

kurier lubelski

Poniedziałek 22.06.2026 | Nr. 73 (18.249) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) | www.kurierlubelski.pl

Otwarcie Parku Bronowickiego. Miasto zaprasza mieszkańców na piknik **str. 4**



Zamieszanie wokół remontu ul. Janowskiej. Co z jezdnią pod wiaduktem? **str. 3**

Andrzej Poczobut: Mam przyzwyczajenia więzienne i nieufny stosunek do ludzi **str. 10**



LUBLIN
Stare Miasto zamknięte? Rada dzielnicy chce zakazać jazdy rowerem **str. 4**

W relacjach polsko-ukraińskich takiego kryzysu nie było od lat

Byli prezydenci Ukrainy, na znak solidarności z Wołodymyrem Zełenskim, odsyłają Karolowi Nawrockiemu Order Orla Białego, a członkowie administracji inne polskie odznaczenia **str. 6**

Nr ISSN 2353-6136 Nr indeksu 350-32X



Strop kościoła został rozebrany, będzie ekspertyza murów **str. 4**

PIŁKA NOŻNA W PIĄTEK MOTOR LUBLIN WRÓCIŁ DO TRENINGÓW

Motorze, quo vadis? I o co zagrzasz?

Kamil Wojdat
Lublin

Nie minął miesiąc od końca poprzedniego sezonu. W tym czasie Motor przeszedł rewolucję.

Z klubem pożegnało się już dwunastu piłkarzy, a póki co nie ogłoszono żadnego nowego. - Będą dochodzili nowi zawodnicy, więc ta kadra będzie coraz silniejsza. W najbliższych dniach będzie się działo dużo pozytywnego - powiedział trener Mariusz Misiura, w rozmowie z mediami klubowymi.

Misiura zastąpił w czwartek Mateusza Stolarskiego, którego zwolnienie dla wielu kibiców było szokiem. Wszak odkąd dołączył do Motoru we

wrześniu 2022 roku (jako asystent Goncalo Feio), jego pracę można uznać pasmo sukcesów.

Marzec 2024 - wtedy Feio zrezygnował z pracy z klubie, a prezes Zbigniew Jakubas dokończenie sezonu w 1. lidze powierzył Stolarskiemu. Ten zrealizował zadanie, którym był awans do PKO BP Ekstraklasy. W pierwszym sezonie w krajowej elicie poprowadził Motor do siódmego miejsca, w drugim do dwunastego.

Gdy pod koniec maja Motor kończył sezon, mało kto mógł podejrzewać, że trenerowi zostanie odebrana szansa kontynuowania pracy w Lublinie. Ale prezes zdecydował inaczej.

- Motorowcy... Nie znam słów aby wyrazić wdzięczność, jaką czuje, że

mogłem rozwijać się z Wami w tym zasłużonym klubie i mieście - między innymi to napisał na Instagramie Stolarski. - Rośliśmy razem i razem będąc „Niezniszczalnymi” pokonywaliśmy kolejne trudne momenty, aby pokazać wszystkim, że nie ma rzeczy niemożliwych. Dziękuję za wsparcie w sytuacjach kryzysowych, zawsze czułem że wygrywamy i przegrywamy razem! - dodał.

Choć w mediach od około tygodnia krążyły doniesienia zmianie szkoleniowca, to klub w żaden sposób nie zdecydował się do nich odnosić. Odniósł się w czwartek, informując o rozwiązaniu kontraktu z trenerem Stolarskim i zatrudnieniu trenera Misiury.

Czytaj str. 18



Portugalczyk Fabio Ronaldo (z piłką) ma w Motorze ważny kontrakt jeszcze na najbliższy sezon

W środę w Kurierze Strefa Biznesu

● Co hamuje rozwój polskich firm? ● Banki walczą o zamożnych klientów ● Polacy ruszają na wakacje

Zamów prenumeratę

Kurier Lubelski ☎ 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.kurierlubelski.pl

OJCOSTWO

Krzysztof
Cugowski



Dzisiejsze pojęcie rodzicielstwa bardzo się zmieniło. Właściwie wszystkie funkcje społeczne, które dotychczas przejął internet. Chociaż doceniam jego wartości, to jednak w tym temacie jest to katastrofalna historia. Trudno porównać czasy kiedy ja przyszedłem na świat, kiedy rodziłem się moi starsi synowie, z tym co jest teraz.

Miedzy mną a moim ojcem były dwa pokolenia różnicy. Byłem bardzo późnym dzieckiem. Kiedy się urodziłem, to mama miała trzydzieści osiem lat, a ojciec czterdzieści osiem lat. W związku z tym nasze relacje były obarczone ogromną różnicą wieku, a w związku z tym też inną mentalnością. Mój ojciec był ochotnikiem w wojnie z bolszewikami i przeżył różne, dziwne koleje losu. Jeszcze dwa lata przed moimi urodzinami przeszedł bardzo poważne zapalenie stawów. Do mojego szóstego roku życia chodził o lasce. Dlatego też nie miałem z ojcem takich relacji jak rówieśnicy, którzy na przykład razem grali w piłkę. To były bardziej relacje jak z dziadkiem. Mój ojciec, jak to się wtedy mówiło, był człowiekiem starej daty i był niezwykle spokojny. Nigdy nie usłyszałem z jego ust poważniejszego przekleństwa jak „cholera jasna”. Może też jego wiek miał wpływ na spokojne usposobienie.

