrza poradni.

Dzięki inwestycji placówka zyskała nowoczesny wygląd i została dostosowana do współczesnych standardów

opieki zdrowotnej. W poradni przyjmują lek. Kamila Chmiel oraz lek. Paulina Boczkowska. Placówka cieszy się dużym zainteresowaniem mieszkańców. W pierwszym kwartale 2026 roku ze świadczeń skorzystały 202 pacjentki. Poradnia realizuje także program profilaktyki HPV HR, umożliwiając badania w kierunku wirusa brodawczaka ludzkiego wysokiego ryzyka. Otwarcia poradni towarzyszyła akcja profilaktyczna z okazji Dnia Matki, podczas której mieszkanki mogły skorzystać z badań i konsultacji zdrowotnych.

Ponad 5,49 mln zł z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych trafi w 2026 roku do Powiatu Rzeszowskiego.

Środki zostaną przeznaczone m.in. na zakup sprzętu rehabilitacyjnego i ortopedycznego, likwidację barier architektonicznych, turnusy rehabilitacyjne oraz wsparcie placówek pomagających osobom z niepełnosprawnościami.

– Te środki mają realnie poprawiać codzienne życie mieszkańców Powiatu Rzeszowskiego. Chcemy, aby osoby z niepełnosprawnościami miały łatwiejszy dostęp do rehabilitacji, nowoczesnego sprzętu i wsparcia, które pozwolą im funkcjonować bardziej samodzielnie – podkreśla starosta rzeszowski Krzysztof Jarosz.

Największa część środków – ponad 2,1 mln zł – zostanie przeznaczona na dofinansowanie zakupu przedmiotów ortopedycznych i środków pomocniczych, takich jak protezy, aparaty słuchowe, wózki inwalidzkie czy łóżka rehabilitacyjne. 700 tys. zł trafi na turnusy rehabilitacyjne, a blisko 690 tys. zł na likwidację barier architektonicznych i technicznych, m.in. budowę podjazdów, montaż wind czy dostosowanie mieszkań do potrzeb osób z ograniczoną mobilnością. Ponad 1,65 mln zł przeznaczono również na działalność Warsztatu Terapii Zajęciowej w Zgłobniu, który



wspiera około 35 osób z niepełnosprawnościami. Powiat realizuje także programy „Aktywny Samorząd” oraz

„Wyrównywanie różnic między regionami III”, wspierające rehabilitację i aktywizację społeczną mieszkańców.

Powiat Rzeszowski inwestuje w nową siedzibę Powiatowego Urzędu Pracy



Starosta Rzeszowski Krzysztof Jarosz.

Powiat Rzeszowski realizuje kolejne inwestycje mające na celu poprawę jakości usług publicznych oraz warunków funkcjonowania samorządowych instytucji. Jednym z najważniejszych przedsięwzięć zaplanowanych na 2026 rok jest modernizacja budynku przy ul. Miłocińskiej 40 w Rzeszowie, gdzie powstanie nowa siedziba Powiatowego Urzędu Pracy.



Nowa siedziba PUP w Rzeszowie na ul. Miłocińskiej 40.

18 maja 2026 roku podpisano umowę na realizację zadania pn. „Modernizacja budynku przy ul. Miłocińskiej 40 w Rzeszowie”. Wykonawcą inwestycji został Zakład Remontowo-Budowlany Janusz Golema, a całkowita wartość przedsięwzięcia wynosi 4 323 836,01 zł brutto. Inwestycja zostanie w całości sfinansowana ze środków własnych Powiatu Rzeszowskiego. Zakres prac obejmuje kompleksową przebudowę i dostosowanie obiektu do potrzeb administracyjno-biurowych Powiatowego Urzędu Pracy. Zaplanowano modernizację pomieszczeń, wymianę instalacji, odnowienie elewacji oraz dostosowanie budynku do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Dzięki temu powstanie nowoczesna, funkcjonalna i przyjazna mieszkańcom przestrzeń. Nowa siedziba urzędu umożliwi sprawniejszą obsługę mieszkańców powiatu. Realizowane będą tam nie tylko zadania związane z rejestracją osób bezrobotnych i wypłatą świadczeń, ale również programy wspierające przedsiębiorczość, aktywizację zawodową, szkolenia oraz dofinansowania miejsc pracy. Budynek przy ul. Miłocińskiej 40 należy do Powiatu Rzeszowskiego i wcześniej mieściła się tam Wyższa Szkoła Inżynierii-Ekonomiczna. Po zakończeniu modernizacji obiekt zyska nową funkcję i stanie się nowoczesnym centrum obsługi mieszkańców. Zakończenie inwestycji planowane jest na 4 listopada 2026 roku.

Nowy most – długa historia w Woli Rafałowskiej

Nowy most na Potoku Rafałowskim w Woli Rafałowskiej został oddany do użytku i już służy mieszkańcom gminy Chmielnik oraz Powiatu Rzeszowskiego. Inwestycja znacząco poprawiła bezpieczeństwo i komfort codziennego ruchu drogowego.

Nowy obiekt zastąpił dotychczasowy most, który nie spełniał obowiązujących standardów technicznych. Powstała szersza jezdnia, chodnik dla pieszych oraz uporządkowana infrastruktura drogowa, co poprawiło widoczność i bezpieczeństwo wszystkich użytkowników drogi. W ramach za-



Nowy most nosi imię Wojciecha Witowskiego - fundatora pierwszego mostu.

dania przebudowano także odcinki dojazdowe, wykonano odwodnienie oraz zabezpieczono koryto potoku. Most otrzyma imię Wojciecha Witowskiego – fundato-

ra pierwszego obiektu w tym miejscu. To symboliczne nawiązanie do lokalnej historii i tradycji regionu. – Nowy most to przede wszystkim większe bezpie-

czeństwo dla wszystkich użytkowników drogi – kierowców, pieszych i rowerzystów. Stary obiekt nie spełniał już obowiązujących norm, dlatego jego przebu-



Nowy most o wartości blisko 1,8 mln zł.

dowa była konieczna. Dziś mieszkańcy korzystają z infrastruktury odpowiadającej współczesnym standardom – podkreśla starosta rzeszowski. Koszt inwestycji wyniósł około 1,8 mln zł, z czego ponad 870 tys. zł pochodziło z dofinansowania z budżetu

państwa. Pozostałe środki zapewnił Powiat Rzeszowski. Jak podkreślają mieszkańcy i samorządowcy, nowy most to przede wszystkim większe bezpieczeństwo, wygodniejsze przemieszczanie się oraz lepsze warunki codziennego funkcjonowania lokalnej społeczności.

FORUM ENERGII I OBRONNOŚCI

Znamy już szczegółowy program Forum „Energia z Polski - Local First”, które odbędzie się 15 czerwca w Rzeszowie. Udział w Forum jest bezpłatny, a zarejestrować się można na stronie: www.energiazpolski.pl

Redakcja

Forum Dostawców Przemysłu Energetycznego i Obronnego „Energia z Polski - Local First” to kolejne wydarzenie z cyklu local first organizowane przez Polska Press Grupę. Poprzednie - Forum Dostawców Polskiej Energetyki Wiatrowej - odbyło się we wrześniu 2025 w Warszawie, kolejne w marcu 2026 w Szczecinie. 15 czerwca w Rzeszowie spotkają się liderzy przemysłu energetycznego i obronnego. Udział w tym wydarzeniu zapowiedział m.in. minister Wojciech Balczun.

Polska stoi dziś przed inwestycyjnym boomem o historycznej skali. W najbliższych latach na energetykę, infrastrukturę i modernizację armii popłyną ogromne środki publiczne i prywatne. Forum w Rzeszowie ma być impulsem do budowy silnego krajowego łańcucha dostaw oraz miejscem rozmowy



Udział w Forum jest bezpłatny, a zarejestrować się można na stronie: www.energiazpolski.pl

o tym, jak wykorzystać ten moment do wzmocnienia polskiej gospodarki i rodzimego przemysłu.

Program podzielono na dwie kluczowe części. W panelach dyskusyjnych głos zabiorą przedstawiciele rządu, najwięksi inwestorzy oraz menedżerowie

kluczowych spółek. Dyskusje będą dotyczyć strategii modernizacji polskiej armii i sektora energii.

Część druga to warsztaty praktyczne. To tu przedsiębiorcy dowiedzą się, jak skutecznie ubiegać się o kontrakty. Eksperti omówią mechanizmy finansowania, skomplikowane procesy

certyfikacyjne oraz niuanse prawa zamówień publicznych.

PROGRAM

9.30-10.20 Otwarcie Forum
10.20-11.20 Panel Główny
Biliony do wydania – jak zatrzymać kapitał w Polsce?
Tematyka:

- Strategiczne inwestycje w energetyce i obronności a lokalne łańcuchy dostaw
- Local content a prawo zamówień publicznych, dobre i złe praktyki
- Offset i transfer technologii, rola spółek Skarbu Państwa, instytucji rozwojowych i banków
- 10.20 - 11.20 – Przerwa kawowa
- 11.30 - 13.00 Panel II – Finansowanie
- Finansowanie, gwarancje i ubezpieczanie inwestycji
- Granty i programy rządowe

i UE, SAFE, partnerstwo publiczno-prywatne

- Rola instytucji rozwojowych i banków
- Q&A i warsztaty z zaproszonymi firmami
- 11.30 - 13.00 Panel III - Energetyka
- Tematyka:

- Jak zostać dostawcą w energetyce
- Inwestycje w energetyce a local content - bezpieczeństwo energetyczne i konkurencyjność
- Łańcuchy dostaw dla inwestycji w OZE, gaz, ciepło i sieci energetyczne
- Procesy certyfikacyjne i prawo zamówień publicznych
- Q&A i warsztaty z zaproszonymi firmami
- 13.00-13.30 Przerwa lunchowa
- 13.30 - 15.00 Panel IV - Obronność
- Tematyka:
- Jak zostać dostawcą

w sektorze obronnym i cyberbezpieczeństwa

- Współpraca z armią - procesy certyfikacyjne, prawo zamówień publicznych i finansowanie
- Badania i rozwój w sektorze obronnym
- Q&A i warsztaty z zaproszonymi firmami
- 13.30 - 15.00 Sesja warsztatowa ORLEN
- Tematyka:
- Plany inwestycyjne w obszarze energetyki w GK ORLEN.
- Współpraca z dostawcami w sektorze energetyki - wymagania i procesy
- Zakupy w GK ORLEN – zasady i kierunki współpracy z rynkiem
- Katalog Dobrych Praktyk – doświadczenia i wdrożenia
- Q&A i warsztaty z zaproszonymi firmami

REKLAMA

0011531392

**STUDIA
LICENCJACKIE**

**STUDIA
MAGISTERSKIE**

**STUDIA
PODYPLOMOWE**

PANS
W TARNOBRZEGU

POZNAJ NASZE KIERUNKI

DOŁĄCZ DO NAS!

START REKRUTACJI 1 CZERWCA

25 lat
AKADEMII NAUK STOSOWANYCH

ZESKANUJ MNIE

akademia dużych możliwości

/PANSwTarnobrzegu

/pans_tarnobrzeg

pans.tarnobrzeg.pl

System kaucyjny od kuchni. **Co zrobić, żeby nie tonąć w plastikowych butelkach?**

System kaucyjny wszedł w życie i szybko zmienił codzienne nawyki Polaków. Choć jego celem jest ograniczenie ilości odpadów i zwiększenie poziomu recyklingu, dla wielu osób oznacza również nowe wyzwania związane z przechowywaniem i transportem opakowań.

Butelki PET i puszki pod specjalnym nadzorem

Nowe przepisy wynikają bezpośrednio z unijnej dyrektywy SUP (Single-Use Plastics), której celem jest zwiększenie poziomu selektywnej zbiórki odpadów. Do punktów zwrotu trafiają butelki z tworzyw sztucznych (PET) o pojemności do 3 litrów oraz puszki metalowe do 1 litra, za które przy kasie pobierana jest dodatkowa opłata. Choć statystyki pokazują, że Polacy chętnie oddają opakowania, codzienne funkcjonowanie w nowym systemie bywa dla konsumentów sporym wyzwaniem.

Z jakimi uciążliwościami się mierzymy?

Poparcie dla idei czystego środowiska to jedno, a codzienne funkcjonowanie w małych mieszkaniach i kuchniach to drugie. Nawet najbardziej proekologiczni konsumenci zauważają, że system generuje kilka stałych niedogodności:

- Brak możliwości zginiatania butelek.
- Uciążliwy transport opakowań. **Noszenie worków z butelkami i puszkami do punktów zwrotu bywa niezwykle niewygodne.**
- Zamrażanie gotówki przy kasie.

Jak zaadaptować przestrzeń kuchenną?

Projektanci wnętrz i specjaliści od domowej ergonomii podkreślają, że polskie kuchnie nie były projektowane z myślą o przechowywaniu dużej liczby niezgniecionych butelek PET.

Choć nowoczesne systemy meblowe mogą czę-

ściowo pomóc w organizacji przestrzeni, znacznie wygodniejszym rozwiązaniem jest po prostu ograniczenie kupowania wody w jednorazowych opakowaniach plastikowych na rzecz filtracji wody kranowej.

Głos eksperta: Filtrowanie wody jako alternatywa dla plastiku

Czy da się pogodzić troskę o środowisko z eliminacją uciążliwego zbierania i wożenia butelek PET?

Odpowiedzią jest ograniczenie powstawania odpadów u samego źródła. Coraz więcej osób zamiast kupowania wody w plastikowych butelkach wybiera nowoczesne systemy filtracji wody kranowej. Jednym z wygodniejszych rozwiązań są podzlewowe systemy filtrujące, które zapewniają stały dostęp do świeżej wody bez konieczności magazynowania zgrzewek czy oddawania opakowań w ramach systemu kaucyjnego – **dodaje**



Piotr Ściegienny, Członek Zarządu Formaster SA, właściciela marki Dafi.

Urządzenie montuje się bezpośrednio pod zlewem i podłącza do domowej instalacji wodnej. Odpowiednio dobrane wkłady filtrujące poprawiają smak i zapach wody, a także pomagają ograniczyć osadzanie się kamienia w sprzętach AGD.

Ekspert dodaje, że dzięki takiemu rozwiązaniu użytkownik zyskuje stały dostęp do filtrowanej wody prosto z kranu, ogranicza ilość plastikowych odpadów i odzyskuje miejsce w kuchni.

Innowacyjne rozwiązania Flow Comfort od DAFI

Przykładem takiego rozwiązania jest system podz-

lewowy Dafi Flow Comfort. W zależności od potrzeb użytkownika system może współpracować zarówno z dedykowanym kranikiem do wody filtrowanej, jak i z nowoczesną baterią trójdrożną umożliwiającą korzystanie z wody filtrowanej oraz standardowej z jednej wylewki.

W ofercie dostępne są trzy rodzaje wkładów filtrujących dopasowanych do różnych potrzeb domowników: Perfect, Basic, Coffee&Tea.

Świadomy wybór w trosce o planetę i domowy budżet

System kaucyjny bez wątpienia pomaga zwiększać poziom recyklingu i ograniczać ilość odpadów. Jednak z perspektywy codziennego życia coraz więcej osób szuka rozwiązań, które pozwolą ograniczyć ilość plastiku już na etapie zakupów.

Bo najprostszy sposób na mniej plastiku to po prostu ograniczyć jego codzienne kupowanie.



Smaczna, filtrowana woda prosto z kranu

Bez kaucji | Bez problemu



ŚMIERĆ ADOLFA EICHMANNA, ARCHITEKTA HOLOKAUSTU

W nocy z 31 maja na 1 czerwca 1962 roku w słynnym więzieniu Ramli w Izraelu stracono – po długim procesie – SS-Obersturmbannführera Adolfa Otto Eichmanna. Jego prochy rozsypano, by nie było grobu zbrodniarza

Mariusz Grabowski

Egzekucję hitlerowca przeprowadzono minutę po północy, bezpośrednio po tym, jak prezydent Izraela Icchak Ben-Zwi odrzucił jego prośbę o ułaskawienie.

Zabić czy nie?

W czasie głośnego procesu, który był transmitowany na cały świat przez radio i telewizję, Eichmann został uznany winnym zbrodni „przeciwko ludności żydowskiej, zbrodni wojennych, zbrodni przeciwko ludzkości oraz przynależności do zbrodniczych organizacji”. Choć część zarzutów została oddalona, ława sędziowska uznała go winnym, fanatycznym antysemitą, głęboko zaangażowanym w proces tak zwanego ostatecznego rozwiązania.

Werdykt odbił się szerokim echem na świecie. Do prokuratora generalnego napłynęło wiele listów potępiających wyrok, lecz także wyrażających satysfakcję. Wielu polityków, filozofów, historyków z Izraela i z zagranicy naciśkało, by prezydent ułaskawił skazanego. Zebrał się nawet gabinet, któremu przewodniczył Ben Gurion, by rozpatrzyć kwestię: czy w tym jedynym przypadku można zastosować nieistniejącą w kodeksie karę śmierci.

29 maja 1962 roku apelacja adwokatów Eichmanna została odrzucona i wyrok został utrzymany w mocy.

Prawo i polityka

Proces 55-letniego Niemca rozpoczął się 11 kwietnia 1961 r. w Jerozolimie. Głównym oskarżycielem był Gidon Hausner, pro-

kurator generalny Izraela, a obrońcą dr Robert Servatius, prawnik z Kolonii, którego wynagrodzenie opłacone zostało przez Izrael i RFN. W trakcie procesu przesłuchano 112 świadków oraz zaprezentowano setki dokumentów stanowiących dowód na rolę Adolfa Eichmanna w przeprowadzeniu zagłady Żydów.

„Proces Eichmanna – pisze historyk Krzysztof Persak – miał dwa cele, nie całkiem ze sobą zgodne. Z jednej strony chodziło o osądzenie Eichmanna za popełnione czyny – a zbrodnie, w których osobiście uczestniczył, z pewnością były wystarczającą podstawą do skazania”.

Wbrew jednak temu jak go przedstawiano, nie był głównym organizatorem Zagłady. Tymczasem w zamysśle władz Izraela jego proces miał posłużyć jako ważny

instrument państwowej polityki historycznej. Prokurator Gideon Hausner i premier Dawid Ben Gurion chcieli przekształcić proces Eichmanna w wielki historyczny sąd nad mordem Żydów.

„Chodziło im o nakreślenie całościowego obrazu Zagłady, pokazanie świata ogromu cierpienia Żydów, a także o opowiedzenie o ich poświęceniu i aktach oporu” – dowodzi Persak.

Proces był wydarzeniem

Na procesie było obecnych 700 dziennikarzy z całego świata. Powstało wiele dzieł literackich, filmów i sztuk teatralnych dotyczących tego wydarzenia. Wielu komentatorów i publicystów uznało proces za nieudany – jako za zbyt zburokratyzowany i niepokazujący prawdziwego Eichmanna – wroga ludzkości.

Aktem oskarżenia, w którego redagowaniu uczestniczył ponoć sam premier Ben Gurion, objęto w zasadzie wszystkie etapy Zagłady. Eichmannowi przypisano główną odpowiedzialność również za zbrodnie, w których bezpośrednio nie uczestniczył ani ich nie organizował, np. masowe egzekucje Żydów na Wschodzie prowadzone przez Einsatzgruppen czy oznaczoną kryptonimem „Reinhard” operację wymordowania Żydów w Generalnym Gubernatorstwie.

Było to miejscami prawniczo wątpliwe i przewodniczący sądu Mosze Landau kilkakrotnie zwracał prokuratorowi Gideonowi Hausnerowi uwagę, by „ściślej trzymał się osobistej roli podśądzonego”. Prokurator bowiem łuki w materiale dowodowym często pokrywał retoryką.

Hitlerowiec buddysta

Przez cały czas procesu Eichmann utrzymywał, że był jedynie „instrumentem w rękach przywódców i nie czuje się winny”. Brak skruchy był widoczny, gdy oskarżenie przygotowało w trakcie procesu film o zbrodniach oskarżonego. W czasie projekcji zaczął on reagować widocznym wzburzeniem w stosunku do naczelnika więzienia. Okazało się, że film pokazujący komory gazowe i stosy zwłok nie wywołał u niego żadnego pozytywnego odruchu. Podenerwowanie wywołał fakt, że na rozprawę doprowadzono go w swetrze i szarym garniturze, a nie granatowym, który lubił.

Już po procesie i wyroku sporo napisano o światopoglądzie Eichmanna, pochodzącego z rodziny kalwińskiej, która należała do niewielkiej protestanckiej mniejszości w katolickiej Austrii. Wielokrotnie stwierdzał, że porzucił Kościół „z poważnych powodów” i dalsze dyskusje na ten temat „byłyby bezpodstawne”. Wyjaśniał, że religia dotyczyła polityki, dlatego w latach 30. zwrócił się ku greckim filozofom, przede wszystkim Nietzsche’emu, i buddyzmowi. Twierdził, że absurdalne było, że wszechmogący Bóg pozwolił ukrzyżować Swego Syna.

Ciąg dalszy na str. 16

REKLAMA

Znieczulenie do porodów siłami natury dostępne w Wojewódzkim Szpitalu w Przemyślu

Kobiety rodzące w Wojewódzkim Szpitalu im. Św. Ojca Pio w Przemyślu mogą skorzystać z nowoczesnej formy znieczulenia bólu porodowego z użyciem środka przeciwbólowego, podawanego za pomocą specjalistycznej pompy. To kolejne udogodnienie dla mam wybierających na narodziny dziecka Przemyśl. Warto podkreślić, że od kilku lat szpital ten zajmuje pierwsze miejsce na Podkarpaciu w rankingu „Rodzić po ludzku”, a w zestawieniu ogólnopolskim lokuje się na miejscu trzecim.

– Znieczulenie podczas porodu naturalnego jest dostępne dla wszystkich pacjentek, które wyrażą taką wolę. Zastosowanie tej procedury nie wymaga wcześniejszych badań ani kwalifikacji, a więc pacjentki zgłaszają taką potrzebę bezpośrednio na sali porodowej – mówi prof. dr hab. n. med. Grzegorz Raba, kierownik Klinicznego Oddziału Ginekologiczno-Położniczego z Pododdziałem Ginekologii Onkologicznej.

Jak to działa?

Znieczulenie podawane jest dożylnie (przez wkłucie w rękę) przy użyciu dedykowanej pompy.

- **Indywidualne dawkowanie:**



Pani Aneta Mazurek jest szczęśliwą mamą Franciszka. To jedna z pierwszych pacjentek, które skorzystały ze znieczulenia remifentanyłem w szpitalu w Przemyślu.

Pacjentka otrzymuje specjalny przycisk, za pomocą którego sama decyduje o podaniu kolejnej dawki leku w momencie silniejszego bólu.

- **Bezpieczeństwo:** Urządzenie każdorazowo jest zaprogramowane i zabezpieczone przez anestezjologa. System monitoruje na bieżąco poziom leku i unie-

możliwia przedawkowanie – w przypadku ryzyka zbyt dużej dawki, pompa automatycznie blokuje podanie preparatu.

- **Szybka odwracalność:** Personel dysponuje lekami, które potrafią natychmiastowo odwrócić działanie środka znieczulającego w razie złej tolerancji przez organizm pacjentki.

Podczas stosowania znieczulenia pacjentka przebywa na łóżku porodowym (ograniczenie zasięgiem przewodu pompy), a jej parametry życiowe, w tym oddech, są stale monitorowane przez personel medyczny.

Skuteczność potwierdzona klinicznie

Metoda ta, choć w Polsce jest nowością wchodzącą dopiero do oddziałów klinicznych, od lat z powodzeniem stosowana jest m.in. w Irlandii.

– Badania kliniczne potwierdzają, że jej skuteczność oraz poziom satysfakcji pacjentek są porównywalne ze znieczuleniem zewnątrzpończym. Nie wymaga natomiast wkłucia w kręgosłup – zaznacza prof. Raba. Anestezjolog przygotowuje preparat i ustawia dozowanie leku, jednak jego ciągła obecność przy pacjentce nie jest konieczna. Nad rodzącą czuwa personel położniczy. Jeśli lek się skończy, a poród nadal będzie trwał, ponownie anestezjolog przygotowuje kolejną dawkę preparatu.

Pacjentki są bardzo zadowolone

Pani Aneta Mazurek jest szczęśliwą mamą Franciszka. To jedna z pierwszych pacjen-

tek, które skorzystały ze znieczulenia remifentanyłem.

– Jestem bardzo zadowolona z działania tego leku, ponieważ miałam typowe bóle krzyżowe, które były bardzo silne. Doktor podłączył ten środek i zadziałało momentalnie. Odczucie w kręgosłupie minęło – opowiada.

Z wykorzystaniem znieczulenia rodziła również pani Magdalena, mama Aleksandra. – Poród był ciężki, ale znieczulenie dało mi bardzo dużo. Miałam częste skurcze i znieczulenie łagodziło ból momentalnie – zaznacza.

Obie panie bez wahania polecają ten sposób łagodzenia bólu porodowego. – Mogę polecić z całego serca ten sposób znieczulenia, bo jest bardzo wygodny. Nie trzeba ingerować w kręgosłup, bo jest podawany dożylnie i ma bardzo szybkie działanie – mówi pani Aneta.

Sposób aplikacji leku chwali też pani Magdalena. – Gdy czujemy idący skurcz, naciskamy, a pompa podaje nam odpowiednią dawkę tego środka – opisuje.

„Jeszcze tu wrócę”

Młode mamy zgodnie potwierdzają pozytywne opinie o porodówce w Przemyślu. – Cały czas miałam bardzo do-

brą opiekę, lekarze i położne są przystępni, personel interesuje się pacjentkami, pyta czy czego potrzeba – opowiada pani Magda. – Będę ten oddział polecać każdemu. Na pewno jeszcze tu wrócę – dodaje pani Aneta.

Wszystkie dzieci z porodów, w których matki były znieczulone remifentanyłem, urodziły się w stanie dobrym i zostały ocenione na 10 punktów w skali APGAR.

– Naszym priorytetem jest zapewnienie pacjentkom nie tylko najwyższego bezpieczeństwa medycznego, ale także maksymalnego komfortu. Narodziny dziecka to jeden z najważniejszych momentów w życiu kobiety, dlatego chcemy, aby każda z nich czuła, że ma realny wpływ na przebieg porodu. To zarazem kolejny krok w rozwoju usług oddziału i szpitala – podkreśla dyrektor Barbara Stawarz.

Oprócz remifentanylu, pacjentki mogą również dodatkowo skorzystać z Entonoxu (tzw. gaz rozwesalający) i domięśniowych leków przeciwbólowych. Dostępne są również niefarmakologiczne metody łagodzenia bólu: masaż, imersja wodna, muzykoterapia, prądy TENS.

