



DZIŚ DODATEK SPORTOWY

TYDZIEŃ SPORTOWYCH ZMAGAŃ
DZIŚ POCZĄTEK LEKKOATLETYCZNYCH MISTRZOSTW EUROPY

Nr ISSN 1231-8124

Nr indeksu 348-570



www.gk24.pl

Nr 184 (5942) | Nakład: 4.219 | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

GŁOS
DZIENNIK POMORZA
KOSZALIŃSKI79
lat

Poniedziałek, 10.08.2026

Relaks

Krzyżówki,
prognoza pogody,
informacje kulturalne

Polityka

Cztery prawicowe
ugrupowania
powalczą o swoje
miejsce w SejmieWalka o rząd dusz na prawicy ruszyła na dobre. To walka nie tylko o wyborcę, ale i o miano przywódcy po tej stronie sceny politycznej
– Str. 7

Świat

Praski Zamek
zalewa fala
turystów. Czy
wprowadzą limity?Być może wzorem Wenecji trzeba ograniczyć liczbę turystów na praskim Zamku - sugeruje pisarz i przewodnik po Pradze Mariusz Surosz
– Str.

Kancelarię prowadzili nieprzerwanie od 1989 roku. Stefania i Michał Płocica po kilku dekadach zakończyli pracę adwokacką – Str. 4

Senat za sankcjami na Rosję i Iran. Amerykański Senat ustawę o sankcjach na Rosję i Iran, nazwaną na cześć jej współautora, senatora Lindsey'ego Grahama. – Str. 8



FOT. EAST NEWS

Region

Miasto murem podzielone. Mieszkańcy
tej miejscowości odcięci od cywilizacji

Jakub Roszkowski

Ani to dawny Berlin, ani obecna Jerozolima, z murami oddzielającymi ludzi od siebie. To Połczyn-Zdrój, piękne uzdrowisko w sercu Pomorza. Jedyny wiadukt, którym można było dotrzeć do części miejskich domostw, został tu właśnie zamurowany na amen. Ekspertyza wykazała, że obiekt zaraz się zawali. Sęk w tym, że za murem pozostało kilkuset mieszkańców.

Ludzie są oburzeni. - Dano nam właściwie kilka dni na przygotowanie się i tyle. Wiadukt zamknęli. A żeby nikt na pewno się nie prześlizgnął, to wymurowali jeszcze potężny mur. Także jesteśmy ugotowani na cacy - opowiadają nam mieszkańcy zamkniętej części miasta. Poczuli się jak trędowaci, których trzeba odizolować od społeczeństwa. - Oczywiście przygotowano objazd. To nie jest tak, że siedzimy w domach jak w więzieniach i dowozą nam jedzenie i picie helikopterami. Ale ten objazd prowadzi przez krzaki, zwirową, zalaną drogą, bez chodnika. Osoby z niepełnosprawnościami nie mają szans tamtędy się przemieszczać i naprawdę zostały uwięzione w naszej dzielnicy. Tylko mając samochód można jakoś tam przejechać, choć też do przyjemności to nie należy.



Na wiadukcie w Połczynie-Zdroju został wybudowany mur

Dokończenie na str. 4

Koszalin

Akademik czy stancja?
Student szuka kwatery

Joanna Boroń

Do rozpoczęcia nowego roku akademickiego pozostało jeszcze kilka tygodni. Jednak wielu studentów właśnie zaczyna szukać kwatery.

Politechnika Koszalińska dysponuje miejscami w czterech domach studenckich. Miesięczne opłaty dla studentów i doktorantów wynoszą od 450 do 730 zł, w zależności od standardu pokoju i liczby jego mieszkańców. Za pokój jednoosobowy trzeba zapłacić 730 zł miesięcznie, miejsce w pokoju dwuosobowym kosztuje 580 zł (w zależności od budynku około 500-580 zł), natomiast pokój trzyosobowy to wydatek 450 zł miesięcznie.

Nie wszyscy studenci decydują się na życie w akademiku.
– Str. 3

REKLAMA

0011562649

SPRZEDAM
ŁÓŻKA PIELEGNACYJNE
elektryczne/manualne,
SZAFKI PRZYŁÓŻKOWE
SZAFY BIUROWE
502 503 814

POLECAMY

JUTRO Dino, Lidl ani Biedronka tego nie ukryją ŚRODA Zaskakujące fakty o leworęczności

10.08.2026
PoniedziałekDzisiaj imieniny: Julia, Natalia
Telefon alarmowy: 112

Komentarz dnia

**Tadeusz Płatek:**
Dlaczego mężczyźni kochają kobiety
publicysta

Mężczyźni kochają kobiety, które robią rosół w ten sposób, że najpierw pieką w piekarniku kości i warzywa, a dopiero potem gotują. Mężczyźni kochają kobiety, które nie złością się, gdy prosimy „czy mogłabyś powtórzyć”, a potem jeszcze raz pytamy o to samo. Kochamy kobiety świadome naszej niepełnosprawności intelektualnej, dodatkowo zaczadając nas rosółem, co tę niepełnosprawność znacznie pogłębia. Facet po spożyciu prawidłowo przyrządzonego wywaru mięsno-warzywnego zachowuje się jak po lobotomii. Jest szczęśliwy i poza wewnętrzną błogością, płynącą z żołądka, NIC nie jest w stanie dotrzeć do jego sparaliżowanego mózgu.

To zresztą powód, uświadomiony mi przez znajomą o poglądach skrajnie lewicowych, czemu kobiety, gdy skręcają meble z IKEI, to zawsze piją dużo wina: alkoholem upośledzają swój mózg, by zniżyć się do intelektu płci przeciwnej.

A jeśli jeszcze kobieta, odczekawszy po rosole, postawi przed mężczyzną wyzwanie majsterkowania, to miłość męska staje się bezgraniczna. Gdy ona o skrócenie mebli go poprosi, mimo że mogłaby to zrobić sama, nawet na trzeźwo, to on będzie meble skręcał, jakby to był ołtarz boga najwyższego, myśląc wyłącznie o skróceniu i o tym jak jego kobieta jest wspaniała. Oczywiście do momentu, gdy ona korzystając z chwili, nie zacznie zadawać trudnych pytań.

Wtedy szczęście pryska, miłość zjeżdża na boczny tor, ustępując miejsca zastanowieniu. Mężczyzna zaczyna myśleć, co jest procesem dla nas bolesnym, a następnie w wyniku uporczywego tego myślenia, pada odpowiedź, która jest zawsze zła.

Dlatego błagam w naszym imieniu - żadnych pytań, rosół tylko.

AUTOPROMOCJA

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

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

POGODA

dzisiaj
19°C/12°Cjutro
21°C/12°C

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

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



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



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

ROZMOWA

Minister Zdrowia: nic się nie zmieniło.
Zdrowie pozostaje poza wpływami polityki

Mira Suchodolska (PAP)

Premier kilkakrotnie podkreślał nasze ustalenia z pierwszej rozmowy. Czyli, że chcę, żeby to było apolityczne ministerstwo, a także mieć możliwość rozmawiania o rozwiązaniach dla pacjentów również z otoczeniem prezydenta. To nam się udaje – mówi minister zdrowia Jolanta Sobierańska-Grenda.

Rozmawiamy rok od konferencji prasowej premiera Donalda Tuska, podczas której ogłosił, że obejmuje pani kierownictwo resortu zdrowia. Wtedy zarówno premier, jak i pani w wywiadach mówili o konieczności odpolitycznienia tego ministerstwa. Czy po roku, po wszystkich trudnych sytuacjach, z którymi musiała się pani zmierzyć, nadal uważa pani, że apolityczność pomaga skutecznie zarządzać ochroną zdrowia?

Zdecydowanie tak. Upłynął rok i dla mnie polityka zdrowotna jest jedyną polityką. Taka pozostanie w celach, które realizuję. Kieruję się tym również przy podejmowaniu decyzji. Przez ten ostatni rok drzwi Ministerstwa Zdrowia były otwarte dla samorządowców, właścicieli szpitali, dyrektorów, niezależnie od przynależności politycznej. Patrzyliśmy na to, co chcą osiągnąć w regionie i jakie mają rozwiązania, które miałyby sprzyjać pacjentom. Sam bilans ustaw, które zostały podpisane przez pana prezydenta, świadczy o tym, że jednak przestrzeń do rozmów, które są pozbawione zabarwienia politycznego, przynosi określone efekty. Również nasze kontakty z profesorem Piotrem Czauderną, który odpowiada za politykę zdrowotną przy Radzie Zdrowia pana prezydenta, świadczą o tym, że potrafimy rozmawiać ponad podziałami politycznymi. To



FOT.: GOV.PL

Jolanta Sobierańska-Grenda: mamy kadry, które pracują za mniej niż 240 złotych.

jedynе rozwiązanie pozwalające wypracować długofalową politykę, która, niezależnie od poglądów politycznych, będzie przede wszystkim zogniskowana na pacjencie.

Nie da się jednak uciec od polityki, ponieważ ochrona zdrowia jest przez społeczeństwo i przez polityków postrzegana jako temat w dużej mierze polityczny. Obecnie mówi się, że elektorat będzie decydował w przyszłorocznych wyborach parlamentarnych przez pryzmat tego, co dzieje się w ochronie zdrowia. Czy ta formuła apolityczności nie jest poniekąd hasłem, a tak czy inaczej ochrona zdrowia pozostaje domeną polityki?

Przed wszystkim rozdrobnienie właścicielskie i struktury właścicieli szpitali – to jest polityka. To są samorządy wojewódzkiego, gminnego i powiatowego. To są własności, które reprezentowane są przez większość wybrane w wyborach samorządowych. W Polsce jest kilkaset szpitali mających różnych właścicieli i różne barwy polityczne w poszczególnych samorządach. To na pewno utrudnia patrzenie na ochronę zdrowia z perspektywy ponadpolitycznej. Ważne jest jednak dla mnie, że mogę rozmawiać ze wszystkimi marszałkami, ze sta-

rostami, niezależnie od tego, jakie barwy polityczne reprezentują. Tym bardziej że wyznaję myśl, która też jest ze mną przez te dwanaście miesięcy, że to w regionach jest siła do tworzenia spójnej sieci szpitali, które będą odpowiadały najbardziej potrzebom mieszkańców.

Kiedy obejmowała pani kierownictwo resortu zdrowia, opisywano panią w mediach jako fachowca, osobę z doświadczeniem w ochronie zdrowia. Co, mimo tego doświadczenia, zaskoczyło panią w systemie? Czego się pani nie spodziewała?

W sierpniu 2025 r. odbyło się w MZ spotkanie z dyrektorami instytutów i z szefami agencji. Kiedy pojawili się na sali i mówili, że oni spotykają się po raz pierwszy, że dużo robią, ale być może czasami powielają działania, bo nie do końca znają nawzajem swoje misje czy swoje cele, to mnie trochę zaskoczyło, bo dla mnie współpraca w regionie z interesariuszami była czymś bardzo naturalnym. Myślę, że to też jest taki nasz postęp, że współpracujemy i że rozmawiamy.

Prezes Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji powiedział, że najwcześniej w styczniu będą gotowe analizy po zebraniu informacji o wynagrodzeniach w powiązaniu z numerem PESEL bądź numerem prawa wykonywania zawodu. Co wtedy resort zrobi z tymi analizami? Czy pojawią się kolejne regulacje?

Informacje te będą nam pokazywały, jak wynagrodzenia rozkładają się w poszczególnych regionach. Zobaczymy również, jakie są przypisane do poszczególnych specjalizacji. To jest baza analityczna również do tego, żebyśmy mogli w sposób precyzyjniejszy określić limit tego CAP-u na budżet szpitala przeznaczany na wynagrodzenia.

Region

• Dyżur reportera

Jakub Roszkowski, tel. 94 347 35 52 (w godz. 10-14)

KOSZALIN

Akademik czy stancja dla studenta w Koszalinie?

Joanna Boron

Choć do rozpoczęcia nowego roku akademickiego pozostało jeszcze kilka tygodni, wielu studentów, szczególnie pierwszoroczników, właśnie zaczyna szukać kwatery.

Politechnika Koszalińska dysponuje miejscami w czterech domach studenckich. Miesięczne opłaty dla studentów i doktorantów wynoszą od 450 do 730 zł, w zależności od standardu pokoju i liczby jego mieszkańców. Za pokój jednoosobowy trzeba zapłacić 730 zł miesięcznie, miejsce w pokoju dwuosobowym kosztuje 580 zł (w zależności od budynku około 500–580 zł), natomiast

pokój trzyosobowy to wydatek 450 zł miesięcznie.

Studenci starszych roczników dowiedzą się, czy otrzymali miejsce w akademiku 11 sierpnia. Kandydaci rozpoczynający studia będą musieli poczekać na potwierdzenie do początku września.

Wiele lat temu o miejsce w akademiku nie było tak łatwo. Dziś – jak zdradza Krzysztof Wasilewski, prorektor ds. kształcenia, miejsc starczy dla wszystkich. Ma to związek z tym, że studentów ubywa. – Studenci od kilku lat zajmują około 60-70 procent miejsc w naszych czterech domach studenckich – zdradza. Część miejsc jest przewidziana dla studentów zaocznych, a pozostałe są wynajmowane na zasadach komercyjnych, szczególnie te



FOT. ARCHIWUM

Miejsce w akademiku w Koszalinie od 450 zł

w Domu Studenckim nr 4, w którym są nie tyle pokoje, co małe aneksy mieszkalne.

Zainteresowanie mieszkaniem w akademiku jest na stałym poziomie. – Myślę,

że to efekt dobrej ceny, nasze akademiki są jednymi z najtańszych w kraju, oraz warunków jakie stworzyliśmy studentom – komentuje prorektor Wasilewski.

Politechnika Koszalińska przygotowuje się do dużej inwestycji w domy studenckie. Kompleksowa termomodernizacja obejmie Domy Studenckie nr 1, 2 i 3. W ramach przedsięwzięcia zaplanowano wymianę okien i drzwi, docieplenie ścian, stropodachów oraz cokołów. Na elewacjach od strony ul. Rejtana pojawią się panele fotowoltaiczne, a obiekty zostaną wyposażone również w magazyny energii.

Nie wszyscy studenci decydują się na życie w akademiku. Wiele wybiera wynajem pokoju w mieszkaniu lub domu. Najtańsze oferty zaczynają się od około 450 zł miesięcznie, jednak dotyczą zazwyczaj pokoi wieloosobowych lub mieszkań położonych dalej od centrum. Za po-

kój o wyższym standardzie trzeba zapłacić od 600 do 900 zł miesięcznie, a w atrakcyjnych lokalizacjach ceny często przekraczają 900 zł. Warto przy tym zwrócić uwagę, czy w podanej kwocie zawarte są już opłaty za media – zwykle nie są.

Najdroższą opcją pozostaje wynajem samodzielnego mieszkania. Za umeblowaną kawalerkę w Koszalinie trzeba zapłacić obecnie co najmniej 1100 zł miesięcznie, do czego należy doliczyć czynsz oraz rachunki za media.

Jeszcze większym wydatkiem jest wynajem niewielkiego mieszkania dwupokojowego. Ceny takich lokali zaczynają się od około 1800–2000 zł miesięcznie, również bez czynszu i mediów.

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJI ZIEMIA I LUDZIE

PRAWDZIWE HISTORIE CZYSTEGO POWIETRZA

Ekologicznie może być najtaniej

Pan Michał jest uparty – tak długo szukał rozwiązań, tak długo liczył, aż znalazł najkorzystniejszą formę ogrzewania do swojego domu. Chciał czy nie chciał, wyszło, że ekologia w jego domu będzie najtańsza. Zwłaszcza że na te rozwiązania można było skorzystać z dotacji – na instalację fotowoltaiczną z gminy, a na pompę ciepła z programu Czyste Powietrze.

– Nie tylko pieniądze były ważne. Zdecydowaliśmy z żoną o zmianie ogrzewania na ekologiczne, bo zależy nam także na tym, by nie przyczyniać się do zanieczyszczenia powietrza, którym wszyscy oddychamy – mówi pan Michał.

Salon zamienił się w kottłownię

Razem z żoną Ewą mieszkają na obrzeżach Warszawy. Gdy budowali dom, wydawało im się, że najlepiej będzie zdecydować się na kominek z płaszczem wodnym, który ogrzewa wszystkie pomieszczenia. Miało być romantycznie – trzaskający ogień w kominku i przyjemne ciepło. Idylla. Szybko jednak zorientowali się, że to najgorsza decyzja, jaką mogli podjąć. – Nasz salon zamienił się w kottłownię. Obok kominka leżał zapas drewna. Trzeba było wygarnąć popiół. Brudziło się, komin dymił. Koszmar – opowiada pani Ewa. Kominek nie spełniał też norm emisyjnych zgodnych z lokalną ustawą antysmogową. Dlatego decyzja o wymianie źródła ciepła



szybko stała się oczywista. Małżeństwo ma ok. 10-letni dom, ocieplony standardowo, ale starannie. Nie ma tzw. mostków termicznych, przez które uciekałoby ciepło. Mostki termiczne tworzą się, gdy gdzieś zabrakło odrobiny styropianu, krzywo położono deskę, warstwa wełny mineralnej gdzieś okazała się cieńsza niż powinna. Czasem ekipa źle zamontuje okno

albo drzwi. Kłopotliwe bywają wszelkie załamania czy wykusze, balkony itp., bo przez nie także ucieka ciepło. Pan Michał zamówił audyt energetyczny, który pokazał, że ocieplenie jest wystarczające. Małżeństwo wystąpiło do gminy o dotację do fotowoltaiki i na dachu domu zostały zainstalowane panele. Kolejnym ruchem było wystąpienie o dotację z ogólnopolskiego

programu Czyste Powietrze. Postanowili zainwestować w pompę ciepła powietrze – woda. Pompa ma za zadanie ogrzewać dom i dawać ciepłą wodę użytkową. Sprawdza im się doskonale. – Michał wszystko tak obliczył, że starcza nam energii też na ładowanie samochodu elektrycznego – mówi dumna z męża pani Ewa.

UWAGA, KONKURS!

Jesteś beneficjentem Czystego Powietrza? Podziel się z nami swoją prawdziwą historią i przekonaj innych do inwestycji w zdrowie i ciepło.

Wejdź na czystepowietrzejestok.pl

Co miesiąc do wygrania hulajnoga elektryczna!

Na co można obecnie otrzymać dotację z Czystego Powietrza?

- Na wymianę nieefektywnego źródła ciepła na paliwo stałe (tzw. kopciucha) na nowe efektywne i ekologiczne źródło ciepła,
- modernizację lub wykonanie instalacji grzewczej i cwu,
- ocieplenie przegrod budynku,
- wymianę okien i drzwi/bram garażowych,
- zakup i montaż rekuperacji, czyli wentylacji mechanicznej z odzyskiem ciepła,
- audyt energetyczny, czyli ocenę stanu energetycznego domu i wskazanie najlepszego rozwiązania do realizacji.
- W nowym programie Czyste Powietrze (od 31.03.2025 r.) obowiązuje wymóg potwierdzenia standardu energetycznego budynku – zarówno przed, jak i po przeprowadzeniu inwestycji. Przed realizacją przedsięwzięcia trzeba wykonać wspomniany audyt energetyczny wraz z dokumentem podsumowującym audyt energetyczny. Określą one, jaki jest stan energetyczny budynku i jakie prace należy wykonać, żeby zmniejszyć zapotrzebowanie na energię do ogrzewania. Po realizacji przedsięwzięcia konieczne jest świadectwo charakterystyki energetycznej (na które również można dostarczać dofinansowanie), które potwierdzi zmniejszenie zapotrzebowania na energię do ogrzewania.

Sfinansować można następujące źródła ciepła, przyłącza i instalacje:

- podłączenie do sieci ciepłowniczej wraz z przyłączem,

- pompa ciepła powietrze/woda o podwyższonej klasie efektywności energetycznej,
- pompa ciepła powietrze/powietrze,
- gruntowa pompa ciepła o podwyższonej klasie efektywności energetycznej,
- dolne źródło ciepła,
- kocioł zgaszający drewno o podwyższonym standardzie,
- kocioł na pellet drewnny o podwyższonym standardzie,
- ogrzewanie elektryczne,
- instalacja centralnego ogrzewania oraz instalacja ciepłej wody użytkowej,
- niezbędne prace towarzyszące przy instalacji c.o. i c.w.u.
- W przypadku pomp ciepła oraz kotłów na pellet drewnny i zgaszających drewno kawałkowe, muszą one znajdować się dodatkowo na liście Zielonych Urządzeń i Materiałów (lista ZUM) <https://lista-zum.ios.edu.pl/>

Termomodernizacja domu, na którą można otrzymać dotację:

- ocieplenie ścian,
- ocieplenie stropów/dachu/stropodachu,
- ocieplenie podłóg na gruncie,
- stolarka okienna i drzwiowa, bramy garażowe,
- niezbędne prace towarzyszące montażowi okien,
- wentylacja mechaniczna z odzyskiem ciepła.

Szczegóły programu: czystepowietrze.gov.pl

REGION

Połczyn-Zdrój murem podzielony. Mieszkańcy tej miejscowości odcięci od cywilizacji

Dokończenie ze str. 1

Mieszkańcy dzielnicy za wiaduktem początkowo wręcz kipieli ze złości. Wiadukt został zamknięty i zamurowany 1 sierpnia. Teraz, po pięciu dniach, emocje już nieco opadły. Pojawili się nawet pierwsze memy, żarty z sytuacji. Założyli specjalne grupy na portalach internetowych, dyskutują, wymieniają uwagi, dzielą się. Na przerobionych zdjęciach mur przypomina ten z dawnego Berlina Zachodniego albo obecny mur na Zachodnim Brzegu w Palestynie. - Powiedzmy sobie szczerze, że jest to kuriozum. O tym, że wiadukt jest w bardzo złym stanie technicznym, wiadano już od 2007 roku. I nic w ciągu tych lat nie zrobiono. Oczywiście nie możemy całą winą obarczać obecnego burmistrza, ale powiedzmy sobie



Wiadukt w Połczynie-Zdroju został zamknięty i zamurowany 1 sierpnia

szczerze, też miał trochę czasu, żeby coś z tym zrobić i też nie zrobił - żalę się nasi rozmówcy.

Urzednicy z połczyńskiego ratusza przyznają, że sytuacja jest bardzo trudna i wymaga spokoju. - Oczywiście bardzo przepraszamy mieszkańców tej części miasta, ale nie było innego wyj-

ścia. Ekspertyza jest jednoznaczna: wiadukt grozi katastrofą budowlaną i należy go wyłączyć z użytkowania. Nawet z ruchu pieszego - potwierdza Paweł Zastawny, reprezentujący burmistrza Józefa Nizioła. - Został wyznaczony 400-metrowy objazd, mieszkańcy byli o tym informowani, choć oczywiście



Według szacunków zburzenie starego i budowa nowego wiaduktu to koszt 7-9 milionów złotych

jeszcze ten objazd nie do końca jest taki, jaki być powinien - przyznaje. Jak słyszemy, na razie droga jest jeszcze po deszczach zalewana, brakuje rzeczywistości chodnika, ale ratusz już wysłał prośby o zgodę na wycięcie drzew, by chodnik, ze specjalnymi barierkami bezpieczeństwa, wybudować.

Skoro od przynajmniej 17 lat wiadomo, że wiadukt jest w bardzo złym stanie technicznym i grozi mu zawalenie, dlaczego nikt nie zajął się tym problemem na poważnie? - pytamy. - Było składanych mnóstwo wniosków o dofinansowanie, także do Warszawy, do rządu, do wojewody, do

słownie wszędzie. Niestety, nasze wnioski zawsze padały - odpowiada Paweł Zastawny.

Według wstępnych szacunków zburzenie starego i budowa nowego wiaduktu to koszt 7-9 milionów złotych. A takich pieniędzy Połczyn-Zdrój nie ma. - Zdajemy sobie sprawę z powagi sytuacji, problemów, jakie dotknęły mieszkańców tej części miasta, dlatego jesteśmy zdesperowani, by pieniądze na nowy wiadukt znaleźć jak najprędzej - słyszemy jeszcze. Urzednicy zapewniają, że 400-metrowy objazd do osiedla będzie wkrótce wygodniejszy, szerszy, z chodnikiem i oświetleniem. Na razie jednak ludzie muszą sobie radzić tak jak jest. Mur zostaje. Chodzi o to, by nikt tam już nawet nie próbował przejść.

Jakub Roszkowski

DRAWSKO POMORSKIE

Operacja kolana z użyciem robota

Joanna Boroń

W Szpitalu AHP w Drawsku Pomorskim przeprowadzono pierwszą w regionie operację alloplastyki kolana z użyciem tego typu systemu robotycznego.

Alloplastyka stawu kolanego polega na zastąpieniu uszkodzonych powierzchni stawowych implantem. Celem zabiegu jest ograniczenie dolegliwości bólowych oraz poprawa sprawności i komfortu poruszania się pacjenta.

- W przypadku pacjentki operowanej w Szpitalu AHP w Drawsku Pomorskim zabieg z użyciem robota ortopedycznego miał na celu nie tylko redukcję bólu, ale również odzyskanie pełnego wyprostowania stawu kolannego, co w przyszłości może pozwolić jej na samodzielne poruszanie się bez konieczności korzystania z pomocy ortopedycznych - podkreśla lek. Artur Bednarz, AHP. Jak dodaje, już następnego

dnia po zabiegu pacjentka została spionizowana.

Podczas zabiegu wykorzystano system robotyczny, który wspiera lekarzy na kolejnych etapach procedury. To pierwsze tego typu urządzenie w województwie zachodniopomorskim i 7 w Polsce. - Zabiegi z wykorzystaniem systemu robotycznego pozwalają na precyzyjne osadzenie implantu, dostosowanie jego rozmiaru i położenia do indywidualnej anatomii pacjenta. Umożliwiają również optymalne zbalansowanie więzadeł oraz osiągnięcie pełnej stabilności stawu przy zachowaniu maksymalnego możliwego zakresu ruchu - mówi ordynator AHP.

Robot jest jednak wyłącznie narzędziem wspierającym lekarza - nie zastępuje jego wiedzy, doświadczenia ani decyzji podejmowanych podczas operacji. To finalnie lekarz, korzystając z możliwości jakie daje system robotyczny, prowadzi zabieg i odpowiada za jego przebieg.

KOSZALIN

Stefania i Michał Płocica po kilku dekadach zakończyli pracę adwokacką

Joanna Boroń

Stefania i Michał Płocica, znani koszalińscy adwokaci, zakończyli działalność zawodową. Kancelarię prowadzili nieprzerwanie od 1989 roku. Przez lata byli także związani z naszą redakcją, służąc naszym czytelnikom bezpłatnymi poradami prawnymi.

Ich kancelaria działała od 1989 roku. Przez blisko cztery dekady mecenas Stefania Płocica i mecenas Michał Płocica budowali swoją zawodową renomę, zyskując zaufanie kolejnych pokoleń klientów.

Nie była to jednak działalność ograniczająca się wyłącznie do prowadzenia spraw powierzanych przez klientów. Aktywnie angażowali się również w życie samorządu adwokackiego.

Jak podkreśla Okręgowa Rada Adwokacka w Koszalinie, ich aktywność, gotowość do podejmowania odpowie-

dzialnych zadań oraz konsekwentna praca na rzecz środowiska adwokackiego stanowiły istotne wsparcie dla funkcjonowania Izby.

Szczególne miejsce w historii zawodowej Stefanii i Michała Płociców zajmuje także współpraca z redakcją Głosu Koszalińskiego. Przez wiele lat byli oni związani z naszym tytułem, udzielając

naszym czytelnikom bezpłatnych porad prawnych.

Dla wielu czytelników była to cenna możliwość skonsultowania problemów, które często miały bardzo osobisty i życiowy charakter. Dzięki swojej wiedzy i doświadczeniu mecenasów pomagali czytelnikom lepiej zrozumieć zawołności prawa i wskazywali możliwe drogi rozwiązania

ich poważnych często problemów.

Stefanii i Michałowi Płocicom życzymy dużo zdrowia, spokoju oraz czasu na wszystko to, na co przez lata intensywnej pracy zawodowej mogło go brakować. Niech emerytura będzie pięknym kolejnym etapem życia.



Przez blisko cztery dekady mecenas Stefania Płocica i mecenas Michał Płocica byli ważną częścią adwokackiej społeczności

AKCJA CHARYTATYWNA

0211545624



DOMOWE FINANSE

Pod kreską kilka stówek. To początek finansowej pętli

Agnieszka Domka-Rybka

Ktoś weźmie kredyt, by spędzić wakacje na Dominikanie i drażnić znajomych egzotycznym luksusem, wrzucając fotki na Facebooka. Co z ratami? „Jakoś to będzie”. Inny, przy rosnących rachunkach, nie ma na czynsz i prąd. Listy dłużników pełne są nie tylko lekkomyślnych osób, ale również takich, których dochody nie wystarczają na życie

Bydgoszczanka, w wieku 40 plus, zarabia ok. 4000 tys. zł na rękę miesięcznie, a mimo to co roku lata na egzotyczne wakacje, ostatnio była na Dominikanie. Za co? - Faktycznie nie stać mnie na urlop za 12 tys. zł, ale wtedy biorę kredyt i spełniam marzenia. Myślę sobie, żyje się raz, a raty? Jakoś to będzie.

Nie boi się pani kłopotów finansowych? - pytamy.

Odpowiedź: - Boję się, ale z moją pensją, choć ciężko pracuję, to ja mogę co najwyżej pojechać nad Bałtyk na kilka dni. Zasługuję na porządne wakacje, a nie takie z odmrażaną rybą, frytkami smażonymi na starym oleju i goframi napompowanymi chemią. Nie mam męża, dzieci i kredytu na mieszkanie, to nie mogę wziąć rat na swoje potrzeby?

Seniorka liczy wydatki. „Raty? To nie dla mnie!”

Pani Ewa, wdowa po siedemdziesiątce, mieszkanka dużej gminnej miejscowości w powiecie bydgoskim, również ma 4000 zł netto, ale renty rodzinnej po mężu. O Dominikanie nawet nie śni. Kredyt też nie jest jej spełnieniem marzeń.

- Po śmierci męża, dwa lata temu, przesłam na świadczenie małżonka. Taki wariant był bardziej korzystny, ponieważ moja emerytura wynosiła niecałe trzy tysiące. Gdy żył i mieliśmy dwa dochody, nieźle nam się powodziło. Po jego odejściu zostałam sama z takimi samymi rachunkami, jak płaciłiśmy we dwoje. Ba, przez dwa lata wszystko mocno podrożało! Znajoma mi powiedziała: „Ty się ciesz, że masz tyle renty, a co mają powiedzieć wdowy i wdowcy z najniższą emeryturą, która wynosi niecałe dwa tysiące na rękę?”. Oczywiście, mam więcej ... - mówi pani Ewa i zaczyna liczyć.

- Czynnysz za moje 40-metrowe mieszkanie wynosi 650 zł. Do tego każda rodzina naszej wspólnoty mieszkaniowej, więc i ja, płaci palaczowi 200 zł miesięcznie. Co dwa miesiące muszę kupić butlę gazową za 85 zł i przychodzi rachunek za prąd, ostatnio 390 zł. Wodę podgrzewam bojlerem elektrycznym. Niedawno musiałam go wymienić na nowy za 450 zł, stary był zakamieniony. Do tego muszę zapłacić za telefon i telewizję, razem 200 zł miesięcznie. Na leki wydaję 400 zł. Czasami coś się zepsuje, jak u mnie pół roku temu pralka, a dwa miesiące temu odkurzacz. Aha, jeszcze jedno - przecież trzeba również regularnie kupować jedzenie. I to wszystko z jednego świadczenia z ZUS! Jesli komuś wydaje się, że cztery tysiące na rękę to luksusy, myli się!

Seniorka nie spłaca żadnych rat i kredytów: - Nie wyobrażam sobie, żeby do moich zobowiązań doszły jeszcze bankowe. Mam kilku znajomych, którzy kupili



FOT. 123RF

Wystarczy jeden finansowy wstrząs, by budżet domowy przestał się spinać. Rachunki większym problemem niż kredyty? Te „zwykłe” rachunki płacimy bardziej opieszale niż raty w bankach i dotyczy to każdej grupy wiekowej

na raty prezenty dla dzieci i wnuków, pomagają im finansowo. Sąsiadka kiedyś chwaliła się: „Córce dołożyłam do wycieczki na Malte, a wnukowi za to, że zdał świetnie maturę, kupiłam w nagrodę telefon iPhone - na raty. Cieszę się, że są szczęśliwi, ale naprawdę ciężko mi płacić te raty, a jeszcze sporo ich zostało”. Naprawdę, serdecznie współczuję sąsiadce.

Tak łatwo wpaść w kłopoty, a zaczynają się one niemal niezauważalnie. Kwoty rzędu kilkuset złotych wydają się w zasięgu ręki, czymś, z czym poradzimy sobie „przy następnej wypłacie lub emeryturze”. Jednak to właśnie od takich drobnych sum zaczyna się droga w dół. Liczby są alarmujące, bo aż 70 proc. wszystkich długów to kwoty nieprzekraczające 5 tys. zł. Teoretycznie łatwe do spłaty, dla wielu osób stają się barierą nie do przejścia.

Scenariusz jest zazwyczaj podobny. Zaczynamy od „brania na głowę” zbyt wielu drobnych zobowiązań: tu kilka rat za nowy sprzęt, tam karta kredytowa, do tego szybka pożyczka. Gdy na tę konstrukcję nałożą się codzienne koszty i bieżące rachunki - czynsz, prąd, telefon, internet, wystarczy jeden

wstrząs, jak utrata pracy, by cała budowla runęła. Wtedy zaczynamy wybierać, które rachunki zapłacić, a które muszą poczekać.

Dane z Rejestru Dłużników BIG InfoMonitor obnażają skalę tego zjawiska. Energia, gaz, woda, śmieci - co miesiąc z portfela statystycznego Polaka znikają kwoty od kilkuset do kilku tysięcy złotych na same opłaty stałe. Widać, że rachunki stają się coraz bardziej uciążliwe. Obecnie kłopoty z terminowym płaceniem za media, czynsz, telefon czy alimenty ma już 1,8 mln osób. To oznacza, że co 17. pełnoletni Polak zmagają się z zaległościami pozakredytowymi. Co ciekawe, to właśnie te „zwykłe” rachunki płacimy bardziej opieszale niż raty w bankach i dotyczy to każdej grupy wiekowej - od wchodzących w dorosłość 18-latków po seniorów.

Choć ogólna liczba niesolidnych dłużników powoli spada, to ci, którzy pozostają w rejestrach, toną w coraz większych kwotach. Średnie zadłużenie pozakredytowe na osobę rośnie z roku na rok. W listopadzie 2025 r. wyniosło już 24,2 tys. zł.

Według BIG InfoMonitor, największą grupę osób z problemami finansowymi stano-

wią ludzie w wieku 35-44 lat - jest ich aż 494 tysiące. Ta grupa zalega ze spłatą na łączną kwotę 11,8 mld zł. Tuż za nimi plasują się 45-54-latkowie, gdzie choć dłużników jest mniej (446 tys.), to wartość ich długu jest jeszcze wyższa i sięga niemal 15 mld zł. Statystycznie problem ma twarz mężczyzny - stanowią oni 65 proc. niesolidnych płatników, a ich zaległości (33,6 mld zł) są trzykrotnie wyższe niż w przypadku kobiet.

- Problem narastających niespłacanych długów dotyczy osób znajdujących się często w szczyście aktywności zawodowej i ponoszących najwyższe koszty utrzymania rodzin - uważa Paweł Szarkowski, prezes BIG InfoMonitor. - Nie jest to już kwestia pojedynczych incydentalnych zaległości, lecz zjawisko koncentrujące się w określonej grupie wiekowej.

Jak wygląda sytuacja seniorów? 25354 zł - to średni dług mieszkańca naszego regionu w wieku 65 plus. Choć to prawie najniższy wynik w kraju, ale nie znaczy, że jest dobrze. Jest mniej zadłużonych seniorów, ale ich długi są wyższe. Czyli ci, którzy już mają kłopoty... wpadają w coraz głębszą finansową pułapkę.

Wzrost kosztów życia, nadal wysoki poziom oprocentowania kredytów i pożyczek oraz inflacja to czynniki szczególnie dotykające osoby 65+, dla których głównym źródłem utrzymania są stałe świadczenia emerytalne.

W szczegółach to wygląda tak: zadłużonych jest 23396 mieszkańców województwa w wieku 65 plus, na łączną kwotę w wysokości 593 178 276 zł, a średni dług na osobę to, jak wspomnieliśmy, 25354 zł.

Skąd te długi? Są to przede wszystkim: nieuregulowane w terminie czynsze, zaległe raty kredytów i pożyczek, rachunki za telefon, stare mandaty za jazdę na gapę czy kiedyś niepłacone alimenty.

Komornik: „Wielu długów można uniknąć”

Inna sprawa, że wielu długów można uniknąć. Jak? - py-

tamy Roberta Damskiego, komornika przy Sądzie Rejonowym w Lipnie. - Opracowałem kiedyś „siedem grzechów głównych” najczęściej popełnianych przez osoby, które wpadają w długi i stają się stronami postępowań egzekucyjnych.

Jednym z największych błędów, zdaniem powiatowego komornika, to nieczytanie umów: - Często dowiaduję się od dłużnika, że umowy nie przeczytał, bo była za długa, a powiedziano mu, że jest „standardowa”. Trudno powiedzieć, czy takie podejście wynika z nadmiernego zaufania, lekkomyślności, czy zwykłego lenistwa. Niemniej faktem jest, że wielokrotnie dopiero na etapie postępowania egzekucyjnego dłużnicy zapoznają się z warunkami udzielonej im pożyczki.

Kolejnym grzechem jest podpisywanie umów, których nie rozumiemy: - Wielokrotnie słyszałem, że dłużnik co prawda umowę czytał próbował, ale tekst był zbyt skomplikowany, więc sobie darował - opowiada Damski.

To również podpisywanie umów z założeniem, że „jakoś to będzie”. Ponadto niektórzy błędnie oceniają ryzyko. Ignorują oczywiste zagrożenia, jakie wynikają z zaciągania zobowiązań, przy jednoczesnym braku zabezpieczeń.

- Ale najbardziej zdumiewający jest brak szacunku dla własnego podpisu połączony z brakiem poczucia ważności podejmowanego zobowiązania. Wielu dłużników, nawet po zapoznaniu się z warunkami pożyczki i konsekwencjami, błędnie zakłada, że akurat w ich przypadku „jakoś to będzie”. Wielu postępowań egzekucyjnych można by uniknąć, gdyby pożyczkobiorca poświęcił choć połowę energii wykorzystywanej później np. do unikania komornika, na gruntowne zapoznanie się z warunkami umowy oraz na analizę własnych możliwości finansowych i ewentualnego ryzyka - podsumowuje komornik.

©©

REKLAMA

0011563785

WÓJT GMINY MANOWO

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Manowo oraz na stronach internetowych Urzędu Gminy został wywieszony na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży: lokal mieszkalny nr 10 o pow. 52,19 m² wraz z pomieszczeniem przynależnym położony w budynku nr 15 przy ul. Lipowej w Manowie. Szczegółowych informacji o nieruchomości można uzyskać w Urzędzie Gminy Manowo, pok. nr 16, tel. 94 318 32 70.