Paweł Bugira

0011531153

wyróżnienie
w konkursie

2025 **N** **nasze DOBRE**

REKLAMA

0011520069

Zdrowie bliżej mieszkańców. Jak Gmina Trzebowniko rozwija lokalny system profilaktyki i opieki zdrowotnej

Jeszcze kilka lat temu większość mieszkańców małych i średnich gmin była przyzwyczajona do jednego scenariusza: jeśli potrzebna była szybka konsultacja specjalistyczna, bardzo często należało szukać pomocy przede wszystkim w dużym mieście. Dłgie kolejki do lekarzy, ograniczona dostępność rehabilitacji czy brak profilaktyki powodowały, że wiele chorób wykrywano zbyt późno.

W Gminie Trzebowniko od dwóch lat rozwijany jest jednak model lokalnej polityki zdrowotnej, który zakłada, że samorząd może aktywnie wspierać mieszkańców także w obszarze zdrowia — nie zastępując systemu ochrony zdrowia, ale uzupełniając go tam, gdzie pojawiają się największe problemy dostępności. Rok 2025 oraz pierwsze miesiące 2026 roku pokazują, że działania te zaczynają przynosić konkretne efekty.

Profilaktyka zamiast czekania na chorobę

W 2025 roku Gmina Trzebowniko uruchomiła szeroki pakiet programów zdrowotnych obejmujących różne grupy mieszkańców — od niemowląt, przez dzieci szkolne, po seniorów. Programy dotyczyły między innymi konsultacji okulistycznych i dermatologicznych, fizjoterapii dla osób starszych, profilaktyki wad postawy i otyłości u dzieci oraz fizjoterapeutycznych wizyt patronażowych dla niemowląt. Łącznie tylko trzy największe zakończone programy — okulistyczny, dermatologiczny i fizjoterapeutyczny — objęły ponad 800 mieszkańców gminy. Najważniejsze były jednak nie same liczby, ale efekty zdrowotne. W ramach programu konsultacji dermatologicznych przebadano ponad 400 osób. W trakcie badań wykryto między innymi cztery przypadki nowotworów złośliwych skóry oraz jeden przypadek czerniaka in situ, czyli bardzo wczesnej postaci nowotworu, której szybkie wykrycie daje duże szanse pełnego wyleczenia.

To właśnie tego typu działania pokazują znaczenie lokalnej profilaktyki. Dla wielu mieszkańców możliwość wykonania konsultacji blisko miejsca zamieszkania oznacza nie tylko wygodę, ale często realnie szybszą diagnostykę. Podobne efekty przyniósł program konsultacji okulistycznych. U mieszkańców wykrywano między innymi jaskrę, początki zaćmy czy wady wzroku wymagające dalszego leczenia. Szczególnie istotne znaczenie miało to dla osób starszych, ponieważ problemy ze wzrokiem bardzo często wpływają na samodzielność, bezpieczeństwo oraz ryzyko izolacji społecznej. W 2025 roku z programu okulistycznego skorzystało blisko 300 mieszkańców, natomiast rehabilitacją objęto ponad 100 seniorów.

Seniorzy potrzebują nie tylko leczenia

Jednym z największych wyzwań zdrowotnych współczesnych samorządów staje się starzenie społeczeństwa. W Trzebowniku zdecydowano się odpowiedzieć na ten problem szerzej niż tylko poprzez organizację pojedynczych świadczeń medycznych. Dużym zainteresowaniem cieszył się program fizjoterapii dla osób powyżej 60. roku życia. Obejmował on zabiegi fizykoterapeutyczne, ćwiczenia grupowe oraz edukację zdrowotną dotyczącą profilaktyki bólu kręgosłupa i zapobiegania upadkom. Program przyniósł bardzo konkretne efekty. U wszystkich uczestników odnotowano zmniejszenie dolegliwości bólowych. Dla wielu seniorów oznaczało to poprawę codziennego funkcjonowania — łatwiejsze chodzenie, większą samodzielność czy możliwość powrotu do aktywności społecznej. Eksperti zajmujący się zdrowiem publicznym od lat podkreślają, że zdrowie seniorów zależy nie tylko od dostępu do leczenia. Równie ważne są relacje społeczne, aktywność, możliwość uczestnictwa w życiu wspólnoty i przeciwdziałanie samotności. Dlatego działania zdrowotne realizowane w gminie są powiązane także z aktywizacją społeczną seniorów poprzez działalność klubów seniora, organizacji społecznych, wydarzeń integracyjnych i inicjatyw lokalnych. W praktyce oznacza to odejście od myślenia o zdrowiu wyłącznie jako o leczeniu chorób.

Innowacyjny program dla niemowląt

Jednym z najbardziej nietypowych i jednocześnie najbardziej innowacyjnych projektów realizowanych w Gminie Trzebowniko stał się program fizjoterapeutycznych wizyt patronażowych dla niemowląt. Program zakłada bezpłatne wizyty fizjoterapeuty w domu dziecka w pierwszych miesiącach życia. Specjalista ocenia rozwój motoryczny

niemowlęcia, a jednocześnie uczy rodziców prawidłowej pielęgnacji, noszenia dziecka i wspierania jego rozwoju ruchowego. To rozwiązanie wyjątkowe nie tylko w skali regionu. Gmina Trzebowniko jako jeden z niewielu samorządów w Polsce opracowała i wdraża tego typu rozbudowany program polityki zdrowotnej. Znaczenie tego projektu wykracza poza samą rehabilitację. W praktyce chodzi o możliwie najwcześniejsze wykrywanie nieprawidłowości rozwojowych oraz wsparcie rodziców w pierwszych miesiącach życia dziecka. W wielu przypadkach szybka reakcja może ograniczyć późniejsze problemy zdrowotne i rozwojowe. To przykład działań, które wpisują się w coraz bardziej popularne w Europie podejście do zdrowia publicznego: inwestowania w profilaktykę i wsparcie już na najwcześniejszym etapie życia.

Zdrowie dzieci jako inwestycja na przyszłość

W 2025 roku rozpoczęto również programy skierowane do uczniów klas III szkół podstawowych. Jeden dotyczy profilaktyki wad postawy, drugi nadwagi i otyłości. Oba programy mają charakter wieloaspektowy. Obejmują nie tylko dzieci, ale także rodziców, wychowawców oraz personel szkolny. Zakładają zwiększenie aktywności fizycznej uczniów, edukację zdrowotną oraz — w przypadku dzieci wymagających wsparcia — udział fizjoterapeutów, dietetyków czy psychologów. To szczególnie ważne w czasie, gdy problemy związane z nadwagą, ograniczoną aktywnością fizyczną i wadami postawy stają się jednym z głównych wyzwań zdrowotnych młodego pokolenia. Eksperti podkreślają, że skuteczna profilaktyka dziecięca wymaga współpracy całego środowiska — szkoły, rodziny i specjalistów. Właśnie dlatego programy realizowane w Trzebowniku nie ograniczają się wyłącznie do pojedynczych badań przesiewowych.

Kontynuacja programów okulistycznych i rehabilitacyjnych w 2026 roku

Działania rozpoczęte w 2025 roku są kontynuowane również w roku bieżącym. Ze względu na bardzo duże zainteresowanie mieszkańców oraz konkretne efekty zdrowotne samorząd zdecydował o dalszym finansowaniu programów okulistycznych i rehabilitacyjnych. W przypadku konsultacji okulistycznych doświadczenia z poprzedniego roku pokazały wyraźnie, jak duże jest zapotrzebowanie na szybki dostęp do diagnostyki narządu wzroku. Limit miejsc został również w tym roku wyczerpany bardzo szybko, a program umożliwił wykrycie wielu schorzeń wymagających dalszego leczenia lub kontroli specjalistycznej. Warto podkreślić, że podobnie jak w przypadku konsultacji okulistycznych, również liczba miejsc w programie fizjoterapii dla osób powyżej 60.

roku życia szybko się zmniejsza. Pokazuje to skalę potrzeb zdrowotnych mieszkańców oraz duże zainteresowanie rehabilitacją realizowaną blisko miejsca zamieszkania, bez konieczności wielomiesięcznego oczekiwania na świadczenia.

2026: czas na kardiologię

W maju 2026 roku podpisano kolejną ważną umowę dotyczącą realizacji świadczeń zdrowotnych finansowanych z budżetu gminy. Program konsultacji kardiologicznych będzie realizowany przez ZOZ Nr 2. Od początku czerwca mieszkańcy będą mogli korzystać z bezpłatnych konsultacji kardiologicznych prowadzonych w dwóch placówkach — w Zaczerniu i Łukawcu. Łącznie przewidziano 300 konsultacji. Zakres programu obejmuje między innymi badania EKG, ocenę ryzyka chorób układu krążenia, pomiary ciśnienia, saturacji i tętna, analizę wyników badań laboratoryjnych oraz edukację zdrowotną dotyczącą profilaktyki chorób serca. To odpowiedź na bardzo konkretne potrzeby zdrowotne mieszkańców. Choroby układu krążenia pozostają bowiem jedną z najczęstszych przyczyn zgonów w Polsce. Problem dotyczy również mieszkańców gmin podmiejskich, gdzie rośnie liczba osób starszych i przewlekle chorych. Samorząd przeprowadził wcześniej analizę potrzeb zdrowotnych mieszkańców. Wynikało z niej jednoznacznie, że mieszkańcy oczekują przede wszystkim szybszego dostępu do specjalistów, rehabilitacji oraz lokalnych świadczeń profilaktycznych.

Samorząd jako partner zdrowia publicznego

Działania realizowane w Trzebowniku pokazują szerszą zmianę w podejściu do roli samorządu. Coraz częściej lokalne władze nie ograniczają się wyłącznie do infrastruktury czy inwestycji technicznych, ale próbują budować także lokalny system wsparcia społecznego i zdrowotnego. W praktyce oznacza to tworzenie programów, które odpowiadają na konkretne problemy mieszkańców: starzenie się społeczeństwa, choroby cywilizacyjne, ograniczony dostęp do specjalistów czy potrzebę profilaktyki dziecięcej. Istotne jest również to, że część działań ma charakter innowacyjny i wyprzedzający rozwiązania stosowane w wielu innych samorządach. Dotyczy to szczególnie programu patronażowych wizyt fizjoterapeutycznych dla niemowląt. Choć same programy zdrowotne nie rozwiążą wszystkich problemów systemu ochrony zdrowia, mogą realnie poprawiać jakość życia mieszkańców — skracać drogę do diagnostyki, zwiększać bezpieczeństwo zdrowotne i zachęcać do regularnej profilaktyki. A to właśnie profilaktyka coraz częściej okazuje się najtańszą i jednocześnie najskuteczniejszą inwestycją w zdrowie społeczeństwa.

GMINA TRZEBOWNIKO
DÓBRY ADRES

PROGRAMY ZDROWOTNE dla Mieszkańców Gminy Trzebowniko

	KARDIOLOGIA		WIZYTY PATRONAŻOWE DLA NIEMOWLĄT
	OKULISTYKA		PROFILAKTYKA WAD POSTAWY DLA UCZNIÓW KLAS 3
	DERMATOLOGIA		PROFILAKTYKA NADWAGI I OTYŁOŚCI DLA UCZNIÓW KLAS 3
	REHABILITACJA DLA SENIORÓW		PROFILAKTYKA WAD ZGRYZU DLA UCZNIÓW KLAS 1

„Trzebowniko – zdrowa gmina, zdrowa przyszłość”

Ciąg dalszy ze str. 14

Uważał, że droga do Boga nie prowadziła przez Chrystusa i przejawiał wiarę w fatalizm i panteizm. Według niego Bóg zwalniał człowieka z moralnych rozterek. Widział wszechświat na kształt konferencji w Wannsee. Szefostwo SS (czyli bogowie) podjęło decyzje, a on „jedynie wypełniał ich rozkazy”.

„Nie bronił się, nie płakał”

Wróćmy do momentu przed egzekucją. Po otrzymaniu informacji o odrzuceniu apelacji i powrocie do celi skazany napisał kilka listów do rodziny i wypił pół butelki czerwonego wina Carmel. Przed północą do celi przyszedł pastor Hull, z którym Eichmann często dyskutował o religii. Skazany powiedział do niego: „Nie będę dzisiaj z panem dyskutował o Biblii. Nie mam wiele czasu do stracenia”. W celi pojawił się następnie Rafi Eitan - agent Mosadu, który skłócił zbrodniarza. Ten spojrzał na niego i powiedział po niemiecku: „Mam nadzieję, że będziesz następny”.

Wykonawcę wyroku śmierci przez powieszenie wybrano spośród strażników więziennych w drodze losowania. Los padł na pochodzącego z Jemenu Shaloma Nagara. „Eich-

mann nie bronił się, nie płakał, nie drżał” - wspominał Nagar. „Stałem kilka kroków od niego i patrzyłem mu prosto w oczy”.

Prochy rozwił wiatr

Eichmanna zaprowadzono do sali straceń, gdzie wypowiedział ostatnie słowa. Wedle świadectw brzmiały: „Sieg heil Deutschland! Sieg heil Argentinien! Sieg heil Österreich! To są te trzy kraje, z którymi byłem najbardziej związany i których nie zapomnę. Pozdrawiam moją żonę, moją rodzinę i mych przyjaciół. Jestem gotowy. Spotkamy się ponownie wkrótce, bo taki jest los wszystkich ludzi. Umieram, wierząc w Boga”. W ostatniej woli skazaniec poprosił o białe wino i odmówił założenia worka na szyję. Uznano ten gest za oznakę, że nie boi się swojego losu.

Shalom Nagar wspominał, że przygotowując zwłoki do kremacji, nie wiedział, że u uduszonej osoby w płucach pozostaje powietrze. Gdy uniósł zwłoki do góry, wydobył się z nich makabryczny odgłos, coś jak „grrrrreerrere”, co wedle niego zabrzmiało jak „Jemeńczyku”.

Ciało Eichmanna spalono w przygotowanym krematorium niedaleko plaży, a jego prochy rozrzucano nad międzynarodowymi wodami Morza Śródziemnego.



Na procesie było obecnych 700 dziennikarzy z całego świata. Wiele publicystów uznało proces za zbyt zbiurokratyzowany i niepokazujący całego zła Eichmanna

Spór po latach

Proces Adolfa Eichmanna do dziś wzbudza emocje. Już w 1963 r. ukazała się książka „Eichmann w Jerozolimie: rzecz o banalności zła” autorstwa niemieckiej filozof Hanny Arendt. Opisywała kulisy procesu i pisała, że „Eichmann działał bezmyślnie, ni-

czym trybik w nazistowskiej maszynie zagłady. Był jedną z wielu podobnych sobie jednostek”.

Pół wieku później do kwestii procesu wrócił reżyser i badacz Holocaustu Claude Lanzmann. „Proces Eichmanna w roku 1962 w Jerozolimie został przeprowadzony

skandalicznie źle i przez ignorantów” - mówił w wywiadzie dla „Nwsweeka” w 2014 r. „To był polityczny show zamówiony przez Ben Guriona, mający stanowić akt założycielski państwa Izrael. Nikt nie szukał prawdy i nikt nie pracował tak jak należy. Sędziowie i prokuratorzy wszystko

mieszali: nie odróżniali getta w Chełmie od obozu zagłady w Chełmie. (...) Rzekoma »banalność zła« to jedynie banalność konkluzji pani Arendt. Eichmann był fanatycznym antysemitą, na dodatek niewiarygodnie skorumpowanym. Kochał pieniądze. Był gotowy na wszystko, żeby je zdobyć”.

Zadzwoń telefon

„Przez rok miałem koszmary” - wspominał wykonawca wyroku, zmarły w 2024 roku Shalom Nagar. Spokój przywróciła mu religia. Przeniósł się do nowego osiedla i ażydowskiego na Zachodnim Brzegu Jordanu, zamieszkanego przez radykalnych osadników; walczył podczas wojny siedmiodniowej.

W 1994 r. Nagar modlił się w synagodze, gdy w pobliżu żydowski fanatyk zastrzelił przy grobie patriarchy Abrahama 29 muzułmanów. W obawie przed zemstą Palestyńczyków sprzedał dom i powrócił do Holonu.

W 1988 r. zadzwonił do niego dawny szef więzienia Ramli. „Chcesz wykonać wyrok na Johnie Demianiuku?” - usłyszał w słuchawce. Ukraiński oprawca z obozu zagłady w Sobiborze został właśnie skazany na śmierć. Tym razem Szalom Nagar odmówił...

REKLAMA

0011529990

25

Jubileusz

2001-2026

Uczelnia
Państwowa
w Sanoku

★★ Ranking Uczelni Zawodowych 2025 ★★

3 MIEJSCE

Perspektywy

Sprawdź ofertę:

Studiuj z nami!

REKRUTACJA WKRÓTCE!

up-sanok.edu.pl

/uczelniasanok

@uczelniasanok

/uczelniasanok

REKLAMA

0011530280

Funduszowy Maj

EUROPA

oczami

DZIECI

31 MAJA 2026
GODZ. 15:00

Stadion LKS Zorza Jagiełła

Europejska scena talentów

Alpaki

Kucyki

Dmuchany Plac Zabaw

RODZINNY DZIEŃ ZABAWY
Z FUNDUSZAMI EUROPEJSKIMI

EUROPEJSKA SCENA TALENTÓW

- **Występ grupy tanecznej M-Dance Concept**
- Pokaz Aikido
- Pokaz Akrobatyczny „Akrobatyka Tryńcza”
- **Europejski Talent Show** – prezentacje artystyczne dzieci ze szkół Gminy Tryńcza
- Oprawa muzyczna prowadzona przez DJ-a
- **Warsztaty plastyczne „Malowanie na sztalugach – Europa w kolorach”**
- **Siła, Szybkość, Strategia – Konkurencje z Dywizjonem Artylerii Samobieżnej 18 Brygady Zmotoryzowanej**



STREFA ZABAW

- Dmuchańce
- Malowanie twarzy
- Fotobudka
- **Festiwal Kolorów**
- **Piana party**
- Maskotka Miś
- **Zagroda z alpakami**
- Przejażdżki na kucyku
- **Karuzela**
- Turniej piłki nożnej
- Gry Edukacyjne związane z tematyką Funduszy Europejskich

STREFA KUINARNA

- Grillowane kielbaski
- Popcorn
- Lody
- Gofry
- Słodkości



Przyjdź i świętuj
razem z nami!



2025
N

PODKARPACKIE

Nie mam problemu wyjść do ludzi bez makijażu - mówi Zuzanna Kustra, przed laty akrobatka Stali Rzeszów, finalistka Mistrzostw Świata we Francji i Mistrzostw Europy w Portugalii, a teraz zdobywczyni korony Miss Województwa Podkarpackiego

Marcin Żminkowski

SPORT NAUCZYŁ MNIE WALCZYĆ O MARZENIA

Jak zaczęła się twoja przygoda z konkursami piękności?

Zacząło się od tego, że bardzo dużo moich znajomych zauważyło we mnie potencjał do modelingu. Mówili, że mam piękną urodę, że nadaje się do tego. Stwierdziłam, że jeżeli inni to widzą i wierzą we mnie, to może spróbuję. Zaczęłam robić sobie zdjęcia i wstawiać je na media społecznościowe. Dostrzegłam potencjał w tych zdjęciach. Polubiłam to robić. Zaczęli

do mnie pisać fotografowie. Zostałam też modelką sieci sklepów z Rzeszowa. Punktem zwrotnym był kontakt z warszawską agencją modelingową, która zaprosiła mnie na casting. Niestety, okazało się, że jestem za niska, ale wyciągnęłam z tego pozytyw. Bo jeżeli tacy ludzie widzą we mnie potencjał, to znaczy, że powinnam iść w tę stronę. Dlatego wysłałam zgłoszenie do konkursu piękności. Przyjęli mnie, potem dostałam się do finału, no i tak wygrałam.

Co dał ci udział w konkursie Miss Podkarpacia?

Na pewno dało mi to pewność siebie. Przekonanie, że warto dążyć do celu, realizować marzenia w życiu i żeby się nie poddawać. Mam nadzieję, że wygrana otworzy mi drogę do kariery w modelingu.

Czy scena i kamery to dla ciebie naturalne środowisko, czy nadal pojawia się stres?

Dzięki uprawianiu od dziecka akrobatyki, a potem tańca współczesnego, miałam do-

świadczenie sceniczne. Mimo to występ w wyborach miss był dla mnie stresujący, bo to było coś nowego.

Kiedy zaczęłaś trenować akrobatykę?

Miałam sześć lat, gdy rodzice mnie zapisali na akrobatykę, za co jestem im ogromnie wdzięczna. 10 lat trenowałam akrobatykę w Stali Rzeszów. Byłam na Mistrzostwach Świata, we Francji, na Mistrzostwach Europy w Portugalii. W obu zawodach dotarłam

do finału. Uważam, że bardzo dużo osiągnęłam w tej dyscyplinie sportowej. Po dwóch latach przerwy zapisałam się na tańce, do zespołu Kornele

w Rzeszowie. Dzięki tym doświadczeniom poznałam wielu cudownych ludzi.

Czyli ten duch sportu dużo ci dał?

Wiele mnie nauczył. Np. jak radzić sobie ze stresem. W rywalizacji sportowej jest sporo adrenaliny. Dzięki tym doświadczeniom było mi łatwiej odnaleźć się podczas gali finałowej wyborów miss.

Co było dla ciebie najtrudniejsze podczas przygotowań i samego konkursu?

Najbardziej stresowałam się pytaniami. Członkowie jury zapytali mnie, czym jest dla mnie piękno wewnętrzne? Powiedziałam, że dla mnie piękno wewnętrzne to przede wszystkim to, jakie mamy serce. Jacy jesteśmy dla innych ludzi i jak ważne jest to, by być dla siebie dobrymi, wspierać się i kochać.

Jak wybory miss wyglądały od kulis? Dziewczyny mocno

MOJĄ PASJĘ PRZERZUCIŁAM NA PRACĘ. PROWADZĘ ZAJĘCIA Z AKROBATYKI, TAŃCA, STRETCHINGU. W PLANACH MAM ZROBIENIE KURSÓW PILATES I FITNESS

REKLAMA

0011529278

Mieszkania gotowe do odbioru

ACATOM®



tel. 17 710 00 17

| rzeszow@acatom.pl

| www.acatom.pl

angiewicza 37

rywalizowały ze sobą, była niezdrowa konkurencja, czy raczej byłyście dla siebie życzliwe?

Bardzo pozytywnie, byłam zaskoczona postawą dziewczyn. Wszystkie pomagałyśmy sobie,

wszystkie się polubiłyśmy. Nie było złego traktowania. Wszystkie się trzymałyśmy razem. W dniu gali bardzo stresowałyśmy się, ale wspierałyśmy się nawzajem. To, co mnie najbardziej zaskoczyło, to moment ogłosze-

nia wyników. Kiedy wygrałam, podeszły do mnie, szczerze mi gratulowały. Dostałam od nich mnóstwo komplementów. Jestem wdzięczna, że trafiłam na takie cudowne dziewczyny. Uważam, że one wszystkie w ja-

kimś stopniu wygrały, bo się odważyły, bo się przełamały i wystartowały w konkursie. Podam przykład. Jedna z dziewczyn, z grupy nastolatek, wzięła udział w zeszłorocznym konkursie. Nie dostała się nawet do top 5, ale

nie poddała się i zgłosiła się w tym roku. A mogła się załamać. I w tym roku dostała się do top 5. To jest dowód na to, żeby nigdy się nie poddawać. Nie wyszło kiedyś, to może wyjdzie za innym razem.

Czy trudno zachować prawdziwą siebie w konkursie?

Uważam, że trzeba być jak najbardziej sobą. Nie wolno udawać. Trzeba być zawsze sobą, bo to wygrywa. Nie można być sztucznym, nie można udawać nikogo.

Jak reagują znajomi i rodzina na twoje sukcesy? Czy mówiłaś, że startujesz w wyborach?

Na początku nie mówiłam nikomu poza siostrą. Dopiero w momencie, gdy się dostałam do konkursu, udostępniałam informację w mediach społecznościowych. Podczas gali moja mama była ze mną. Widziałam ją na widowni, jaka jest ze mnie dumna. Wspierał mnie też mój partner. To dodawało mi siły i odwagi. Sama też jestem z siebie dumna i mam nadzieję, że będę kontynuowała tę drogę.

Jesteś też aktywna w social mediach. Zderzyłaś się z hejtem?

Niestety tak. Trzeba się z tym liczyć, wchodząc w media społecznościowe. Dlatego podziwiam tych, którzy pracują w nich. Ludzie myślą, że to jest praca prosta, ale tu trzeba mieć mocną psychikę, bo hejt potrafi niszczyć ludzi, ich pracę i ich marzenia.

Ciąg dalszy na str. 20



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Zuzanna Kustra: - Miałam doświadczenie sceniczne. Mimo to występ w wyborach miss był dla mnie stresujący, bo to było coś nowego

REKLAMA

Jakość „kranówki” z rzeszowskiego MPWiK-u jest na najwyższym poziomie

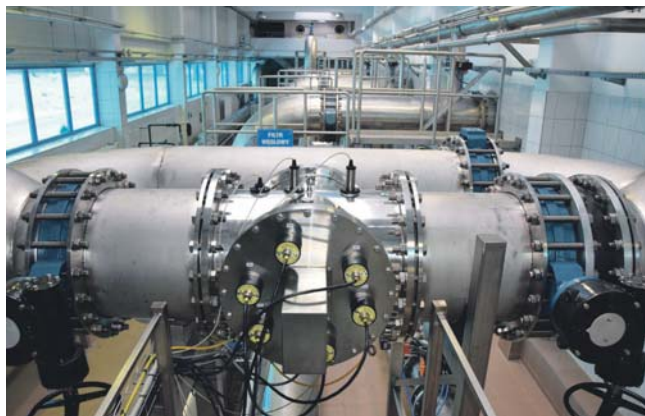
Rzeszowskie Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji sp. z o.o. zgłosiło do konkursu „Nowin” swój sztan-dardowy produkt, którym jest „woda o wysokich walorach czystości, zdolna do picia z kranu”. Świetna jakość tej wody wynika z faktu, że wieloetapowy proces jej uzdatniania jest jednym z najnowocześniejszych w Europie.

Początkowo mieszkańcy stolicy Podkarpacia nie mogli uwierzyć, że w rzeszowskich kranach jakość wody jest tak dobra, że nadaje się do picia bezpośrednio bez przegotowania.

Woda jest czysta i bezpieczna

MPWiK zapewnia, że woda jest nie tylko czysta, ale też bezpieczna, ponieważ spełnia najwyższe normy jakości. Dlatego rzeszowianie mogą nalewać sobie wodę do picia prosto z kranu i cieszyć się jej jakością.

Okazuje się, że rzeszowski MPWiK uzdatnia ponad 40 tys. m sześciennych wody na dobę (wydajność maks. to ponad 84 tys. m sześć.). Nie jest to zadanie proste, ponieważ woda jest pobierana z rzeki Wisłok,



co wymaga wysokosprawnego i skomplikowanego procesu uzdatniania. Właśnie ten proces został w ostatnich latach znacznie zmodernizowany.