FOKUS

POLITYKA

Cztery prawicowe ugrupowania powalczą o swoje miejsce w Sejmie

Walka o rząd dusz na prawicy ruszyła na dobre. To walka nie tylko o wyborcę, ale i o miano lidera, prawdziwego przywódcy po tej stronie sceny politycznej

Dorota Kowalska

Wygląda na to, że walka o rząd dusz na prawicy rozpoczęła się na dobre. Co ważne, stanęli do niej nie tylko liderzy prawicowych ugrupowań, ale i prezydent Nawrocki. W czwartek, podczas spotkania z okazji rocznicy swojego zaprzysiężenia Karol Nawrocki zapowiedział, że w ciągu kilku miesięcy zostanie zaprezentowana „prezydencka strategia rozwoju”. Jak dodał, strategia ma być „zaproszeniem do dialogu środowisk politycznych gotowych do współpracy z prezydentem”.

Tym samym Karol Nawrocki stara się nadać ton kampanii prezydenckiej, narzucić wiodącą w niej narrację. Kreuje się na tego, który stoi ponad opozycją i koalicją rządzącą, na męża opatrzości polskiej polityki. To sprytne posunięcie zwłaszcza w kontekście trudności, jakie trawia Prawo i Sprawiedliwość.

Mateusz Morawiecki, już po opuszczeniu PiS-u, najpierw urządził słynnego grilla, na który przyszło ponad tysiąc osób, zaś w piątek pojawił się na wrocławskim osiedlu Jagodno. To właśnie tam w czasie wyborów parlamentarnych w 2023 roku do niemal godz. 3.00 nad ranem stała kolejka do lokalu wyborczego, a miejscowa pizzeria dowiozła czekającym mieszkańcom kilkaset placków. Wtedy w gło-



Mateusz Morawiecki pojawił się na wrocławskim osiedlu Jagodno, które stało się „symbolem aktywności obywatelskiej”

sowaniu w tej komisji zdecydowanie zwyciężyła Koalicja Obywatelska, uzyskując 43,64 procent głosów.

Jak oświadczył były premier, Jagodno stało się „symbolem aktywności obywatelskiej”. – Musimy doprowadzić do tego samego, żeby większość Polaków głosowała na prawicę, na obóz patriotyczny. Także po to jestem tutaj na Jagodnie, które uważane jest raczej za liberalne, za lewicowe. Niektórzy mówili: „po co jedziesz do paszczy

lwa”. Ja się świetnie czuję w paszczy lwa, jak widać – zapewniał Morawiecki.

Zachwalał też prezydenta, którego przychylność bardzo by mu się przydała, a który stwierdził, że nie będzie się mieszał w konflikt w Prawie i Sprawiedliwości, a współpracować chce z każdą ze stron.

– Będziemy nowym obozem politycznym, żeby poszerzyć ofertę całej prawicy tak, jak zrobił to Karol Nawrocki i dzięki temu miał powyżej 50 procent – przekonywał Morawiecki.

Na ruch Morawieckiego odpowiedziało Prawo i Sprawiedliwość swoją konwencją, którą zorganizowało w Warszawie. – Mamy własne plany. To, co robi pan Morawiecki w tej chwili, nas nie interesuje – miał powiedzieć Kaczyński dopytywany, czy PiS ściga się z Rozwojem Plus.

Przemysław Czarnek w trakcie konwencji apelował o „zjednoczenie wszystkich środowisk patriotycznych”, ocenił też, że prezydent powinien mieć większą władzę. Jak widać PiS również walczy o przychylność Karola Nawrockiego.

Temu wyścigowi Morawieckiego i jego ludzi z partią Jarosława Kaczyńskiego ze spokojem przygląda się Konfederacja.

W ostatnim sondażu Opinia24 największe poparcie uzyskała Koalicja Obywatelska (30,3 procent). Na drugim miejscu było Prawo i Sprawiedliwość (17,2 procent) – a tuż za nim: Konfederacja (15,3 procent). Tak więc poparcie dla PiS mocno spadło, dla Konfederacji – wzrosło, w porównaniu do poprzedniego badania.

– Mam nadzieję, że to dzięki naszej ciężkiej pracy i konsekwencji w tym, co mówimy, i w tym, co robimy – oświadczył w „Faktach po Faktach” w TVN24 jeden z liderów Konfederacji i wicemarszałek Sejmu Krzysztof Bosak.

PAP

KRÓTKO

Ukraina

Jest zgoda na ekshumacje szczątków polskich ofiar

Ukraiński Instytut Pamięci Narodowej poinformował w sobotę, że wydane zostały zgody na ekshumacje szczątków polskich ofiar w Hucie Pieniackiej w obwodzie lwowskim oraz na poszukiwania i ekshumacje w Uglach na Wołyniu. Decyzje w tej sprawie podjęto na posiedzeniu ukraińskiej Państwowej Międzyresortowej Komisji ds. Upamiętnienia Uczestników Operacji Antyterrorystycznej, Ofiar Wojny i Represji Politycznych. W odrębnej decyzji komisja zgodziła się na pobranie próbek materiału genetycznego (DNA) ze szczątków pochowanych w latach 1992–2015 na cmentarzu dawnej wsi Ostrówki.

Warszawa

Bez powodu, z dużą siłą, uderzył przechodnia

Policja szuka mężczyzny, który zaatakował 20-latkę przed Złotymi Tarasami w Warszawie. Napastnik bez wyraźnego powodu podszedł do dwóch rozmawiających mężczyzn i z dużą siłą uderzył jednego z nich. Według medialnych doniesień sprawcą może być zawodnik stołecznego klubu sztuk walki. Klub jednak zaprzeczył, dodając, że agresor był tylko raz na treningu i nie jest członkiem klubu.

Tatry

Za kąpiel w stawach grozi wysoki mandat

Podczas upałów turyści wchodzą do tatrzańskich stawów, szukając ochłody, jednak kąpiel w nich jest zabroniona. W Tatrzańskim Parku Narodowym (TPN) mandat za takie wykroczenie może wynieść do 1 tys. zł, a po słowackiej stronie Tatr – do 300 euro. Straż TPN zaznacza, że trudno jednoznacznie określić skalę zjawiska po polskiej stronie. PAP

OLIMPIADA

Polscy uczniowie wywalczyli osiem medali

Jan Nowaczyk

Polscy uczniowie zdobyli po cztery złote i srebrne medale podczas Międzynarodowej Olimpiady Sztucznej Inteligencji.

III Międzynarodowa Olimpiada Sztucznej Inteligencji odbyła się w Astanie w Kazachstanie w dniach 2-8 sierpnia. Wzięło w niej udział po-

nad 400 zawodników ze 103 krajów i terytoriów. Jak poinformował Michał Marcinkowski - przewodniczący Zarządu Fundacji Edukacji i Rozwoju Sztucznej Inteligencji oraz członek Komitetu Głównego Olimpiady AI, polski zespół zdobył osiem medali: cztery złote (Tomasz Kuczko, Michał Masny, Krzysztof Rojek i Mikołaj Żrałek) i cztery srebrne (Maksym Kamin-skiy, Michał Karp, Marcel Kosmala i Jakub Ptaszkiewicz). Są to uczniowie liceów i techników z Krakowa, Kielc, Szczecina, Torunia, Warszawy i Wrocławia. Marcinkowski przekazał też, że według nieformalnej klasyfikacji państw Polska zajęła trzecie miejsce na świecie - po Rosji i Chinach. PAP

GLIWICE

Zaorał asfaltową drogę. Grozi mu kara więzienia

Jan Nowaczyk

Rolnikowi, który zaorał asfalt na ul. Rybackiej w Ostropie, w niedzielę przedstawiono zarzut zniszczenia mienia o znacznej wartości. Zarząd Dróg Miejskich w Gliwicach oszacował straty na ok. 400 tys. zł.

60-letni rolnik w piątek ciągnikiem marki Ursus wjechał na świeżo po-

żony asfalt i pługiem zaorał ok. 200 m. Nadkom. Marzena Szwed z Komendy Miejskiej Policji w Gliwicach poinformowała, iż twierdził, że jest właścicielem drogi, a prowadzone tam prace są nielegalne. Mundurowi zatrzymali go na gorącym uczynku. Ustalili, że rolnik w momencie zatrzymania był trzeźwy. Jego ciągnik został odholowany na policyjny parking. Nie posiadał obowiązkowego ubezpieczenia OC.

ZDM wydał oświadczenie: „Droga w całości stanowi własność Miasta Gliwice”.

Za zniszczenie mienia o znacznej wartości grozi od 1 do 10 lat pozbawienia wolności. PAP



FOT. ADAM JANKOWSKI

Celem Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego jest zapewnienie godnego pochówku wszystkim ofiarom zbrodni wołyńsko-galicyjskiej

MARTA CIENKOWSKA
szefowa MKiDN

CZECHY

Praski Zamek zalewa fala turystów. Może wprowadzić limit odwiedzających?

Jan Nowaczyk

Być może wzorem Wenecji trzeba ograniczyć liczbę turystów na praskim Zamku - sugeruje pisarz i przewodnik po Pradze Mariusz Surosz. Jedną z największych atrakcji miasta odwiedza rocznie ponad 9 mln turystów.

Surosz zwraca uwagę m.in. na brak kontroli nad liczbą sprzedawanych biletów oraz tłok w najważniejszych miejscach kompleksu na praskim wzgórzu zamkowym.

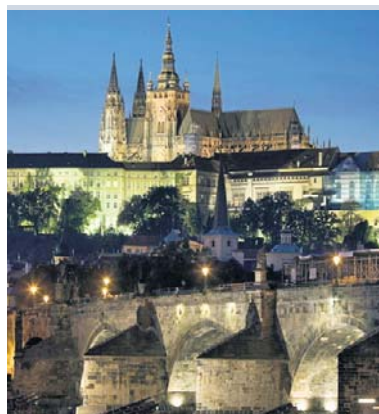
– Sprzedają każdą liczbę biletów – mówi doświadczony przewodnik. Efekt widoczny jest przede wszystkim w katedrze św. Wita, Starym Pałacu Królewskim i w Złotej Uliczce. – Gdy wejdiesz do jednego z tych obiektów, zobaczysz tłum jak podczas promocji w supermarkecie – dodaje.

Znawca Pragi i jej zabytków uważa, że należy wprowadzić system limitowanych wejść na Zamek na Hradczanach o określonych godzinach, na wzór rozwiązań stosowanych w najbardziej obleganych przez turystów miejsc w Europie. Jak zauważa, obecnie, „nie ma planowania, nie można przez internet kupić biletów na określoną godzinę”.

– Nam najbardziej przeszkadzał tłok – mówi pani Joanna z Lublina, która wraz z rodziną zwiedzała

Hradczany. – Nie dawało się zrobić rodzinnego zdjęcia. Jak gdzieś był ładny widok, natychmiast pchali się inni – relacjonowała.

Dla Kancelarii Prezydenta Republiki Czeskiej, która administruje wzgórzem zamkowym, rekordowa liczba odwiedzających to jednocześnie sukces i coraz większe wyzwanie. Zapowiadane są kolejne inwestycje, od nowego centrum obsługi zwiedzających po renowację zabytków i poprawę infrastruktury. – Jeżeli chcemy, by Zamek Praski był kulturalnym sercem Pragi, potrzebujemy bardzo dobrych przestrzeni wystawowych. Musimy je odnowić i planować kolejne inwestycje – powiedział szef Kancelarii Milan Vaszina.



Może trzeba wprowadzić system limitowanych wejść na Zamek na Hradczanach

JAPONIA

Nagasaki ostrzega: Broń nuklearna to zło absolutne

Jan Nowaczyk

Władze Nagasaki ostrzegły w niedzielę mocarstwa atomowe przed rosnącym zagrożeniem wojną z użyciem broni nuklearnej. Tego dnia mija 81 lat od zrzucenia przez USA bomby atomowej na to japońskie miasto.

– Broń nuklearna nie jest „złem koniecznym”, tylko „złem absolutnym” – oświadczył burmistrz Shiro Suzuki w deklaracji pokojowej odczytanej podczas uroczystości upamiętniającej atak na miasto, do którego doszło trzy dni po zrzuceniu bomby atomowej na Hiroszimę.

Godzinę 11.02 (4.02 czasu polskiego), czyli moment wybuchu bomby, uczczono minutą ciszy. Suzuki podkreślił, że na świecie ist-

nieje obecnie ponad 12 tys. głowic atomowych. Wyraził zaniepokojenie nieprzewidywalnymi konfliktami w Ukrainie i na Bliskim Wschodzie, które toczą się w pobliżu obiektów nuklearnych. Zaznaczył również, że modernizacja i wzmacnianie arsenałów nuklearnych „tylko podsycają błędne koło rosnącego braku wzajemnego zaufania, konfrontacji i podziałów”.

Sekretarz generalny ONZ Antonio Guterres zwrócił zaś uwagę na odwrócenie wieloletniego trendu polegającego na redukcji arsenału jądrowego oraz na nasilenie się retoryki nuklearnej.

– Z roku na rok rośnie ryzyko błędnych kalkulacji, eskalacji i konfliktu – podkreślił w odczytaniu w jego imieniu oświadczeniu, nazywając taką sytuację niedopuszczalną. – Ludzkość nie powinna żyć w permanentnym zagrożeniu – dodał. PAP

USA

Senat przegłosował ustawę o sankcjach na Rosję i Iran

Karolina Wrońska

Amerykański Senat przyjął zdecydowaną większością głosów ustawę o sankcjach na Rosję i Iran, nazwaną na cześć jej współautora, senatora Lindseya Grahama. Teraz dokument trafi pod głosowanie Izby Reprezentantów. Negocjacje na temat tej inicjatywy trwały 1,5 roku.

Dwupartyjny projekt, którego celem jest zwiększenie presji na Rosję w związku z wojną przeciwko Ukrainie, przegłosowano w Senacie wynikiem 86 do 11. Ustawa upoważnia prezydenta USA do wprowadzenia ceł w wysokości do 100 proc. wobec pięciu największych nabywców rosyjskiej ropy i gazu. Są wśród nich Chiny i Indie.

Projekt przewiduje też sankcje wobec Władimira Putina, przedstawicieli władz, oligarchów i sektora finansowego, a także uderza w rosyjską flotę cieni. Ustawa rozszerza również sankcje wobec Iranu - o dodanie tego zapisu apelował prezydent Donald Trump.

Po przyjęciu przez Senat projekt musi przejść przez Izbę Reprezentantów, której prace po letniej przerwie zostaną wznowione 31 sierpnia. Następny etap to podpisanie przez prezydenta, który sygnalizował w ostatnim czasie gotowość na taki krok.

Ustawę nazwano na cześć senatora Grahama, który był jednym z jej współautorów. Republikanin zmarł w lipcu. Na dzień przed śmiercią Graham ogłosił, że doszedł do porozumienia z Białym Domem - który przez ponad rok blokował jego inicjatywę - w sprawie poparcia dla tego projektu.



Ustawę nazwano na cześć senatora Lindseya Grahama, który był jednym z jej współautorów

Przegłosowanie ustawy przez Senat to od dawna wyczekiwane zwycięstwo zwolenników wsparcia dla Ukrainy w Kongresie - podkreślił „Washington Post”. Negocjacje na temat tej inicjatywy trwały półtora roku - zauważył dziennik.

Zadowolenie z przyjęcia projektu wyraził szef MSZ Ukrainy Andrij Sybiha. Minister napisał w serwisie X, że jest „wdzięczny za ten ważny krok, mający zwiększyć reżim sankcyjny względem rosyjskiego agresora”. „Wspólnie przybliżamy trwały pokój” - dodał.

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski napisał w mediach społecznościowych: „Jesteśmy bardzo wdzięczni Senatowi USA i wszystkim, którzy wspierają Ukrainę. Przyjęcie projektu ustawy autorstwa Lindseya Grahama dotyczącego sankcji wobec Rosji i Iranu z pewnością pomoże zwiększyć presję na agresora, by zakończyć tę szar-

loną rosyjską wojnę przeciwko naszej niepodległości i naszemu obywatelom”.

Zełenski podkreślił, że Ukraina docenia wsparcie, jakiego udzielają jej Stany Zjednoczone, obie partie i cały naród amerykański.

„Teraz, gdy Putin stawia swoją ostatnią kartę na przedłużanie wojny za pomocą pocisków balistycznych i gdy tak bardzo potrzebujemy rakiet do systemów Patriot, aby się bronić, niezwykle ważne są wszelkie sygnały poparcia dla ochrony życia oraz jak najszybszego zakończenia wojny” - oświadczył ukraiński prezydent.

Przewodnicząca Komisji Europejskiej Ursula von der Leyen również z zadowoleniem przyjęła głosowanie w Senacie USA.

„W ślad za 21. pakietem UE, z zadowoleniem przyjmuję przyjęcie przez Senat USA ustawy Grahama” - napisała von der Leyen na X. PAP

KALIFORNIA

Sześciolatek za kierownicą. Potrafił kobietę

Karolina Wrońska

Samochód kierowany przez sześciolatka uderzył w kobietę spacerującą z psem w Oakland, w Kalifornii. Kobieta doznała rozległych obrażeń i jest w stanie krytycznym.

Zgodnie z relacjami funkcjonariuszy, na które powołuje się stacja CBS News, dzieci w wieku sześciu i czterech lat znalazły kluczyki do samochodu, gdy ich rodzice spali, po czym

wyszły z domu i wsiadły do rodzinnej Toyoty. Kierowane przez sześciolatka auto najpierw otarło się o inny pojazd, następnie chłopiec stracił panowanie nad kierownicą i wjechał w 31-letnią kobietę przechodzącą wraz z psem przez oznakowane przejście dla pieszych.

Cytowani przez CBS News członkowie rodziny przekazali, że kobieta doznała rozległych obrażeń - ma krwawienia w mózgu, złamania kości twarzy oraz urazy wewnętrzne. Jej stan określany jest jako krytyczny, choć według bliskich zaczęła reago-

wać na proste polecenia. Dzieci trafiły do szpitala w stanie stabilnym.

Psem, którym zajmowała się Bowling, zaopiekował się weterynarz. Według CBS zwierzę wyzdrowieje.

Rodzina poszkodowanej zazna-czyła, że nie obwinia dzieci, bo były „zbyt małe, by rozumieć konsekwencje” swoich działań. W opinii ekspertów rodzice mogą jednak ponieść odpowiedzialność cywilną za dopuszczenie do sytuacji, w której dzieci uzyskały dostęp do pojazdu. PAP

ZWIERZĘTA DOMOWE

Wirus ptasiej grypy szybko mutuje i przenosi się na ssaki, w tym na koty. Jak je ochronić?

Agnieszka Romanowicz

Koty ze schronisk w całej Polsce zostały objęte nadzorem pod kątem występowania grypy ptaków. Przybywa ssaków, które zakaziły się tym wirusem.

Trwa „Krajowy program mający na celu nadzór nad zwierzętami pod kątem grypy ptaków”. Nasz region jest objęty jego działaniami i nie dotyczą one tylko ptaków, także kotów.

- W czerwcu 2023 r. do inspekcji weterynaryjnej napływały informacje o stwierdzeniu grypy u kotów - czytamy w uzasadnieniu Programu. - W 31 próbkach stwierdzono obecność materiału genetycznego wirusa HPAI podtypu H5N1.

Śmiertelność wyniosła 42 procent, a 48 procent chorych kotów poddano eutanazji.



FOT. EWELENA FUMKOWSKA

Kot nie powinien mieć kontaktu z dzikim ptactwem. Lepiej też nie podawać mu surowego mięsa drobiowego

- Mając na uwadze zachorowania zwierząt utrzymywanych przez człowieka oraz oszacowane przez Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności ryzyko zakażeń ludzi, urząd ten zalecił rozszerzenie i wzmocnienie nadzoru również w odniesieniu do ssaków, w szczególności zwierząt mięsożernych - wyjaśnia Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi.

- Ryzyko zakażenia się przez człowieka wirusami grypy pochodzenia od zwierzęcego ocenia się obecnie jako niskie - informuje Główny Inspektor Sanitarny. - Ale to nie znaczy, że ryzyko nie istnieje lub nie może się nagle pojawić. Bądźmy czujni.

Rozprzestrzenianie się grypy ptaków na ssaki wynika z nabywania przez wirusa (w

wyniku mutacji) cech adaptacyjnych dla ssaków.

W 2022 r. ptasia grypa rozprzestrzeniła się między norami na hiszpańskiej fermie. Od roku 2023 jej wystąpienie zgłoszono u fok w Stanach Zjednoczonych oraz lwów morskich w Peru i Chile. W 2024 r. odnotowano zakażenia na 47 fermach bydła mlecznego w USA.

Pierwsze przypadki zakażeń wirusem H5N1 kotów w Europie zanotowano wiosną 2006 r. w Niemczech na wyspie Rugia oraz w Austrii.

Nadzór nad kotami w Polsce pod kątem zakażenia grypą ptaków dotyczy kotów przebywających w schroniskach. To schroniska wybierają zwierzęta poddawane testom. W pierwszej kolejności są to koty po eutanazji lub padłe, zwłaszcza gdy miały objawy ze strony układu nerwowego i oddechowego. Schro-

niska muszą też powiadamiać powiatowego lekarza weterynarii o każdym przypadku padnięcia kota i przechowywać jego zwłoki do badań.

Najbardziej prawdopodobną drogą zakażenia kota ptasią grypą jest pokarm. Poinformował o tym na platformie X prof. Krzysztof Pyrc, wirusolog i lider Laboratorium Wirusologii w Małopolskim Centrum Biotechnologii Uniwersytetu Jagiellońskiego.

- Wskazuje na to nagłe pojawienie się wirusa u kotów wychodzących i niewychodzących w różnych częściach kraju oraz brak ognisk zakażeń z transmisją kot-kot - wyjaśnił wirusolog.

Ponadto analiza wirusa pobranego od chorego kota nie wskazywała na pojawienie się nowego szczepu wirusa grypy, który zakaża koty.

Z rozmów z właścicielami kotów badacze wywnioskowali,

że źródłem zakażenia mogło być surowe mięso. Otrzymali próbki mięsa, które jadły zwierzęta i w jednej z pięciu znaleźli wirusa.

Objawy ptasiej grypy, które właściciel może rozpoznać u kota to m. in.: apatia, zanik apetytu, brak reakcji na zawołanie, drgawki, duszności, gorączka, zapalenie spojówek.

Jak chronić kota przed ptasią grypą?

- Nie dopuszczać do kontaktu z dzikim ptactwem - zaleca Małgorzata Suder z Ośrodka Doradztwa Rolniczego w Modliszewicach. - Po jakimkolwiek kontakcie z ptactwem: dzikim lub gospodarskim (jaja, pióra, karmnik, poidelko, odchody, mięso) należy dokładnie umyć ręce. Lepiej też wstrzymać się z podawaniem kotu surowego mięsa drobiowego.

©

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

0011563986

Program „ORLEN. Energia Sąsiedztwa” rozstrzygnięty. 2 mln zł na rozwój lokalnych społeczności

Poznaliśmy wyniki drugiej edycji programu „ORLEN. Energia Sąsiedztwa” realizowanego przez ORLEN i Fundację ORLEN. Dofinansowanie otrzyma 71 inicjatyw przygotowanych przez organizacje społeczne, samorządy i instytucje lokalne. Łączny budżet programu wynosi 2 mln zł.

71 projektów z dofinansowaniem

Druga edycja programu spotkała się z dużym zainteresowaniem. Do Fundacji ORLEN wpłynęło **205 wniosków**. Po ocenie zgłoszeń **wybrano 71 projektów**, które otrzymają wsparcie. Maksymalna wartość pojedynczego grantu to **30 tys. zł**.

Jakie projekty otrzymały finansowanie?

Wśród zwycięskich projektów znalazły się m.in. szkolenia z pierwszej pomocy z wykorzystaniem technologii VR, społeczne ogrody deszczowe, programy wsparcia rodzin i seniorów, działania na rzecz zdrowia psychicznego oraz inicjatywy rozwijające kompetencje cyfrowe młodzieży. Wsparcie otrzymały także projekty integrujące mieszkańców poprzez sport, kulturę i aktywności międzypokole-



niowe. Wśród nich są m.in. działania uczące rozpoznawania dezinformacji, projekty wspierające osoby z niepełnosprawnościami, inicjatywy rozwijające lokalną odporność na sytuacje kryzysowe czy przedsięwzięcia zachęcające mieszkańców do wspólnego dbania o przestrzeń i środowisko naturalne.



Dla kogo jest program?

„ORLEN. Energia Sąsiedztwa” to program grantowy skierowany do społeczności żyjących w sąsiedztwie infrastruktury ORLEN. Jego idea jest wspieranie lokalnych inicjatyw, które odpowiadają na ważne potrzeby mieszkańców, rozwijają ich współpracę i pomaga-



ją budować silne, aktywne społeczności.

O dofinansowanie mogły ubiegać się m.in.:

- organizacje pozarządowe,
- jednostki samorządu terytorialnego, które chcą realizować projekty na rzecz społeczności żyjących wokół wybranych aktywów ORLENU.

„Program „ORLEN. Energia Sąsiedztwa” powstał po to, aby wspierać inicjatywy, które powstają blisko ludzi i odpowiadają na prawdziwe potrzeby lokalnych społeczności. Cieszy nas zainteresowanie 2. edycją programu oraz różnorodność zgłoszonych projektów. Dzięki przyznawaniu grantów mieszkańcy zyskują przestrzeń do wspólnego działania, rozwoju kompetencji i budowania silniejszych więzi społecznych. To dla nas bardzo ważne, szczególnie w miejscach, gdzie prowadzimy naszą działalność - mówi **Anita Cieślicka-Szczepaniak, Rzeczniczka ds. społeczności lokalnych w ORLENIE.**

Program wspiera projekty z obszarów takich jak edukacja, ochrona środowiska, zrównoważony rozwój oraz aktywizacja społeczna.

Miliony na działania społeczne

W 2025 roku Fundacja ORLEN przyznała granty 42 inicjatywom, przeznaczając na ich realizację blisko 1 mln zł. Druga edycja programu „ORLEN. Energia

Sąsiedztwa” to kolejny krok we wspieraniu pomysłów tworzonych przez mieszkańców i lokalne organizacje. Zwiększenie budżetu do 2 mln zł pozwoli zrealizować jeszcze więcej inicjatyw niż podczas pilotażowej edycji.

Tegoroczne projekty będą realizowane od 15 sierpnia 2026 roku do 31 marca 2027 roku.

AUTOPROMOCJA

Wtorek się liczy

Kup dziennik ze Strefą Biznesu

gs24.pl
gp24.pl
gk24.pl

DROBNE

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

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

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ
Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: ibo.polskapress.pl

Praca

ZATRUDNIĘ

FIRMA zatrudni opiekunki do pracy w Niemczech, 790-480-590

AUTOREKLAMA

SPORTOWY24

Sport to Wy

sportowy24.pl

REKLAMA

0111562220

FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.



Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m²,
powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

SZCZECIN

Żagle to święto morskiego miasta

Opr. Redakcja

Żagle 2026 w Szczecinie zapowiadają się jako jedno z największych wydarzeń tego lata. Ponad 30 żaglowców, koncerty znanych artystów, rejsy po Odrze, strefy atrakcji i widowiskowy pokaz dronów, tak będzie wyglądał program Żagli 2026. Impreza odbędzie się od 14 do 16 sierpnia w Szczecinie, a organizatorzy właśnie ujawnili najważniejsze atrakcje.

Choć pierwsze żaglowce zaczną przypluwać do Szczecina już w czwartek, 13 sierpnia, główny program wydarzenia rozpocznie się w piątek, 14 sierpnia. Na scenie głównej w ramach Eska Music Tour wystąpią: Chór Politechniki Szczecińskiej i zespół Voo Voo, Oskar Cymys, IRA oraz Dawid Kwiatkowski. Muzyczną atmosferę uzupełnią szczecińskie zespoły na scenie na Łasztowni. Sobotni wieczór należeć będzie do artystów młodego pokolenia. Na scenie głównej pojawią się Young Leosia, Kinny Zimmer, Blacha 2115 oraz Janusz Walczuk.

Miłośnicy morskich klimatów będą mogli odwiedzić



FOT. ORGANIZATORZY

Impreza na dobre rozkręci się w piątek 14 sierpnia, ale żaglowce przyplyną dzień wcześniej

także scenę szantową w Food Porcie na Łasztowni. W programie znalazły się koncerty zespołów EKT Gdynia, North Wind, IGA'cki Band oraz Męskiego Chóru Szantowego Zawisza Czarny. Nie zabraknie również warsztatów i pokazów tańca irlandzkiego przygotowanych przez zespół Sedina.

Podczas Żagli będzie można zwiedzać pokłady jednostek oraz wybrać się w rejs po Odrze. Do Szczecina przyplynie ponad 30 jednostek z Polski, Niemiec, Holandii

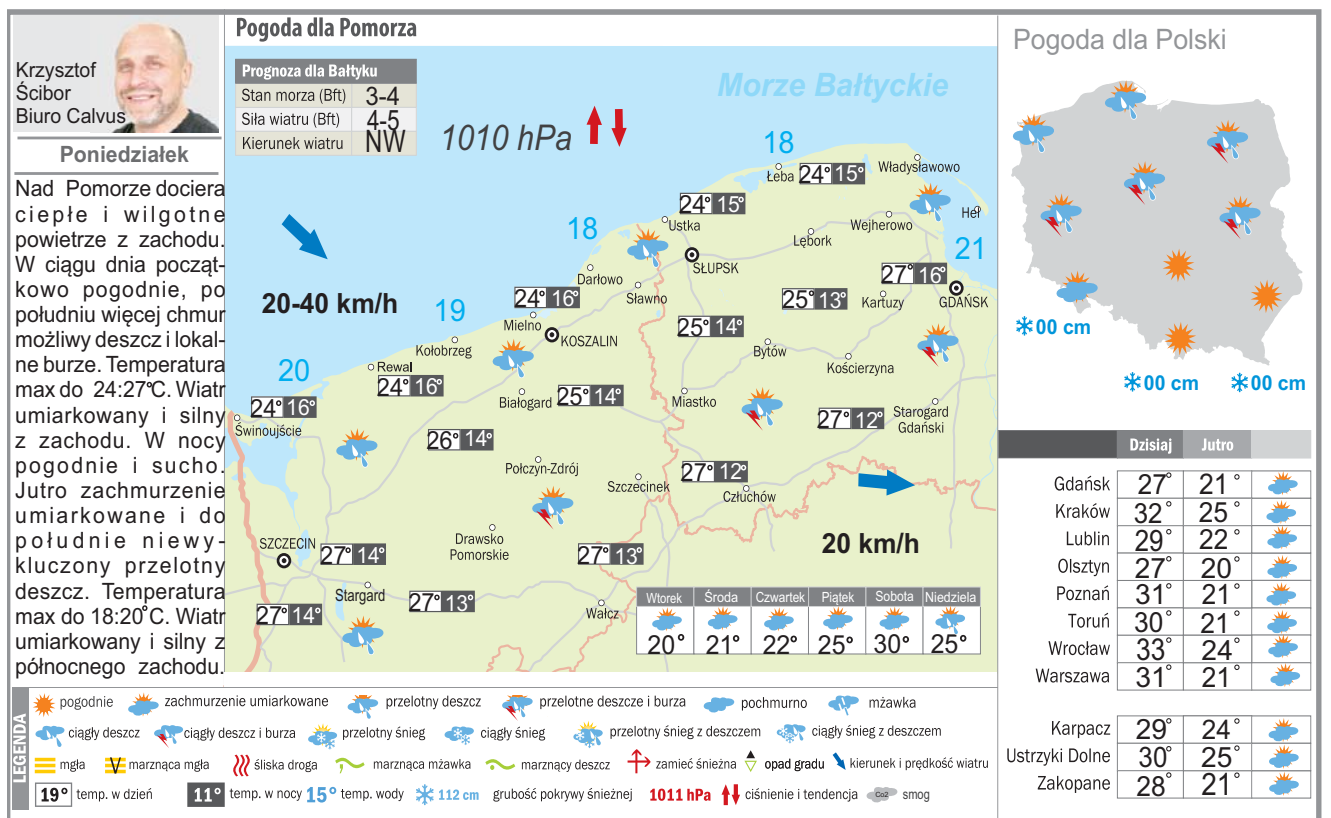
i krajów skandynawskich. Szczególnym gościem będzie obchodzący 100-lecie żaglowiec Baltic Beauty, dla którego podczas wydarzenia powstanie nowy galion rzeźbiony właśnie w czasie Żagli. Po raz pierwszy do Szczecina zawinie holenderski żaglowiec Minerva.

Po remoncie powróci także dobrze znana publiczności ORP Iskra, a miłośnicy historii będą mogli zobaczyć legendarny lodołamacz Stettin, zbudowany w 1933 roku właśnie w Szczecinie.

Dobrej zabawie będą towarzyszyć sportowe emocje. W sobotę rano nadodrzańskimi bulwarami pobiegną uczestnicy Biegu pod Żaglami, a na Jeziorze Dąbie rozegrane zostaną Regaty o Puchar Prezydenta Miasta Szczecin. Na Wyspie Grodzkiej będzie można spotkać zawodniczki Chemika Police i wspólnie z nimi wziąć udział w sportowych aktywnościach. Przez cały weekend na uczestników czekać będą liczne strefy tematyczne i rodzinne atrakcje. W strefie dziecięcej przy Pomniku Mickiewicza odbędą się warsztaty cyrkowe, spektakle, koncerty, animacje i zabawy. Na Łasztowni działać będzie Rodzinna Strefa pod Żaglami z animacjami ekologicznymi, aktywnościami sportowymi oraz strefą relaksu. Nie zabraknie również piana party, warsztatów artystycznych, pokazów, rodzinnych zabaw, lu-naparku oraz gastronomii. Jednym z widowiskowych punktów programu będzie IX Festiwal Orkiestr Dętych o Puchar Prezydenta Miasta Szczecin. Ulicami miasta przejdą orkiestry i mażoretki.

W piątkowy wieczór nad Wyspą Grodzką odbędzie się także pokaz dronów.

POGODA



TENIS

Iga Świątek nadal gra w Toronto. Dostała... przeprosiny od Ewy Woydyłło-Osiatyńskiej
str. 17

KOLARSTWO



FOT. SZYMON GRUCHAŁSKI

Kontrowersje wokół Katarzyny Niewiadomej. Polka w Tour de France musiała się bić o „pudło”
str. 16

LEKKOATLETYKA

Dziś początek mistrzostw Europy. W składzie Biało-Czerwonych jest Anastazja Kuś, złota medalistka juniorskich MŚ
str. 18

sport

W finale zawodów na Łotwie nasz reprezentant pokonał Brytyjczyka Roberta Lamberta, Australijczyka Brady'ego Kurtza i Kacpra Worynę



FOT. NUR PHOTO/EAST NEWS

Bartosz Zmarzlik wygrał w Rydze ósmą eliminację żużlowych mistrzostw świata. Obrońca tytułu samodzielnie prowadzi w cyklu Grand Prix *str. 16*

SPORTY SIŁOWE

Nigdy nie miałam sztangi w rękach

Tłuczące o siebie żelazne talerze, wychodzące na wierzch żyły. Takie obrazy rzadko bywają wizytówką kobiecej dyscypliny sportowej. Ale odrzućmy stereotypy i porozmawiajmy z Wiktorią Bobą, mistrzynią Polski w Trójboju Siłowym Klasycznym z 2024 roku.

Aleksander Luby

Trójbój Siłowy Klasyczny to dyscyplina sportowa, która, jak podpowiada nazwa, składa się z trzech ćwiczeń: przysiad ze sztangą, wyciskanie sztangi leżąc oraz martwy ciąg.

Chodzi o to, żeby w każdym boju nałożyć sobie jak najwięcej kilogramów na sztangę i zrobić jedno powtórzenie, przy zachowaniu poprawnej techniki. Ciężary z każdego ćwiczenia sumuje się do tzw. wyniku totalnego. Wygrywa osoba z największym.

...a panowie stoją i zazdroszą

Obecne życiówki Wiktorii Boby pokazują, o jakim poziomie siły rozmawiamy. Oficjalne wyniki uzyskane na zawodach to 127,5 kg w przysiadzie, 72,5 kg w wyciskaniu i 140 kg w martwym ciągu. Ale trójboistka nie przestaje dokładać talerzy. Podczas jednego z treningów udało jej się wycisnąć 75 kg. Wrzucając to wszystko na jedną wagę, zawodniczka dźwiga łącznie grubo ponad ćwierć tony. Przyznaję, że przyglądając się tym wynikom, nabawiłem się kompleksów. Zapytałem więc, czy inni mężczyźni też tak mają?

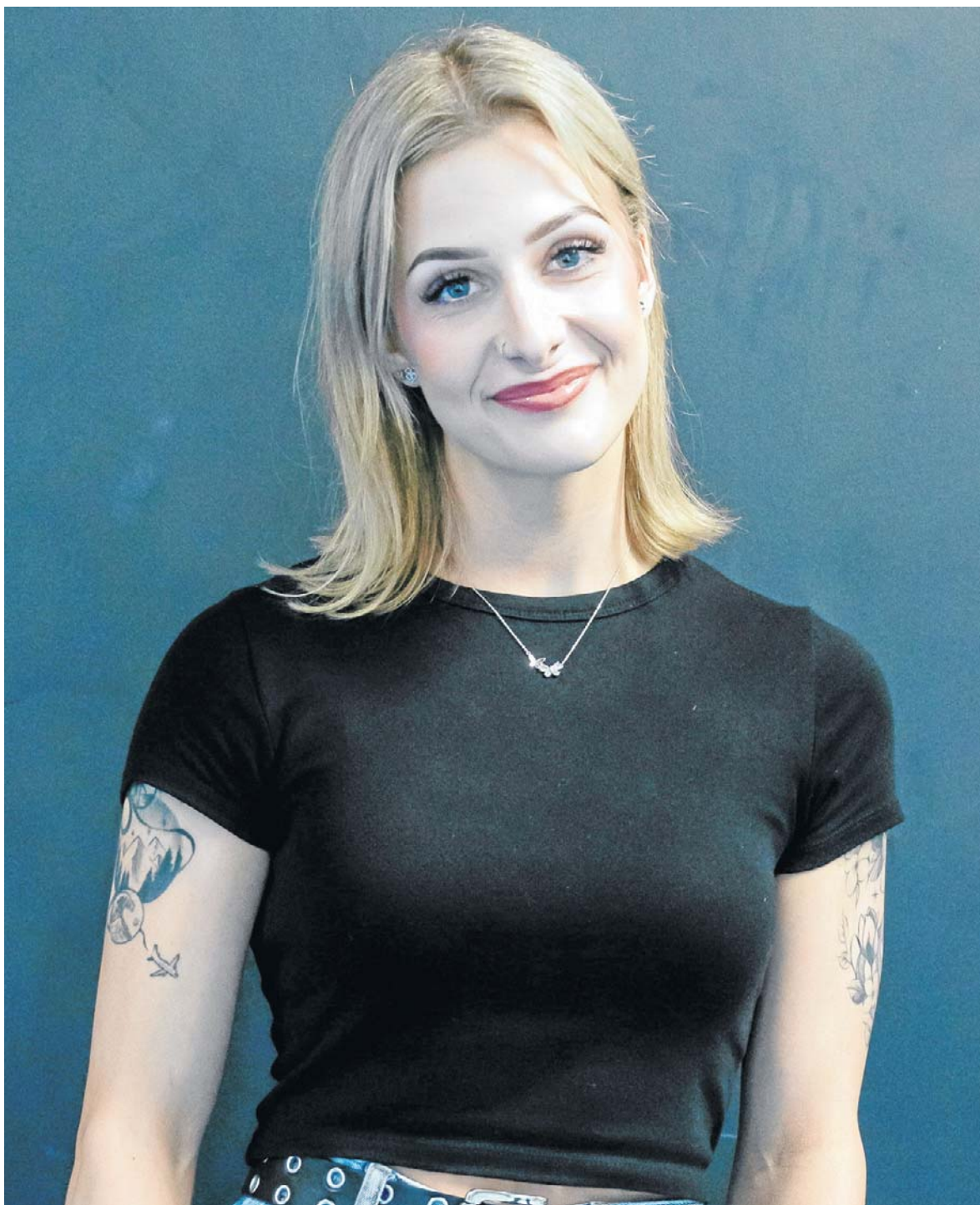
- Czasem może tak być - śmieje się Wiktoria. - Ale nie powinni, bo każdy kiedyś zaczyna i robi to, na co mu pozwala ciało. Jednak rzeczywistość zdarzyło się, że wyciskałam z panami na jednej ławce. Oni robili na przykład 50 kg, a ja zakładałam 60+. Patrzyli na mnie i mówili „dobrze, to my już skończyliśmy”. Po czym po prostu odchodzili.