Ujęcie z górskiej rzeki

Modernizacja rzeszowskiego Zakładu Uzdatniania Wody była konieczna, gdyż woda z Wisłoka jest bardzo zmien-na pod względem zawartości zanieczyszczeń. W zależności m.in. od pory roku, ilości opadów i od tego, jak skutecznie pracują oczyszczalnie ścieków znajdujących się powyżej ujęcia wody dla Rzeszowa. Nie zapominajmy też, że Wisłok zalicza się do rzek górskich, która

niesie z nurtem wiele różnych zanieczyszczeń, które wraz z wodami opadowymi spływają z gór, pól, łąk i dostają się do głównego nurtu Wisłoka.

Teraz pobrana na ujęciu woda dla Rzeszowa jest uzdatniana skomplikowaną technologią opartą m.in. na ozonowaniu, filtracji na węglu aktywnym, dezynfekcji za pomocą dwutlenku chloru oraz dodatkową stabilizację parametrów mikrobiologicznych za pomocą promieniowania ultrafioletowego.

Technologie, laboratorium i... małże w służbie jakości

Oprócz wymaganych prawem badań jakościowych



uzdatnianej wody w Rzeszowie zastosowano dodatkowo tzw. biomonitoring jakości wody surowej. Do wczesnego ostrzegania o ewentualnych zanieczyszczeniach wykorzystuje się żywe małże.

Są one sprowadzane do Rzeszowa z czystych jezior w północnej Polsce i co najważniejsze – są one wrażliwe na zanieczyszczenia wody. Gdy woda jest skażona, małże się zamykają. Stopień ich otwarcia jest monitorowany online przez system komputerowy i informacje o ich otwarciu są przekazywane do centrum kontrolującego pracę całej stacji uzdatniania. Sygna-

łem ostrzegawczym dla pracowników stacji o zanieczyszczeniu wody jest sytuacja, gdy sześć z ośmiu małży zamknie się równocześnie w krótkim czasie.

Tak wnikliwie przebadana woda jest zdolna do bezpośredniego picia i z Zakładu Uzdatniania Wody płynie do odbiorców ponad 1150-kilometrową siecią wodociagową.

Rzeszowski MPWiK realizuje jeden z kluczowych społecznych interesów, zapatrując w wodę pitną 200-tysięczną aglomerację oraz 5 okolicznych gmin. Warto dodać, że spółka ta oczyszcza także ścieki, ale i swoją

rolę wypełnia znacznie szerzej, niż wskazują statutowe obowiązki.

Społeczna rola MPWiK

– Poza statutowymi obowiązkami dużą wagę przywiązujemy do roli społecznej w środowisku, w którym działamy. Aktywnie uczestniczymy w życiu aglomeracji w wymiarze kulturalnym czy sportowym, ale także z najwyższą aktywnością angażujemy się m.in. w ochronę środowiska. Inwestycje w OZE nie są traktowane jako koszt, ale inwestycja w rozwój i ograniczenie uciążliwości dla otoczenia, co leży bezsprzecznie w interesie społecznym – podkreśla Marcin Lewandowski, prezes zarządu MPWiK w Rzeszowie.

Troska o środowisko oraz minimalizowanie kosztów produkcji wody i oczyszczania ścieków powoduje, że rzeszowskie MPWiK mocno stawia na Odnawialne Źródła Energii. OZE pozwala zakładowi być coraz bardziej neutralnym energetycznie i zabezpiecza mieszkańców Rzeszowa przed negatywnym wpływem rosnących cen energii na ceny wody i ścieków.

nagroda
w konkursie

2025
Nasze
DOBRE



0011524627

Ciąg dalszy ze str. 19

Jak sobie z tym radzisz?

Myślę, że hejterzy to nie-szczęśliwi ludzie z nudnym życiem. Większości robi to z zawiści i nienawiści. To są obce dla mnie osoby, których zdanie jest zupełnie nie-istotne i staram się tym nie przejmować. Jest też o wiele więcej pozytywnych opinii. I na tym się trzeba skupić. To są plusy.

Czy czujesz presję idealnego wyglądu, kobiety zadbanej? Czy pozwalasz sobie na przykład na to, żeby wyjść z domu bez makijażu?

Oczywiście. W ogóle nie mam z tym problemu. Czuję się równie piękna bez makijażu. Są dni, że z domu wychodzę w dresach, bez makijażu na zajęcia, które prowadzę na co dzień. Bo moją pasję przerzuciłam na pracę. Prowadzę zajęcia z akrobatyki, tańca, stretchingu. W planach mam zrobienie kursów pilates i fitness. Nie mam problemu wyjść do ludzi bez makijażu. Żyję dniem dzisiejszym i skupiam się na zajęciach z dziećmi. Sport i poranne zajęcia, które prowadzę ze stretchingu odmieniły moje życie. Mam mnóstwo energii. Potem idę jeszcze na siłownię zrobić swój trening.

To jest dla mnie idealne rozpoczęcie dnia.

Po akrobatyce pojawił się też taniec. Co najbardziej pokochałaś w tej formie ruchu?

Po zakończeniu treningów akrobatycznych trafiłam do zespołu Kornele w Rzeszowie, gdzie zaczęłam tańczyć taniec współczesny i jazz. To był dla mnie zupełnie inny rodzaj emocji i wyrażania siebie. W show dance opowiada się historię ruchem, emocjami i choreografią. Mieliśmy bardzo kreatywne układy – tańczyliśmy jako skorpiony, były choreografie inspirowane zwierzętami czy różnymi postaciami. Nasza trenerka, pani Magdalena, uwielbia tworzyć widowiskowe układy, oparte właśnie na motywach zwierząt. Wcześniej zespół prowadziła również pani Marta, której też bardzo dużo zawdzięczam. Obie stworzyły niesamowite miejsce i atmosferę. Z zespołem Kornele zdobyliśmy mistrzostwo Polski, Europy i świata, więc były to dla mnie wyjątkowe doświadczenia i ogromna szkoła charakteru. Dzięki temu nauczyłam się pracy zespołowej, jeszcze większej dyscypliny i wyrażania emocji na scenie.



Zuzanna Kustra (w środku): - Nie wolno udawać. Trzeba być zawsze sobą, bo to wygrywa

MATERIAL INFORMACYJNY BGK

0011496393

Samorządy ruszają po miliardy z nowego funduszu

Polska rozpoczyna budowę największego od dekad systemu ochrony ludności i obrony cywilnej. W grze są schrony, miejsca ukrycia, drogi ewakuacyjne, zabezpieczenie infrastruktury wodociągowej oraz systemów energetycznych, a także inwestycje w cyberbezpieczeństwo. Wszystko ma zostać wsparte środkami z nowego Funduszu Bezpieczeństwa i Obronności finansowanego z KPO. Podczas debaty poświęconej finansowaniu bezpieczeństwa samorządów, która odbyła się podczas XIX Konferencji BGK dla JST, przedstawiciele rządu i administracji nie ukrywali, że skala wyzwania jest gigantyczna. Same koszty zapewnienia schronienia ludności w Polsce oszacowano już na ponad 218 miliardów złotych.

KPO na obronność

Jak podkreślał Mateusz Gaczyński, zastępca dyrektora Departamentu Koordynacji KPO w Ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej, Fundusz Bezpieczeństwa i Obronności powstał w odpowiedzi na konkretne potrzeby.

– Fundusz Bezpieczeństwa i Obronności powstał jako odpowiedź na zmieniającą się sytuację bezpieczeństwa w Europie i na świecie. Polska jest obecnie jedynym państwem Unii Europejskiej, które środki z KPO przeznacza bezpośrednio na bezpieczeństwo i obronność. Mówimy o ponad 22 miliardach złotych, które mają zostać przeznaczone na budowę odporności państwa i samorządów. Połowa tej kwoty trafi bezpośrednio do jednostek samorządu terytorialnego.

Fundusz ma zostać podzielony na cztery główne priorytety inwestycyjne. Największy z nich dotyczy infrastruktury ochrony ludności, czyli schronów, miejsc ukrycia oraz zabezpieczenia infrastruktury krytycznej. Drugim filarem mają być inwestycje w infrastrukturę podwójnego zastosowania, czyli drogi, mosty i tunele, które mogą służyć zarówno mieszkańcom, jak i wojsku lub działaniom ewakuacyjnym. Trzeci obszar obejmuje cyberbezpieczeństwo, natomiast czwarty wsparcie przedsiębiorstw działających na rzecz bezpieczeństwa i obronności.

– Ponad dziewięć miliardów złotych zostanie przeznaczonych na infrastrukturę ochrony ludności. To największy pojedynczy komponent funduszu. Mówimy tutaj zarówno o miejscach schronienia, jak i zabezpieczeniu infrastruktury energetycznej, wodociągowej czy systemów alarmowych. Jednocześnie bardzo duży nacisk kładziemy na cyberbezpieczeństwo infrastruktury samorządowej i krytycznej – dodał Gaczyński.

218 miliardów złotych na schrony

Przedstawiciele MSWiA nie ukrywali, że państwo stoi przed jednym z największych wyzwań infrastrukturalnych od wielu lat. Robert Klonowski, zastępca dyrektora Departamentu Ochrony Ludności i Zarządzania Kryzysowego, wskazywał, że Polska de facto odbudowuje system ochrony ludności od podstaw.

– Ustawa o ochronie ludności i obronie cywilnej nakłada bardzo konkretne obowiązki. W miastach połowa miejsc schronienia w obiektach zbiorowej ochrony, a jedna czwarta w pełnoprawnych budowlach ochronnych. Poza terenami miejskimi te wskaźniki są niższe, ale nadal bardzo ambitne. Policzyliśmy, ile spełnienie tych wymagań kosztowałoby państwo polskie przy dzisiejszych cenach. To około 218 miliardów złotych.



Jak zaznaczał przedstawiciel MSWiA, przez ponad trzy dekady w Polsce praktycznie nie budowano nowych schronów ani nie rozwijano systemu ochrony ludności. Dziś państwo musi nadrobić wieloletnie zaniedbania.

– Ostatni schron w Polsce został zbudowany jeszcze w latach dziewięćdziesiątych. Przez trzydzieści lat ten obszar praktycznie leżał odłogiem. Otwieraliśmy obiekty, które przez lata były zamknięte i często znajdowały się w fatalnym stanie technicznym. Dlatego dziś próbujemy odbudować cały system praktycznie od podstaw i potrzebujemy do tego ogromnych środków finansowych.

Według przedstawiciela resortu spraw wewnętrznych, obecny program ochrony ludności ma jednak stworzyć fundament stabilnego systemu finansowania na kolejne lata.

– Wszystkie województwa, wszystkie powiaty i wszystkie gminy w Polsce otrzymały już środki z programu ochrony ludności i obrony cywilnej. Otrzymają je także w kolejnych latach.

Najważniejsze było stworzenie trwałych ram prawnych i zapewnienie stabilnego finansowania. Teraz szukamy dodatkowych źródeł wsparcia, bo wiemy, że same środki krajowe nie wystarczą do realizacji wszystkich potrzeb – zaznaczył Klonowski.

Samorządy wymieniają sprzęt z lat 70.

O skali zaniedbań mówił również wojewoda mazowiecki Mariusz Frankowski. Jak podkreślał, w wielu samorządach magazyny ochrony ludności były wyposażone w sprzęt pamiętający jeszcze czasy PRL.

– W zeszłym roku koncentrowaliśmy się przede wszystkim na odbudowie podstawowych zdolności ochrony ludności. W wielu miejscach magazyny były praktycznie puste albo wyposażone w sprzęt z lat siedemdziesiątych czy osiemdziesiątych. Widziałem maski przeciwgazowe sprzed kilkudziesięciu lat, stare aluminiowe menażki i wyposażenie, które dawno utraciło jakąkolwiek przydatność. W wielu przypadkach trzeba było zaczynać praktycznie od zera.

Wojewoda wskazywał, że już pierwsze inwestycje zaczynają poprawiać odporność lokalnych społeczności na sytuacje kryzysowe.

– Dziś samorządy kupują agregaty, mobilne stacje uzdatniania wody, wyposażenie magazynów i systemy ostrzegania. Widzimy realną zmianę w przygotowaniu do sytuacji kryzysowych. Przykładem były ubiegłoroczne wichury pod Płockiem, gdzie trzeba było szybko zabezpieczyć mieszkańców i ich dobytek. Nawet podstawowe rzeczy, takie jak plany zabezpieczające dachy budynków, wcześniej były problemem. Teraz te zasoby są już dostępne na poziomie lokalnym.

Frankowski podkreślał również, że ogromnym wyzwaniem będzie odpowiednie planowanie inwestycji oraz określenie lokalnych priorytetów.

– Nie da się wszystkiego zrobić jednocześnie. Samorządy muszą same zdecydować, co jest dla nich najważniejsze – czy drogi ewakuacyjne, infrastruktura wodociągowa, cyberbezpieczeństwo czy miejsca schronienia. Program ochrony ludności i Fundusz Bezpieczeństwa i Obronności mają się wzajemnie uzupełniać, ale nawet przy tych środkach konieczne będzie bardzo rozsądne planowanie inwestycji.

Wodociągi pod szczególnym nadzorem

Jednym z najważniejszych tematów debaty była infrastruktura podwójnego zastosowania. Frankowski wskazywał, że samorządy już dziś wykazują ogromne zainteresowanie finansowaniem dróg, które mogłyby pełnić funkcję ewakuacyjne lub wojskowe.

Wojewoda zwracał również uwagę na rosnące zagrożenia dotyczące infra-

struktury wodociągowej i energetycznej. Wiele sieci budowanych jeszcze z pierwszych funduszy unijnych ma już ponad dwadzieścia lat i wymaga pilnej modernizacji. Dodatkowym problemem stają się cyberataki na infrastrukturę krytyczną.

– W ubiegłym roku odnotowano w Polsce 93 incydenty cybernetyczne dotyczące sektora wodociągowego. Ta infrastruktura jest coraz starsza, coraz częściej dochodzi do awarii, a jednocześnie rośnie skala zagrożeń cyfrowych. Dlatego cyberbezpieczeństwo infrastruktury wodociągowej i energetycznej powinno być jednym z kluczowych kierunków inwestycji – powiedział Frankowski.

Schrony mają żyć, a nie stać zamknięte

Przedstawiciele administracji podkreślali również, że nowe obiekty ochrony ludności nie mogą być projektowane jako martwe, zamknięte przestrzenie, używane wyłącznie na czas wojny.

– Nie możemy powielać błędów z czasów PRL, kiedy schrony były budowane, zamykane i po latach nikt już o nich nie pamiętał. Te obiekty muszą żyć na co dzień. Mogą pełnić funkcję świetlic, parkingów podziemnych, hal sportowych czy sal koncertowych. W sytuacji kryzysowej mają chronić ludność, ale na co dzień powinny służyć mieszkańcom i być normalnie użytkowane – dodał Robert Klonowski.

Ministerstwo Funduszy i Polityki Regionalnej zapowiada, że pierwsze nabory do Funduszu Bezpieczeństwa i Obronności mają ruszyć jeszcze w czerwcu. Resort liczy, że pierwsze umowy z samorządami uda się podpisać jeszcze przed końcem roku.

część Hadesu	żądanie strajkujących	dopływ Dunaju	narzędzie rolnicze	wśród zakonnic	gilza papierosa	część balustrady karnacja	zimowy pojazd	placi czynsz	wąskotorowa	spec od calek	chroniony ptak leśny	ciastko z kremem	dodatkowa procja zupy	stopień pisma haftowanego kilim
twórca obrazu „Guer-nica”					23				arab-skie imię męskie			preparat kosme-tyczny		
	31				zwój tkaniny			pocisk armatni			mocharz, siłacz			
film grozy ciężka zasłona					muza astro-nomii	25			kanon moralny słodki napój		28	kolega drama-turga		2
rzeka na Roz-toczu				16	miasto nad Grabią			24	żywo-t-niki rzymska Artemida		powóz na resorach		27	
					prezy-dencki sprzeciw		gwiazda rocka ...Lozano, trener	wynik doda-wania		Farrow „Gdzie jest ...”		przepływa przez Kolonię		powieść Tyr-manda
kurort na Helu		okres stu lat	model Toyoty	mał-żonek Sawy		13		Santor lub Kwiat-kowska			częstka utworu muzycznego sportowe buty			
dawne względy gipsowa masa na ozdoby					17	nastrój, atmo-sfera		ruiny miasta Nabatej-czyków				widzialny przejaw boga Re	kwota do zwrotu	10
	18			masa ludzi rybi tłuszcz				używa języka migo-wego			33	goguś, fircyk		
muza poezji miłosnej							andyjski ssak		zało-gowa częśc jachtu				duża skrzynia	japoń-skie zapasy
zięć Mahometa												9		
				rozległy ze szczytu	do wy-najęcia							zrzą-dzenie losu		
w ekwi-punku alpi-nisty		przypo-mina elipsę Kupidyn		12										
domowy forte-pian	„Twar-dowska”		żona Uranosa	29	wenecki VIP									
aura														
taktyka walki konnicy														
rodzaj kroniki krymi-nalnej		droga dla turysty	15	budowla na przy-stanku	6	najdłuż-sza rzeka Francji								
kraj z Ottawą	biuro fabryki		mari-huana lub kokaina		rzymska bogini obfi-tości			Jan, malarz entuzjastka, miłośniczka		urząd koś-cielny	kwiat ozdobny imię Gorczyca, aktorki	trwale łączenie metali		
wiatr równi-kowy						7	atrybut kelnera			plasz-czyzna ukośna			dipol na dachu	partyjny teoretyk
					wieczne miasto artre-tyzm									dawny bęben woj-skowy
						8		sol lub si						
nasia-dówka u szefa							dzwonek w talii kart			pojazd uprzy-wile-jowany		proszek do prania	wysoki męz-czyzna	
rzadkie imię męskie		kryjówka bor-suka		indyjska księż-niczka	32	grzanka z opie-kacza			Franco, włoski aktor		22	wielkie ssaki morskie		19
							bicz furmana	opasuje kimono Szalom, pisarz		król z dramatu Szekspira ryba mulistych akwenów			ba-gienna mgła	
pieśń patrio-tyczna					połski pies gończy				hin-duska bogini śmierci			staro-polskie imię kobiece		26
	3						częstka żaru			kraj z De-kanem			roślina jak sułtanat	5
rasa owiec śliwo-daktyl					część twier-dzenia			21		10 kwintali		modnie się ubiera		

AUTOREKLAMA 0210988880

nowiny
nowiny 24.pl

w prenumeracie z Tele Magazynem

12 312 53 88

TELEMAGAZYN

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
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 33 utworzą rozwiązanie: myśli Józefa Bułatowicza. ROZWIĄZANIE: NIE KAŻDY PŁYWAŁ JEST W CIEPKU URODZONY.

Krzyżówka panoramiczna

przewozi pasażerów		antyczny nagrobek	łoskot, stukot	czeski złoty	grzywa- sta owca	koń czystej krwi	duże miasto w Turcji
war- szawska szybka droga	tam- ponik			"Pan ...", epopeja Mickiewicza			
element, czynniki	3						
				stan pogody			pieśń z opery „Flis”
stojące lustro				rzymska Artemida			
wczasy dla dzieci		7					
kwiatowa grządka					mleczny lub kawowy		
				ludowa nazwa koźlarza	indyjski bóg miłości	otoczka, obwódka	łoś pacy- ficzny
stra- żacki drag	ssak futer- kowy, dydelf	duża rzeka azja- tycka	podróżo- wanie kam- perami	chętki, ochota			
				strój, odzień			ciało nie- bieskie
cięża- rówka z NRD	Komo- rowska kamie- nica				prze- pływa przez Liege		
				mieszka w wawel- skim grodzie			
	5				6		8
roz- dział Koranu				Uśmiechnij się! Kowalski dzwoni do szefa: – Czy mógłbym w poniedziałek przyjść do pracy trochę później? – No, dobrze, a kiedy pan przyjdzie? – ... 			
pas- tewna roślina zielna	jutowy na makę	ptak łaknący dżdżu	1				
filmowy barba- rzyńca							
„Jusis, piosen- karka			2				
bohater filmu „Szczęki”	imię Włodar- czyk, aktorki						

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 8 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

Każdy odpadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- A) kraik w Pirenejach (6).
- B) płaskie nakrycie głowy z antenką (5).
- C) lokal z kawą, lodami i kremówkami (9).
- D) towarzyszy królowej w codziennym życiu (6).
- E) rodzaj błyskawicznego zapięcia w kurtce (5).
- F) wymyślnie zakręcony pukiel włosów (4).
- G) dawny rzemieślnik lub pracownik odlewni (5).
- H) bezkrytyczna, impulsywna córka Anieli Dulskiej (5).
- I) rzeka z powieści Czesława Miłosza (4).
- J) ... Górne, największy słodkowodny zbiornik świata (7).
- K) aktor, aktor z filmu „W akcie desperacji” (6).

A 10x10 grid world environment. The robot is at (1, 1) and the goal is at (10, 10). Obstacles are located at (2, 2), (2, 3), (3, 2), (3, 3), (4, 2), (4, 3), (5, 2), (5, 3), (6, 2), (6, 3), (7, 2), (7, 3), (8, 2), (8, 3), (9, 2), (9, 3), (10, 2), (10, 3), (10, 4), (10, 5), (10, 6), (10, 7), (10, 8), (10, 9), (10, 10), (10, 11), (10, 12), (10, 13), (10, 14), (10, 15), (10, 16), (10, 17), (10, 18), (10, 19), (10, 20), (10, 21), (10, 22), (10, 23), (10, 24), (10, 25), (10, 26), (10, 27), (10, 28), (10, 29), (10, 30), (10, 31), (10, 32), (10, 33), (10, 34), (10, 35), (10, 36), (10, 37), (10, 38), (10, 39), (10, 40), (10, 41), (10, 42), (10, 43), (10, 44), (10, 45), (10, 46), (10, 47), (10, 48), (10, 49), (10, 50), (10, 51), (10, 52), (10, 53), (10, 54), (10, 55), (10, 56), (10, 57), (10, 58), (10, 59), (10, 60), (10, 61), (10, 62), (10, 63), (10, 64), (10, 65), (10, 66), (10, 67), (10, 68), (10, 69), (10, 70), (10, 71), (10, 72), (10, 73), (10, 74), (10, 75), (10, 76), (10, 77), (10, 78), (10, 79), (10, 80), (10, 81), (10, 82), (10, 83), (10, 84), (10, 85), (10, 86), (10, 87), (10, 88), (10, 89), (10, 90), (10, 91), (10, 92), (10, 93), (10, 94), (10, 95), (10, 96), (10, 97), (10, 98), (10, 99), (10, 100), (10, 101), (10, 102), (10, 103), (10, 104), (10, 105), (10, 106), (10, 107), (10, 108), (10, 109), (10, 110), (10, 111), (10, 112), (10, 113), (10, 114), (10, 115), (10, 116), (10, 117), (10, 118), (10, 119), (10, 120), (10, 121), (10, 122), (10, 123), (10, 124), (10, 125), (10, 126), (10, 127), (10, 128), (10, 129), (10, 130), (10, 131), (10, 132), (10, 133), (10, 134), (10, 135), (10, 136), (10, 137), (10, 138), (10, 139), (10, 140), (10, 141), (10, 142), (10, 143), (10, 144), (10, 145), (10, 146), (10, 147), (10, 148), (10, 149), (10, 150), (10, 151), (10, 152), (10, 153), (10, 154), (10, 155), (10, 156), (10, 157), (10, 158), (10, 159), (10, 160), (10, 161), (10, 162), (10, 163), (10, 164), (10, 165), (10, 166), (10, 167), (10, 168), (10, 169), (10, 170), (10, 171), (10, 172), (10, 173), (10, 174), (10, 175), (10, 176), (10, 177), (10, 178), (10, 179), (10, 180), (10, 181), (10, 182), (10, 183), (10, 184), (10, 185), (10, 186), (10, 187), (10, 188), (10, 189), (10, 190), (10, 191), (10, 192), (10, 193), (10, 194), (10, 195), (10, 196), (10, 197), (10, 198), (10, 199), (10, 200), (10, 201), (10, 202), (10, 203), (10, 204), (10, 205), (10, 206), (10, 207), (10, 208), (10, 209), (10, 210), (10, 211), (10, 212), (10, 213), (10, 214), (10, 215), (10, 216), (10, 217), (10, 218), (10, 219), (10, 220), (10, 221), (10, 222), (10, 223), (10, 224), (10, 225), (10, 226), (10, 227), (10, 228), (10, 229), (10, 230), (10, 231), (10, 232), (10, 233), (10, 234), (10, 235), (10, 236), (10, 237), (10, 238), (10, 239), (10, 240), (10, 241), (10, 242), (10, 243), (10, 244), (10, 245), (10, 246), (10, 247), (10, 248), (10, 249), (10, 250), (10, 251), (10, 252), (10, 253), (10, 254), (10, 255), (10, 256), (10, 257), (10, 258), (10, 259), (10, 260), (10, 261), (10, 262), (10, 263), (10, 264), (10, 265), (10, 266), (10, 267), (10, 268), (10, 269), (10, 270), (10, 271), (10, 272), (10, 273), (10, 274), (10, 275), (10, 276), (10, 277), (10, 278), (10, 279), (10, 280), (10, 281), (10, 282), (10, 283), (10, 284), (10, 285), (10, 286), (10, 287), (10, 288), (10, 289), (10, 290), (10, 291), (10, 292), (10, 293), (10, 294), (10, 295), (10, 296), (10, 297), (10, 298), (10, 299), (10, 300), (10, 301), (10, 302), (10, 303), (10, 304), (10, 305), (10, 306), (10, 307), (10, 308), (10, 309), (10, 310), (10, 311), (10, 312), (10, 313), (10, 314), (10, 315), (10, 316), (10, 317), (10, 318), (10, 319), (10, 320), (10, 321), (10, 322), (10, 323), (10, 324), (10, 325), (10, 326), (10, 327), (10, 328), (10, 329), (10, 330), (10, 331), (10, 332), (10, 333), (10, 334), (10, 335), (10, 336), (10, 337), (10, 338), (10, 339), (10, 340), (10, 341), (10, 342), (10, 343), (10, 344), (10, 345), (10, 346), (10, 347), (10, 348), (10, 349), (10, 350), (10, 351), (10, 352), (10, 353), (10, 354), (10, 355), (10, 356), (10, 357), (10, 358), (10, 359), (10, 360), (10, 361), (10, 362), (10, 363), (10, 364), (10, 365), (10, 366), (10, 367), (10, 368), (10, 369), (10, 370), (10, 371), (10, 372), (10, 373), (10, 374), (10, 375), (10, 376), (10, 377), (10, 378), (10, 379), (10, 380), (10, 381), (10, 382), (10, 383), (10, 384), (10, 385), (10, 386), (10, 387), (10, 388), (10, 389), (10, 390), (10, 391), (10, 392), (10, 393), (10, 394), (10, 395), (10, 396), (10, 397), (10, 398), (10, 399), (10, 400), (10, 401), (10, 402), (10, 403), (10, 404), (10, 405), (10, 406), (10, 407), (10, 408), (10, 409), (10, 410), (10, 411), (10, 412), (10, 413), (10, 414), (10, 415), (10, 416), (10, 417), (10, 418), (10, 419), (10, 420), (10, 421), (10, 422), (10, 423), (10, 424), (10, 425), (10, 426), (10, 427), (10, 428), (10, 429), (10, 430), (10, 431), (10, 432), (10, 433), (10, 434), (10, 435), (10, 436), (10, 437), (10, 438), (10, 439), (10, 440), (10, 441), (10, 442), (10, 443), (10, 444), (10, 445), (10, 446), (10, 447), (10, 448), (10, 449), (10, 4

- L) horror w reżyserii Stanleya Kubricka (8).
Ł) element małej architektury przy alejce spacerowej (5).
M) postępowanie pełne kłamstw (8).
N) rabunek na gościńcu (5).
O) oserek zysa (4).
P) popularne określenie telewizora (6).
R) w portfelu Iranki (4).
S) grzyb jadalny, gatunek maślaka (5).
T) jeden z potomków Uranosa i Gai (5).
U) miś z polskiej animacji (7).
W) okres życia najlepszy dla mężczyzny (4,5).
Z) część stodoły, sąsiek (6).
Ż) przed przedszkolem (6).

Krzyżówka z hasłem

[illegible]

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 19 utworzą rozwiązanie: przysłowie tureckie.

Poziomo:

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| 1) dawny śpiewak wędrowny, | 3) gafa towarzyska, |
| 7) ... Lubelska na mapie, | 4) dawna opłata drogowa, |
| 8) pokryty emalią, | 5) zboże chlebowe, |
| 9) weekendowy dzień, | 6) pszczołka z animacji, |
| 12) poluje na odyryce, | 9) budynek gospodarczy, |
| 13) plazma krwi, | 10) nie dodaje mądrości, |
| 15) inwar lub brąz, | 11) dwanaście sztuk, |
| 17) drapieżny kot, | 14) ... Magellana, |
| 18) królestwo lwa, | 15) lokum na towary, |
| 22) stanowisko pracy, | 16) nagroda filmowa, |
| 23) rozsądek w działaniu. | 19) na czele armii, |

Pionowo:

- 1) cieszy sybarytę, 21) roślina w akwarium.

Diagram illustrating a 3x4 grid structure with a central orange cell labeled **WIRÓWKA PANORAMICZNA**. The grid contains various phrases and arrows indicating relationships or flow:

- Top row (left to right):
 - ruchoma część wagi (arrow pointing left)
 - kraj z Brukselą (arrow pointing down)
 - materiał na pomniki (arrow pointing down)
 - pierwszy dźwięk gamy (arrow pointing left)
- Middle row (left to right):
 - dawny worek na wodę (arrow pointing right)
 - WIRÓWKA PANORAMICZNA** (central orange cell)
 - zasłona w szermierze (arrow pointing up)
- Bottom row (left to right):
 - japońska mafia (arrow pointing down)
 - milczący zakonnik (arrow pointing up)
 - ssak leśny, jaźwiec (arrow pointing down)
 - ślubna lub bałowa (arrow pointing down)

Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.

Duet jolek

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 9 utworzą rozwiązanie.

W przypadkowej kolejności:

- młyn ze śmigłami
 - twórca obrazu „Hold pruski”
 - faworyt w gonitwie
 - ...-Benz, marka samochodów
 - flirciarz, bałamut
 - kwiat ozdobny
- arкана, tajniki
 - kościelny fundator
 - kołyska dla malca
 - podróżna walizeczka
 - oprawa drzwi
 - namalował „Dziewczynę z perłą”

Logogryf

1	●	●	●		
2		●	●	●	
3	●	●	●		
4		●	●	●	
5	●	●	●		

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł powieści Jeana d'Ormessona.

- 1) zuch, junak,
- 2) rezydencja magnata,
- 3) przelanie praw na dzieci,
- 4) rytmiczny chód,
- 5) zakrywana kwefem.

Szyfr

8	9	3	12	5
4				11
10	2	1	6	7

Litery z pól od 1 do 13 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktorki.

Poziomo:

- 8) urząd podległy biskupowi,
10) magiczna w posiadaniu
Aladyna.

Pionowo:

- 13) stolica Jemenu,
8) pod nim stopa wody.

Krzyżówka

1		2		3
				
4				
				
5				
				
6				
				
7				

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

Poziomo:

- 1) ... Zbawienia,
- 4) zasada, reguła,
- 5) rezultat, wynik,
- 6) płonie w czasie igrzysk,
- 7) sukulent z Meksyku.

Pionowo:

- 1, 2, 3) kobiece imiona.

Rozwiązania

Wzrostek, krzyżówka z ha-
słem: Syty nie zna ceny jadal-
niwówka panoramiczna: "Za-
giniony autobus", dueń jolek:
firmament; logogryf: "Chwała
cesarstwu", szyfr: Maria Paku-
lis; krzyżówka A-Z: plastyka;
krzyżówka: Alicja.

TEOLOGIA/ZOOLOGIA

Kwestia wielbłądza w Nowym Testamencie

Rozdział 23 Fabrice Hadjadj, autor „Boga i jego menażerii. Summy zooteologicznej”, poświęcił wielbłądom z Biblii. Już z samych zainteresowań autora widać, że to bardzo ciekawy człowiek. 55-letni Żyd z rodziny komunistów fanatyków, którzy aktywnie brali udział w rewolucji 1968 roku. W młodości Hadjadj był ateistą i anarchista, później nawrócił się na katolicyzm i przyjął chrzest. Stało się to w opactwie Saint-Pierre z Solesmes w 1998 r. Uważa się za „Żyda z arabskim nazwiskiem katolickiego wyznania”.

Wszędzie zwierzęta

Na stronach „Boga i jego menażerii” od zwierząt aż gęsto. Ale to nie tylko opowieść zoologiczna, ale przede wszystkim o ludzkim powołaniu i odpowiedzialności. Hadjadj przypomina, że człowiek został ustanowiony strażnikiem tego niezwykłego świata, odpowiedzialnym za troskę o każde żyjące stworzenie. Wskazuje, że – jak pisze – „w prostej obserwacji natury, w śpiewie słowika czy w tajemniczym milczeniu karpia kryje się zaproszenie do uwielbienia i kontemplacji Stwórcy”.

Zwierzęta stają się naszymi przewodnikami, nauczycielami pokory, wdzięczności i uważności, pomagając odkryć piękno i sens naszego istnienia w kontekście stworzenia.

Hadjadj dowodzi, że od ofiarnego barana, który zastąpił Izaaka, przez przemawiającą oślicę Balaama, kruki karmiące Eliasza, aż po wiernego psa Tobiasza – każde z tych stworzeń staje się żywym znakiem Bożej obecności. Jego fantazji i niewyčerpanej szczodrości. Bóg bowiem objawia się w całym swoim stworzeniu, w każdym, nawet najmniejszym detalu.

Wielbłąd? Nieprzypadkowo

No dobrze, a wielbłąd? Dlaczego to wielbłąd stał się tym bytem, który ma się przecisnąć przez ucho igielne, a nie na przykład baran, wół czy osioł? Wielbłąd w Nowym Testamencie pojawia się przecież zaledwie sześć razy.

Słowa Chrystusa o wielbłądzie i uchu igielnym z Ewangelii św. Mateusza są hiperboliczne, kontrastujące największe według ówczesnych wyobrażeń zwierzę z przysłowiowo małą igłą. Nie trzeba wcale łagodzić tego porównania, jak czyniono to w przeszłości, czego ślady znajdujemy w starożytnych manuskryptach.

Zastępowano np. słowo „wielbłąd” z identycznie brzmiącym słowem „sznur” albo odnoszono określenie „ucho igielne” do wąskiego przejścia obok szerokiej bramy miejskiej, przez które wielbłąd mógł się przecisnąć na kolanach po zdjęciu z niego ciężarów.

Wedle Hadjadj Jezus świadomie użył takiej hiperboli. Gdy uczniowie pytali zdziwieni: „Któż więc może się zbawić?”, Jezus wskazuje na moc Bożej łaski. Z ludzkiego punktu widzenia to niemożliwe, ale nie z Boskiego. Ostatecznie, „dla Boga bowiem nie ma nic niemożliwego”.

margra



Fabrice Hadjadj, „Bóg i jego menażeria. Summa zooteologiczna”, wyd. W drodze, Poznań 2026, cena 49,90 zł

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

KATARZYNA
CEREKWICKA

Została mamą

Popularna piosenkarka rzadko dzieli się swym życiem prywatnym w mediach. Powszechnie panowało jednak przekonanie, że jest singielką. Tymczasem niespodziewanie w minionym Dniu Matki ogłosiła, że sama niedawno została mamą i pokazała na Instagramie swoje zdjęcie z malutkim synkiem u piersi. We wpisie zacytowała wiadomość, którą dostała od swojej mamy. Przyznała, że dopiero teraz lepiej rozumie, czym jest macierzyństwo i jak silna potrafi być więź między matką a dzieckiem. Napisała, że narodziny synka całkowicie zmieniły jej codzienność i spojrzenie na świat, a ona sama odkryła w sobie więcej czułości i cierpliwości niż przypuszczała. „Macierzyństwo to najpiękniejsza przygoda mojego życia. Pełna miłości, wzruszeń i szczęścia, którego nie da się opisać słowami” – podsumowała.

OSKAR CYMS

Stracił zab

Młody piosenkarz słynie z energetycznych występów i świetnego kontaktu z fanami. Tak było też i podczas jego koncertu w minioną sobotę na Święcie Kwitnących Jabłoni w Grójcu. Żywiolowy piosenkarz szalał na scenie i kręcił mikrofonem na wszystkie strony. Nagle przypadkowo uderzył nim w dźwięk, co poskutkowało... wypadnięciem jednego z zębów. Podczas instrumentalnej części piosenki Cymś pospieszyli sprawdzić palcem, co się stało i w którym miejscu zrobiła się dziura. Cała sytuacja nie umknęła uwadze jednej z uczestniczek występu, która nagrała wydarzenie telefonem komórkowym i wrzuciła na TikToka. Ceny u stomatologów dziś horrendalne – wszystko wskazuje więc, że piosenkarz będzie musiał przeznaczyć sporą część swego honorarium z występu na wizytę u dentysty.

SEBASTIAN FABIJAŃSKI

Bardzo dba o psychikę

Liczne zawirowania w życiu prywatnym sprawiły, że



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Katarzyna Cerekwiczka rzadko dzieli się swym życiem prywatnym. Teraz jednak ogłosiła, że została mamą

młody aktor czasem zaskakiwał swymi publicznymi zachowaniami. Występ w ostatniej edycji „Tańca z gwiazdami” ocieplił jednak jego wizerunek, pokazując od wrażliwej strony. Potwierdza to niedawna rozmowa Fabijańskiego z Plotkiem. Aktor przyznał się, że od pewnego momentu w swym życiu korzysta z pomocy terapeuty, a doświadczenia sprzed lat zmieniły jego podejście do dbania o siebie. – Myślę, że mój pobyt w szpitalu psychiatrycznym swego czasu przyniósł do mojego życia model dbania o psychikę i troszczenia się o nią. Problemy psychiczne są często bardzo wstydliwe – powiedział. I wyjaśnił: – Bardzo długo zwlekałem i doprowadziłem się do takiego stanu, że musiałem po prostu iść do szpitala, bo nie było innej możliwości.

MARCIN PROKOP

Został przyłapany

Od czasu ogłoszenia rozstania z żoną, prezenter jest pod ostrzałem plotkarskich mediów. W efekcie w poniedziałkowe popołudnie został przyłapany przez paparazzich Pudelka w centrum Warszawy. W towarzystwie tajemniczej blondynki spędził ponad dwie godziny w jednej z włoskich restauracji, delektując się wspólnym obiadem. Po zakończonym posiłku para ruszyła w stronę sportowego auta

Prokopa – Porsche 911 Carrera Cabriolet. Następnie oboje odjechali do jednego z mieszkań w centrum miasta, a prezenter niósł ze sobą okazałych rozmiarów turystyczny plecak. Kiedy Pudelek zadzwonił do dziennikarza, aby spytać, kim jest jego znajoma, usłyszał: – To Gosia, narzeczona mojego kumpla Karola, para, z którą się przyjaźnię od lat, razem i osobno.

IZABELA JANACHOWSKA

Pokazała braciszka

Celebrytka spodziewa się drugiego dziecka i ochoczo dzieli się z internautami tym wyjątkowym czasem w mediach społecznościowych. W Dzień Matki pokazała nagranie z badania USG, na które zabrała swojego syna. Na filmie można zobaczyć, jak Christopher Alexander, który kilka dni temu świętował siódme urodziny, z zaciekawieniem wpatrywał się w ekran komputera podczas badania USG. W tle słychać wyraźne bicie serca nie narodzonego dziecka. Christopher ponoć bardzo pozytywnie zareagował na wiadomość, że niebawem powita na świecie młodszego brata. – Bardzo się ucieszył. Tak naprawdę bycie starszym bratem to było jego wielkie marzenie. Od początku bardzo przeżywa całą sytuację, dopytuje, interesuje się i już teraz chce opiekować się rodzeństwem – powiedziała Janachowska w TVN.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Horoskop dzienny mówi, że podejmiesz decyzję, która otworzy nowe możliwości w relacjach z ludźmi.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokojna rozmowa przyniesie Ci ulgę i pozwoli uniknąć napięć. Horoskop na dziś zapowiada udany dzień.

Baran (21.03 - 19.04)

Nowe wiadomości poprawią nastrój. Horoskop dzienny na piątek wróży, że zachęca Cię też do działania w sprawach odkładanych od dawna.

Byk (20.04 - 20.05)

Bliska osoba okaże wsparcie. Horoskop dzienny mówi, że potrzebujesz go, by spokojnie zakończyć wreszcie ważną i trudną sprawę.

Bliznięta (21.05 - 21.06)

Twoja energia przyciągnie ludzi gotowych pomóc Ci w realizacji ambitnych planów. Horoskop na dziś wróży, że los będzie Ci sprzyjać.

Rak (22.06 - 22.07)

Precyzja i cierpliwość pozwolą Ci uporządkować różne sprawy. Horoskop dzienny na piątek wróży, że uda Ci się też nadrobić zaległości.

Lew (23.07 - 22.08)

Horoskop dzienny wróży, że miłe spotkanie odmieni Twój humor i przypomni, że warto mówić o swoich uczuciach...

Panna (23.08 - 22.09)

Intuicja pomoże Ci uniknąć błędów i skieruje uwagę na szansę wartą większego zaangażowania. Horoskop na dziś zapowiada, że dobrze na tym wyjdiesz.

Waga (23.09 - 22.10)

Krótką podróż lub nowy kontakt przyniesie inspirację. Horoskop dzienny na piątek mówi, że może to być początek ciekawych zmian.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja w działaniu przyniesie efekty. Horoskop dzienny mówi, że zaskoczą Cię tym nawet najbliższe osoby.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Współpraca z kimś kreatywnym pobudzi Cię do działania. Horoskop na dziś wróży, że odkryjesz nowe możliwości.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

Horoskop dzienny na piątek mówi, że spokojny wieczór pomoże Ci odzyskać równowagę i przygotować się na nadchodzące wyzwania.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?
Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: nowiny.ogloszenia@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń NOWIN, Rzeszów, ul. Unii Lubelskiej 3,
tel. 17 86 72 330, fax 17, 86-72-343,
e-mail: nowiny.ogloszenia@polskapress.pl,
biuro czynne pon.-pt. 8.00 -16.00

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów
montaż wkładów i nasad - 17 8623831

KOSTKA, ogrodzenia 509 040 204

MALOWANIE-DACHÓW i elewacji
mycie, czyszczenie, długoletnie
doświadczenie, wycena gratis +
gwarancja. tel. 786 344 700

Turystyka

KRAJ - GÓRY

**Beskidy turnusy 7 dni od 1050
zł z 30% dofin. dla emerytów/
rencistów, tel 501-642-492.**

PROMOCJA - pobyt - 95 zł ze
śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok.
z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

KRAJ - MORZE

KOŁOBRZEG blisko morza! 511337308

Różne

KASA za stare książki 609-643-399



O kobietach i dla kobiet

stronakobiet.pl

REKLAMA

0011531748

OBWIESZCZENIE STAROSTY STAŁOWOWOLSKIEGO o wszczęciu postępowania w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Działając na podstawie art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 roku – Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity Dz. U. z 2025 roku, poz. 1691) oraz zgodnie z art. 11d, ust. 5 – ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 roku o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2026 roku poz. 682)

z a w i a d a m i a m,

że na wniosek: Wójta Gminy Zaleszany
ul. Tadeusza Kościuszki 16, 37-415 Zaleszany

w dniu 29 maja 2026 roku zostało wszczęte postępowanie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „**Rozbudowa i przebudowa drogi gminnej – ul. Kościelnej wraz z budową miejsc postojowych, peronu autobusowego, wiat oraz przebudowę infrastruktury technicznej w miejscowości Zaleszany w ramach zadania pn. „Rozwój Mobilnego MOF Stalowa Wola etap I”** na działkach nr ewidencyjny: 361, 317/3 (317/4, 317/5), 316/1 (316/2, 316/3), 360/1, 364/5, 352/1, 360/2, 1464/2, 355, 356 obręb 0011 w jednostce ewidencyjnej 181806_2 Zaleszany.

(oznaczenie: przed nawiasem podano nr działki ulegającej podziałowi; w nawiasie numery działek po podziale; tustym drukiem zaznaczono działki przeznaczone pod inwestycję do trwałego zajęcia pod projektowany pas drogowy, podkreśleniem zaznaczono działki przeznaczone do czasowego zajęcia jako teren niezbędny)

W związku z powyższym informuje się strony, iż w terminie 7 dni od dokonania zawiadomienia o wszczęciu postępowania administracyjnego mogą zapoznać się z aktami sprawy, uzyskać wyjaśnienia w sprawie oraz zgłosić ewentualne uwagi i zastrzeżenia w Wydziale Architektoniczno-Budowlanym Starostwa Powiatowego w Stalowej Woli przy ul. Podleśnej 15 (pokój 410) w godzinach urzędowania.

Zawiadomienie niniejsze uważa się za dokonane po upływie 14 dni od daty publicznego ogłoszenia.

Z up. Starosty
/-Stanisław Sobieraj
Wicestarosta

REKLAMA

0011492101

radio centrum
89.0 FM

Nastrajamy
pozytywnie

radiocentrum.pl

facebook.com/radiocentrum

Ubezpieczenia dla artystów. Ostra reakcja Konfederacji

Marcin Koziestański
Warszawa

Rząd przyjął projekt ustawy o zabezpieczeniu socjalnym osób wykonujących zawód artystyczny. Lider Konfederacji Sławomir Mentzen w ostrych słowach skrytykował pomysł dopłacania do emerytur artystów z kieszeni pracujących Polaków.

Szacuje się, że środowisko artystyczne w Polsce liczy od 60 do 64 tysięcy osób. Prace nad uregulowaniem ich sytuacji trwały od lat, a obecny kształt reformy nadzorowały minister Hanna Wróblewska oraz minister Marta Cienkowska.

Z danych MKiDN wynika, że około 69% artystów zarabia poniżej średniej krajowej, a ponad 10% nie posiada żadnego ubezpieczenia. Ustawa wprowadza oficjalny status artysty zawodowego, przyznawany na wniosek przez nowo powstałe Centrum Edukacji i Pracy Artystycznej na okres 5 lat, z opcją przedłużenia do 8 lat.

Państwo uzupełni składki

Kluczowym elementem reformy jest mechanizm dopłat do składek ZUS. Wsparcie trafi do twórców, których średnie miesięczne przychody z ostatnich trzech lat nie przekroczyły 125% minimalnego wynagrodzenia (ok. 68 tys. zł rocznie brutto). W takich przypadkach państwo automatycznie uzupełni składki do poziomu pensji minimalnej. Uprawnienia będą weryfikowane co roku i wygasną po przekroczeniu progu dochodowego. Twórcy zyskają dzięki temu dostęp do publicznej służby zdrowia, zasiłków chorobowych i macierzyńskich. Przewidziano też programy wsparcia przy zmianie zawodu,



FOT. ADAM JANKOWSKI

Sławomir Mentzen opublikował w serwisie X bezkompromisowy i niezwykle ostry wpis, uderzający w podstawowe założenia rządowego dokumentu

a przepisy wejdą w życie 9 miesięcy po ogłoszeniu.

Sławomir Mentzen uderza w projekt

Zapowiedź dopłacania do ubezpieczeń artystów wywołała natychmiastowy opór środowisk liberalnych i prawicowych. Do tablicy wywołany poczuł się poseł Konfederacji Sławomir Mentzen, który opublikował w serwisie X bezkompromisowy i niezwykle ostry wpis, uderzający w podstawowe założenia rządowego dokumentu.

„Projekt wypłaty emerytur artystom, którym nie chciało się płacić składek, którzy tworzą sztukę, której nikt nie chce, jest niesprawiedliwy względem tych Polaków, którym chce się pracować i którzy muszą płacić

składki” – stwierdził kategorycznie polityk.

W dalszej części swojej wypowiedzi Mentzen odmówił części twórców miana prawdziwych artystów, stawiając twardą granicę rynkową dla ich działalności. „Jeżeli artysta nie potrafi na siebie zarobić, to nie jest artystą, tylko hobbystą. Nie tworzy sztuki, tylko badziew. A jeżeli próbuje nas wszystkich do tego orznąć na kasę, to jest jeszcze złodziejem i niech spada. STOP finansowaniu nierobów, beztalenci i darmożjadów z naszych pieniędzy!” – podsumował lider Konfederacji.

Konfederacja chce odwołania minister

Podczas konferencji prasowej w Sejmie politycy Konfederacji – poseł Michał Wawer

i rzecznik partii Wojciech Machulski – wezwali wszystkie ugrupowania do odwołania ze stanowiska Marty Cienkowskiej i zapowiedzieli rozpoczęcie zbiórki podpisów pod wnioskiem o wotum nieufności wobec minister kultury.

Zdaniem Wawera w czasie, kiedy szefem resortu kultury jest Cienkowska, wprowadzane są „kolejne dopłaty na pseudo-dzieła, sztuki obsceniczne, niemające nic wspólnego z realną kulturą”.

Podkreślił, że „czarę goryczy” przełało przyjęcie przez rząd projektu ustawy o zabezpieczeniu socjalnym osób wykonujących zawód artystyczny. Jako niezrozumiałe Wawer wskazał specjalne uprzywilejowanie grupy artystycznej wobec innych grup społecznych. PAP

REKLAMA

0011531367

WÓJT GMINY SANOK woj. podkarpackie

Wójt Gminy Sanok informuje o wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Sanok, w Sanoku, ul. Kościuszki 23, wykazu lokalu użytkowego przeznaczonego do oddania w najem w trybie bezprzetargowym, stanowiącego własność Gminy Sanok, o powierzchni użytkowej: 87,00 m², mieszczącego się w budynku o nr porządkowym 345A, położonym w miejscowości Strachocina na działce oznaczonej nr 1399.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Sanok, w Sanoku, ul. Kościuszki 23, pokój 402, tel. 13/46 56 574. Pełna treść wykazu dostępna jest na stronie internetowej Gminy Sanok i w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Sanok.

REKLAMA

0011531101

Wójt Gminy Zarszyn

Informuje, że został ogłoszony I przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości stanowiącej własność Gminy Zarszyn, tj. działki 441 o pow. 0,0624 ha położonej w Posadzie Zarszyskiej. Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy Zarszyn, ul. Bieszczadzka 74, pok. 15, tel. 134671001, wew. 37. Ogłoszenie o przetargu zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Zarszyn przy ul. Bieszczadzkiej 74, opublikowane na stronie internetowej gminy, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz w sposób zwyczajowy przyjęty w danej miejscowości.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

w Twojej gazecie
zlecisz
bez wychodzenia
z domu
przez Internetowe
Biuro Ogłoszeń

ibo.polskapress.pl

ŻUŻEL | METALKAS 2. EKSTRALIGA. JAK RZESZOWIANIE POSTAWIĄ SIĘ NIEPOKONANEJ POLONII? WILKI CZY REKINY?

Stal z liderem. Wataha w Rybniku

Marek Bluj
sport@nowiny24.pl

W niedzielę torze trzecia w tabeli Stal Rzeszów podejmuje Polonię Bydgoszcz. Goście wygrali wszystkie mecze i są liderem. Zdeterminowane Cellfast Wilki Krosno pojadą w Rybniku o wszystko.

To już siódma kolejka w Metalkas 2. Ekstralidze. Bardzo ciekawe starcie obejrzą kibice w Rzeszowie. Mocna na swoim owalu Stal zmierzy się z mocarzem z Bydgoszczy, który na całym gazie jedzie po awans do PGE Ekstraligi. Drużyna Dariusza Ślędzia to superpaka, jak na warunki drugiej żużlowej dywizji. Ekipa znad Brdy wygrała pewnie wszystkie 6 spotkań chce z kompletem punktów zakończyć pierwszą rundę.

Podopieczni menedżera Krzysztofa Kasprzaka są niepokonani na swoim owalu; stracili tylko jeden punkt remisując na inaugurację rozgrywek z Orłem Łódź. Marzeniem jest, aby miano niepokonanej przy H69

podtrzymać także po niedzielnym, najtrudniejszym pojedynku w tym sezonie.

Rzeszowianie podbudowali swojej konto i morale po dwóch zwycięstwach z Ostrowem i Polonią Piła. Polonia Bydgoszcz to jednak drużyna o klasę, a może nawet dwie lepsza od wspomnianej dwójki. Stalowcy od początku muszą jechać na maksa, a i tak nie będzie gwarancji, że będzie to równy bój.

Krzysztof Kasprzak ma trójkę muszkieterów; Rasmusa Jensena, Oskara Fajfiera i Josha Pickeringa, którzy odgrywają wiodące role w zespole. Pozostali dodają swoje cenne punkty. Na pewno tę drużynę stać na wiele więcej, niż do tej pory pokazała. Najskuteczniejszym reprezentantem Stali jest Jensen, siódmy zawodnik pod względem skuteczności Metalkas 2. Ekstraligi. W czołówce - na 9. pozycji - jest Oskar Fajfer. Polonia w TOP10 ma czterech żużlowców: są to Woźniak, Buczkowski, Łoktajew i Przyjemski. Ma także mocną parę juniorów. Oj, nie będzie przelewek.