Ale Wiktorii sport to jednak coś więcej niż narzędzie do wzbudzania zazdrości czy respektu wśród mężczyzn. - Trójbój to odskocznia od życia codziennego - wyjaśnia. - Daje mi przestrzeń, gdzie mogę być w pełni sobą. Dzięki niemu czuję, że robię w życiu coś fajnego. Każdy trening to nowe cele, nowe wyzwania. Z każdym treningiem jestem coraz lepsza.

Krew, pot i magnezja

I nie zrozumcie mnie źle. To nie jest tekst o dziewczynie, która od małego marzyła, by zostać mistrzynią. Przygoda Wiktorii rzeczywiście zaczęła się niewinnie, ale za chwilę się przekonacie, że to zupełnie inny rodzaj niewinności.

Kilka lat temu grupka znajomych zaproponowała jej dla żartu udział w zawodach. - Zaśmiałam się - przy-



Przygoda Wiktorii zaczęła się niewinnie, ale dziś to pełen profesjonalizm.

znaje. - Przecież nigdy w życiu nie miałam sztangi w rękach, jeżeli chodzi o wyciskania. Powiedziałam, że jeżeli mnie przygotują, to się na to pieszę.

Zart zrobił się poważny, gdy poprosiła trenera, z którym pracowała na jednej siłowni, żeby przygotował ją do zawodów. Takim sposobem Wiktoria stała się podopieczną Tomasza Dorniaka. Wystarczył rok dźwigania pod jego okiem, żeby trójboistka zdobyła wicemistrzostwo w 2023 roku. Zrozumiała wtedy, że tylko kilka talerzy dzieli ją od mistrzostwa. I udało się. Rok później przekonała się, że Wiktoria rzeczywiście znaczy zwycięstwo.

- Bardzo się ucieszyłam, ponieważ Mistrzostwo Polski było idealnym zwieńczeniem mojej kategorii, jeżeli chodzi o starty jako juniorka - wyjaśnia.

Gdy myślę o podnoszeniu setek kilogramów to widzę obraz przynajmniej jednej sztangi. Wiktoria uspokaja jednak, że trenując z głową i dbając o odpoczynek, można zminimalizować ryzyko kontuzji. Przy tej okazji zawodniczka ma jednak ważny apel do osób, które na poważnie myślą o dźwiganiu.

- Regularne wizyty u fizjoterapeuty bardzo dużo dają - mówi. - Ważne żeby znaleźć ukierunkowanego specjalistę, bo tak jak wiemy,

w dzisiejszych czasach jest bardzo dużo fizjoterapeutów, ale w trójboju potrzebujesz kogoś kto rozumie specyfikę tego sportu.

Kulisy sukcesu

Musiałem zapytać Wiktoria, czy na pewno mieszka w Szczecinie, gdy powiedziała mi, że należy do klubu KS Team Wrocław. Okazuje się, że obejmuje on zasięgiem całą Polskę. Można należeć do klubu niezależnie od miejsca zamieszkania. A czy jest taki klub w Szczecinie? - Niestety nie ma - odpowiada. - Fajnie by było, gdyby udało się tutaj stworzyć społeczność stricte trójbojową. Tego w Szczecinie zdecydowanie brakuje.

TSK nie znajduje się na okładkach magazynów sportowych, dlatego cierpią na tym portfele zawodników. Uczestnictwo w zawodach kosztuje około 300 zł, a na zwycięzców czekają głównie medale i koszulki. Ale główny cel to nie nagrody, ale możliwość reprezentowania Polski na zawodach międzynarodowych. Mimo przynależności do odległych klubów i problemów z finansowaniem, o tej dyscyplinie słyszymy coraz częściej. Frekwencja na zawodach to około 700 osób, z czego 200 to kobiety.

- Jak zaczynałam, to było zdecydowanie prostsze, żeby coś ugrać w tym sporcie. Teraz naprawdę trzeba bardzo mocno powalczyć, żeby coś zdobyć - tłumaczy.

Coraz większa konkurencja zmusza do jak efektywniejszych treningów. Kluczowa okazuje się regeneracja. Dlatego w tym roku ograniczyła udział z pięciu do dwóch zawodów, tych o największym ciężarze. To jak piłkarz odpuszczający mecze towarzyskie, żeby mieć więcej sił w spotkaniu o awans. Gdy inne sporty przyzwyczyły nas do ogromu godzin spędzonych na korcie, boisku czy hali sportowej, tutaj wygląda to inaczej - 3 razy w tygodniu po około 2-2,5 godziny. Co daje 6-7 godzin w skali tygodnia. Największym treningiem jest regeneracja. To tak jak w kuchni, trzeba dać potrawie robić się samej i jej nie przeszkadzać.

Zgodnie z tą zasadą Wiktoria ugotowała 3 miejsce na tegorocznych Akademickich Mistrzostwach Polski. Po tym sukcesie myślami krąży już wokół październikowej imprezy - Mistrzostw Polski. Już teraz życzymy połamania sztangi.

Nie będę ukrywał, że pod koniec rozmowy rozważałam za i przeciw zamiany dziennikarstwa na trójbój, więc zapytałem: jak rozpoznać czy mam predyspozycje?

- Przede wszystkim musiałabyś poczuć, że to jest to, czyli zacząć treningi i zobaczyć, się z tym czujesz - odpowiedziała. - Na pewno poleciłabym skorzystanie z porady trenera, który jest ukierunkowany na przygotowanie pod trójbój. Dlatego, że on będzie w stanie poprowadzić cię za rękę.

Nie pozostaje mi nic innego, jak spakować torbę i ruszyć na siłownię. Mam tylko nadzieję, że gdy stanę naprzeciw pustej sztangi nie spotkam na sali Wiktorii, która będzie chciała ćwiczyć na tym samym stanowisku. Z drugiej strony, każdy kiedyś zaczynał.

FOT. ARCHIWUM

PIŁKA NOŻNA / PKO EKSTRAKLASA

Pogoń buduje serię zwycięstw. Portowcy pokonali Motor 3:1

Pogoń Szczecin wygrała drugi mecz z rzędu. Pokonała u siebie Motor Lublin 3:1. Nerwowo zrobiło się w końcówce, ale Portowcy mieli na to odpowiedź.

Maurycy Brzykcy

Dwie zmiany trenera Oscara Garcii w pierwszym składzie. Szansę na skrzydle dostał Musa Juwara, a do jedenastki wskoczył Fredrik Ulvestad.

W 17. minucie Pogoń objęła prowadzenie. Nowy nabytek, Darko Churlinov, dopadł do piłki, która odbiła się od słupka (strzelał Keramitsis). Sędzia Szymon Marciniak, po analizie VAR, uznał gola. To był pierwszy domowy gol Portowców w tym sezonie. Od tego momentu inicjatywę przejęli goście i kilka razy w polu karnym Pogoni zrobiło się nerwowo.

W 39. minucie strzału z powietrza próbował Churlinov, któremu ładnie podał Juwara. To były jednak nieliczne wypadki Portowców, częściej przy piłce był Motor. Co z tego, skoro dużo skuteczniejsza była Pogoń. Znowu poszczęściło się ze stałego fragmentu gry (pierwszy gol padł po wyrzucie z autu). Zgranie Linusa Wahlqvista wykorzystał z bliska Attila Szalai. 2:0 to był bardzo dobry



Darko Churlinov (z prawej) z pierwszym golem w Pogoni

wynik, biorąc pod uwagę, że gospodarze oddali tylko dwa celne strzały przez 50 minut. Motor miał 7 uderzeń, ale bez konieczności interwencji bramkarza.

W 53. minucie Motor postraszył strzałem Fabio Ronaldo. Trener Garcia kilka chwil później wpuszczał na boisko Acostę oraz Filipa Cuicia. Pojawił się również Benjamin Mendy. Motor miał swój moment po kwadransie gry w drugiej połowie. Dwukrotnie musiał interweniować Co-

jocar. W 77. minucie swoją okazję miał Cuic - strzelił mocno obok słupka. W 80. minucie na boisku pojawił się Kamil Grosicki, wszedł również Hussein Ali.

W 90. minucie Motor nawiązał kontakt za sprawą gola Maka Aiko, jednak już po minucie kibiców uspokoił Acosta. Doskonale dograł mu Grosicki, dla którego to pierwsza asysta w tym sezonie. Pogoń wygrała po raz drugi z rzędu i chyba jest na fali wznoszącej.

- Nie zaczęliśmy tego meczu najlepiej - powiedział trener Garcia. - Z biegiem czasu byliśmy coraz lepsi z piłką. Nigdy nie jest łatwo bronić takiego prowadzenia, jakie mieliśmy. Gdy straciliśmy natomiast bramkę, to potrafiliśmy na tę sytuację szybko zareagować. Jesteśmy szczęśliwi, że udało się nam odnieść pierwszą wygraną przed kibicami w Szczecinie.

- Mogę obiecać, że nie pozwolę drużynie zmienić kierunku i być smutnym tylko dlatego, że dziś straciliśmy w ważnym momencie dwie bramki ze stałych fragmentów - dodał trener Motoru, Mariusz Misurek.

POGOŃ SZCZECIN - MOTOR LUBLIN 3:1 (2:0)

Bramki: Churlinov (17), Szalai (43), Acosta (90) - Aiko (90).

Pogoń: Cojocar - Wahlqvist, Keramitsis, Szalai, Borges (66 Mendy) - Juwara (80 Grosicki), Dzik, Ulvestad, Wojciechowski (57 Acosta), Čurlinov (57 Čuić) - Mukairu (80 Ali).

Motor: Popa - Bereszyski, Santos (64 Aiko), Plavotić, Luberecki - N'Diaye, Łęgowski, Simon (82 Meyer), Bourhane (82 Gregorski), Ronaldo (77 Lukoszek) - Czubak.

Widzów: 19 308.

PIŁKA NOŻNA

Szczecin zdobyty przez Górnika. Świt z trzecią porażką w trzecim meczu

Maurycy Brzykcy

Pierwsza porażka piłkarzy Pogoni Szczecin. Za nami też druga kolejka rozgrywek w III lidze.

Po pierwszym dobrym spotkaniu, przyszło to gorsze. W 2. kolejce Orlen Ekstraligi kobiet, mocno przebudowana przed sezonem Pogoń Szczecin przegrała u siebie z Górnikiem Łęczna 1:3. Jedyne goła dla gospodyń strzeliła Kateřina Kotrčová. Pogoń jest na 5. miejscu w tabeli.

Przed weekendowym spotkaniem 3. kolejki w Betclic II lidze Świt Szczecin wzmocnił doskonale znany w regionie, min. z gry przez wiele lat dla Pogoni Szczecin, Adam Frączczak. Światowcy grali na wyjeździe z rezerwami Legii Warszawa, gdzie Frączczak również występował. Niestety, Świt przegrał wysoko 0:5 i zanotował trzecią porażkę w trzecim meczu.

W gr. 2 III ligi rozegrano 2. kolejkę. W derbach Stargardu lepsi gospodarze z Kluczewii. Zwycięstwo zanotowała Flota Świnoujście, a Bałtyk Koszalin grał na boisku Wikędu Luzino. Długo

prowadził po голу Olivera Albińskiego, ale dał sobie wydechnąć zwycięstwo w ostatnich minutach meczu.

WYNIKI 2. KOLEJKI III LIGI:

Noteć Czarnków - Grom Nowy Staw 0:2, Elana Toruń - Gedania Gdańsk 2:2, Wda Świecie - Lipno Stęszew 2:1, Kluczewia Stargard - Błękitni Stargard 2:1 (Kaczorek 30, Balcewicz 63 - Starzycki 72), Lech II Poznań - Chemik Bydgoszcz 1:1, Polonia Środa - Victoria Września 1:0, Flota Świnoujście - Kotwica Kórnik 2:0 (Chromiński 7 i 55), Wikę Luzino - Bałtyk Koszalin 1:1 (Albiński 25).

TABELA III LIGI

1. Polonia Środa	2	6	4-0
2. Wikę Luzino	2	4	7-3
3. Lech II Poznań	2	4	6-3
4. Chemik Bydgoszcz	2	4	4-1
5. Gedania Gdańsk	2	4	7-5
6. Wda Świecie	2	4	3-2
7. Grom Nowy Staw	2	3	4-3
8. Unia Swarzędz	1	3	3-2
9. Flota Świnoujście	2	3	2-1
10. KKS 1925 Kalisz	1	3	1-0
11. Kluczewia Stargard	2	3	2-4
12. Elana Toruń	2	2	3-3
13. Błękitni Stargard	2	1	2-3
Lipno Stęszew	2	1	2-3
15. Bałtyk Koszalin	2	1	1-4
16. Noteć Czarnków	2	0	3-7
17. Victoria Września	2	0	2-6
18. Kotwica Kórnik	2	0	2-8

Patronat NASZEMIASTO.PL

0011563773

Znamy zwycięzców Tour de Pologne Junior 2026. Młodzi kolarze błyszczeli w finale w Zielonej Górze!

W Zielonej Górze dobiegła końca kolejna edycja Tour de Pologne Junior - Memoriału Mariana Więckowskiego. Młodzi adepti kolarstwa z kategorii Żak i Młodzik ścigali się na trasach w Koszalinie, Szczecinie i Zielonej Górze, rywalizując na tych samych odcinkach, co zawodowcy z UCI WorldTour na kilka godzin przed ich startem. Cykl organizowany przez Lang Team to dla młodzieży ważny krok w stronę zawodowej kariery, gdzie pierwsze sukcesy odnosili wcześniej m.in. Michał

Kwiatkowski i Katarzyna Niewiadoma.

- Tegoroczna edycja po raz kolejny pokazała ogromny potencjał i pasję najmłodszych. Trzy dni kapitalnej rywalizacji dostarczyły nam mnóstwa wzruszeń. To najlepszy dowód na to, że ten wyścig ma głęboki sens - podsumowała Agata Lang, dyrektor Tour de Pologne Junior.

Głos triumfatorów

Rywalizacja w cyklu charakteryzowała się dużą zmiennością liderów ze względu na punktową formułę wyścigu.

- Zwycięstwo w klasyfikacji generalnej kosztowało mnie mnóstwo sił. W Zielonej Górze było nerwowo, ale cieszę się, że uniknąłem kraks i przypieczętowałem wygraną. Moim marzeniem jest peleton WorldTouru - skomentował Aleks Skowroński, triumfator w kategorii Młodzik. Z kolei Weronika Sieradzka zdominowała rywalizację dziewcząt: - Wyścig zaczęłam od drugiego miejsca w Koszalinie, ale już w Szczecinie objełam prowadzenie. Zwieńczeniem udanego startu było etapowe zwycięstwo w Zielonej Górze oraz końcowy triumf we wszystkich klasyfikacjach.

Zwycięzcy klasyfikacji generalnej ORLEN:

Młodzik: Aleks Skowroński (Klub Kolarski TARNOWIA)

Młodziczka: Weronika Sieradzka (UKS KOŹMINIANKA KOŹMINEK)

Żak: Mikołaj Stokłos (GKK Stawiguda)

Żakini: Hanna Czodrowska (GKK Stawiguda)

Klasyfikacja Najaktywniejszy WOJANEK

Młodzik: Oliver KUJAWA (Klub Kolarski TARNOWIA)

Młodziczka: Weronika SIERADZKA (UKS KOŹMINIANKA KOŹMINEK)

Żak: Mikołaj STOKŁOS (GKK Stawiguda)

Żakini: Anna SZCZEPAŃSKA (Gminy LKS w Jaworzynie Śląskiej)

Klasyfikacja Punktowa LANG TEAM

Młodzik: Oliver KUJAWA (Klub Kolarski TARNOWIA)

Młodziczka: Weronika SIERADZKA (UKS KOŹMINIANKA KOŹMINEK)

Żak: Mikołaj STOKŁOS (GKK Stawiguda)

Żakini: Hanna CZODROWSKA (GKK Stawiguda)

W klasyfikacji drużynowej zwyciężył COPERNICUS TORUŃ.

Rodzinne święto kolarstwa

Finałowi w Zielonej Górze towarzyszyły atrakcje w strefie Wojanek On Tour. Licznie zgromadzeni kibice i rodziny mogli brać udział w konkursach oraz zabawach ruchowych promujących aktywny tryb życia. Organizatorzy składają podziękowania Sponsorowi Głównemu Tour de Pologne Junior - firmie ORLEN, Partnerom Wyścigu - marce Wojanek, PZU i Grupie Transportowej, a także Sponsorom Wspomagającym: Quest, Toyota z Radości, Studio 55, Cisowianka, Cofidis, DAX Sun oraz Politechnice Koszalińskiej za nieocenione wsparcie w organizacji wydarzenia.

Tour de Pologne Junior
Memoriał Mariana Więckowskiego

ORGANIZATOR



PATRONAT HONOROWY



SPONSOR GŁÓWNY



PATRONI MEDIALNI



PARTNERZY



03.08 KOSZALIN | 04.08 SZCZECIN | 05.08 ZIELONA GÓRA

PKO EKSTRAKLASA

Legia wyhamowała, za to Górnik jest w wielkiej formie

Weekend pełen wrażeń dostarczyła nam PKO Ekstraklasa za sprawą 3. kolejki, która została okrojona o dwa przełożone spotkania

Jacek Czaplewski

Pierwsze punkty zgubiła liderująca dotąd Legia Warszawa i to akurat w dniu 52. urodzin swojego trenera Marka Papszuna. Jak łączyć ligę z występami w europejskich pucharach pokazał natomiast Górnik Zabrze. Jeśli w czwartek w rewanżu eliminacji Ligi Europy z Ferencvarosem zagra tak samo jak w Radomiu – to o odwrócenie losów i tym samym awans do kolejnej fazy kibice KSG powinni być spokojni.

Zakończona już seria gier (w poniedziałek nie ma meczu) wystartowała nietypowo, bo w piątek od wieczornego spotkania o godzinie 20:30. Na wypełnionych po brzegi trybunach stadionu przy Reymonta zagrały imienniczki: Wisła Kraków czyli drużyna beniaminka i Wisła Płock, która w zeszłym roku pełniła tę rolę, zaskakując nas wtedy regularnym punktowaniem. Teraz po rewolucji kadrowej chce dolożyć bardziej efektowną grę.

Momenty faktycznie w tym ciekawym meczu były. Wynik został ustalony przed przerwą. Biała Gwiazda zgarnęła całą pulę. Czwartego gola strzelił dla niej w tym sezonie Jordi Sanchez. Swojego pierwszego w PKO Ekstraklasie ma też król strzelców Betcllic 1 Ligi, Angel Rodado, którego sprzymierzeńcem okazał się rykoszet. Jego drużyna bez wątpienia jeszcze namiesza.

Ponownie mocną jedenastkę stworzył Górnik. U trenera Michała Gasparika w wygranym meczu z Radomiakiem błysnęli nowi gracze. Zachwycił Peter Gonzalez nazywany przez szatnię „Piotrusiem”. To on zdobył dwie bramki z gry przedzielone



FOT. OLHA ILKEVOCH

W Radomiu Górnik pokazał, że można udanie łączyć ligę z pucharami

trafieniem – również debiutanckim – Kacpra Urbańskiego z rzutu karnego. Reprezentant Dominikany dał już świetne zmiany z Fenerbahce i Ferencvarosem, ale konkrety przyszły w lidze. Absolwent akademii Realu Madryt ma papiery na wielkie granie. Wicemistrzowie Polski znaleźli go na zapleczu La Ligi.