FOT. H69 SPEEDWAY/FACEBOOK

Stal stać na jeszcze lepszą jazdę niż do tej pory. Pokaże ją w niedzielę z Polonią? Oby!

ZKS STAL RZESZÓW - ABRAMCZYK POLONIA BYDGOSZCZ

Stal: 9. Rasmus Jensen; 10. Joshua Pickering; 11. Mateusz Szczepaniak; 12. Francis Gusts; 13. Oskar Fajfer; 14. Franciszek Majewski; 15. Maksym Borowiak. Menedżer Krzysztof Kasprzak.

Polonia: 1. Szymon Woźniak; 2. Bartosz Nowak; 3. Kai Huckenbeck; 4. Aleksandr Łoktajew; 5. Krzysztof Buczkowski; 6. Maksymilian Pawelczak; 7. Kacper Andrzejewski. Trener Dariusz Ślędz.

Rzeszów, niedziela (31.05); godz. 13. **Sędzia:** Artur Kuśmierz. **Na żywo** Canal+Sport5.

Bardzo ciężki mecz czeka Cellfast Wilki Krosno, na które po nieoczekiwanej porażce u siebie z PSŻ Poznań spadł obfity deszcz zasłужonej krytyki. Wataha ma na koncie już trzy porażki, zajmuje piąte miejsce

SPORTOWY ROZKŁAD JAZDY

BIEGI - Puchar Toru Dąbka (s. 8, Głębokie, koło Rymanowa). **Podkarpacki Festiwal Biegowy:** UltraPodkarpacie 100 km (n. 1, Krzyż Milenijny w Niechobrze), UltraPodkarpacie 63 km (n. 6, Krzyż Milenijny w Niechobrze), Maraton Rzeszowski 42,5 km (n. 8.30, Rzeszów), Polmaraton Podkarpacie 22,5 km (n. 11, w Rzeszowie), Podkarpacka Dycha (n. 12.30, Boguchwała), Minimaraton Rzeszowski 4,2 km (pt. 21), Biegi Dziecięce Mini (s. 16, okolice ryнку), Marsz Nordic Walking (n. 14, ul Jarowa w Rzeszowie). **12.** Leżajski Bieg Żółki Turosz (s. 10).

BOKS - **Polska Liga Boks:** Golden Team Nowy Sącz - RKB Wisłok 1995 Rzeszów (s. 15). **FUTSAL** - **Fogo Futsal Ekstraklasa:** Piast Gliwice - Texom Eurobros Przemysł (pt.18, s.15) **PIĘKA NOŻNA** - **1 liga kobiet:** Medyk Konin - Resovia (s. 12). **2 liga kobiet:** Bielawianka Bielawa - Sokół Kolbuszowa Dolna (s. 12). **3 liga kobiet:** Unia II Lublin - Stal Łańcut (n. 15.30), Beniaminek Krosno - Izolator Boguchwała (s. 11). **4 liga kobiet:** DAP Dębica - AP Głogów Małopolski (n. 16). **Betdic2 liga:** Hutnik Kraków - Stal Stalowa Wola (s. 14.30), Warta Poznań - Resovia (s. 14.30). **Betdic3 liga:** Pogoni-Sokół Lubaczów - Star Starachowice (pt. 17.30), Siarka Tarnobrzeg - Cracovia II (s. 17), Świdniczanka Świdnik - Sokół Kolbuszowa Dolna (s. 17). **Wiskoka Dębica** - Chelmińska Chelme (s. 17). **4 liga:** Sokół Nisko - Błażowianka Błażowa (pt. 18), JKS Jarosław - Polonia Przemysł (s. 15), Ekoball Sanok - Izolator Boguchwała (s. 15), Błękitni Ropczyce - Legion Pilzno (s. 16), Cosmos Nowotaniec - Karpaty Krosno (s. 16), Czarni 1910 Jasło - ŁKS Łowisko (s. 17), Igłopol Dębica - Stal Gorzyce (s. 17), Wisłok Wiśniowa - Stal Łańcut (s. 17), LKS Czeluśnica - KS Wiązownica (n. 18). **KLASY O Dębica:** Radomysł Wielki - Żyraków (pt. 18), Smoczanka Mielec - Wadowice Górne (s. 15), Sędziszów Młp. - Golemk (s. 15), Chemik Pustków - Stara Jastrzębka (s. 17), Igłopol II

Dębica - Pustków (n. 11), Chrzastów - Stal II Mielec (n. 11), Brzostek - Czermin (n. 15), Sokół II Kolbuszowa Dolna - Kolbuszowianka (n. 17). **Jarosław:** Sieniawa - Wólka Pełkińska (pt. 16.30), Przeworsk - Lisie Jamy (pt. 18), Tuczempy - Gorliczyna (pt. 18), Morawsko - Czumiak Przemysł (pt. 18), Pogoni-Sokół II Lubaczów - Pawłowski (n. 13), Tryńcza - Urzejowice (n. 15), Pruchnik - Leszno (n. 16), Torki - Święte (n. 17). **Krosno:** Mrukowa - Zarszyn (pt. 18), Targowiska - Strachocina (pt. 18), Wilki Sanok - Klimkowska (pt. 20), Łęki Dukielskie - Nienaszów (n. 14), Grabówka - Odrzykoni (n. 15), Rymanów - Ustrzyki Dolne (n. 15), Dukla - Jedlicze (n. 15), Besko - Fryszak (n. 16). **Rzeszów:** Stal II Rzeszów - Trzebuska (pt. 18), Wólka Niedzwiedzka - Zgłobien (pt. 18.30), Korona Rzeszów - Sokół Małopolski (n. 11), Tyczyn - Zaczemie (n. 15), Stobierna - Jasionka (n. 15), TS Głogów Młp. - Niechobrz (n. 18.40), Żołynia - Rakszawa (n. 16), Głogovia Głogów Małopolski - Resovia II 0:3 wo. **Stalowa Wola:** Pysznica - Nowa Sącz (n. 18), Nowa Dęba - Lipa (s. 17), Leżajski Stal II SW (s. 18), Grębów - Wólka Tanewska (n. 11), Siarka II Tarnobrzeg - Chwałowice (n. 16), Jeżowe - Brzyska Wola (n. 17), Kamień - Kłyżów (n. 17). Pauza: Żdziary. **KLASY A Dębica:** Wieśniówka - Czarna (pt. 18), DAP Dębica - Nagoszyn (s. 16), Krzywa - Kamionka (n. 13), Gnojnic - Paszczyna (s. 17), Łopuchowa - Przecław rozebrano w czwartek, Góra Ropczycka - Wielopole Skrz. przeł. na 3 czerwca (g. 18.30), Głowaczowa - Ocicka (s. 15). **JAROSŁAW:** Wysocko - Radymno (s. 15), Skołoszów - Chłopice (s. 15), Niełkowiec - Dobkowice (s. 17), Piwoda - Szosko (s. 15), Łowce - Manasterz (n. 17), Tuchla - Ostrów (n. 17), Surochów - Łaski (n. 17). **LUBACZÓW:** Krowica - Horyniec (s. 17), Cieszanów - Basznia Dolna (n. 17), Dachnów - Cewków (n. 14), Stary Dzików - Wielkie Oczy (s. 18), Wólka Krowicka - Narol (n. 15), Zapalów - Mie-

kisz Nowy (n. 17), Młodów - Antoniki (n. 17). **PRZEMYŚL:** Olszany - Trójcyce (n. 17.30), Polonia II Przemysł - Żurawica (n. 17), Stubno - Arłamów (n. 17), Medyka - Dubiecko (n. 16), Orły - Nakło (n. 16), Wyszatycze - Kosienice (n. 17), Kaszyce - Maćkowice (n. 17). **Przeworsk:** Gniewczyna - Rozbórz (n. 17), Nowosielce - Łopuszka Wielka (n. 17), Krzeczowice - Kańczuga (n. 15), Majdan Sieniawski - Grzeska (n. 17), Jodłowska - Rożniatów (n. 17), Siennów - Orzeł II Przeworsk (s. 14), Gorzyce - Mirocin (s. 17). **Krosno 1:** Izdebki - Sieniawa 3:0 wo., Uherce - Lesko (n. 16), Ekoball II Sanok - Zagórz (n. 17), Pisarowce - Niebieszczany (n. 16), Długie - Pakoszówka (s. 17), Grabownica Starz. - Płowce/Stróże Małe (n. 16), Nowosielce - Tarnawa (s. 16). **Krosno 2:** Brzozów - Lubatówka (n. 15), Zmiennica - Jasłiska (n. 15), Haczów - Górki (n. 15), Domaradz - Posada Górna (n. 11), Lubatowa - Korczyna (s. 17), Krościenko Wyżne - Iwonice (n. 17), Rogi - Zręcin (n. 16). **Krosno 3:** Faliszówka - Czarni II Jasło (s. 12), Sobniów Jasło - Świerżowa (s. 14), Bieżdziejka - Osobnica (s. 15.45), Kołaczycze - Zarcze (n. 17.30), Lubla - Brzyska (n. 17.30), Głowienka - Kopytowa (n. 15), Nowy Glinik - Skołyszyn (n. 11). **Rzeszów 1:** Nosów - Czudec (n. 11), Słocina - Rudna Wielka (n. 11), Zimowit Rzeszów - Trzebownik (n. 15), Malawa - Przybyśówka (s. 16), Resovia III - Budziwój (pt. 20.30), Budy Głogowskie - Strzyżów (n. 16), Niebylec - Sokół Grodzisko (s. 18.30). **Rzeszów 2:** Łukawiec - Strażów przeł. na 3 czerwca (g. 18), Dynów - Medynia Głogowska (n. 17), Krasne - Krzemienica (s. 15), Pawłokoma - Sonina (n. 12), Trzeboś - Wola Dalsza 3:0 wo., Jawornik Polski - Grodzisko Dolne (n. 17), Handzówka - Dąbrówka (s. 16). **Rzeszów 3:** Siedlanka - Wola Mielecka (s. 15.30), ASERTO Trześń - Babicha (s. 17), Jaślany - Pień (s. 16), Czarni Trześń - Grochowe (s. 17), Widelka - Wola Chorzowska (s. 18), Dąbrówka Wisłoka - Podborze (n. 11), Cmolos - Ostrowy Tusz. (n. 17). **Stalowa Wola 1:** Żabno - Jastkowice (n. 17), Żupawa - Trześń

(n. 17), Wola Rzeszycka - Skopanie (s. 16.30), Zarcze - Dąbrowica (n. 17), Stany - Ocice (n. 17), Knapy - Kotowa Wola (s. 16), Jadachy - Zakrzów (n. 17). **Stalowa Wola 2:** Sarżyna - Sójkowska (s. 16), Hucisko - Górno (n. 13), Groble - Przychojec (s. 15), Łętownia - Podwołina (n. 17), Wola Zarczycka - Bieliny (s. 15), Ulanów - Pogoń II Leżajsk (pt. 18), Kamień - Stare Miasto (n. 15). **KLASY B Dębica 1:** Lubzina - Kawęczyn (s. 16), Wolica Piaskowa - Mała (s. 16), Nockowa - Kłęczany (n. 12), Borek Wielki - Olchowa (n. 14), Brzeźnica - Będziemyśl (s. 14). **Dębica 2:** Żdziary - LKS II Pustków (n. 14.30), Kamieniarz II Golemk - Legion II Pilzno (n. 17), Korzeniów - Straszęcin (n. 13), Zasów-Mokre - Łęki Górne (n. 13), Zawada - Stasiówka (n. 15). Pauza: Jodłowa. **Jarosław:** Piast II Tuczempy - Michałowka (s. 14), Węgierka - Jankowice (s. 17), Makowisko - Młyny (n. 14), Kidałowice - Rokietnica (n. 14), Przedmieście Jarosław - Durlikowice (n. 14), Sośnica - Kramarżówka (n. 17.30). Pauza: Zabłotce. **Lubaczów:** Oleszyce - Zalesie (n. 16), Płazów - Łukawiec 0:3 wo., Stary Lubliniec - Wola Wielka (n. 14), Korzenica - Ruda Różaniecka (n. 14), „Młodocyz” - Opaka (n. 14). **Rzeszów 3:** Chmielnik - Kosina (s. 14), Polonia Hyżne - Korona II Rzeszów 3:0 wo., Grom II Handzówka - Markowa (n. 16), Harta - Albogowa (s. 17.30). Pauza: HAŁO Hyżne. **Rzeszów 4:** Krackowa - Stobierna - Krzywe Stobierna (s. 17), Nienadówka - Brzoza Stadnicka (n. 15), Czarna - Wólka Podleśna (n. 16), Terliczka - Palikówka (n. 11), Wyśoka - Budy Łańcuckie (s. 15). **Rzeszów 5:** Krzemienica - Ławnica (s. 16), Malinie - Rzędzianowice (s. 16), Dębiki - Borowa (n. 14), Złotniki - Górki (n. 11), Strażak II Grochowe - Padew Nar. (n. 14), Victoria II Czermin - Trzcianna (n. 11), Pauza: Gliny Małe. **Rzeszów 6:** Dulcza Wielka - Radomyślanka II Radomyśl W. (n. 14), Janowiec - Dulcza Mała (n. 14), Dobryń - Tuszyna (n. 14), Atut II Podborze - Goleśzów (n. 14), Zgórsko - Ruda (n. 14), Piast II Wadowice G. - Wierzchowiny (n. 11). Pauza: Żarówka.

Pauza: Odrzechowa. **Krosno 3:** Wzdów - Milcza (n. 18), Wesola - Rymanów Zdrój (n. 11), Jasionów - Jasienica Rosielna (n. 14), Kombornia - Iskrzynia (n. 11), Trześniów - Karpaty II Klimkówka (n. 15), Przysietnica - Głębokie (s. 16.30). Pauza: Jabłonica Polska. **Krosno 4:** Pasja Krosno - Miejsce Piastowe (n. 11), Guzikówka Krosno - Łęki Strzyżowskie (n. 11), Wróblek Szlachecki - Kobylany (n. 13), Węglówka - Jasionka (n. 10), Potok - Pustyny (n. 11), Chorkówka - Wojaszówka (n. 11). Pauza: Iwla. **Krosno 5:** Łężyń - Sparta II Osobnica (n. 11), Łubno Szl. - Łubienko (s. 17), Szebnie - Osiek Jasielski (n. 11), Hankówka-Brzyszczy - Błażowa (n. 13), Święcany - Brzeźówka (n. 13). Pauza: KS II Zarcze, Nowy Żmigród. **Rzeszów 1:** Mrowla - Borek Stary (n. 18), Trzciana - Strug II Tyczyn (n. 17), Wysoka Głogowska - Biała (n. 14), Świlcza - Rudna Mała (n. 14), Dąbrowa - Bratkowice (s. 17). Pauza: Nowa Wieś. **Rzeszów 2:** Lutorzy - Pstrągówka (s. 15), Pstrągowa - Dobrzechów (s. 16), Mogielnica - Polomia (s. 16), Lubenia - Hermanowa (n. 11), Godowa - Wysoka Strzyżowska (n. 14), Konieczkowa - Szufnarowa (n. 14). **Rzeszów 3:** Chmielnik - Kosina (s. 14), Polonia Hyżne - Korona II Rzeszów 3:0 wo., Grom II Handzówka - Markowa (n. 16), Harta - Albogowa (s. 17.30). Pauza: HAŁO Hyżne. **Rzeszów 4:** Krackowa - Stobierna - Krzywe Stobierna (s. 17), Nienadówka - Brzoza Stadnicka (n. 15), Czarna - Wólka Podleśna (n. 16), Terliczka - Palikówka (n. 11), Wyśoka - Budy Łańcuckie (s. 15). **Rzeszów 5:** Krzemienica - Ławnica (s. 16), Malinie - Rzędzianowice (s. 16), Dębiki - Borowa (n. 14), Złotniki - Górki (n. 11), Strażak II Grochowe - Padew Nar. (n. 14), Victoria II Czermin - Trzcianna (n. 11), Pauza: Gliny Małe. **Rzeszów 6:** Dulcza Wielka - Radomyślanka II Radomyśl W. (n. 14), Janowiec - Dulcza Mała (n. 14), Dobryń - Tuszyna (n. 14), Atut II Podborze - Goleśzów (n. 14), Zgórsko - Ruda (n. 14), Piast II Wadowice G. - Wierzchowiny (n. 11). Pauza: Żarówka.

i musi odrabiać straty. Jak to zrobić? Środki wydają się być proste; wszyscy muszą poprawić skuteczność, zwłaszcza Amerykanin Luke Becker, który najbardziej zawodzi. W krosnińskim zespole jest mobilizacja i determinacja, aby wygrać w Rybniku ze znacznie niżej notowanym przeciwnikiem. Porażka byłaby kolejną sensacją, ale miejmy nadzieję, że do niej nie dojdzie. Rybniczanie po pozyskaniu Nicolaia Klindta znacznie jako zespół zyskali na jakości, wygrali dwa mecze z rzędu i myślą nawet o miejscu w fazie play-off. Wataha powinna pokazać im miejsce w szeregach...

Innpro ROW Rybnik - Cellfast Wilki Krosno ROW: 9. Nicolai Klindt, 10. Patryk Wojdyło, 11. Jakub Jamróg, 12. Jesper Knudsen, 13. Jan Kvech, 14. Paweł Wyczyszczok, 15. Jakub Żurek. Trener Robert Mikolajczak.

Wilki: 1. Luke Becker, 2. Marcus Birkemose, 3. Jason Doyle, 4. Robert Chmiel, 5. Tobiasz Musielak, 6. Radosław Kowalski, 7. Jakub Wieszcak. Trener Piotr Świdzki. **Rybnik**, niedziela (31.05); godz. 15.15. **Sędzia:** Arkadiusz Kalwasirski. **Na żywo:** Canal+Sport5. © ©

Kolejne święto triathlonu w Rzeszowie! Na starcie stanie około 800 osób!

Michał Czajka
sport@nowiny24.pl

TRIATHLON. 30 maja do stolicy Podkarpacia zjadą najlepsi zawodnicy i zawodniczki z całej Europy. Będą rywalizować w ramach Pucharu Europy w Triathlonie.

W sobotę, 30 maja, w Rzeszowie odbędą się Puchar Europy Elita, Puchar Polski: Młodzik, Junior, Mistrzostwa Polski w Triathlonie Sprint. Niedziela, 31 maja, upłynie pod znakiem VIII Triathlonu Rzeszów oraz zawodów dla dzieci: Aquathlonu. W imprezach weźmie udział łącznie ok. 800 osób.

Podczas Pucharu Europy w Triathlonie Elita wystąpią zawodnicy z ponad 30 krajów.

- Triathlon rzeszowski robimy po raz ósmy, Puchar Eu-



Rzeszowskie zawodysa bardzo widowiskowe

ropy po raz piąty - poinformował Bogdan Serwiński, Prezes Stowarzyszenia Sportowego Swim Tri Rzeszów, organizator wydarzeń.

w pierwszym dniu zawody będą się odbywały w Zalewie Rzeszowskim przy zaporze. - Zawodnicy będą biegać po alei Powstańców Warszawy na odcinku od ulicy Granicznej do ulicy Dąbrowskiego oraz na wycinku ulicy Emilii Plater. Natomiast w drugim dniu, czyli niedzielę, zawodnicy również pływają w zalewie. Następnie udadzą się rowerami na Przylasek ulicą Jana Pawła, Budziwojską oraz Podleśną. Natomiast biegają po drugiej stronie Wiśłoka, przebiegają przez zaporę i dalej Bulwarami miejskimi od ujęcia wody dla Pratt & Whitney do stadionu miejskiego.

Szczegółowy program:

Sobota, 30.05.2026 - Puchar Europy
g. 9 Start Elity Kobiet Pucharu Europy; 10:10-10:30 Przerwa techniczna; 10:50 Oficjalne otwarcie zawodów Pucharu Europy; 11:15 Start Mężczyzn Pucharu Europy; 12:25-13:55 Przerwa techniczna; 12:30-13:00 Ceremonia dekoracji

MISTRZOSTWA POLSKI AGE-GROUP
13:15 Start Mistrzostwa Polski Age-Group na dystansie Sprint; 15:30 Dekoracja Mistrzostw Polski Age-Group na dystansie Sprint

PUCHAR POLSKI

15:30 Start dystansu Supersprint Puchar Polski; 18:15 Ceremonia dekoracji Supersprint

Niedziela, 31.05.2026

11:10 Start zawodów dla dzieci AQUA Kids; 11:50 Ceremonia dekoracji Aqua Kids (okolicie mety); 12:00 start dystansu 1/4 i 1/8; 16:00 - ceremonia wręczenia nagród dla dystansu 1/8 i 1/4. ©©

Sokołom wystarczy remis. Mróz czy Majda - kto królem?

Tomasz Ryzner
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | BETCLIC3 LIGA. Z naszych ekip tylko Sokół pożegna sezon na wyjeździe. W ramach 34. kolejki Kolbuszowianie zmierzą się ze Świdniczaną i będzie to dla nich mecz o sporej wadze.

Drużyna trenera Sławomira Szeligi zdobyła wiosną już 23 punkty i zajmuje 14. miejsce. To niby dwie lokaty nad kreską, ale pozycja wtedy okaże się na sto procent bezpieczna, gdy po 34. kolejce w 2. lidze na miejscu nr 13 nie będzie Resovii lub Stali Stalowa Wola (stanie się to jasne przed potyczką Sokoła, bo w 2. lidze mecze rozpoczną się o 14.30 w sobotę). W przeciwnym razie nasz drugoligowiec zagra w barażach o utrzymanie i teoretycznie będzie możliwe, że 3. ligę grupy IV opuści aż 5 zespołów.

To wybitnie czarny scenariusz. Prawda jest taka, że 14. lokata daje pokaźne szanse na uniknięcie spadku. Jej utrzymanie nie wydaje się trudnym zadaniem, bo Sokół wreszcie nie ma obowiązku zdobycia pełnej puli. Jest tak, gdyż posiada 3 punkty przewagi nad Stalą Kraśnik. Minus stanowi fakt, że nasza ekipa jest gorsza od kraśniczan w meczach bezpośrednich.

Naszemu beniaminkowi do szczęścia wystarczy remis, ale ekipa z Kolbuszowej Dolnej



Sokół Kolbuszowa Dolna planuje wygrać w Świdniku. Z piłką Jakub „Yamal” Posłuszny

pojedzie do Świdnika walczyć o trzy „oczka” i będzie faworytem. Nie może być inaczej, skoro Świdniczaną zdobyła wiosną 2 punkty, co oznacza że przegrała aż 12 razy.

Wiosna nie jest też radosna dla Siarki. Tarnobrzeżanie nie wygrali od dziewięciu kolejek, a tydzień temu, fakt że w słabym składzie, dali jednak płamę w Kazimierzy Wielkiej (1:3). Drużyna trenera Sławomira Majaka mogła jednak poprawić sobie nastroje w wojewódzkim półfinale Pucharu Polski i z okazji skorzystała - ogroła 5:1 Stal Łańcut.

Na koniec sezonu siarkowcy podejmą Cracovię II.

Krakowianie zajmują 16. pozycję i mają o co grać, bo do wspomnianej Stali tracą tylko punkt. - Trudno przewidzieć, w jakim składzie przyjadą. Chodzą zresztą słuchy, że bez względu na zajęte miejsce, Cracovia i tak wycofa się z ligi. Tak czy owak, chcemy miłym akcentem zakończyć sezon. Nie zgodzę się, że był nieudany, choć wiosna na pewno nie przebiegła po naszej myśli - ocenił Sławomir Majak.

Wiśłoka i Pogoń Sokół także pożegnają rozgrywki na swoim

teren. Będą mieć trudnych rywali. Większe wyzwanie raczej przed dębiczanami, którzy podejmą na Parkowej Chełmiankę (3. miejsce, ale iluzoryczne szanse na baraże). Lubaczowianie zmierzą się ze Starem Starachowicami i zapewne zechcą wyrównać z nim rachunki za porażkę 0:1 z jesieni.

I jeszcze jedno. Przed 34. kolejką po 19 goli na koncie mają Paweł Mróz (Siarka) i Oskar Majda (Pogoń Sokół). W sobotę wyjaśni się, który z nich zostanie królem strzelców w „naszej” 3. lidze, względnie, czy królów będzie dwóch. ©©

JKS Jarosław punkt od mistrzostwa, szlagier w Sanoku

Tomasz Paryś
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA. Już w weekend kilka spotkań zdecyduje o dalszych losach drużyn, które walczą o miejsce barażowe lub uniknięcie spadku.

W sobotę w Jarosławiu szykują się na piłkarskie święto, bo JKS w spotkaniu z Polonią Przemyśl może zapewnić sobie mistrzostwo 4. ligi. Potrzebuje do tego jednego punktu, a biorąc pod uwagę statystyki domowych spotkań jest bardziej niż pewne, że to jedno „oczko” zdobędzie.

Izolator Boguchwała zagra w Sanoku z Ekoballem Stalą i czeka go trudne zadanie. Gospodarze cały czas marzą o utrzymaniu i postawią wysokie wymagania wyżej notowanemu rywalowi. Inny walczący o drugie miejsce zespół - Iglo-



JKS Jarosław (nz. Wojciech Reiman) już w sobotę może zapewnić sobie mistrzostwo 4. ligi podkarpackiej

opol Dębica będzie miał teoretycznie łatwiej, bo zagra ze zdegradowaną już Stalą Gorzyce, chociaż mecz z Czarnymi Jasło pokazał, że wszystko może się zdarzyć.

Emocji na pewno nie zabraknie w pojedynkach Błękitnych

z Legionem czy Wiśłoka ze Stalą Łańcut. Łańcutianie mają za sobą pucharowy mecz w środku tygodnia, co będzie chciała wykorzystać drużyna z Wiśniowej. Rycerze wiosny z Ropczyc chcą wrócić na zwycięską drogę i pokonać Legion,

który nie wygrał od czterech kolejek.

Czarni Jasło poszukają domowego przełamania w starciu z ŁKS-em Łowisko. Ostatnie potknięcia z Czeluśnią, a wcześniej z Sokołem Nisko postawiły jaślan w kiepskiej pozycji w tabeli. Drużyna gości przy ewentualnej porażce pożegna się ostatecznie z czwartoligowymi rozgrywkami.

Szlagierowe spotkanie odbędzie na stadionie Wiki w Sanoku, gdzie Cosmos Nowotaniec podejmował będzie Karpaty Krosno. Pojedynki tych drużyn zawsze dostarczają sporo emocji i tak też powinno być tym razem.

Bardzo ważny mecz na dole tabeli odbędzie się w niedzielę w Czeluśnicy. Miejscowi chcą wydestakować się ze strefy spadkowej, a do bezpiecznego miejsca na którym aktualnie znajduje się ich najbliższy rywal z Wiązownicy, tracą pięć punktów. ©©

Czas na Leżajski Bieg Zośki Turosz. Będą też biegi dla dzieci i młodzieży

Tomasz Ryzner
sport@nowiny24.pl

LEKKA ATLETYKA | NASZ PATRONAT. Blisko trzysta osób weźmie udział w sobotnim, 12. Leżajskim Biegu Zośki Turosz - o Puchar Burmistrza Leżajskiego.

Start i meta sobotnich zawodów umiejscowione będą obok Miejskiego Centrum Kultury w Leżajsku. Bieg główny (15 km) rozpocznie się o 10, a sygnał do startu da Krzysztof Trębacz, burmistrz Leżajskiego. Również o 10 na trasę ruszą amatorzy Nordic Walking (8 km).

- Poza Leżajskiem na biegać czekać będą głównie szutrowe ścieżki, jak też odcinek po leśnym trakcie. Wszystko wokół Zalewu Floryda i wzdłuż rezerwatu bobrów - informuje Wojciech Surma, dyrektor leżajskiego MOSiR-u.

Na liście zgłoszeń znajduje się 270 nazwisk, a do biegów dzieci, młodzieży i dorosłych (0,5 km i 3 km) zapisało się 450 osób. - Zapisy otwarte będą także w sobotę, z tym że limit do biegu głównego wynosi 300 osób - dodał Surma.

Najlepsi otrzymają medale i puchary, a wśród kibiców rozlosowane zostaną nagrody, między innymi zegarki sportowe Swiss i „auto na weekend”, czyli możliwość wypożyczenia samochodu w salonie Fix Forum Lider Krasne.

Zofia Turosz (rocznik 1938) startowała we Włókniarzu Rakszawie, Unii Nowa Sarzyna, Resovii i Starcie Cepelii Leżajskiej. Brała udział w maratonach (3. miejsce w MP w 1983 roku). Startowała m.in. w Nowym Jorku, Bostonie, Los Angeles. W 1988 r. zdobyła mistrzostwo USA w biegu ulicznym na 10 km w kategorii masters. Tytuł obroniła rok później. ©©

FINAŁ LIGI MISTRZÓW PSG OBRONI TROFEUM, CZY ARSENAL WYGRA CHAMPIONS LEAGUE PO RAZ PIERWSZY?

W Paryżu zachowują spokój

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Niebawem wystartuje piłkarski mundial, ale na razie w Paryżu wszyscy żyją finałem Ligi Mistrzów Paris SG - Arsenal, który zostanie rozegrany w sobotę, początek o godz. 18.00

Tomasz Bzymek to polski trener od lat mieszkający we Francji. Jego najśłynniejszym wychowankiem był N'Golo Kante, mistrz świata z 2018 roku. Nasz rodak jest znawcą PSG. Jakie typuje rozstrzygnięcie w finale Champions League?

Paryżanie są zdecydowanym faworytem?

Tomasz Bzymek: Na pewno tak, choć ja daję im 60 procent, Arsenalowi 40, a w takich meczach wszystko może się zdarzyć. Ręka w polu karnym, czy jakaś decyzja sędziego mogą zmienić oblicze i przebieg finału, dlatego też we Francji wszyscy podchodzą ze spokojem do spotkania



Vinha, Ousmane Dembele i trener Luis Enrique zamierzają obronić zeszłoroczne trofeum Ligi Mistrzów

Paris SG z Arsenalem. Mówi się, że Paryż ma drużynę kompletną, a według mnie jest to na pewno zespół bliski kompletnemu, chyba najsłabszym punktem pozostaje Marquinhos mający najlepsze lata za sobą. Na każdej pozycji Luis Enrique może korzystać z fantastycznych piłkarzy. To świetny szkoleniowiec, do tego dopisuje mu szczę-

ście, a po odejściu Messiego, Neymara i Mbappe stworzył prawdziwy kolektyw. Potrafił zapanować nawet nad Ousmane Dembele. Kiedyś odsunął go od składu, bo bodajże spóźnił się na trening i to zadziałało. Dembele nie jest łatwy do prowadzenia, według mnie 1 mecz na 10 zagra wybitnie, kilka dobrze, a Enrique ma wycucie, wie

kiedy na niego stawiać i umieć nim gospodarować. Trzon Paryża wygląda niesamowicie, a tacy piłkarze jak Vitinha czy Joao Neves, niby ludzie od czarnej roboty, są gwiazdami światowej piłki z najwyższej półki. Luis Enrique otacza się znakomitymi żołnierzami, a jego zasługą jest zbudowanie fantastycznej atmosfery w zespole, mentalnie to też top.

W czym upatrywać szans Arsenalu?

Arsenal tworzą znakomici piłkarze, lecz Paryż ma lepszych. W Lidze Mistrzów drużyna Luisa Enrique jest bardziej otraskana w trudnych bojach, z kolei Kanonierzy mają co chwilę trudne wyzwania w Premier League.

Arsenal może, Paris SG musi?

Nikt tak we Francji nie podchodzi. Paryżanie pamiętają jak w Lidze Mistrzów Barcelona odrobiła z nimi straty po porażce 1:4 w pierwszym spotkaniu, wspomina się mecze re-

prezentacji Francji z wielkich turniejów, gdzie uchodziła za faworyta. Francuzi twardo stąpają po ziemi, wierzą w swojego mistrza, ale biorą pod uwagę też niepowodzenie. Na każdy scenariusz po finale przygotowane są służby porządkowe. Na weekend w Paryżu w gotowości pozostaje 22 tysiące policji i służb porządkowych, by uniknąć niszczenia witryn sklepowych i palenia samochodów. Byłem na finale Pucharu Francji Lens - Nice i okazuje się, że można przeprowadzić takie widowisko w pięknej atmosferze, bez burd, dawać radość z piłki nożnej. Meczów PSG, tego co po nich się dzieje normalni ludzie się boją.

Jak przyjęto powołania Didiera Deschamps do kadry Francji na mundial?

Na razie piłkarska Francja skupia się na finale Ligi Mistrzów, a jeśli chodzi o powołania to obyło się bez kontrowersji. Deschamps stawia na swoich sprawdzonych ludzi.

Po raz pierwszy lub drugi

Paris SG przed rokiem osiągnął swój upragniony cel i wygrał Ligę Mistrzów w finale demolując Inter Mediolan 5:0. Tamto spotkanie było demonstracją siły zespołu Luisa Enrique. Paris SG po raz 14 zdobył mistrzostwo kraju. Arsenal ma tyle samo tytułów mistrza Anglii, z ostatniego cieszył się przed kilkoma dniami, a przyszło mu czekać na to aż 22 lata. Kanonierzy są niespełnieni na arenie międzynarodowej, zagrają dopiero drugi raz w finale Ligi Mistrzów, poprzednio w 2006 ulegli Barcelonie.

Książęta Paryża mają w kolekcji wygrane w Lidze Mistrzów 2025 (przegrali też finał z Bayernem w 2020), Pucharze Interkontynentalnym 2025, Superpucharze Europy 2025). Finał Ligi Mistrzów 2025/26 w sobotę w Budapeszcie 30 maja, godzina 18, będzie go można obejrzeć na antenach Canal+ oraz w TVP 1, TVP Sport, tvpsport.pl, aplikacji mobilnej i smart TV. ©©

XXVI edycja Pucharu Tymbark. Warszawa ponownie ugości finalistów



Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Puchar Tymbark po roku wraca do Warszawy. Wielki Finał ogólnopolskiego turnieju piłkarskiego dla dzieci znów odbędzie się na PGE Narodowym i poprzedzi mecz Polska - Nigeria.

Jest zresztą wielce prawdopodobne, że wśród uczestników kryją się przyszli reprezentanci kraju. Na razie wszyscy poczuć ten sam dreszczyk emocji, który towarzyszy od lat na tym stadionie legendarnemu Robertowi Lewandowskiemu.

Było aż piętnaście tysięcy drużyn

Dobiega końca XXVI edycja Pucharu Tymbark. Zgłosiło się do niej przeszło 15 tys. ze-

społów z przedszkoli i szkół podstawowych z całej Polski w trzech kategoriach wiekowych, oddzielnych dla chłopców i dziewcząt: U-8, U-10 oraz U-12. Najpierw rywalizacja toczyła się w regionie, czyli na szczeblu gminnym i powiatowym. Potem nastąpił etap wojewódzki, a z niego do Finału Ogólnopolskiego awansowały najlepsze zespoły w kategorii U-10 i U-12 dziewcząt i chłopców.

Rozgrywki pokaże publiczny nadawca

Wreszcie w dniach od 1 do 3 czerwca nastąpi długo oczekiwany Finał Ogólnopolski. Do stolicy zjadą 64 najlepsze drużyny reprezentujące wszystkie województwa, aby dobrze się bawić, ale też zawalczyć o tytuł najlepszej w kraju. Wielki Finał XXVI



W dniach 1-3 czerwca nastąpi długo oczekiwany Finał Ogólnopolski Pucharu Tymbark. Zagrają 64 drużyny

edycji Pucharu Tymbark będzie transmitowany na antenie TVP Sport, na platformie tvpsport.pl oraz w aplikacji mobilnej TVP Sport.

Pod patronatem prezydenta

W pierwszych dniach finału gra w fazie grupowej toczyć się będzie na boiskach przy ulicy Marymonckiej. Tam też, w Dzień Dziecka, zapowiedziano ceremonię otwarcia z udziałem zaproszonej gwiazdy, której nazwisko jest, póki co, utrzymywane w tajemnicy. W ostatni dzień rywalizacja zostanie przenie-

siona do domu reprezentacji - na PGE Narodowy.

Właśnie w tym szczególnym miejscu poznamy zwycięzców poszczególnych kategorii. Patronat honorowy nad turniejem finałowym objął prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Karol Nawrocki.

Zaproszenia dla selekcjonera i kapitana

Zaproszenia otrzymali również selekcjoner Jan Urban i piłkarze reprezentacji Polski na czele z kapitanem Robertem Lewandowskim. Podczas Wielkiego Finału XXVI edycji

zabraknie znanego sędziego, Szymona Marciniaka, który w poprzednich latach gwizdał mecze finałowe.

Marciniak: Wszyscy są już wygrani

Z tej edycji wykluczyły go obowiązki - razem z innymi arbitrami bierze bowiem udział w zgrupowaniu poprzedzającym udział w czerwcowych mistrzostwach świata. Przed startem rozgrywek XXVI edycji Pucharu Tymbark Szymon Marciniak nagrał specjalny film tłumaczący zasady gry w turnieju. - Grajmy fair i bawmy się piłką - apeluje Marciniak i zaznacza: Wszyscy uczestnicy są już wygrani.

Nagroda będzie szczególna

Na wszystkich czeka zresztą moc atrakcji. W środę (3 czerwca) kilka godzin po skończonym turnieju finaliści obejrzą mecz swoich idoli z reprezentacji Polski, którzy zmierzają się towarzysko z Nigerią. Kto wie, może za kilka lat tak jak starsi koledzy też wystąpią w koszulkach z orzełkiem na piersi?

Drogę od Pucharu Tymbark do kadry przebyli w końcu Ewa Pajor, Dominika

Grabowska, Paulina Dudek, Weronika Zawistowska, Weronika Araśniewicz, Arkadiusz Milik, Krzysztof Piątek, Oskar Pietuszczyński, Sebastian Szymański, Karol Świdorski czy Piotr Zieliński. W sumie mowa o ponad 80 piłkarzach i piłkarkach!

To jest powrót do do stolicy

Ubiegłoroczny, jubileuszowy finał Pucharu Tymbark odbył się na Stadionie Śląskim w Chorzowie. Wśród dziewczynek triumfowały Prywatna OMS w Opocznie (U-10) i SP Przeźmierowo (U-12), zaś wśród chłopców SMS Wrocław (U-10) i SP 7 Częstochowa (U-12).

Sponsorem generalnym rozgrywek jest marka Tymbark. XXVI edycja Pucharu Tymbark jest współfinansowana przez Ministerstwo Sportu i Turystyki. Finał Ogólnopolski turnieju odbywa się pod patronatem honorowym prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Karola Nawrockiego. W skład Komitetu Honorowego XXVI edycji Pucharu Tymbark wchodzi minister sportu i turystyki, minister edukacji oraz minister zdrowia. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Eurobus chce coś wygrać w Gliwicach i decydujące mecze zagrać w Przemyślu

Grzegorz Kostka
sport@nowiny24.pl

FOGO FUTSAL EKSTRAKLASA. Finałowa rywalizacja przenosi się na dwa mecze do Gliwic. Eurobus, jeśli chce powalczyć o złoto, w Gliwicach musi wygrać choćby raz.

W pierwszym meczu w Przemyślu, zespół z miasta nad Sanem nie potrafił znaleźć recepty na defensywę Piasta, a jak już udało się oddać celny strzał, to zawodziła skuteczność. Piast grał swoje, zadał cztery ciosy i to on jest w lepszej sytuacji przed dwoma meczami w Gliwicach.

- To był wyrównany mecz, z tą różnicą, że Piast grał skutecznie a my nie. Strzelamy na 2:1 i zaraz tracimy. Jedziemy do Gliwic wygrać choćby jeden mecz i wrócić do Przemyśla na decydujące spotkania - mówił po meczu Hrihorij Zanko.

W Przemyślu mają problemy kadrowe, w pierwszym meczu zabrakło aż czterech zawodników o czym mówił po meczu trener Vanildo Neto.

- To był mecz godny finału. Mamy ograniczoną liczbę zawodników. Straciliśmy czterech, którzy graliby dużo minut. Mamy ograniczone pole rotacji składem, ale i tak chłopaki wnieśli się na wyżyny swoich umiejętności. Mielismy swoje sytuacje, aby odwrócić losy meczu, ale byliśmy niesku-

teczni. W drugiej połowie mieliśmy możliwość gry z lotnym bramkarzem, wtedy to straciliśmy gola. Nie wszystko jest jeszcze stracone, rywalizacja toczy się do trzech zwycięstw.

W Gliwicach gra się jednak bardzo ciężko. Przemyski zespół w tym sezonie gościł tam już dwa razy i niestety oba mecze przegrał. W lidze 1:5, zaś w Pucharze Polski 2:6. Nie oznacza to jednak, że historia musi się powtórzyć.

- Gramy w finale i choć mamy 0:1 to wszystko jest przed nami, nadal wszystko od nas zależy i wyzwanie, które przed nami stoi jest wymagające, ale jesteśmy w stanie to zrobić, mamy cel wygrać każdy następny mecz i walczyć o końcowe zwycięstwo. Trochę nas zdrowie teraz nie oszczędza, ale nie ma to znaczenia dla naszego zaangażowania, bo kto tylko będzie mógł grać da z siebie wszystko - mówi Krzysztof Iwanek, bramkarz Eurobusu.

Trzeba przede wszystkim zagrać o wiele skuteczniej niż w pierwszym meczu i nie popełniać błędów własnych. Aby zachować szansę na złoto, w Gliwicach trzeba coś wygrać, a to by oznaczało powrót na decydujące mecze do Przemyśla, w co bardzo mocno wierzą kibice i zawodnicy Eurobusu. Początek meczu w piątek o 18, zaś w sobotę o 15. Transmisja obu spotkań na antenie TVP Sport. ©©



FOT. TEXO EUROBUS PRZEMYŚL

- Gramy w finale i choć mamy 0:1 to wszystko jest przed nami - mówi bramkarz Eurobusu Krzysztof Iwanek

TENIS STOŁOWY | EKSTRAKLASA KOBIEC

Czy będzie rewanż za zeszły sezon?

Decydujące rozstrzygnięcia w Ekstraklasie kobiet - już w czwartek rozpoczęła się rywalizacja w pierwszej parze półfinałowej pomiędzy Uniwersytetem Ekonomicznym AZS Wrocław a Bebetto AZS-em UJD Częstochowa. Dzisiaj do rywalizacji przystąpi natomiast PGE Fibrain AZS Politechnika Rzeszów i KTS Enea Siarkopol Tarnobrzeg. Pierwszy mecz w Rzeszowie (g. 16); rewanż w Tarnobrzegu w niedzielę również o 16.



FOT. MICHAŁ CZAJKA

PIŁKA NOŻNA | ODESZLI

Zmarł Szczepan Szeliga

W nocy z 26 na 27 maja zmarł Szczepan Szeliga, były asystent trener Stali Rzeszów. Był wychowankiem biało-niebieskich. Wystąpił łącznie w 150 meczach ligowych, zdobył 19 bramek. Miał 57 lat.

Chwila prawdy - czy Resovia i Stal zostana w drugiej lidze?

Michał Czajka, Kamil Górniak
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA BETCLIC 2 LIGA. Przed nami ostatnia kolejka sezonu. Więcej nerwów w Resovii, ale „Stalówka” też nie jest jeszcze spokojna.

Stal Stalowa Wola zagra na wyjeździe z Hutnikiem Kraków. Dla zielono-czarnych to mecz o uniknięcie dodatkowych spotkań o utrzymanie.

Hutnik jest już pewny gry w przyszłym sezonie na drugoligowym froncie. Ekipa z Krakowa może więc do ostatniej ligowej konfrontacji podejść na pełnym luzie. Hutnik w ostatniej serii gier zabrał w ostatniej chwili dwa punkty walczącej o bezpośredni awans Olimpii Grudziądz. W sobotnim meczu trener Krzysztof Świątek będzie mógł nieco poeksperymentować. To będzie też okazja na pożegnanie odchodzących zawodników. Być może szansę dostaną również piłkarze, którzy mniej grali, do których wątpliwości może mieć również sztab szkoleniowy.

Stal Stalowa Wola z kolei w poprzedniej kolejce otrzymała trzy punkty za walkower za nierozegrane spotkanie z GKS Jastrzębie. Te oczka są niezwykle cenne. Dodatkowo dwa punkty straciła Resovia, która jest bezpośrednim rywalem Stalówki w walce o uniknięcie meczów barażowych.



FOT. MICHAŁ CZAJKA

W sobotę przekonamy się czy Resovia i Stal Stalowa Wola zdołają spokojnie utrzymać się w Betclie 2 lidze

Strata ekipy z Rzeszowa wynosi obecnie dwa oczka i remis dla zielono-czarnych praktycznie oznaczać będzie utrzymanie, bowiem bilans bezpośrednich bojów jest taki sam, ale Stal ma zdecydowanie korzystniejszy bilans bramkowy. W Stalowej Woli liczą, że ten ostatni bój okaże się szczęśliwy i Stal zainkasuje jakieś oczka. W przeciwnym razie drużyna z hutniczego miasta musi liczyć na stratę punktów przez Resovię.

Tymczasem rzeszowianie jadą do Poznania na mecz z tamtejszą Wartą. A ta na pewno nie ma w głowie żadnego luźnego podejścia do meczu, bo cały czas walczy z Olimpią Grudziądz o bezpośredni awans do 1. ligi.

Resoviacy najmniej jednak powinni koncentrować się na sytuacji rywala, a najbardziej na tym, co muszą sami zrobić. A tutaj rachunek jest bardzo prosty - trzeba po prostu wygrać. Wtedy można zacząć

ogłądać się na to, co zrobią rywale.

Co by się musiało stać, by Resovia zapewniła sobie spokojny byt bez konieczności rozgrywania meczów barażowych? Przegrać musiałyby Świt Szczecin lub... Stal Stalowa Wola.

Jeśli chodzi o Świt, to Resovia w tej chwili ma do niego trzy punkty straty. Tak więc w przypadku zwycięstwa rzeszowian nie zrównaliby się punktami ze szczeciniakami, a ponieważ dwukrotnie pokonali ich w bezpośrednich pojedynkach, to właśnie oni zostaliby w lidze. Świt również ma trudnego rywala, bo zagra z walczącą o bezpośredni awans Olimpią Grudziądz, ale ewentualny remis daje mu już spokojne utrzymanie. „Stalówka” natomiast musiałaby przegrać, bo wtedy Resovia wyprzedzi ją o punkt. Najpierw jednak rzeszowianie muszą wygrać - bez tego nie ma szans na uniknięcie baraży.

- Na pewno będziemy walczyć do samego końca o to, żeby punktować, a tak jak mówię, ten zespół jeszcze popełnia trochę błędów, ale jest świadomy coraz bardziej tego, co chcemy robić i to nam w końcu zacznie przynosić upragnione efekty - mówił po ostatnim meczu trener Resovii Kamil Kuzera.

Wszystkie mecze rozpoczną się o godzinie 14.30; Multi2Liga na stronie sport.tvp.pl. ©©

Cosmos i Siarka zameldowały się w finale

T. Strzembala, T. Parys
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | OPP. Wśród odbyły się dwa mecze pucharowe o wejście do finału wojewódzkiego. W jednym z nich konieczne były rzuty karne.

W Wiązownicy było sporo emocji - Cosmos był już bardzo blisko wygranej w regulaminowym czasie gry, ale gospodarze wyrównali za sprawą Zielińskiego w doliczonym czasie gry. Dogrywka nie przyniosła rozstrzygnięcia i trzeba było po-

dejsć do „jedenastek”. W rzutach karnych lepsi byli goście. W Wiązownicy pomylił się... Zieliński.

W znacznie spokojniejszych okolicznościach awans zapewniła sobie 3-ligowa Siarka Tarnobrzeg, która nie miała problemów z pokonaniem Stali Łańcut na jej boisku. Wprawdzie to właśnie piłkarze z Łańcuta objęli prowadzenie, ale tuż przed przerwą Siarka wyszła na prowadzenie, które powiększyła w drugiej części.

KS WIĄZOWNICA - COSMOS NOWOTARNIEC 2:2 (1:2, 2:2), KARNE 3:5

Bramki: 0:1 Jakowlew 3, 0:2 Kalemba 34, 1:2 Baraniuk 45+1, 2:2 Zieliński 90+6.

Wiązownica: Osobirski - Mazur, Mazek (102. Botwina), Baraniuk, Oleksy - Guedes ■, Buriko, Socha (46. Kiełt), Piątek - Zieliński, Pindak. Trener: Hubert Kasia.

Cosmos: Krzanowski - Hostaniol, Jacyna, Gołda ■, Majewski - Kalemba (77. Velez), Rosiakow, Pimacz (46. Becerra), Gomulka (Chomczenko ■■ ■ [114]) - Słysz, Jakowlew. Trener Grzegorz Pastuszek.

Sędziów: Szydelko (Rzeszów).
Widzów: 70.

STAŁAŃCUT - SIARKA TARNOBZEG 1:5 (1:1)

Bramki: 1:0 Więcek 3, 1:1 K. Kardys 40-głową, 1:2 Jaskot 45-samobójcza, 1:3 Wacławek 54, 1:4 Słowik 86, 1:5 Matuszewski 90+1.

Stal: Dziurgot - S. Kardys (90 Sobus), Jaskot, Sitek ■, Cwynar ■, Skupień (68 Olszański), Więcek, Łuczyk (62 Sulkowski), Wojtyła (83 Płoci-ca), Matofij (74 Rzemieni), Piątek (87 Łupicki). Trener Grzegorz Opaliński.

Siarka: Raciniowski - Biś, Marszałik (88 Podkowa), Mróz ■, K. Kardys (75 Matuszewski), Wacławek, Kaliniec, Majewski (90 Tyburczy), Nechyporenko (85 Słowik), Zaczek, Wyparto. Trener Sławomir Majak. ©©

PULS

#218



Dziecko z nas Str. 2-3

Kiedy zobaczyłam tytuł pani książki „Szczęśliwa dorosła córka”, pomyślałam, że brzmi on jak obietnica. Czy dorosła córka może być szczęśliwa, jeśli nie miała szczęśliwej relacji z matką?

Może być szczęśliwa. Tylko że to wymaga pracy i powrotu do siebie. Rozmawiałam ostatnio z przyjaciółkami i jedna z nich powiedziała trafnie, że nasze społeczeństwo składa się z matek i ich dzieci. Coś w tym jest. Bo nie chodzi tylko o córki. Chodzi w ogóle o dzieci. Ten powrót do siebie, do swojego wnętrznego dziecka, do jego utulenia, do potrzeby akceptacji – on jest możliwy. Dzięki terapii, dzięki kontaktowi z ludźmi, którzy będą nas otulać ciepłem i akceptacją. To naprawdę możliwe.

Napisała pani książkę dla córek niekochanych, kochanych za mocno, zaniedbanych, albo też zaopiekowanych nadmiarowo. To bardzo szerokie spektrum. Co te osoby mają ze sobą wspólnego? Czy to są te same rany?

Nie do końca. Bo mamy różne style wychowania i różne matki. I nie zawsze chodzi o doświadczenia traumatyczne. Czasem chodzi o styl wychowawczy. O to, czy matka była bardziej kontrolująca, czy bardziej zaniedbująca. Można więc powiedzieć, że to są różne style, ale rana albo ślad, który po nich zostaje, bywa bardzo podobny.

Najtrudniejsze dzieciństwo to zawsze to, w którym jest przemoc, chłód, porzucenie? Czy trudne może być także dzieciństwo z matką, która kocha za bardzo?

Może być. Mówimy wtedy o więzi symbiotycznej, w której matka zadusza autonomię dziecka. To jej potrzeby, jej lęk, jej emocje są na pierwszym miejscu. I ona zaczyna tym dzieckiem sterować, kierować, pozbawiać je własnej decyzyjności i poczucia wartości. Dziecko gubi swoją tożsamość. Nie wie, kim jest. Nie może się wyodrębnić. To jest bardzo trudne. Taka matka często używa dziecka także do swoich celów, w sposób parentyfikujący. Czyli czerpie z dziecka jak z partnera, szczególnie wtedy, gdy tego partnera nie ma.

W Polsce chyba w ogóle mamy niepisany zakaz mówienia źle o matce. Matki się nie rusza. Czy pani obserwuje, że to się zmienia?

Matka w ogóle jest ikoną, prawda? Na szczęście u nas nie jest tak jak u Włochów. Nie wiem, czy oglądała pani „Rodzinę Soprano”. Tam Tony Soprano, kiedy w kontakcie z terapeutką zaczęło do niego dochodzić, co robiła jego matka, przeniósł agresję

właśnie na terapeutkę.

W Polsce też bardzo często lojalność wobec rodzica, zwłaszcza wobec matki, jest tak duża, że trudno ruszyć z terapią. Trudno powiedzieć coś złego o swojej mamie. W ogóle trudno powiedzieć o rodzicu: „On mnie krzywdził”, „Ona coś mi robiła”. Wolimy to polukrować, słuchiwać, nie patrzeć w tę stronę. Bo to często rodzi ogromny wstyd. Jeśli miałam taką złą matkę, to co to mówi o mnie? Wtedy boimy się dotknąć także siebie, swojego poczucia wartości. Dlatego tak bardzo unikamy mówienia źle o rodzicach. A przecież rodzice zawsze będą nieidealni. Chodzi o to, żeby zobaczyć, że nie są ikonami. Nie są idealnymi.