Lepsze czasy nastały w Pogoni Szczecin. Trener Oscar Garcia wspierany pierwszy raz z trybun przez rodziców, żonę i córkę znalazł sposób na Motor Lublin. Debiutancką bramkę zdobył Darko Churlinov, którego klub wygrał w ostatniej chwili bój z Widzewem. Rywale z Lubelszczyzny tuż przed doliczonym czasem złapali kontakt, lecz błyskawicznie, bo po sekundach mecz zamknęli zmiennicy: podał Kamil Grosicki, trafił Kelyn Acosta. Portowcy z sześcioma punktami po trzech występach zanotowali lepszy start niż rok temu – wtedy na tym samym etapie mieli bowiem cztery oczka.

Wyhamowała Legia. Stołeczna drużyna nie wygrała 7. raz z rzędu za kadencji Marka Papszuna i zarazem trzeci w tym sezonie. Dlaczego? Bo spuściła z tonu po przerwie. Wtedy pozwoliła Koronie złapać wiatr w żagle, czego efektem okazała się wyrównująca bramka Mariusza Stępińskiego – gracza, który dubletem załatwił ją na początku roku przy Ł3.

Sobotni mecz obfitował w kontrowersje. Sędzia Jarosław Przybył nie zdecydował się na podyktowanie jedenastki dla Korony przy stanie 0:1, chociaż Robert Deziel Jr. faktycznie został trafiony w rękę. Po ostatnim gwizdku trener Jacek Zieliński ruszył z pretensjami do arbitra... Korona po ugraniu pierwszego punktu ma prawo odczuwać niedosyt. W Legii jest podobnie. Wkrótce ogłoszony zostanie w niej transfer napastnika Jana Kuchty ze Sparty Praga. To on ma grać zamiast krytykowanego Milety Rajovicia, który w Kielcach zaczął jako rezerwowy.

3. KOLEJKA EKSTRAKLASY

WISŁA KRAKÓW - WISŁA PŁOCK 2:1

Bramki: Rodado 14, Sanchez 36 - Hamulić 28

RADOMIAK RADOM - GÓRNIK ZABRZE 1:3

Bramki: Wolski 67 - Peter Federico 28, 64, Urbański 45+4

POGOŃ SZCZECIN - MOTOR LUBLIN 3:1

Bramki: Churlinov 17, Szalai 43, Acosta 90 - Aiko 90

KORONA KIELCE - LEGIA WARSZAWA 1:1

Bramki: Stępiński 70 - Zjawirski 28

GKS KATOWICE - WIECZYSTA KRAKÓW PRZEŁOŻONY

RAKÓW CZĘSTOCHOWA - ZAGŁĘBIE LUBIN PRZEŁOŻONY

TABELA PKO BP EKSTRAKLASY

1. Legia Warszawa	3	7	5-2
2. Górnik Zabrze	2	6	5-2
3. Pogoń Szczecin	3	6	5-2
4. Jagiellonia Białystok	2	6	3-1
5. Wisła Kraków	3	6	7-6
6. Lech Poznań	2	4	2-1
7. Wisła Płock	3	4	3-3
8. GKS Katowice	2	3	4-3
9. Śląsk Wrocław	2	3	3-3
10. Zagłębie Lubin	2	3	3-3
11. Piast Gliwice	2	3	4-5
12. Radomiak Radom	3	3	4-7
13. Widzew Łódź	2	2	2-2
14. Korona Kielce	2	1	1-2
15. Cracovia	2	1	0-2
16. Motor Lublin	3	1	4-7
17. Raków Częstochowa	2	0	2-4
18. Wiczysta Kraków	2	0	2-4

Program 4. kolejki

Piątek 14.08

Legia Warszawa - Radomiak Radom (godz. 20.30)

Sobota 15.08

Zagłębie Lubin - Śląsk Wrocław (godz. 14.45)

Piast Gliwice - Wiczysta Kraków (godz. 17.30)

Widzew Łódź - Korona Kielce (godz. 20.15)

Niedziela 16.08

Motor Lublin - GKS Katowice (godz. 14.45)

Cracovia - Raków Częstochowa (godz. 17.30)

Górnik Zabrze - Wisła Kraków (godz. 20.15)

Wisła Płock - Lech Poznań (godz. 20.15)

Jagiellonia Białystok - Pogoń Szczecin przełożony

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

4 gole

Jordi Sanchez (Wisła Kraków)

2 gole

Marko Bozić (Wisła Kraków)

Peter Federico Gonzales (Górnik Zabrze)

Nik Prelec (Jagiellonia Białystok)

Łukasz Zjawirski (Legia Warszawa)

BOHATER WEEKENDU

Peter Federico Gonzales

(Górnik Zabrze)

Niesamowite wejście do zespołu wicemistrzów Polski notuje ten wychowanek Realu Madryt reprezentujący Dominikanę. Po udanych zmianach w meczach w europejskich pucharach pojawił się w wyjściowej jedenastce w wyjazdowym spotkaniu z Radomiakiem Radom. Gonzalez dobył dwie zwycięskie bramki, bezlitośnie wykorzystując wpadki obrońcy gospodarzy Adriana Diegueza. W szatni, po drugim z rzędu zwycięstwie w lidze w tym sezonie, koledzy długo fetowali wyczyn swojego nowego bohatera w drużynie.



FOT. PAP

ECHA SPOD SZATNI

Papszun: Jesteśmy niepokieszeni. Zieliński: Karny był ewidentny...

Bartosz Głęb

Legia Warszawa wciąż pozostaje niepokonana od kwietnia, a w 2026 roku poniosła tylko 2 porażki. Trener Marek Papszun po sobotnim remisie w Kielcach z Koroną podkreślił jednak, że nie jest zadowolony z wyniku.

Rezultat mógłby być jeszcze gorszy, gdyby sędzia podyktował rzut karny dla Złocisto-Krwistych, który nie tylko fanom wydawał się ewidentny.

Legia w nowym sezonie PKO Ekstraklasa po 3 kolejkach ma na swoim koncie dwa zwycięstwa oraz remis. W sobotę stołeczna drużyna po emocjonującym meczu wywiozła punkt ze starcia z mającą duże apetyty Koroną.

Jesteśmy niepokieszeni wynikiem, bo prowadziliśmy i powinniśmy dowieść zwycięstwo. Nie zrobiliśmy tego i wracamy z jednym punktem. Gdy wyjazd zaczyna się od strzelenia bramki, będąc już dojrzałym zespołem, trzeba taki mecz wygrać. Pierwsza połowa była

pod naszą kontrolą. Korona miała jedną sytuację, my strzeliliśmy i wydawało się, że to mecz do zapamiętania – mało okazji, niewiele się działo. W drugiej połowie tej kontroli już nie mieliśmy, za mocno oddaliśmy inicjatywę, Korona doprowadziła do remisu. Cóż, taki jest futbol: wracamy z jednym punktem i szukamy się do kolejnych spotkań – powiedział na pomeczowej konferencji prasowej Papszun.

Korona doprowadziła do wyrównania w 70. minucie. Złocisto-Krwisci mogli jednak wyrównać pod ko-

niec pierwszej połowy, kiedy to po uderzeniu Morgana Fassbendera piłka trafiła w rękę Roberta Deziela Jr., będącego we własnym polu karnym. Prowadzący to spotkanie Jarosław Przybył nie zdecydował się jednak wskazać na „wapno”.

Sytuacja była dość dynamiczna. Zawodnik Korony oddał strzał. Odległość między nim a obrońcą była bliska. Piłka trafiła w naturalnie ułożoną rękę. W mojej ocenie nie poszerzała obrysu ciała. Wstrzymałem grę, bo piłka wyszła na rzut rożny. VAR potwierdził mi, że sytuacja zo-

stała sprawdzona, zweryfikowana i karnego nie ma – wytłumaczył 50-letni arbiter w rozmowie z reporterem Canal+ Sport.

Wynik nie satysfakcjonuje żadnej ze stron. Trener Jacek Zieliński po meczu także nie miał wątpliwości: – Bardziej ewidentnego karnego ja już dawno nie widziałem – grzmiał.

Nie ma się co dziwić rozgoryczeniu szkoleniowca, gdyż jego drużyna w tym sezonie zdobyła tylko punkt, a potencjał ma spory. A oczekiwania są jeszcze większe...

PIŁKA NOŻNA

Bayer: Ekstraklasa potrzebuje sukcesów w Europie

Jacek Bayer, pierwszy reprezentant Polski w dziejach Jagiellonii Białystok i legenda klubu z Podlasia wierzy, że do fazy ligowej europejskich pucharów w obecnej edycji awansuje kilku przedstawicieli ekstraklasy

Rozmawiał Jaromir Kruk

Jagiellonia czy Glasgow Rangers?

Jagiellonia zrobiła u siebie dobry początek i jest w stanie wyrzucić z Ligi Europy Rangersów. Linia obrony szkockiego zespołu wygląda jak wygląda, na rewanż ktoś ma dojść, ale drużyna Adriana Sieniacka dysponuje atutami pozwalającymi jej rozmontowywanie. Szkoda, że nie udało się w pierwszym starciu wygrać wyżej, ale samo zwycięstwo nad taką dużą marką odbiło się szerokim echem. Dzisiejsza Jagiellonia to zespół bez kompleksów, widać, że pewności siebie dodały jej konfrontacje z Fiorentiną. W Glasgow gospodarze dostaną wsparcie kibiców, będą próbowali stłamsić Jagę starymi fragmentami – wolnymi, rogami, autami, lecz dadzą też miejsce do kontrataków. A w szybkich wypadach nasz zespół czuje się bardzo dobrze.

Kajetan Szmyt może znów zrobić różnicę?

To kolejne odkrycie Jagiellonii. Bardzo fajnie oglądało się Kajtkę, jak radził sobie z piłkarzami Rangersów. On jest przygotowany mentalnie do gry na takim poziomie i w Białymstoku wyręczył Jesusa Imaza, w zasadzie go poprawił, dobijając jego strzał na 2:1. Szacunek dla Jagi, że się podniosła, choć straciła na wstępie gola i to był samobój. Widząc jednak w akcji Norberta Wojtuszka raduje się serce. Sprowadzenie go do Białegostoku to sukces skautów, chłopak dynamicznie się rozwija i nie dość, że dobrze broni, to jest niebezpieczny w ofensywie. Inter-



Jacek Bayer: Jagiellonia zrobiła u siebie dobry początek i jest w stanie wyrzucić Rangersów z Ligi Europy

ują się nim kluby zagraniczne i może przenieść się wkrótce do mocnej ligi. Takie nadzieje robi sobie również, słuszenie, Sławek Abramowicz. Broni świetnie, a na transfer spokojnie może poczekać i zmienić pracodawcę po tym sezonie, który zaczął imponująco. Udana występy w europejskich pucharach, awans do Ligi Europy pomogłyby poszczególnym piłkarzom w promocji, i całemu klubowi też. Wszyscy zdajemy sobie sprawę z wagi rewanżu w Glasgow.

Górniki Zabrze jest w stanie odrobić straty z Ferencvarem?

Widziałem Górnika jak grał w rewanżu z Fenerbahce, postraszyl tureckiego giganta i zademonstrował dobry, odważny futbol.

W spotkaniu z Radomiakiem trener Gasparik dokonał paru roszad, dał kilku ważnym zawodnikom odpocząć. Moim zdaniem Górnik jest w stanie odrobić straty z Węgiem w rewanżu, a kluczem jest zdecydowana poprawa skuteczności. To samo tyczy się też, prócz kwestii mentalnych, Lecha. Poznaniacy z Klaksvik wymęczyli zwycięstwo 1:0, widać, że w głowach siedzi im wpadka z Aarhus. Mam nadzieję, że najgorsze mistrzowie Polski mają już za sobą i przebiją się do Ligi Europy. I nie będą tam jedynym reprezentantem ekstraklasy. Nasza liga się rozwija, ale potrzebuje sukcesów w Europie.

Raków z Hammarby i GKS Katowice z Hapoel Tel Aviv nie strzeliły goli

w pierwszych meczach. Poprawi się to w rewanżach?

Raków to, póki co, wielka wiadomość. Po odejściu Jonathana Brunesa i innych ważnych piłkarzy trzeba przebudowywać skład. Na razie nieźle gra Patryk Makuch i – skoro nie zdobył gola w Częstochowie – jest w stanie tego dokonać w Szwecji. Hammarby to rywal w zasięgu Rakowa, trudniej będzie mieć GKS Katowice. Na Węgrzech z Hapoel zespół Rafała Góraka popełniał błędy przy wyprowadzaniu piłki, stracił kuriozalne bramki, jakościowo ustępował przeciwnikowi z Izraela. Dużo by się musiało zmienić w drugim spotkaniu, co – jak to w piłce nadziei nie można porzucić, poprzeczka jest jednak zawieszona bardzo wysoko. Nie podoba mi się przekładanie meczów pu-

charowiczów, jak Zbigniew Boniek uważam, że powinni grać w ekstraklasie w wyznaczonych wcześniej terminach. Ciągłe przesuwanie, odwoływanie zaburza płynność rozgrywek, które są naprawdę bardzo ciekawe.

Nie występując w Europie, Legia ma większe szanse na tytuł mistrza Polski?

Legia dobrze wystartowała, ale w Kielcach miała dużo szczęścia. Oglądając na żywo Koronę w Białymstoku, zauważyłem, że ma ciekawy skład i bardzo silną linię pomocy z bardzo ruchliwym Patrikiem Hellebrandem. Czech się rozkręca i daje zespołowi Jacka Zielińskiego dużo jakości. Słyszałem, co mówił Jacek po remisie z Legią. Odczuwał niedosyt. Koronie należał się rzut karny, ale w piłce nożnej bywa tak, że raz los coś zabierze, raz da, a dobra gra się obroni. Korona podąża w dobrym kierunku, w Kielcach nie ukrywa się pucharowych aspiracji, a że takich klubów jest więcej – to dobrze dla całej ekstraklasy. Kiedyś, gdy grałem, nawet nie myślałem, że mecze na najwyższym poziomie w Polsce będą się odbywać na tak pięknych obiektach, przy takiej widowni, i tak wspinały będzie przekaz w telewizji. Nasze czasy też miały swój urok, ale dziś piłkarzom niczego nie brakuje. PKO Ekstraklasa jest cudownie opakowana, a najlepszą promocją dla niej będą w tym sezonie występy klubów w Lidze Europy. Lechowi nie udało się osiągnąć Ligi Mistrzów, ale Liga Europy dwóch, trzech polskich klubów to byłoby coś! Bo udział w Lidze Konferencji to już wręcz nasz obowiązek...

LIGI ZAGRANICZNE

Lewandowski już strzela. Kiedy sezon rozpoczną pozostali nasi piłkarze?

Jakub Jabłoński

Powoli zbliża się nowy sezon w najsilniejszych ligach, a wraz z nim mecze z udziałem reprezentantów Polski. Lewandowski wyjątkowo rozpoczął grę wcześniej niż pozostali, ponieważ tego lata przeniósł się za wielką wodę.

Najwcześniej weszli polscy piłkarze grający za oceanem, na czele ze świeżo przetransferowanym Lewandowskim. Były napastnik FC

Barcelony od końcówki czerwca broni barw Chicago Fire. Kapitan reprezentacji Polski został ogłoszony niemal po cichu, bez szaleństwa, gdy najsilniejsze reprezentacje globu walczyły na MŚ.

Lewandowski zdążył rozegrać cztery mecze. Zadebiutował przeciwko Interowi Miami, w którego składzie zabrakło odpoczywającego po finale mundialu Leo Messiego. Napastnik, który 21 sierpnia skończy już 38 lat, nie wpisał się na listę strzelców, a na pierwsze gole musiał poczekać do swojego trzeciego wy-

stępu. Po drodze zaliczył bezbarwny występ przeciwko New York City, a dopiero dubletem okraślił swój występ z Charlotte FC.

Tyle samo goli co Lewandowski w ostatnim czasie w MLS strzelił inny reprezentant Polski - Mateusz Bogusz. Pomocnik występujący w Houston Dynamo dwukrotnie pokonał bramkarza Austin FC.

W sobotę sezon rozpoczęli Polacy występujący w 2. Bundeslidze. Po jednym trafieniu mają już Mateusz Żukowski z Magdeburga oraz David Kopacz z VfL Osnabrück.

Pierwszy trafił honorowo w meczu z Eintrachtem Brunzswik, a drugi z dystansu zaskoczył spadkowicza z Bundesligi Heidenheim. W obu przypadkach musieli zadowolić się jedynie trafieniami, bo ich drużyny przegrały.

Do nowej kampanii gotowe jest już polskie trio z FC Porto - Jakub Kiwior, Jan Bednarek i Oskar Pietruszewski - które sięgnęło już po Superpuchar Portugalii, a wczoraj zaczęło walkę w lidze. Ponadto - rywalizować z nimi będzie nowy piłkarz Benfiki Jakub Kamiński.

Z Półwyspu Apenińskiego napłynęły wreszcie bardzo dobre informacje - Arkadiusz Milik nie został skreślony przez Juventus. Mało tego, Polak jest przymierzany nawet do występów w podstawowym składzie.

Kiedy startują najsilniejsze europejskie ligi?

Liga Portugal - 7 sierpnia
La Liga - 15 sierpnia
Premier League - 21 sierpnia
Ligue 1 - 21 sierpnia
Serie A - 22 sierpnia
Bundesliga - 28 sierpnia

ŻUŻEL

Nasz mistrz wygrał w Rydze i jest liderem cyklu Grand Prix

Na Łotwie, w finale 8. eliminacji żużlowych mistrzostw świata Bartosz Zmarzlik pokonał Roberta Lamberta, Brady'ego Kurtza i Kacpra Worynę

Zbigniew Czyż

Sześciokrotny mistrz świata Zmarzlik po raz trzeci wygrał turniej w Rydze i dwie rundy przed zakończeniem cyklu GP ma cztery punkty przewagi nad Kurtzem. Warto dodać, że Patryk Dudek zajął piąte miejsce, a Dominik Kubera zrezygnował ze startu z powodu kontuzji odniesionej w meczu ligi duńskiej.

Przed rokiem w stolicy Łotwy triumfował Kurtz, a Zmarzlik zajął czwarte miejsce. Obaj do końca walczyli o tytuł mistrza świata, a lepszy – zaledwie o jeden punkt – okazał się Polak. Także w tym sezonie ta dwójka przewodzi rywalizacji, a z realnymi szansami na medal pozostaje także Lambert. I właśnie ci trzej żużlowcy okazali się najlepsi w Rydze, a stawkę finału uzupełnił Woryna, niespodziewany zwycięzca pierwszego turnieju GP w Landshut.

Zmarzlik i Lambert okazali się najlepsi w rundzie zasadniczej i uzyskali bezpośredni awans do finału. Świetnie spisujący się Kurtz w swoim ostatnim wyścigu niespodziewanie nie zdobył żadnego punktu i o awans do czołowej czwórki musiał rywalizować w biegu ostatniej szansy. Wygrał go, podobnie jak po chwili Woryna, który wyprzedził m.in. Dudka.



Bartosz Zmarzlik świetnie czuje się w koszulce lidera cyklu Grand Prix

W finale Zmarzlik nie dał rywalom żadnych szans i pewnie wygrał, odnosząc 31. zwycięstwo w turnieju GP w karierze. Po niezłym starcie Kurtz popełnił błąd i został wyprzedzony przez Lamberta, a Woryna nie liczył się w walce o podium.

Do zakończenia sezonu pozostały zawody w duńskim Vojsens (12 września) i Toruniu (26 września).

WYNIKI GRAND PRIX ŁOTWY

1. Bartosz Zmarzlik (Polska) - 20 pkt
2. Robert Lambert (W. Brytania) - 18
3. Brady Kurtz (Australia) - 16

4. Kacper Woryna (Polska) - 14
5. Patryk Dudek (Polska) - 12
6. Andrzej Lebień (Łotwa) - 11
7. Jason Doyle (Australia) - 10
8. Max Fricke (Australia) - 9

Czołówka klasyfikacji po ośmiu turniejach:

1. Bartosz Zmarzlik (Polska) 129 pkt
2. Brady Kurtz (Australia) 125
3. Robert Lambert (W. Brytania) 119
4. Michael Jepsen Jensen (Dania) 88
5. Patryk Dudek (Polska) 81
6. Kacper Woryna (Polska) 78
7. Leon Madsen (Dania) 72
8. Max Fricke (Australia) 71
- ...
14. Dominik Kubera (Polska) 31

SKOKI NARCIARSKIE

LGP. Kot i Twardosz najlepsi z Polaków. Maciusiak i Tomasiak zostali w kraju

Zbigniew Czyż

Maciej Kot zajął 15. miejsce, najlepsze z Białą-Czerwonych w sobotnim konkursie skoków narciarskich Letniej Grand Prix, które odbyły się we francuskim Courchevel.

Tylko dwóch z pięciu Polaków awansowało do drugiej serii tych zawodów. Kot skoczył 119 m i 123,5 m, otrzymując notę 235,8 pkt. Zniszczył zdobył 218,2 pkt po skokach na 120 m i 114 m, co ostatecznie dało mu 24. pozycję. Jakub Wolny zajął 38. lokatę, Klemens Joniak - 50., a Kamil Waszek - 60.

Konkurs wygrał Austriak Daniel Tschofenig, który uzyskał 130 m i 129,5 m, co dało mu łącznie 271,8 pkt. Drugi Philipp Raimund skoczył 129 m i 131 m, tracąc do zwycięzcy 1,7 pkt. Strata trzeciego Naoki Nakamury po skokach na 128 m i 124,5 m, wyniosła cztery punkty. Tuż za podium uplasował się Austriak Maximilian Ortner.

Pod wodzą Horngachera

Do Courchevel z polską kadrą udał się Stefan Horngacher, który w maju został zatrudniony w Polskim Związku Narciarskim na stanowisku koordynatora systemu szkolenia. Podpisany przez niego kontrakt jeszcze za prezesury Adama Małysza obowiązuje przez cztery lata, do 2030 roku. Od czerwca szefem PZN jest Apoloniusz Tajner.

We Francji Horngacherowi towarzyszyli Krzysztof Biegun oraz były trener polskich skoczków, a w ostatnim sezonie indywidualny szkoleniowiec Kamila Stocha, Michał Doleżał. Na weekendowe zawody nie pojechał trener kadry Maciej Maciusiak, który pozostał w Pol-

sce na treningach z Dawidem Kubackim, Pawłem Wąskiem, Piotrem Zylą i Kacprem Tomasiakiem.

Po trzech konkursach liderem klasyfikacji generalnej Letniej Grand Prix jest Naoki Nakamura, który w zeszły weekend dwukrotnie triumfował w Wiśle i ma na swoim koncie 260 pkt. Za nim plasują się Szwajcar Gregor Deschwanden - 136 pkt i Kazach Danił Wasiljew - 115 pkt. Najlepszy z Polaków jest Kacper Tomasiak, który ma 62 pkt i zajmuje 11. miejsce. Maciej Kot z dorobkiem 44 pkt jest 17.

14. miejsce Twardosz

W sobotnim konkursie kobiet we francuskim Courchevel, najlepsza z Polek, Anna Twardosz zajęła 14. miejsce. Wygrała Norweżka Anna Odine Stroem przed Japonką Yuki Ito oraz swoją rodaczką Ingvild Synnøve Middtskogen. Reprezentantka Polski skoczyła 116 m i 113,5 m, co dało jej łącznie 178,3 pkt. Stroem uzyskała 129 m i 128,5 m, triumfując notą 141,1 pkt. Druga Ito straciła do zwyciężczyni 14,2 pkt po skokach na 130,5 m i 133 m. Trzecia Middtskogen skoczyła 119 m i 127,5 m, przegrywając ze Stroem o 20,7 pkt.

Po trzech konkursach w klasyfikacji generalnej Letniej Grand Prix prowadzi Słowenka Ema Klinec - 190 pkt. Drugie miejsce zajmuje Ito - 179 pkt, a trzecia jest Słowenka Nika Vodan - 150 pkt. Stroem w zeszły weekend nie startowała w Wiśle i mając 100 pkt zajmuje siódme miejsce. Anna Twardosz z dorobkiem 54 pkt plasuje się na 17. pozycji.

W niedzielę na skoczni Tremplin du Praz (HS 135) odbyły się kolejne konkursy kobiet i mężczyzn. Zakończyły się już po zamknięciu naszego wydania.



Maciej Kot (na zdjęciu) był najlepszy z Polaków w Courchevel

KOLARSTWO

Przedszkole na trasie Tour de France kobiet

Paweł Wiśniewski

Po stracie żółtej koszulki liderki wyścigu Tour de France Femmes avec Zwift 2026, Katarzyna Niewiadoma-Phinney zarzuciła swojej rywalce - Celii Gery celowe blokowanie, aby mogła zwyciężyć koleżanka Francuzki Holenderka Demi Vollering.

- Takie rzeczy to w przedszkolu - mówiła nasza cyklistka.

Przed sobotnim etapem, broniąca barw teamu Canyon-SRAM - Katarzyna Niewiadoma-Phinney miała 15 sekund przewagi nad Demi Vollering z grupy FDJ United-Suez i na przedostatnim etapie kontrolowała tempo Holenderki przez zdecydowaną większość trasy.

Na ostatnim podejździe, ok. 6,5 km przed metą, Vollering zaatakowała i po chwili zgubiła Polkę oraz Włoszkę Elisę Longo Borghini.



Katarzyna Niewiadoma-Phinney wygrała Tour de France w 2024 r.

Niewiadoma-Phinney zajęła ostatecznie 3. miejsce.

- Byłam zła na początku podjazdu, bo Celii Gery z FDJ United-Suez celowo przyblokowała mnie przy barierkach - żaliła się Polka. - Musiałam przestać pedałowac. Moim zdaniem, jeśli one chcą rywalizować, powinny robić to fair, a nie szukać sposobu na przyblokowanie

mnie, bo to dziecinne. Szczerze mówiąc, zupełnie straciłam za to do nich szacunek.

Lars Boom - dyrektor sportowy FDJ United-Suez, teamu Gery i Vollering, przyznał na antenie Eurosportu, że nie widział tej sytuacji, ale jest przekonany, że Francuzka nie jest typem człowieka zdolnego do takich nieczystych zachowań.

Do historii wyścigu Tour de Pologne przejdzie zapewne włoski kolarz - Jonathan Milan z drużyny Lidl-Trek. Otóż w tegorocznej edycji imprezy, „The Italian Stallion” wygrał aż trzy etapy z rzędu.

W sobotę przed południem, odbył się w Bukowinie Tatrzańskiej coroczny Tour de Pologne amatorów - Memoriał Ryszarda Szurkowskiego.

Wyścig ukończyło ponad 1900 zawodników, a wśród nich jedyny polski kierowca Formuły 1 - Robert Kubica, który ścigał się po raz drugi.

TENIS

Psycholożka Ewa Woydyłło wyraża skruchę po słowach o Idzie Świątek

Zbigniew Czyż

Rozmawiamy z Ewą Woydyłło-Osiatyńską, psychologiem i terapeutką uzależnień, autorką książek, która w kontrowersyjnych słowach przekazała swoje spostrzeżenia m.in. na temat Igi Świątek.

Z jakim odbiorem spotkała się pani po słowach dotyczących Świątek, które wypowiedziała w podcaście „Trzeci Serwis”, a które to wywołały w Polsce wielkie poruszenie? Powiedziała pani między innymi, że Iga jest głupiutka, wystraszona. Otrzymałam bardzo wiele telefonów, mniej więcej pół na pół, jeśli chodzi o odbiór całej sytuacji. Jedni pisali, że jak śmiałam się tak wypowiadać, a inni, że daj spokój i daj się wypowiedzieć ludziom, bo czasami tak bywa. Ale nie traktuję tych słów jak wyroczni, sama oceniłam tę sytuację. Chętnie cofnęłabym te słowa. Złe się stało. To było nierozważne, ale chyba tylko dlatego, że nigdy w takiej sytuacji się nie znalazłam. Zazwyczaj wypowiadam się na tematy, w których mam lepsze kompetencje. W tym przypadku kolokwialnie i krytycznie odniosłam się do sprawy. Przykra rzecz. Odczuwam wielkie zażenowanie i wstyd.

Chciałaby pani jakoś Idze zadośćuczynić?

Oczywiście, że tak! Chętnie bym wyrządziła szkody naprawiła, ale nie wiem jak. Bardzo przepraszam. Podejrzewam, że ktoś jej dostarczył te moje wypowiedzi. Byłoby mi strasznie przykro, gdyby zrobiły na niej duże



Iga Świątek i jej psycholożka Daria Abramowicz

wrażenie i gdyby ona potraktowała to jako potwarz lub upokorzenie. To na pewno nie była pogarda, jak ktoś, gdzieś napisał. Ja w sobie tego nie czuję i w ogóle nie miałam takich intencji. Miałam na myśli tylko takie pogubienie i nieporadność w sytuacjach ewidentnego spadku formy.

Podtrzymuje pani, to co powiedziała w rozmowie z Lechem Siodorem?

Wszystko wycofuję, dlatego że nie mówiłam wtedy z punktu widzenia moich psychologicznych kompetencji. Po prostu zachowywałam się jak kibic i wyrażałam to, co zawsze, gdy gra Iga. Trochę się pomyliłam. Mój komentarz brzmi

teraz tak, że nawarzyłam piwa, które sama muszę teraz wypić. Właśnie je piję i muszę panu powiedzieć, że jest bardzo gorzkie i bardzo niesmaczne. Jest mi z tego powodu bardzo przykro i wstyd. To źle świadczy o mnie.

Żałuje pani tych słów?

Bardzo żałuję. Bardzo przepraszam i uważam, że jeśli to wszystko poszło dalej w takim kontekście, że ja dokonuję jakiejś oceny, czy osądu, to tak nie było. To był small talk, który potraktowano jako jakieś diagnostyczne analizy. Ale to był mój błąd, a nie kogo innego. Dziś wiem, że nie wolno czegoś takiego robić. Prawdę mówiąc, nigdy nie wystę-

powałam w roli komentatorki czyichś występów sportowych, nie byłam w tym względzie recenzentką. Przekonałam się, że muszę się dużo bardziej liczyć z wrażliwością nawet postronnych odbiorców. Na pewno nie miałam ochoty dotknąć, czy urazić osób, o których wtedy mówiłam. Jest to dla mnie bardzo przykra sprawa, ponoszę konsekwencje i słusznie. Mam jasny komunikat, że zrobiłam coś niedobrego. Teraz już wiem, że trzeba uważać o kim się wypowiadam.

W tamtej rozmowie zdiagnozowała też pani obecność w sztabie Świątek Darii Abramowicz, mówiąc, że psycholog prawdopodobnie jest tam dla kasy, bo nieźle musi zarabiać.

Ja powiedziałam, że ja nic nie wiem o tej osobie. Nie znam pani Darii, słyszałam tylko dużo plotek. Uważam, że to Iga zatrudnia wszystkie osoby, więc trudno mi powiedzieć, czy w tej sytuacji może być tak, że to pracownik ma taką pełną swobodę.

Jako psycholog, jak ocenia pani współpracę Świątek z Abramowicz?

Nie wiem, nigdy nie miałam do czynienia z tego typu praktyką. Wiem, że inni zawodnicy też mają psychologów, ale nie spotkałam się z sytuacją, żeby oni byli podczas meczów na trybunach, albo żeby ktoś machał ręką do swojego psychologa. Iga Świątek stworzyła pewien swój model gry, swojej pracy, czasami nawet wyjeżdża na wakacje z osobami, z którymi współpracuje, ale ja tego w ogóle nie komentuję.

KRÓTKO

Sporty walki

Polak uduszony

Podczas gali UFC w Las Vegas, w walce wieczoru, Australijczyk Quil-lan Salkilld (MMA 13-1-0, UFC 6-0-0) pokonał Mateusza Gamrot (MMA 26-5-0, UFC 9-5-0) przez poddanie (duszenie zza pleców) w 1. rundzie (4:25). Gamrot zajmował ostatnio wysokie, 6. miejsce w rankingu kategorii lekkiej. Porażka sprawi, że straci swoją pozycję. Bardzo prawdopodobne, że wyprzedzi go... Salkilld. Co więcej, Australijczyk zgarnie bonus za występ wieczoru. Na jego konto wpłynie 100 000 dolarów. Dla Polaka był to drugi pojedynek w tym roku. W kwietniu pewnie podał Argentyńczyka Estebana „El Gringo” Ribovicsa.

PaW

Sport motocyklowy

Mamy mistrza świata

Bartosz Bartkowiak mistrzem świata na motocyklach o pojemności 125 ccm do lat 16. Tytuł zdobył w brytyjskim Workington, a w biegu dodatkowym pokonał drugiego z naszych Sawina Turowskiego. Bartkowiak jest dopiero trzecim polskim mistrzem w tej kategorii. W 2022 najlepszy był Maksymilian Pawełczak, a w 2024 Franciszek Szczyrba.

PaW

Wioślarstwo

Czwórka na medal

Polscy wioślarze wywalczyli w bułgarskim Płowdiw trzy medale mistrzostw świata juniorów: złoty i dwa srebrne. Tytuł obroniły zawodniczki z czwórki podwójnej: Marcelina Szkudlarczyk, Zuzanna Królikiewicz, Anna Solarska i Zuzanna Czaja.

PaW

Tenis

Amerykanka górą

Carol Youngsuh Lee (na zdjęciu) wygrała turniej WTA 125 w Warszawie. W finale amerykańska tenisistka - pogromczyni Weroniki Falkowskiej z ćwierćfinału - pokonała Czeszkę Gabrielę Knutson 6:4, 7:5. W deblu, Falkowska triumfowała w parze z Amerykanką Alaną Smith. W finale wygrały rywalizację z Alicją Rosolską i Martyną Kubką 6:3, 6:1.

W singlu żadnej z Polek nie udało się niestety dotrzeć do półfinału. Jako ostatnia w ćwierćfinale odpadła Falkowska, przegrywając ze wspomnianą Carol Youngsuh Lee.

PaW



FOT. AUTOR

TENIS

Świątek gra dalej w Toronto. Hurkacz pożegnał się z Kanadą

Zbigniew Czyż

Iga Świątek awansowała do ćwierćfinału tenisowego turnieju WTA 1000 na kortach twardych w Toronto. W 1/8 finału Polka pokonała Ukrainkę Martę Kostiuks 3:6, 6:1, 6:2.

Świątek po porażce z Filipinką Alexandrą Eala w trzeciej rundzie Wimbledonu nie grała przez miesiąc. Wróciła do rywalizacji na początku sierpnia w Toronto, gdzie

w poprzednich rundach wyeliminowała Czeszkę Sarę Bejlek i Szwajcarkę Viktorię Golubic. Na początku pierwszego seta obie tenisistki przegrały po dwa gemy przy swoim podaniu. Później Ukrainka wyszła na prowadzenie i zwyciężyła 6:3. W drugiej partii Polka dominowała, dwukrotnie przełamała rywalkę i wygrała 6:1. Trzeciego seta Świątek rozpoczęła od przełamania. Kostiuks popełniała więcej błędów, ostatecznie przegrała 2:6. Spotkanie trwało dwie godziny i 11 minut. Rywalką

Świątek w pojedynku o półfinał będzie Diana Sznajder. Mecz rozegrany zostanie we wtorek. Na 3. rundzie turnieju ATP 1000 w Montrealu swoje występy zakończył Hubert Hurkacz. W tej fazie turnieju Polak przegrał z Holendrem Boticelem Van De Zandschulpem 6:3, 6:7 (4-7), 5:7. Trzysietowy mecz trwał dwie godziny i 46 minut. Był to drugi pojedynek tych tenisistów. Podczas French Open w 2021 roku Holender pokonał Hurkacza w pięciu setach. Polak wrócił do gry po miesięcznej

przerwie. 5 lipca z powodu kontuzji skreślono w meczu czwartej rundy wielkoszlemowego Wimbledonu, w którym mierzył się z Niemcem Janem-Lennardem Struffem. W poprzednich rundach turnieju w Montrealu wyeliminował Amerykanina Marcosa Girona i Chilijczyka Alejandro Tabilo. Za występy w Kanadzie zarobił 61 865 dolarów, czyli ponad 230 tysięcy złotych. Za zwycięstwo w całym turnieju organizatorzy przewidzieli nagrodę 1 151 380 dolarów, a więc 4,5 miliona złotych.

LEKKOATLETYKA

Kolebka muzyki heavy metal gotowa na przyjęcie „królowej sportu”. Emocji mamy na cały tydzień

Paweł Wiśniewski

„Alexander Stadium” w dzielnicy Birmingham – Perry Barr, największy stadion lekkoatletyczny na Wyspach Brytyjskich, będzie gospodarzem 27. edycji mistrzostw Europy. Impreza rozpoczyna się dzisiaj i potrwa do najbliższej niedzieli.

Podobnie jak przed dwoma laty w Rzymie i tym razem European Athletics przyzna premie finansowe dla najlepszych zawodników. Łącznie to pół miliona euro.

Na wypłatę mogą liczyć sportowcy – po pięć dla pań i panów – którzy uzyskają najbardziej wartościowe wyniki.

Konkurencje zostały podzielone na pięć grup: sprinty i biegi przez płotki, biegi średnie i długie, rzuty, skoki oraz grupę obejmującą konkurencje uliczne, wieloboje i sztafety.

W każdej kategorii premię w wysokości 50 000 euro otrzyma zawodniczka lub zawodnik z najwyższym punk-

towanym rezultatem, przeliczonym według tabel World Athletics.

Czy po tzw. „Gold Crown”, czyli „Złotą Koronę” będzie w stanie sięgnąć ktokolwiek z reprezentantów Polski?

– Wysyłamy naprawdę solidny zespół, który powalczy o jak najlepsze wyniki i medale – mówi prezes Polskiego Związku Lekkiej Atletyki Sebastian Chmara. – Obok starych wyjadaczy mamy w kadrze też młode twarze. Liczymy zatem nie tylko na doświadczenie zawodników, ale też na świeże spojrzenie na tak dużą imprezę. Z tyłu głowy mam też fakt, że za dwa lata to my będziemy gospodarzem mistrzostw Europy. Młodzież niech zdobywa zatem szlify w Birmingham, aby w 2028 roku walczyć o laury w kolejnej edycji imprezy, na stadionie w Chorzowie.

W składzie reprezentacji Polski są prawie wszystkie największe gwiazdy, m.in. Natalia Bukowiecka, Pia Skrzyszowska, Anita Włodarczyk i Paweł Fajdek.

Wśród polskich szans medalowych są na pewno także Klaudia Kazimierska, skacząca wzwyż Maria Żodzink, chodząca Katarzyna Zdziebło oraz sztafety 4x400 metrów kobiet i mieszana 4x400 metrów.

Wielkim nieobecnym będzie natomiast Piotr Lisek – trzykrotny medalista mistrzostw świata (srebro – 2017 plus dwa brązy – 2015 i 2019), rekordzista Polski w skoku o tyczce (6.02 m – 12 lipca 2019, Monako).

Na jednym z ostatnich treningów przed mistrzostwami Europy naderwał mięsień łydki. Będzie to pierwsza tej rangi impreza bez Liska od 2012 roku...

– Nie wyobrażam sobie pojechać tam po prostu na wycieczkę – stwierdził Lisek. – Chciałem jechać i walczyć o wysokie lokaty. Byłem na to gotowy.