Kiedy dorosła kobieta zaczyna rozumieć, że lęk, wstyd albo perfekcjonizm nie wzięły się z jej charakteru, tylko z tego, co wydarzyło się w dzieciństwie?

Często dosyć późno. Chociaż przychodzą do mnie także młode dziewczyny, którym perfekcjonizm bardzo już przeszkadza. Mają ataki paniki, objawy somatyczne, lękowe. Są przeciążone. Czasem reagują depresją, bo to przeciążenie jest naprawdę duże. I wtedy pojawia się pierwszy kontakt ze sobą. Pierwsze uzmysłowienie sobie, że to wszystko ma jakieś źródło. Ale jest też taki moment, kiedy same zostajemy rodzicami. Wtedy bardziej czytelnie dochodzi do nas, że mamy różne deficyty, różne niedostatki. Że trudno dać swojemu dziecku coś, czego same nie dostałyśmy. Przychodzą do mnie kobiety, które dopiero planują dziecko, myślą o macierzyństwie albo są na jego początku. Nie zawsze dlatego, że sama zmiana życia je nadwyrężyła, choć oczywiście są też kobiety z depresją poporodową. Często przychodzą dlatego, że macierzyństwo otwiera w nich różne pytania: co dostałam od swojej matki, czego nie dostałam, co mogę dać swojemu dziecku?

Są takie zdania od naszych mam, które zostają z nami na całe życie, nawet kiedy matki już nie ma. Ale pewnie nie wszystkie potrafimy rozpoznać. Czasem sama łapałam się na tym, że zachowuję się jak własna matka. Jakie przekazy najczęściej zostają w córkach?

Bardzo często zostaje z nami przekaz rodzinny i on zostaje nie tylko w głowie, ale też w ciele. Na przykład jako niewypowiedzenie, które zatrzymuje się w gardle. Jednym z takich przekazów jest: „Nie mów nikomu, co się dzieje w domu”. I nie chodzi tylko o przemoc. Czasem

– Wszystko, co robisz, robisz nie tak, jak trzeba – taki przekaz często zostaje w córkach na całe życie. O tym, jak z ciągłego poprawiania dziecka rodzi się dorosła perfekcjonistka, mówi psycholożka Marta Suska, autorka książki „Szczęśliwa dorosła córka. Uzdrawianie ran z dzieciństwa”

Anita Czapryn



Marta Suska: Macierzyństwo często otwiera różne pytania: co dostałam od swojej matki, czego nie dostałam, co mogę dać swojemu dziecku?

MARTA SUSKA: CÓRKA MA PRAWO DO SWOJEGO ŻYCIA, NAWET JEŚLI MATKA SIĘ OBRAZI

chodzi o to, że dom ma być zamknięty, bo inni ludzie mogą nam zagrażać. Rodzi się nieufność. Dom staje się wyizolowany. Nie wolno nikogo wpuścić, nie wolno niczego wynosić na zewnątrz. Z tym wiąże się także zakaz wypowiadania własnego zdania, zakaz buntu. To później niesiemy w świat. Bo

przecież trzeba być grzeczną. Jest w nas też taka wielopokoleniowa służebność kobiet. Matka Polka, kobieta, która ma służyć innym, podawać do stołu, robić dla innych, poświęcać się. Macierzyństwo w ogóle zakłada pewien rodzaj samopoświęcenia. A kiedy kończy się macierzyństwo, zaczynają się

wnuki i często pojawia się kolejne oczekiwanie: teraz będziesz zajmować się wnuczkami, to jeszcze nie jest czas dla ciebie. No więc kiedy jest czas dla mnie? Kiedy mogę zająć się sobą? Jak już od-służyć swoje?

Jakie zdania matek najczęściej zostają w córkach

na całe życie? Z czym przychodzą do pani kobiety?

Bardzo często to nie są nawet zdania wypowiedziane wprost, tylko przekaz niewerbalny. Czegoś takiego nie zawsze można nazwać traumą, ale to zostaje w nas jako przekonanie. Na przykład: wszystko, co robisz, robisz nie tak, jak trzeba. A w jaki sposób matki to przekazują? Przez ciągłe poprawianie dzieci. Przez komunikaty: możesz to zrobić lepiej, to nie jest twoje najlepsze wykonanie, popraw się. Albo przez takie strofowanie: jak masz tak robić, to lepiej nie rób wcale. To właśnie buduje dążenie do perfekcjonizmu. I to jest chyba najbardziej zabijające poczucie sprawczości, bo dziecko nigdy nie robi czegoś tak, żeby zadowolić mamę. Czasem te przekazy są delikatniejsze, mniej systematyczne. A czasem dziecko w każdej sprawie słyszy albo czuje, że nie do-maga, że coś jest nie tak. Nie ma przestrzeni, żeby się wy-kazać, żeby usłyszeć: zrobiłaś to dobrze, to jest skończone, już nie trzeba poprawiać. I to właśnie napędza perfekcjonizm.

Jak rozpoznać, które z tych „prawd” i przekonań są moje, a które odziedziczyłam po matce?

Czasami to są rzeczy słyszalne, konkretne zdania. A czasami to są sposoby radzenia sobie. To jest kwestia samoświadomości i obserwacji. Najpierw potrzebujemy zobaczyć siebie. Zapytać: co z tego naprawdę jest moje? W terapii bywa takie ćwiczenie: mam jakieś przekonanie, na przykład „jestem niewystarczająca”, i zaczynam się zastanawiać, kiedy ono do mnie przyszło. Od kiedy jest ze mną? Czy od szkoły podstawowej? Czy pojawiło się później? Kto w mojej rodzinie używał takiego przekonania albo żył tak, jakby ono było prawdą? Wtedy możemy namierzyć, skąd to pochodzi. Dziecko jest w pewnym sensie niezapisaną kartką papieru. Oczywiście rodzimy się z genami, coś jest nam przekazane biologicznie, ale bardzo dużo dzieje się modelowanie przez rodziców. I ten przekaz może być naprawdę niewerbalny. Modelowanie jest najskuteczniejszym sposobem wychowania. Nie to, co rodzic mówi: „Masz być uczciwy”, jeśli na przykład sam kradnie. Wtedy dziecko dostaje podwójny przekaz. Albo słyszy: „Nie pal papierosów”, kiedy oboje rodzice palą. Nie da się oczekiwać, że dziecko po prostu przyjmie coś zupełnie innego. Albo: „Idź do innych dzieci” – mówi matka, siedząc na placu zabaw. Sama patrzy

Kraków. Biznes, innowacje i turystyka



FOT. ANNA KACZMARZ

KRAKÓW. ŚWIETNY DO ŻYCIA, WYPOCZYNKU I INWESTOWANIA. STOLICA MAŁOPOLSKI CHCE BYĆ RÓWNIEŻ NOWOCZESNYM CENTRUM BIZNESU ORAZ TECHNOLOGII
STR. 2

15,4 MILIARDA ZŁOTYCH – TYLE WYDALI TURYSŃCI I ODWIEDZAJĄCY JEDNODNIOWI W KRAKOWIE W 2025 ROKU. STOLICA MAŁOPOLSKI SERCEM POLSKIEJ TURYSTYKI
STR. 3-4

Kraków. Świetny do życia, wypoczynku i inwestowania. Stolica Małopolski chce być również nowoczesnym centrum biznesu oraz technologii

Maciej Badowski

Kraków się zmienia. Szybko i na lepsze. Jest nie tylko najchętniej odwiedzanym polskim miastem, ale także jednym z najbezpieczniejszych. Od lat kojarzy się głównie z historią, zabytkami i turystyką. Z raportu „Wizerunek Krakowa”, zrealizowanego przez Instytut Badań Internetu i Mediów Społecznościowych, wynika, że pierwsze skojarzenia z miastem nadal są silnie związane z Wawelem, Smokiem Wawelskim, Starym Miastem i dziedzictwem historycznym.

– Chcemy utrzymywać dziedzictwo, bo kultura jest dla nas niezwykle istotna i jesteśmy z niej dumni. Jednocześnie chcemy rozwijać inne strategiczne filary miasta: cyfrowość, innowacyjność i nowoczesność – podkreśla Daniel Wiśniowski, dyrektor departamentu marki Kraków.

Raport „Wizerunek Krakowa” potwierdza, że ten kierunek zaczyna być dostrzegany. W ciągu ostatnich pięciu lat wyraźnie wzrosło postrzeganie Krakowa jako miasta europejskiego, gościnnego i godnego polecenia. Poprawiły się także oceny jakości życia i nowoczesności miasta.

– Jesteśmy liderem pod względem pozytywnego postrzegania miasta. Aż 81 proc. komentarzy dotyczących Krakowa ma pozytywny wydźwięk. To najwyższy wskaźnik spośród wszystkich miast – podkreśla Daniel Wiśniowski.

Zielony Kraków ma być wizytówką miasta

Z raportu wynika również, że coraz więcej osób docenia Kraków, jako miasto, w którym dobrze się żyje. Natomiast do wyzwań wciąż zaliczana jest kwestia jakości powietrza oraz ilości terenów zielonych. Miasto chce jednak pokazać, że zmiany już się dzieją.

– Nie dotarliśmy jeszcze z informacją, że w Krakowie jest już czystsze powietrze. Mieszkańcy odczuwają tę zmianę, ale zewnętrzne postrzeganie miasta nadal jest obciążone doświadczeniami z poprzednich lat – zaznacza Daniel Wiśniowski.

Przypomina też, że Kraków zrealizował program likwidacji kopciuchów, który jeszcze kilkanaście lat temu wydawał się niemożliwy do przeprowadzenia. – Dzisiaj tych kopciuchów już nie ma. Wielu mieszkańców mówi, że był to jeden z najlepszych programów, jakie udało się zrealizować w mieście – podkreśla.

Smart city po krakowsku

Jednym z najważniejszych elementów nowego wizerunku Krakowa ma być cyfryzacja usług miejskich. Miasto rozwija aplikację mKraków, która



FOT. WAREK DLUGOPOLSKI

docelowo ma stać się „cyfrowym urzędnikiem” dla mieszkańców.

– Jesteśmy jedynym miastem w Polsce z własną aplikacją miejską w takim wymiarze. Chcemy, żeby wszystkie najważniejsze sprawy mieszkańcy mogli załatwić w telefonie – mówi Daniel Wiśniowski.

Obecnie aplikacja umożliwia m.in. zgłaszanie problemów do Krakowskiego Centrum Kontaktów, korzystanie z Karty Krakowskiej, zakup biletów okresowych czy obsługę strefy płatnego parkowania. W przyszłości mają pojawić się w niej także informacje o wydarzeniach miejskich, możliwość kupowania biletów czy głosowania w budżecie obywatelskim. Z aplikacji korzysta już około 125 tys. użytkowników.

Raport pokazuje jednak, że obszary związane ze smart city, biznesem i nowoczesnością nadal są słabiej kojarzone z Krakowem niż jego historyczne symbole. Miasto chce to zmienić.

– Wiemy, ile zmienia się w Krakowie w kwestii zieleni, innowacji czy przedsiębiorczości. Widać jednak, że te zmiany nie przebijają się jeszcze wystarczająco mocno na zewnątrz. Dlatego dziś kluczowa staje się komunikacja – tłumaczy Daniel Wiśniowski.

Technologiczne centrum Polski

Kraków jest dziś jednym z najważniejszych centrów usług biznesowych i nowych technologii. Coraz mocniej stawia również na rozwój lokalnych firm oraz startupów.

– Kraków plasuje się bardzo wysoko, jeśli chodzi o przedsiębiorczość i rozwój biznesu. Jesteśmy kluczowym ośrodkiem dla centrów globalnych i usług wspólnych. W stolicy Małopolski działa około 300 takich

Szmaragd i błękit wody, biel wapiennych skał oraz zieleń. Zakrzówek to wyjątkowe miejsce na mapie Krakowa

podmiotów, zatrudniających blisko 100 tys. osób – mówi Dominika Walec, pełnomocnik prezydenta Krakowa ds. współpracy ze środowiskiem biznesowym.

Jak tłumaczy, równie ważny staje się rozwój lokalnego ekosystemu innowacji. Według miasta w Krakowie działa już ponad 200 startupów rozwijających zaawansowane technologie w różnych branżach.

– To wciąż niedoceniany, ale niezwykle dynamicznie rozwijający się sektor. Mamy firmy działające nawet w tak niszowych obszarach jak sektor kosmiczny, ale też spółki z obszaru AI, które odnoszą globalne sukcesy – zaznacza Dominika Walec.

Kluczowym argumentem dla inwestorów pozostaje dostęp do wykwalifikowanych pracowników. Kraków jest jednym z największych ośrodków akademickich w Polsce.

– Mamy 18 uczelni wyższych, 137 tys. studentów i 32 tys. absolwentów kierunków technicznych. Ten talent inżynierski i informatyczny jest niezwykle cenny i to właśnie on przyciąga inwestorów – zaznacza pełnomocnik prezydenta Krakowa.

AI, data center i sektor kosmiczny

Jednym z najważniejszych projektów dla miasta ma być rozwój infrastruktury związanej ze sztuczną inteligencją. Szczególne znaczenie Kraków przypisuje inwestycji związanej z fabryką AI Gaia.

– To dla nas niezwykle cenna inwestycja, bo daje dostęp do europejskiej wiedzy i mocy obliczeniowych, których wcześniej nie mieliśmy w takiej skali. To projekt unikatowy zarówno w Polsce, jak i w Europie – mówi Dominika Walec.

Kraków chce być nie tylko miastem zabytków i turystów, ale przede wszystkim miejscem bliskim mieszkańcom, nowoczesnym i wygodnym do życia

Nowe oblicze Krakowa

Kraków pozostaje liderem turystyki w Polsce i regularnie pojawia się w czołówce europejskich rankingów. Jak podkreśla Martyna Lewandowska, zastępca dyrektora Wydziału ds. Turystyki, siłą miasta wciąż są historia, kultura i dziedzictwo, ale coraz większe znaczenie ma także nowoczesna oferta i doświadczenie miasta.

– Jesteśmy topową atrakcją turystyczną i niekwestionowanym liderem rynku turystycznego w Polsce. Nasza pozycja opiera się na historii, kulturze i dziedzictwie. To właśnie tym przyciągamy turystów w pierwszym kontakcie z Krakowem – mówi Martyna Lewandowska. – Turyści bardzo wysoko oceniają także naszą otwartość, przyjacielskość i to, że Kraków jest miastem europejskim, czystym i bezpiecznym.

Miasto chce jednak zachęcać turystów do odkrywania Krakowa poza najpopularniejszymi atrakcjami. Coraz większy nacisk kładzie na lokalność, autentyczne doświadczenia i mniej oczywiste miejsca.

– Chcemy, żeby turysta nie tylko zobaczył najważniejsze zabytki, ale też doświadczył prawdziwego Krakowa – lokalnych produktów, rzemiosła i kuchni – mówi przedstawicielka magistratu. Temu mają służyć nowe projekty, m.in. „Mistrzowie. Krakowski Szlak Rzemiosła”, promujący lokalnych rzemieślników i tradycyjne fache. Miasto chce także mocniej promować regionalną kuchnię.

Kraków rozwija również nowe atrakcje, takie jak Smoczy Szlak skierowany do rodzin i młodszych turystów, a także stawia na turystykę biznesową i kongresową. – Turysta biznesowy często wraca później prywatnie. To szansa, żeby pokazać mu nowoczesny Kraków i zachęcić do odkrywania miasta szerzej niż tylko przez pryzmat zabytków – podkreśla.

Jak dodaje, odwiedzający są dziś coraz częściej pozytywnie zaskoczeni zmianami zachodzącymi w mieście. – Chcemy pokazywać nie tylko zabytki, ale też nowoczesność, nowe przestrzenie i rozwijające się części miasta, takie jak Nowa Huta – podkreśla Martyna Lewandowska.

Badanie do raportu „Wizerunek Krakowa” zostało zrealizowane przez Instytut Badań Internetu i Mediów Społecznościowych metodą CAWI (Computer Assisted Web Interview) w kwietniu i maju 2026 r. Badanie przeprowadzono na ogólnopolskiej próbie 1024 respondentów, reprezentatywnej pod względem płci, wieku, wykształcenia oraz regionu zamieszkania, z wyłączeniem mieszkańców Krakowa.

Infografika

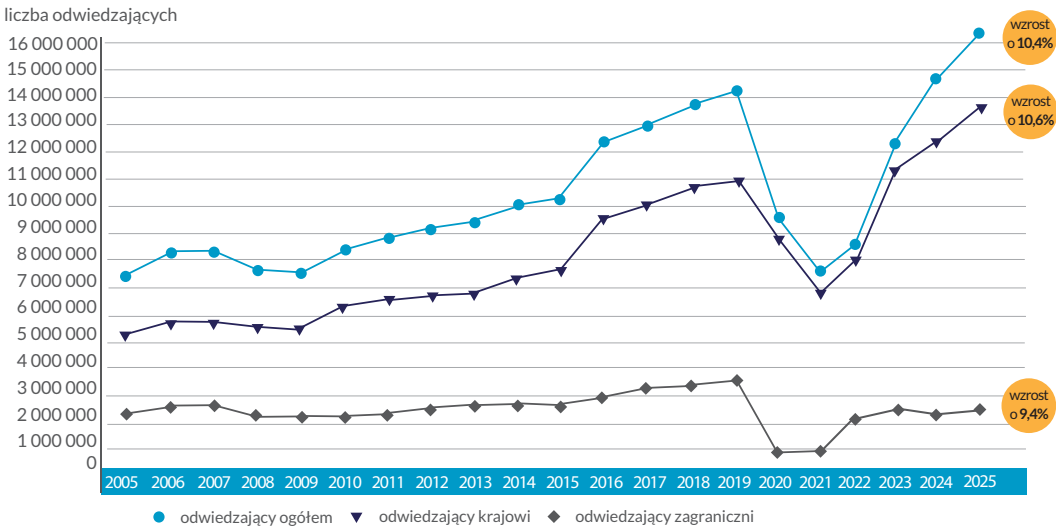


Szacunek rozmiaru ruchu turystycznego w Krakowie w roku 2025

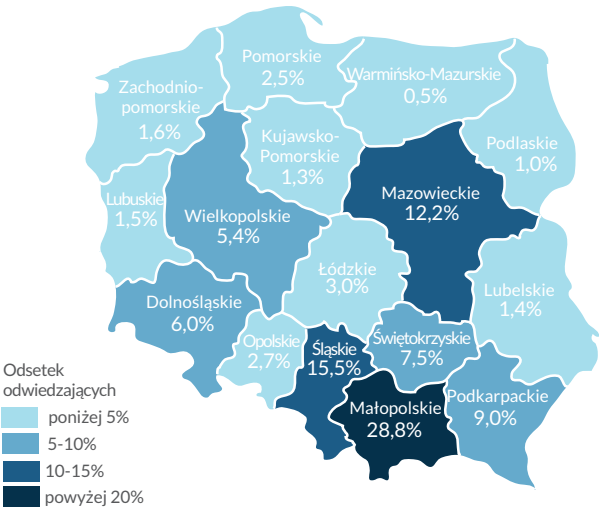


Turyści krajowi i zagraniczni: 54,1% ogółu odwiedzających.
Zagraniczni odwiedzający (turyści i jednodniowi): 15,7% ogółu odwiedzających.

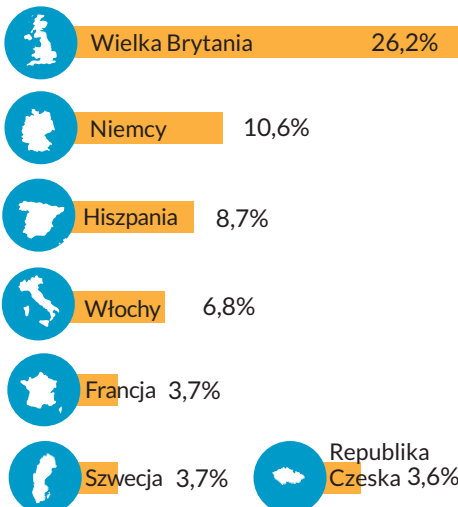
Szacunkowa liczba gości odwiedzających Kraków w latach 2005-2025



Struktura przyjazdów Polaków do Krakowa z miejsca zamieszkania, według województw w 2025 roku



Struktura przyjazdów odwiedzających zagranicznych do Krakowa w 2025 roku według wybranych państw



Inne, wybrane:

Słowacja	2,5%
Islandia	2,4%
Stany Zjednoczone	2,3%
Ukraina	2,2%
Niderlandy	2,0%
Norwegia	1,9%
Portugalia	1,9%
Finlandia	1,4%
Litwa	1,4%
Węgry	1,4%
Austria	1,2%
Belgia	1,1%
Dania	1,0%

Kraków sercem polskiej turystyki

15,4 miliarda złotych – tyle wydali goście odwiedzający Kraków w 2025 roku. Osoby z kraju, podczas pobytu w stolicy Małopolski, pozostawiły średnio 448 zł, a odwiedzający zza granicy 1683 zł. W minionym roku skarby Starego Miasta, Kazimierza, Podgórza i Nowej Huty skusiły ponad 16,25 miliona osób. Tak wynika z badania „Ruch turystyczny w Krakowie w 2025 roku”, zrealizowanego przez Małopolską Organizację Turystyczną we współpracy z Urzędem Miasta Krakowa.

Małopolanie i Brytyjczycy
Spośród 16,25 mln osób, które w 2025 roku przyjechały do stolicy Małopolski, zdecydowaną większość – 13,7 miliona – stanowili odwiedzający jednodniowi i turyści krajowi. Gości zza granicy było w sumie ponad 2,55 miliona. I co warto wspomnieć, od kilku lat liczba odwiedzających krajowych i zagranicznych systematycznie rośnie.

Kto najchętniej zagląda do Krakowa? Zdecydowany prym wiodą tu Małopolanie, stanowiąc aż 28,8% odwiedzających stolicę swojego regionu. Wyjątkowe walory Krakowa doceniają również mieszkańcy województw: śląskiego (15,5%), mazowieckiego (12,2%), podkarpackiego (9%) i świętokrzyskiego (7,5%).

Jeśli chodzi o odwiedzających z zagranicy to zdecydowany prym w przyjazdach wiodą mieszkańcy Wielkiej Brytanii (26,2%), Niemiec (10,6%) i Hiszpanii (8,7%). Pierwszą piątkę zamykają goście z Włoch (6,8%) oraz Francji i Szwecji – po 3,7%.

Co sprowadza turystów do Krakowa?

Na zdecydowanym pierwszym miejscu jest wypoczynek. Tak odpowiedziało blisko 57% odwiedzających zagranicznych i 54% gości z kraju. Na kolejnych pozycjach znalazło się zwiedzanie zabytków, cele religijne oraz zakupy.

I deklaracje te mają odzwierciedlenie na liście miejsc najchętniej odwiedzanych przez turystów. To Rynek Główny, galerie handlowe, Zamek Królewski na Wawelu, Wzgórze Wawelskie, uliczki i zaułki Starego Miasta, a także parki, restauracje, Bulwary Wiślane, kościoły i Sukiennice.

Dokończenie – str. 4

Kraków sercem polskiej turystyki

Dokończenie ze str. 3

Kto najwięcej wydaje w Krakowie?

Odwiedzający krajowi, jeszcze przed przyjazdem do Krakowa, wydają średnio 494 zł, a podczas pobytu w mieście kolejne 448 zł. Zdecydowanie więcej w urlop w stolicy Małopolski inwestują goście z zagranicy – przed przyjazdem to 2223 zł, a do tego dochodzi jeszcze 1683 zł w trakcie pobytu.

Jeszcze przed podróżą do Krakowa najwięcej wydają Włosi (3050 zł), Niemcy (2718 zł), obywatele Stanów Zjednoczonych (2393 zł), Niderlandów (2333 zł) i Francji (2197 zł). Podczas pobytu w Krakowie zdecydowanie najmniej z pieniędzy liczą się za to mieszkańcy USA, pozostawiając w stolicy regionu 2958 zł. Średnio 2012 zł w Krakowie wydają Hiszpanie, 1915 zł Niderlandczycy, 1865 zł Słowacy, a 1823 zł Włosi.

Hotel czy hostel? Samochód czy mikrobus?

Jakie środki lokomocji wybierają turyści i odwiedzający jednodniowi, by dostać się do Krakowa? Najczęściej jest to samochód (36%). Co może nieco zaskakiwać na drugim miejscu jest samolot – aż 28%, a na trzecim stopniu podium pociąg – blisko 26%. Zdecydowanie mniej wybiera dojazd autokarem turystycznym, a najmniej – tylko 2,6% – zadeklarowało, że do stolicy Małopolski przybyło autobusem lub mikrobusem.

Gdzie najchętniej zatrzymują się turyści? Zdecydowana większość wybiera hotele – tak odpowiedziało aż 41% badanych. Na pensjonaty zdecydowało się blisko 11%, a na apartamenty i apartohotele około 10%. Hostele wybrało 9,4%, motele – 7,2%, a 5,1% zakotwiczyło na ten czas u rodziny.

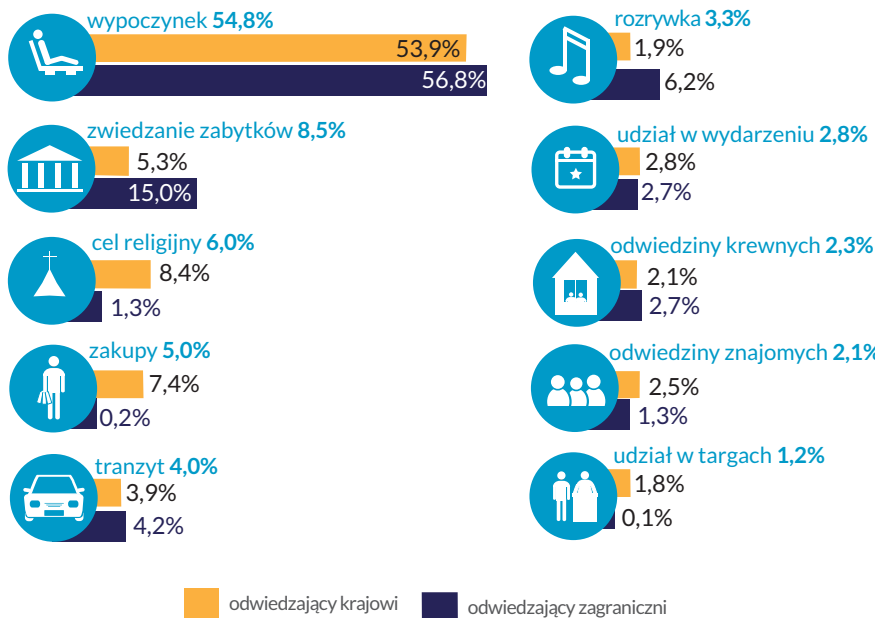
Widoczny jest rosnący udział gości korzystających z hoteli 4- i 5-gwiazdkowych, co potwierdza rosnące znaczenie segmentu premium w strukturze ruchu turystycznego – mówił Krzysztof Borkowski, prof. Wyższej Szkoły Turystyki i Ekologii w Suchej Beskidzkiej. Opracowanie, które zaprezentowano podczas Forum Turystyki 2026, powstało we współpracy z Małopolską Organizacją Turystyczną, Urzędem Miasta Krakowa oraz Międzyuczelnianym Zespołem Ekspertów MOT.