Ostatni raz żadnego polskiego tyczkarza na mistrzostwach Europy nie wystawiliśmy w 2002 roku (w barwach Danii skakał wówczas Piotr Buciarowski – syn Wojciecha Buciarowskiego, wielkiego rywala Władysława



Bez wątpienia Natalia Bukowiecka powalczy w Birmingham o medal w biegu na 400 metrów. W końcu broni tytułu mistrzyni Europy

Kozakiewicz i Tadeusza Ślusarskiego).

Dwa lata temu, na rzymskim „Stadio Olimpico”, Polska wywalczyła sześć medali. Mistrzem Europy wrzucie młotem został wówczas Wojciech Nowicki – dzięki temu, Polska może wystawić w tej konkurencji w Birmingham aż czterech zawodników.

Dopiero po raz drugi w prawie 100-letniej historii mistrzostw Europy w zawodach weźmie udział kwartet młociarzy z jednego kraju. I podobnie jak w 2024 roku krajem tym będzie... Polska (Fajdek, Nowicki, Marcin Wrotyński i Dawid Piłat).

A eliminacje odbędą się już pierwszego dnia. Finał – we wtorek.

LEKKOATLETYKA

Genialna Polka. Nasza dziewczyna najszybsza na świecie na 400 m. Tata może być dumny

Paweł Wiśniewski

Anastazja Kuś mistrzynią świata juniorów w biegu na dystansie 400 metrów. Na słynnym „Hayward Field” w Eugene, stanie Oregon, Polka nie tylko pokonała wszystkie rywalki, ale i ustanowiła kapitalny rekord kraju – 51.06!

To również najlepszy w tym roku czas w Europie w kategorii U20 i 7. lokata w polskich tabelach historycznych bez podziału na kategorie wiekowe. Dla Polski to jedenasty złoty medal lekkoatletycznych mistrzostw świata U20 w historii.

Podczas 21. edycji lekkoatletycznych mistrzostw świata U20, Anastazja Kuś (ur. 11 maja 2007 roku) – córka znanego przed laty piłkarza (7 występów w reprezentacji Polski) Marcina Kusia zrobiła furorę. Na mecie wyprzedziła wielką faworytkę tego biegu, Amerykankę Ataję Stephanie-Vazquez – 51.36 i Tianne Springer z Gujany – 51.76.

– Myślałam, że zdobycie medalu będzie taką bezpieczną opcją, natomiast złota zupełnie się nie spodziewałam – wyjaśniała Kuś. – W trakcie



Anastazja Kuś poprawiła rekord Polski juniorów – należący od 19 lipca 2013 roku (Rieti) do Patrycji Wyciszkiewicz – aż o pół sekundy!

biegu cały czas czułam jednak, że jestem na medalowej pozycji. Wiedziałam, że jestem w stanie to wyciągnąć i trzeba walczyć do samego końca. Kiedy wychodziłam na ostatnią prostą, myślałam, że będę druga za Amerykanką. Bardzo chciałam jednak zdobyć ten złoty medal i ostatkami sił udało mi się wyszarpać go na ostatnich metrach. To było niesamowite.

Międzyczasy Polki – 100 m: 12.57 (3. miejsce); 200 m: 24.39 (2. miejsce);

300 m: 37.06 (2. miejsce); 400 m: 51.06 (1. miejsce).

Zaraz po ceremonii medalowej, Anastazja udała się na lotnisko, z którego wybrała się do... Birmingham, gdzie dzisiaj rozpoczyna się mistrzostwo Europy seniorów.

– Cel na ten sezon już zrealizowałam, zdobywając złoty medal MŚJ, dlatego teraz mogę podejść do kolejnego startu ze spokojną głową – podsumowała Kuś.

LEKKOATLETYKA

Gwiazdy reprezentacji Polski. Bez ikony tyczki - Piotra Liska

Paweł Wiśniewski

Aż 74 pań i panów znalazło się w reprezentacji Polski na lekkoatletyczne mistrzostwa Europy, które odbędą się w dniach 10-16 sierpnia br. w Birmingham. Oto nasze największe gwiazdy.

Kobiety

100 m: Ewa Swoboda (Podlasie Białystok) i Krystina Cimanouska (AZS AWF Warszawa)
400 m: Natalia Bukowiecka (Podlasie Białystok)
800 m: Anna Wielgosz (CWKS Resovia Rzeszów)
1500 m: Klaudia Kazimierska (LKS Vectra Włocławek)
maraton: Aleksandra Lisowska (AZS UWM Olsztyn)
100 m pł.: Pia Skrzyszowska (AZS AWF Warszawa)
3000 m z przeszkod.: Alicja Koniczek (OŚ AZS Poznań)
wzwyż: Maria Żodzink (Podlasie Białystok)
młot: Anita Włodarczyk (AZS AWF Katowice) i Ewa Różańska (Podlasie Białystok)

oszczep: Maria Andrejczyk (LUKS Hańcza Suwałki)
siedmiobój: Adrianna Sułek-Schubert (Brda Bydgoszcz)
chód na dystansie maratonu: Katarzyna Zdziebło (LKS Stal Mielec)
4x400 m: Anastazja Kuś (AZS UWM Olsztyn)

Mężczyźni

400 m: Maksymilian Szwed (AZS Łódź)
800 m: Bartosz Kitliński (AZS UMCS Lublin) i Maciej Wyderka (AZS AWF Katowice)
110 m pł.: Damian Czykier (Podlasie Białystok) i Jakub Szymański (SKLA Sopot)
wzwyż: Mateusz Kołodziej (CWZS Zawisza Bydgoszcz SL)
kula: Konrad Bukowiecki (AZS UWM Olsztyn)
młot: Paweł Fajdek (OŚ AZS Poznań) i Wojciech Nowicki (Podlasie Białystok)
oszczep: Marcin Krukowski (Warszawianka)
4x400 m: Kajetan Duszyński (AZS Łódź) i Remigiusz Zazula (AZS UMCS Lublin)

Krzyżówka panoramiczna

np. Sherlock Holmes

czas rządów inter-
reksa

gruba zasłona

małe dziecko

korek na szosie

miotłka do świę-
cenia wodą

Patryk, reżyser
filmowy

kolor jak owoc

gatunek cytrusa

krew nie

.....
powie-
dzenie

nakrycie
głowy
rektora

zbrojony na
budowie

miasto z Kru-
pówkami

układ kart w
pokerze

stan pogody

roślina w akwa-
rium

ogrom obo-
wiązków

pukle okres
paleo-
zoiku

gorący trunek

mocny, wonny
alkohol

Barto-
miej, aktor

śnieżna
czapa

futro ze skór
rudego
ssaka

małpa wąsko-
nosa

zarzą-
dzał grodem

14

8

4

16

9

13

11

10

7

6

12

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

101

102

103

104

105

106

107

108

109

110

111

112

113

114

115

116

117

118

119

120

121

122

123

124

125

126

127

128

129

130

131

132

133

134

135

136

137

138

139

140

141

142

143

144

145

146

147

148

149

150

151

152

153

154

155

156

157

158

159

160

161

162

163

164

165

166

167

168

169

170

171

172

173

174

175

176

177

178

179

180

181

182

183

184

185

186

187

188

189

190

191

192

193

194

195

196

197

198

199

200

201

202

203

204

205

206

207

208

209

210

211

212

213

214

215

216

217

218

219

220

221

222

223

224

225

226

227

228

229

230

231

232

233

234

235

236

237

238

239

240

241

242

243

244

245

246

247

248

249

250

251

252

253

254

255

256

257

258

259

260

261

262

263

264

265

266

267

268

269

270

271

272

273

274

275

276

277

278

279

280

281

282

283

284

285

286

287

288

289

290

291

292

293

294

295

296

297

298

299

300

301

302

303

304

305

306

307

308

309

310

311

312

313

314

315

316

317

318

319

320

321

322

323

324

325

326

327

328

329

330

331

332

333

334

335

336

337

338

339

340

341

342

343

344

345

346

347

348

349

350

351

352

353

354

355

356

357

358

359

360

361

362

363

364

365

366

367

368

369

370

371

372

373

374

375

376

377

378

379

380

381

382

383

384

385

386

387

388

389

390

391

392

393

394

395

396

397

398

399

400

401

402

403

404

405

406

407

408

409

410

411

412

413

414

415

416

417

418

419

420

421

422

423

424

425

426

427

428

429

430

431

432

433

434

435

436

437

438

439

440

441

442

443

444

445

446

447

448

449

450

451

452

453

454

455

456

457

458

459

460

461

462

463

464

465

466

467

468

469

470

471

472

473

474

475

476

477

478

479

480

481

482

483

484

485

486

487

488

489

490

491

492

493

494

495

496

497

498

499

500

501

502

503

504

505

506

507

508

509

510

511

512

513

514

515

516

517

518

519

520

521

522

523

524

525

526

527

528

529

530

531

532

533

534

535

536

537

538

539

540

541

542

543

544

545

546

547

548

549

550

551

552

553

554

555

556

557

558

559

560

561

562

563

564

565

566

567

568

569

570

571

572

573

574

575

576

577

578

579

580

581

582

583

584

585

586

587

588

589

590

591

592

593

594

595

596

597

598

599

600

601

602

603

604

605

606

607

608

609

610

611

612

613

614

615

616

617

618

619

620

621

622

623

624

625

626

627

628

629

630

631

632

633

634

635

636

637

638

639

640

641

642

643

644

645

646

647

648

649

650

651

652

653

654

655

656

657

658

659

660

661

662

663

664

665

666

667

668

669

670

671

672

673

674

675

676

677

678

679

680

681

682

683

684

685

686

687

688

689

690

691

692

693

694

695

696

697

698

699

700

701

702

703

704

705

706

707

708

709

710

711

712

713

714

715

716

717

718

719

720

721

722

723

724

725

726

727

728

729

730

731

732

733

734

735

736

737

738

739

740

741

742

743

744

745

746

747

748

749

750

751

752

753

754

755

756

757

758

759

760

761

762

763

764

765

766

767

768

769

770

771

772

773

774

775

776

777

778

779

780

781

782

783

784

785

786

787

788

789

790

791

792

793

794

795

796

797

798

799

800

801

802

803

804

805

806

807

808

809

810

811

812

813

814

815

816

817

818

819

820

821

822

823

824

825

826

827

828

829

830

831

832

833

834

835

836

837

838

839

840

841

842

843

844

845

846

847

848

849

850

851

852

853

854

855

856

857

858

859

860

861

862

863

864

865

866

867

868

869

870

871

872

873

874

875

876

877

878

879

880

881

882

883

884

885

886

887

888

889

890

891

892

893

894

895

896

897

898

899

900

901

902

903

904

905

906

907

908

909

910

911

912

913

914

915

916

917

918

919

920

921

922

923

924

925

926

927

928

929

930

931

932

933

934

935

936

937

938

939

940

941

942

943

944

945

946

947

948

949

950

951

952

953

954

955

956

957

958

959

960

961

962

963

964

965

966

967

968

969

970

971

972

973

974

975

976

977

978

979

980

981

982

983

984

985

986

987

988

989

990

991

992

993

994

995

996

997

998

999

1000

1001

1002

1003

1004

1005

1006

1007

1008

1009

1010

1011

1012

1013

1014

1015

1016

1017

1018

1019

1020

1021

1022

1023

1024

1025

1026

1027

1028

1029

1030

1031

1032

1033

1034

1035

1036

1037

1038

1039

1040

1041

1042

1043

1044

1045

1046

1047

1048

1049

1050

1051

1052

1053

1054

1055

1056

1057

1058

1059

1060

1061

1062

1063

1064

1065

1066

1067

1068

1069

1070

1071

1072

1073

1074

1075

1076

1077

1078

1079

1080

1081

1082

1083

1084

1085

1086

1087

1088

1089

1090

1091

1092

1093

1094

1095

1096

1097

1098

1099

1100

1101

1102

1103

1104

1105

1106

1107

1108

1109

1110

1111

1112

1113

1114

1115

1116

1117

1118

1119

1120

1121

1122

1123

1124

1125

1126

1127

1128

1129

1130

1131

1132

1133

1134

1135

1136

1137

1138

1139

1140

1141

1142

1143

1144

1145

1146

1147

1148

1149

1150

1151

1152

1153

1154

1155

1156

1157

1158

1159

1160

1161

1162

1163

1164

1165

1166

1167

1168

1169

1170

1171

1172

1173

1174

1175

1176

1177

1178

1179

1180

1181

1182

1183

1184

1185

1186

1187

1188

1189

1190

1191

1192

1193

1194

1195

1196

1197

1198

1199

1200

1201

1202

1203

1204

1205

1206

1207

1208

1209

1210

1211

1212

1213

1214

1215

1216

1217

1218

1219

1220

1221

1222

1223

1224

1225

1226

1227

1228

1229

1230

1231

1232

1233

1234

1235

1236

1237

1238

1239

1240

1241

1242

1243

1244

1245

1246

1247

1248

1249

1250

1251

1252

1253

1254

1255

1256

1257

1258

1259

1260

1261

1262

1263

1264

1265

1266

1267

1268

1269

1270

1271

1272

1273

1274

1275

1276

1277

1278

1279

1280

1281

1282

1283

1284

1285

1286

1287

1288

1289

1290

1291

1292

1293

1294

1295

1296

1297

1298

1299

1300

1301

1302

1303

1304

1305

1306

1307

1308

1309

1310

1311

1312

1313

1314

1315

1316

1317

1318

1319

1320

1321

1322

1323

1324

1325

1326

1327

1328

1329

1330

1331

1332

1333

1334

1335

1336

1337

1338

1339

1340

1341

1342

1343

1344

1345

1346

1347

1348

1349

1350

1351

1352

1353

1354

1355

1356

1357

1358

1359

1360

1361

1362

1363

1364

1365

1366

1367

1368

1369

1370

1371

1372

1373

1374

1375

1376

1377

1378

1379

1380

1381

1382

1383

1384

1385

1386

1387

1388

1389

1390

1391

1392

1393

1394

1395

1396

1397

1398

1399

1400

1401

1402

1403

1404

1405

1406

1407

1408

1409

1410

1411

1412

1413

1414

1415

1416

1417

1418

1419

1420

1421

1422

1423

1424

1425

1426

1427

1428

1429

1430

1431

1432

1433

143

KRZYŻÓWKA NR 121

- Poziomo:**
- 3) rasa psa pokojowego,
6) miasto w województwie pomorskim,
11) najmniejsze z państw nordyckich,
12) sarmacki gniew, pasja,
13) ... Łącz, aktorka z serialu „Klan”,
14) jedna tysięczna kilograma,
15) Salvador, twórca obrazu „Płonąca żyrafa”,
16) Laskowik z kabaretu „Tey”,
17) ... Lewicy Demokratycznej,
18) „Łaciate” do kupienia w samie,
19) odmiana chalcedonu,
21) budowla w poprzek rzeki,
23) obsługiwana przez kanoniera,
26) lewy dopływ górnej Wisły,
27) posagowa podpora balkonu,
30) opłata zależna od wartości rynkowej nieruchomości,
31) prawa ręka proboszcza,
34) pozycja obronna w szermierce,
38) angielska rasa psów myśliwskich,
39) lewy dopływ Oki,
40) nogi ptaków grzebiących,
41) pies w zaprzęgu Eskimosa,
42) hiszpański instrument perkusyjny.

- Pionowo:**
- 1) orędzie prezydenta do narodu,
2) Gall ..., autor „Kroniki polskiej”,
3) film historyczny w reżyserii Filipa Bajona,
4) do kupienia w saloniku,
5) stroni od ludzi, pustelnik,
6) dolna część budowli, fundament,

1		2		3		4	5			6	7		8		9		10
11						12							13				
				14						15							
16						17							18				
				19	20					21		22					
23	24		25			26						27		28		29	
30																	
31		32		33								34	35		36		37
38												39					
40													41				
				42													

AUTOPROMOCJA 0210990363

Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem

94 340 1114

- 7) zadawniony żal, animozja,
8) umiarkowany w Polsce,
9) gwiazdozbiór nieba południowego,
10) meldunek składany dowódcy,
20) ciężka, przymusowa kara przy wiosłowaniu,
22) marynarz od czyszczenia pokładu,
24) główna rzeka zachodniej Gruzji,
25) egzotyczna jaszczurka,
28) największe miasto Tybetu,
29) dziewięciu muzyków,
31) eksplozja ładunku,
32) na szczycie Wezuwiusza,
33) szuka żony w programie telewizyjnym,
35) kraj położony na Półwyspie Apenińskim,
36) bunt szlachty przeciw królowi,
37) posiadacz cudownej lampy.

ROZWIĄZANIE NR 120

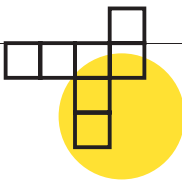
O	P	U	S	U	P	A	P	S	I	K	W	Z
E	K	A	D	Z	I	E	L	E	O	B	I	E
T	R	A	L	A	E	K	A	R	A	S	E	N
L	O	K	R	A	W	K	I	E	C	Z	I	
W	I	A	N	O	C	N	A	N	A	Z	Y	L
C	N	A	G	A	N	O	A	S	S	K	T	
W	A	L	E	C	E	O	D	A	D	R	I	A
R	I	H	I	M	I	L	S	B	A	C	H	W
Z	J	A	W	A						A	F	I
O	N									R		Z
S	M	A	R	D	Z					M	A	S
O	E	I								O	W	M
W	R	Ó	Ż	K	A				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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

słodki lub gorzki	przyrząd obserwacyjny	nad nią Lębork olej silnikowy	pokój w chacie	wysuszony miąższ kokosa	„... dla reportera”, program tv	legenda producenta portera	dawny sułtan Egiptu
ptasie wielkie drzewo z Afryki				prawny w kodeksie	nimfa leśna		
					medykament		
			andyjski kraj z Limą			puszysty ogon liśnicy	
poe-tycko o pięknie			rudel łodzi	Szalom, pisarz żydowski pruski		dawny patrol wojskowy	biblijna matka Izaaka
		największa wyspa chorwacka	kabza, trzos			perli się na trawie	
najstarszy syn Noego							
tajemnica moda na starocie				korbowy w silniku		biedronka lub mucha	
			Demarczyk lub Bem		grube gałęzie		
giełdowy pośrednik				belgijski kurort		źródło witaliny A	

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

ROZWIĄZANIE: KRASZANKA



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś odważny krok przyniesie spory zysk. Horoskop dzienny radzi zaufać intuicji i zachować spokój.

Ryby (19.02 - 20.03)
Cierpliwość da dobre efekty. Horoskop na dziś wróży, że miła rozmowa otworzy nowe możliwości.

Baran (21.03 - 19.04)
Dobry dzień na naukę i śmiałe decyzje. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi unikać zbędnych sporów.

Byk (20.04 - 20.05)
Dom i bliscy dadzą ci siłę. Horoskop dzienny sugeruje znaleźć chwilę dla siebie i zaufać swoim przeczuciom.

Bliznięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie przyciągnie ludzi. Horoskop na dziś radzi jednak uważnie słuchać innych.

Rak (22.06 - 22.07)
Szybko zakończysz ważne sprawy. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że wieczór przyniesie spokój.

Lew (23.07 - 22.08)
Szukaj równowagi między pracą i odpoczynkiem. Horoskop dzienny mówi, że los sprzyja spotkaniom.

Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja wskaże właściwy kierunek. Horoskop na dziś radzi mówić to, co naprawdę czujesz.

Waga (23.09 - 22.10)
Nowe pomysły dodadzą Ci energii. Horoskop dzienny na poniedziałek sugeruje nie odkładać planów.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Wytrwałość przyniesie uznanie. Horoskop dzienny radzi zadbać też o odpoczynek i dobry nastrój.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywność pomoże rozwiązać problem. Horoskop na dziś podpowiada, by otworzyć się na nowe znajomości.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Łatwo podejmiesz decyzje. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że szczera rozmowa poprawi relacje.