Kraków

Atrakcje/miejsca najchętniej odwiedzane w Krakowie w 2025 roku



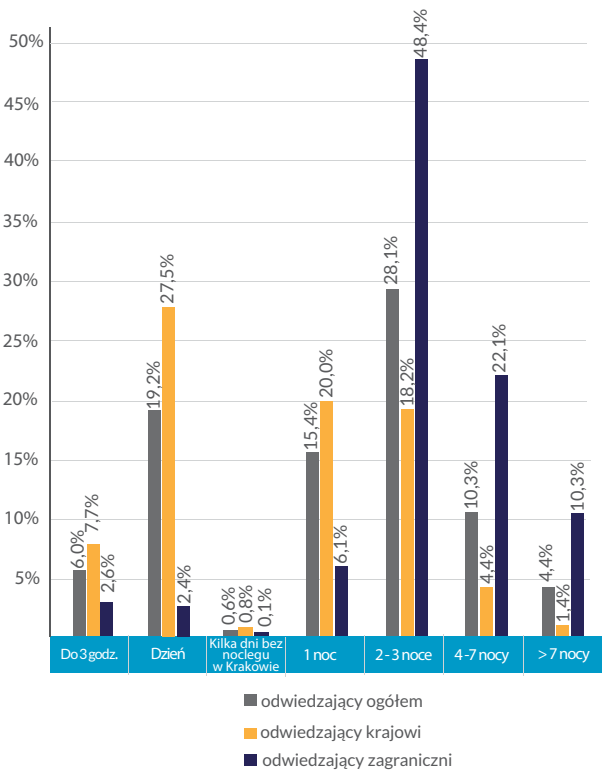
Istotne cele przyjazdu odwiedzających Kraków w 2025 roku



Najistotniejsze cele przyjazdu wskazywane w 2025 roku przez



Struktura procentowa długości pobytów odwiedzających Kraków w 2025 roku



w telefon, sama nie nawiązuje kontaktu, a wymaga od dziecka, żeby się nie izowało, tylko poszło do dzieci. To jest właśnie podwójny przekaz. Dziecko najczęściej uczy się przez to, jak my żyjemy. I to ma swoje dobre i złe strony. Pokazujemy mu zarówno dobre rzeczy, jak i te bardzo trudne. Tak jak powiedziałam na początku: z pustego w próżne nie naleję. Jeśli sama czegoś nie dostałam, jeśli nie mam jakichś zasobów i ich nie rozwinę, to nie pokażę ich dziecku. Nie mogę też wymagać od dziecka, że ono będzie inne, jeżeli ja mu tego nie dałam. Na przykład: jeśli nie dałam mu akceptacji, to jak to dziecko ma w przyszłości akceptować siebie?

Pisze pani o Krytycznym Rodzicu, który każe pracować więcej, szybciej, lepiej, nie pozwala odpoczywać, porównuje. Czy to jest głos matki, który z czasem zamienia się w nasz głos wewnętrzny?
Tak. Właśnie tak. Te krytykujące komunikaty, które dostajemy, bardzo często później powtarzamy sobie w głowie. Czasami są to bardzo raniące, wręcz rujnujące komunikaty. Na przykład dotyczące inteligencji. Kiedyś częściej mówiło się do dzieci: „Jesteś debilem”, „Głupia jesteś”.

Albo: „Nie możesz być normalna jak inne dzieci? Jesteś nienormalna”.
Tak. I to porównywanie. Bardzo dobrze, że pani o tym powiedziała, bo porównywanie do innych dzieci też jest niszczące. Dziecko dostaje wtedy komunikat: taka, jaka jestem, nie jestem taka, jak trzeba. Inne dzieci są lepsze. Inne dzieci są bardziej widziane przez mamę. A najgorzej, kiedy jesteśmy porównywani do rodzeństwa.

Słyszałam też, gdy matka zarzucała dziecku: „Nie masz ambicji”. Jak więc odróżnić zdrową ambicję od programu matki: trzeba udowodnić, trzeba być bez zarzutu, trzeba zawsze dowodzić?
Poznajemy to po uczuciu. Po tym, czy coś robimy dla siebie, czy dla kogoś. Czy ja mam dziecko, wybieram pracę, idę na studia dlatego, że to jest moje? Czy dlatego, żeby moi rodzice się cieszyli i byli ze mnie zadowoleni? Potrzebujemy to odróżnić. Oczywiście, że potrzebujemy aprobaty. To nigdy nie jest zupełnie oderwane od rodziców, bo rodzice nadają nam jakiś kierunek. Ale jeżeli za każdym razem, kiedy przyjeżdżam do domu, czekam na uznanie, na pochwałę, a ona nigdy nie przychodzi, to jest ważna informacja. Może przez całe życie robiłam coś

dla swoich rodziców. To bywa bardzo frustrujące. Kobiety często opowiadają mi na przykład, że kiedy przyjeżdża mama, dom musi być posprzątny. Nieważne, czy ta kobieta dopiero urodziła dziecko, jest w połogu, czy jest wykończona. Musi być posprzątnane. Okna muszą być umyte, jeśli mama przyjeżdża na święta. Bo co mama powie? Podobnie jest z wychowaniem dzieci. Córka stara się mówić do dziecka tak, jak będzie to aprobowane przez jej rodzica. Albo nie mówi matce, że ma trudności wychowawcze. Nie mówi, że dziecko dostało jedynkę, bo mama będzie niepokojona. Albo musi wyjść za mąż w odpowiednim czasie, bo pojawia się oczekiwanie: kiedy będą dzieci?

Przez całe dzieciństwo małej dziewczynce bardzo zależy na akceptacji matki. Odczytuje, czego matka chce, próbuje to spełnić. Czy potem, już jako dorosła kobieta, może sama nie bardzo wiedzieć, czego chce? I jak ma się dowiedzieć, czy to, co robi, to dlatego, że sama tego chce, czy dlatego, że chce jej mama?
Nasza autonomia, nasze prawidłowe autonomizowanie, powinno dokonywać się w wieku nastoletnim. Mniej więcej do dwudziestego roku życia zaczynamy się wyodrębnić, nasza osobowość się kształtuje. Jest taki pierwszy ważny okres w dorosłości. Ale jeśli więź z matką jest nieprawidłowa, możemy nawet do czterdziestki czy pięćdziesiątki być ciągle pod jej jurysdykcją. Jeżeli nie zautonomizujemy się w wieku nastoletnim albo we wczesnej dorosłości, to później dużo zależy od tego, co nam się w życiu przytrafi. Może być tak, że pojawi się partner, który wyjedzie z nami do innego kraju, i wtedy stajemy się bardziej niezależne. Moje dorosłe dziecko wyjechało teraz na Erasmusa i mówi, że najlepiej wychowuje się same ze sobą. To jest jego pierwszy taki wyjazd. I coś w tym jest. Kiedy jesteśmy odseparowani od rodziców, możemy się bardziej zautonomizować i poczuć, czego naprawdę chcemy. Dzieje się to także w terapii. Kiedy przerabiana jest więź z którymś z rodziców, często intuicyjnie trochę się od tego rodzica odsuwamy. Czasem bardziej, czasem mniej. Nie dzwonimy tak często, nie jeździmy, potrzebujemy dystansu. Nie po to, żeby zniszczyć relację. Raczej po to, żeby złość albo inne trudne emocje na niej nie zaważyły. Żeby można było to w sobie przepracować. Później często następuje powrót do rodzica, ale już z innego miejsca.

Czyli matka powinna wtedy po prostu poczekać? Nie narzucać się?
To jest trudne, bo matka bardzo często nie jest na tym samym etapie. Nie jest w terapii. Przez całe życie była taka sama, więc może tego nie rozumieć. Bardzo często złości się na dziecko, domaga się czegoś – tego samego, czego domagała się wcześniej. I wtedy zautonomizowanie się od takiej mamy jest naprawdę trudne.

Jakie dorosłe objawy może mieć córka, która przez całe dzieciństwo była „grzecznym dzieckiem”?
Na przykład w relacji romantycznej też jest podporządkowana. Bardziej skłania się ku temu, czego chce partner, co on robi, czego oczekuje. Bardzo często dostosowuje się w sposób lękowy.

Nie stawia granic.
Trudno jest jej stawiać granice także w innych relacjach, również w pracy. Trudno jej awansować, zawalczyć o siebie. Stara się pracować jak najlepiej. To są zazwyczaj osoby, które robią wszystko dokładnie, poprawnie. Będą robiły nadgodziny. Nie zaprotestują, kiedy pojawią się zmiany, które nie uwzględniają ich ścieżki zawodowej. Po prostu się podporządkują. I to jest smutne, bo one nie umieją zawalczyć o siebie. Nie potrafią postawić granic. Tracą swoją autonomię i swoje życie na rzecz innych osób.

Bywa i tak, że matka zaczyna chorować albo ma inne problemy. Robi z córki pocieszycielkę, powierniczkę, domaga się opieki. Kiedy troska o mamę może stać się więzieniem?
To może być różnie przeżywane. Czasami opieka nad mamą jest oddaniem jej tego, co ona sama z siebie dała. Dziecko czuje wdzięczność. Wiadomo, każdy z nas ma jakiś dług wobec rodzica. Rodzic będzie chorował, będzie miał demencję, będzie potrzebował naszego wsparcia. Będzie zależny od nas, tak jak my kiedyś byliśmy zależni jako dzieci. To jest pewien dług do spłacenia. Ale zupełnie inaczej opiekuje się rodzicem, który był dla nas dobry, ciepły, wspierający, a inaczej z chłodną matką, która nie dawała wsparcia, matką kontrolującą, trudną, kłótniową. I taką mamą w starszym wieku naprawdę trudno się opiekować. Czasem rodzice, im są starsi, tym bardziej się domagają. I to nie musi być siedemdziesięcio- czy osiemdziesięcioletnia chora kobieta. Są też mamy, które mają pięćdziesiąt, sześćdziesiąt lat, jeszcze pracują zawodowo, a już doma-

gają się od dorosłych córek, żeby przyjeżdżały co tydzień, żeby poświęcały im każdy weekend, żeby pielili w ogródku. Bo to ma być wyraz szacunku do mamy.

W książce pojawia się też zdanie, że mamy prawo do swojego życia, nawet jeśli matka się obrazi. Dla wielu dorosłych kobiet to zdanie może być rewolucyjne. Dlaczego? Mam wrażenie, że poczucie winy tak często stoi za lojalnością wobec matki.
Tak, niestety tak. Mama zawsze może powiedzieć: „Nie tak cię wychowałam”. To jest bardzo częsty tekst. Pojawia się zwykle wtedy, kiedy matce coś się nie podoba i kiedy próbuje zdyscyplinować córkę, choć ta córka jest już dorosła. Ma swoje życie. Na przykład matka mówi: „Miałś do mnie przyjechać w ten weekend, a nie przyjechałaś”. A córka chciała wyjechać ze znajomymi nad jezioro. I nagle jest w dyssonansie, w dyskomforcie. Co powinna zrobić? Z jednej strony jest mama, z drugiej – jej własne życie. Jeżeli więc jest oparta na szacunku i uznaniu odrębności drugiej osoby, matka zrozumie, że mogą się zobaczyć w następnym tygodniu. Albo jeszcze w kolejnym. Przecież się nie pali.

W rozmowach z koleżankami słyszę dość często nawet: „Nie chcę rozdrapywać dzieciństwa, rodzicom już wybaczyłam, nie ma do czego wracać, było, minęło”. Sama zresztą powiedziałam coś podobnego mojej terapeutce. Kiedy powrót do dzieciństwa jest potrzebny, a kiedy może stać się pułapką? Kiedyś myślałam, że jak ktoś ma sześćdziesiąt parę lat i oskarża nieżyjącą matkę za to, że ma nieudane życie, to myślałam, że miał czas, żeby coś z tym zrobić.
Tak, ale czasami dopiero w wieku sześćdziesięciu lat odkrywamy, że matka robiła coś takiego, przez co ja dzisiaj mam trudności, na przykład w każdym swoim romantycznym związku. Każdy ma swój czas dochodzenia do różnych prawd. I to, że ktoś odkrywa coś dopiero w wieku pięćdziesięciu czy sześćdziesięciu lat, wcale nie jest złe. Myślę, że zawsze trzeba przyrzec się rodzicom, bo to jest baza, z której startujemy. Jeśli patrzymy tylko na tu i teraz na swoje problemy psychiczne, depresyjne, lękowe, to bywa dość płytkie. Pewne struktury zostały w nas ukształtowane w dzieciństwie. Style radzenia sobie także pochodzą z dzieciństwa. Mówię tu o schematach, które w dorosłym życiu często stają się nieadaptacyjne. Jeśli w dzieciństwie ra-

dziłam sobie przez podporządkowanie, bo byłam zależna od rodziców i musiałam się podporządkować, to w dorosłym życiu ten sposób może mi już nie służyć. Na przykład w korporacji. Bo wtedy próbuję przypodobać się każdemu szefowi, każdej koleżance, każdemu się podporządkować. A więc potrzebuję to zmienić. Dlatego warto się temu przyjrzeć. Wiem, że mniej więcej jedna trzecia pacjentów nie chce wracać do przeszłości. Ludzie boją się odkrywać dzieciństwo. A im bardziej unikają tego tematu, tym bardziej narasta lęk. Często zupełnie niepotrzebnie. Bo tam nie zawsze jest jakaś czarna dziura. Nie zawsze jest trauma w najbardziej dramatycznym rozumieniu. Często jest po prostu ten krytyczny rodzic. W Polsce długo wychowywaliśmy dzieci przez negowanie: przez krytykę, ciągle poprawianie, korygowanie. Dopiero w ostatnich latach więcej mówi się o nagradzaniu, o pozytywnym wzmacnianiu. Wcześniej bardzo często była tylko korekta negatywnym: robisz nie tak, nie tak cię wychowałam. Czasem jest też tak, że rodzic był niespójny. Krytykował, ale też potrafił docenić. Chwalił za coś, a potem znowu uderzał w dziecko słowem. I znowu chwalił, i znowu ranił. Można powiedzieć, że to i tak lepsze niż sama krytyka, ale dla dziecka to nadal jest bardzo trudne. Bywa też, że mamy krytykującą matkę, ale w naszym otoczeniu są osoby, które nas wzmacniają. To może być nauczyciel, drugi rodzic, babcia. Ja miałam fantastyczną babcię. Ona zawsze mówiła: „Martusiu, cokolwiek zrobisz, będzie dobrze. Ja może nie wiem, może głupia jestem, ale ty będziesz wiedziała najlepiej”. I to jest właśnie zaufanie do dziecka.

Jest jeszcze temat, który często wraca w przestrzeni publicznej: przebaczenie. Czy przebaczenie matce jest konieczne, żeby pójść dalej? A jeśli córka nie chce przebaczyć, czy nadal może zdrowieć?
Wróć jeszcze do tego, o czym pani mówiła wcześniej: czy jest sens rozgrzebywać dzieciństwo. Bo czasami rzeczywiście można utknąć w takim rozgrzebywaniu skrzywdzenia. Ale myślę, że nie chodzi przede wszystkim o przebaczenie rodzicowi. Chodzi raczej o uznanie, że to jest część mojej przeszłości. Część mojego dzieciństwa, a czasem nawet całe moje dzieciństwo. I teraz pytanie brzmi: co mogę zrobić dzisiaj? Mogę spróbować to naprawić. Naprawić po moich rodzicach to, co, za prze-

prośeniem, spieprzyli. W terapii mówi się o powtórnym rodzicielstwie. Jeśli pacjent nie ma jeszcze zasobów, żeby być własnym dobrym rodzicem, terapeuta bywa takim wspierającym rodzicem. Czasem też wyobrażamy sobie tego rodzica, którego potrzebowaliśmy. W mojej książce piszę o różnych typach matek i o tym, czego możemy od matki potrzebować. Jest tam cała paleta rzeczy: bezpieczeństwo, uznanie, akceptacja, przewodnictwo. I warto zobaczyć, w jaki sposób mogę dać sobie te rzeczy sama. A jeśli sama jeszcze nie potrafię, to gdzie mogę ich szukać? Może trochę da mi przyjaciółka. Może mentorka. Może trener. Ktoś mi zamodeluje jak mogę sobie samej to dać. Potrzebujemy sami po to sięgać i budować własne zasoby. Robimy to dzięki terapii, ale też dzięki warsztatom, książkom, dobrym relacjom.

I tak dochodzimy ostatniego pytania: kim jest szczęśliwa dorosła córka? Czy to jest kobieta, która ma już dobrą relację z matką? Czy raczej ta, która wreszcie ma dobrą relację z samą sobą?
Ta, która ma dobrą relację z samą sobą. Szczęśliwa dorosła córka jest dla siebie najlepszą wersją matki, jaka mogłaby jej się trafić. Buduje w sobie wewnętrzną matkę. Taką, która utuli, zaopiekuje się, odpowie na potrzebę. Jeżeli jestem zestresowana, to zauważam to i staram się być responsywna wobec siebie. Czyli odpowiedzieć na swoją potrzebę. Mogę sobie powiedzieć: chodź, pójdziemy na jogę. Albo: może teraz pójść spać, prześpij się. Napij się czegoś ciepłego. Zrób sobie herbatę. Bo nie zawsze chodzi o powrót do prawdziwej matki. Czasami taki powrót jest niemożliwy. Szczególnie jeśli matka była karząca, jeśli się znęcała, jeśli była narcystyczna. Albo po prostu już jej nie ma, nie żyje, i naprawienie relacji z nią nie jest możliwe. Dlatego potrzebujemy zbudować tę matkę w sobie.

KSIAŻKA

Marta Suska, „Szczęśliwa dorosła córka. Uzdrawianie ran z dzieciństwa”, Wydawnictwo RM, 2026

Alicja Polewska

POTRAFIMY.
NA MAXA

Znów to zrobił. Tym razem nie w kawalerce, ale kręcąc na rowerze. Ściągnął uwagę - „stare” media nauczyły się, by kontrolować jego przekaz na żywo, więc tym razem nie był potrzebny Borys Szy, żeby przebił się przez rutynę weekendowych newsików. Swoją drogę Łatwogang jest niczym partyjny spin doktor, który planuje wszelkiej maści konwencje czy marsze od piątku do niedzieli wcale nie dlatego, że ludzie „mają wtedy wolne”, ale dlatego, że łatwiej się z taką opowieścią przebić w serwisach informacyjnych.

Cel szczytny: 12 milionów złotych na terapię genową chorego na dystrofię mięśniową Maksa. Trasa od gór do morza, ale już w Toruniu zbiórka osiągnęła cel. Łatwogang powtórzył więc myk z poprzedniej akcji i pociągnął dalej; do 20 milionów! Fajnie, prawda?

Jest nowy, świeży. Autentyczny. Da się zwyczajnie lubić - mówi szybko, z emocji traci głos. I tym nas bierze.

Co dalej? Kto się teraz do niego dodzwoni, napisze, zaczepi na ryneczku przy straganie z truskawkami? Piotrek (Łatwogang to przecież ksywka internetowa) się przejmie, bo lont empatii ma krótki i znów pójdzie na całość. Ogarnie temat, a my się poklepiemy po ramionach: Uff, znowu to zrobiliśmy! Jesteśmy niesamowici! Mistrzowie! Znamy przecież to uczucie - przez ponad trzy dekady tak się czuliśmy w tę jedną styczniową niedzielę karnawału w środku zimy. Lubimy siebie w tym wydaniu. Fajnie, prawda?

Dobrze znam to uczucie bezradności, kiedy wiesz, że dla dziecka zrobisz więcej niż możesz, wbrew logice, zimnym faktom i statystyce. Idziesz pod wiatr, żeby nie wiem jak mocno wiał ci w oczy. Za każdą cenę. Zrobiłam to niemal 35 lat temu. Kiedy dzisiaj patrzę na moją córkę, cały czas widzę tamtą zbiórkę; to było niczym kaskaderstwo po szkole rolniczej. Trzymam kciuki za każdego rodzica, który zakłada zbiórkę (kiedy już wydrenuje portfele najbliższych, przyjaciół, sąsiadów i znajomych znajomych), przebiję się do jakichś mediów, starych czy nowych, bo wiem, ile trzeba w sobie przewalczyć, żeby powiedzieć: potrzebuję, bez was nie dam rady. Tym bardziej dzisiaj, kiedy tak łatwo jest rzucić hejtem. Jak w Blankę Lipińską, która w chwili szczerości przyznała się, jak bardzo źle poczuła się, kiedy zeszła z niej euforia i zobaczyła swoją ogoloną głowę w lustrze w windzie bloku Łatwoganga. Poszła na żywioł, później do niej dotarło, że to było w realu, a nie w internetowym niby świecie. I dostała z obu nóg od tych, co zawsze wiedzą lepiej, których palce śmigają po klawiaturze szybciej niż F-35 nad Łaskiem, ale którym jakoś nie udaje się kliknąć w rubryce „wpląć” czy „wesprzyć”. I teraz napisała, że wrzuca info, bo ma zasięgi, ale nic więcej, bo jeszcze nie dała rady się pozbierać po tym, co zdarzyło się przy „Dissie na raka”. Fajnie?

Nie, wcale niefajnie.

Potrafimy w hejt. Tu też jesteśmy mistrzami. Na MAXA.

Marek Twaróg

RÓBMY ZMIANĘ WŁADZ MIASTA
CO MIESIĄC, KAŻDY SIĘ WYKAŻE

W

Polsce polityczna może być

nawet grusza, w cieniu której siał Sirokomla, nic więc dziwnego, że o referendum odwoławczym po wydarzeniach krakowskich nie da się normalnie gadać. Jest więc to referendum „zwykłym patriotycznej Polski”, która „rozpoczyna marsz po Tuska”, nawet jeśli to oczywisty idiotyzm opowiadany przez ludzi, którzy nic nie wiedzą o Polsce komunalnej (w przeciwieństwie do centralnej), a już na pewno niewiele chcą wiedzieć o Krakowie.

Jednak szczęśliwie tu i tam pojawiają się nieśmiałe głosy, które omijają polityczne brednie i trafiają w sedno: na ile łatwość, z jaką można odwołać władze miast, wypacza ideę kadencyjności, pewnej umowy społecznej, jaką zasadniczo zawiera się w naszym systemie wyborczym raz na pięć lat. I co równie ważne: na ile instytucja referendum odwoławczego paraliżuje rozwój miast.

Gdybyśmy oderwali się od uniwersum partyjnego - tych wszystkich pisowskich, peowskich i konfiarskich poziomów dyskusji - zobaczylibyśmy miasta małe i duże oraz ich mieszkańców, na życie których życie wpływają działania radnych i prezydentów co najmniej równie bardzo, jak decyzje zapadające na Wiejskiej. I którzy od zawsze, a przynajmniej od początku lat 90. i nowoczesnego samorządu wymyślonego przez profesora Regulskiego cierpią na chorobę zbyt krótkiej kadencji.

W mieście nigdy nie opłacało się robić czegoś, co wykraczało ponad cztero-pięcioletnią perspektywę. Zbudować przedszkole - od biedy tak. Ale zgazyfikować całą dzielnicę - skoro nie dokończą przed wyborami, nie będzie czym się pochwalić, zostaną wykopki - to lepiej zostawmy to następcom. Chodnik wyremontujemy, ale obwodnicy już nie bardzo. Sytuację trochę zmieniły wielkie pieniądze z UE i generalnie rosnąca świadomość, ale choroba wciąż objawia się w zbyt wielu miejscach.

Referendum odwoławcze łatwo przeprowadzić, mimo że od lat nie zmieniały się przepisy

w tym obszarze. Ale zmieniła się temperatura w polityce, zmienił się nasz mental, który dziś wszędzie każe walczyć, bić się, wykłócać, zamiast współpracować, zmienił się sposób uprawiania propagandy politycznej ubrany naukowo w termin „mediatyzacji polityki”. Łatwo jest dziś rozpętać burzę, uwieść wyborców populistycznymi argumentami, wzniecić ogień. W Radomiu, gdzie właśnie rozwija się inicjatywa referendalna w sprawie odwołania prezydenta miasta, Witkowskiego, chryja na ulicy skończyła się tak (cytuję tekst „Echa Dnia”): „Witkowski do Berlina! - dało się słyszeć z tłumy. „Precz z komuną” - zaczęli skandować uczestnicy marszu. W końcu organizatorzy zaintonowali Mazurka Dąbrowskiego”. Jak w pigułce, taki właśnie mamy klimat.

Perspektywa władz miasta znów skraca się więc znacząco. Już nie pięć lat, już tylko od jednej odważnej decyzji do drugiej. Strefa Czystego Transportu w Krakowie była ponoć kontrowersyjna. Zostawmy kontrowersyjne decyzje! Kraków potrzebuje rewolucji w transporcie (jak niemal każde duże miasto z wyjątkiem Warszawy) - ale zostawmy, gadanie o metrze jest głupie, bo kto doceni gadanie o inwestycji, która będzie gotowa za 20 lat. Za 20 lat uznanie nie będzie obecnemu prezydentowi potrzebne.

Przez lata jęczałem sobie w nie tak znowu małym gronie w miastach, że brakuje odwagi, wielkich idei modernizacyjnych. Że tylko od wyborów do wyborów. Że wygrywa pogląd internetowych mędrków, którzy odezwą się zawsze w stylu „brakuje na podcięcie rabatki w parku i wymalowanie pasów na przejściu, a ten bierze się za obwodnicę i budowę hali i stadionu!”.

Referendum odwoławcze jest instrumentem kontroli społecznej. Oczywiście. Jednocześnie sprawia, że władze miast nie będą podejmować przełomowych decyzji, a już na pewno trudnych decyzji. Też oczywiście. Łamię pewną umowę społeczną, w ramach której dajemy władzom czas na wykazanie się, i wypychają nas w permanentną kampanię wyborczą - również oczywiście.

Nie jestem w stanie pojąć tego, że w jakikolwiek sposób można kwestionować tego rodzaju działanie z Wielką Brytanią. (...) Jeśli prezydent uważa, że nie powinien złożyć swojego podpisu pod tym traktatem, to niech to wyraźnie powie. To jest po prostu działanie przeciwko interesom Polski, są granice walki politycznej