Moi synowie, Wojtek i Piotrek, urodzili się zanim skończyłem trzydzieści lat, a Krzysio gdy miałem już czterdzieści osiem lat. To jest ogromna różnica w podejściu do dzieci. Człowiekiem z wiekiem nabiera doświadczenia. Dzięki temu wie jak nie robić się o skały, które czekają go na drodze. Myślę, że nie jestem dobrym ojcem. To po części efekt mojej pracy chociaż nie jest to żadne wytłumaczenie. U mnie było bardzo różnie także jeżeli chodzi o wychowywanie dzieci. Nie mogę mieć do nikogo pretensji. Zastrzeżenia mogę mieć tylko do siebie.

Obecnie rodzicielstwo bardzo się zmieniło. To wszystko przez rozwój technologii. Żyjemy w czasach całkowitego rozkładu życia społecznego i relacji międzyludzkich. To szaleństwo! Wszystkie wynalazki człowieka miały zawsze dobre i złe strony, ale z przerażeniem patrzę na młodych ludzi, którzy siedzą razem w grupie wpatrzni w swoje telefony i w ogóle nie odzywają się do siebie. Ludzie nie umieją już ze sobą rozmawiać. Nie wspomnę już o tym, że nie czytają książek czy gazet. To ma ogromny wpływ na wszystkie dziedziny naszego życia. To straszne jak weszliśmy w to bez żadnej refleksji i zastanowienia. Tego nie da się odkręcić administracyjnie. Żadne zakazy tego nie zmieniają, bo to już jest w ludzkich umysłach.

Ile włożyć do koperty parze młodej? Tyle daje rodzina, chrzestni, a tyle przyjaciele

Magdalena Walczak-Grudka
magdalena.walczak@polskapress.pl

Ile dać do koperty na ślub i wesele w 2026 roku? Rosnące ceny organizacji tych imprez sprawiają, że temat pieniędzy wkładanych do koperty powraca. Goście zastanawiają się, ile „wypada” teraz dać. Wszystko zależy od relacji z parą młodą, miejsca wesela oraz własnych możliwości finansowych. Sprawdziliśmy, ile najczęściej wkłada się dziś do koperty.

Nie istnieje jedna uniwersalna suma, którą powinno się wręczyć młodej parze. W praktyce najważniejsze są relacje z nowożeńcami. Inaczej do tematu podchodzą rodzice chrzestni czy rodzeństwo, a inaczej dalsi kuzyni albo znajomi z pracy. Znaczenie ma też lokalizacja i standard wesela.

W 2026 roku wielu gości bierze pod uwagę przede wszystkim koszt tzw. talerzyka. Organizacja wesela jest coraz droższa, dlatego przyjęło się, że koperta powinna przynajmniej pokryć koszt udziału jednej osoby w imprezie. W ekskluzywnych salach weselnych może to oznaczać nawet 400-800 zł od osoby.

Para zaproszona na wesele zazwyczaj wręcza od 800 do 1500 złotych. Wszystko zależy jednak od budżetu gości i charakteru uroczystości.

Bliska rodzina często daje więcej. Rodzice, dziadkowie



FOT. UNSPLASH.COM

Choć tradycyjne prezenty ślubne nadal się zdarzają, gotówka zdecydowanie dominuje

czy świadkowie nierzadko przekazują kilka tysięcy złotych lub dodatkowy prezent. Z kolei młodsze osoby, studenci albo znajomi z pracy zwykle wybierają skromniejsze kwoty. Jeśli wesele jest z poprawinami lub noclegiem, do koperty zwykle dorzuca się dodatkowe 200-300 złotych.

Coraz częściej podkreśla się też, że najważniejsza jest obecność, a nie wysokość koperty.

Czy powinno „się zwrócić” młodej parze?

Przez lata funkcjonowało przekonanie, że gość powinien oddać parze młodej przynajmniej tyle, ile kosztuje jego miejsce przy stole. Dziś wiele osób nadal kieruje się tą zasadą, choć nie wszyscy ją akceptują. W końcu wesele to zaproszenie

do wspólnego świętowania, a nie finansowa umowa.

Eksperci od savoir-vivre podkreślają, że koperta nie powinna wpędzać nikogo w problemy finansowe. Jeśli ktoś nie może pozwolić sobie na wysoką kwotę, lepiej wręczyć mniej i pojawić się na uroczystości z dobrymi życzeniami. Presja związana z weselnymi wydatkami jest dziś jednym z najczęściej komentowanych tematów wśród gości.

Koperta czy prezent?

Choć tradycyjne prezenty ślubne nadal się zdarzają, gotówka zdecydowanie dominuje.

Młode pary najczęściej proszą o pieniądze zamiast sprzętów AGD czy zastawy stołowej.

To wygodniejsze rozwiązanie, szczególnie gdy nowożeńcy odkładają na mieszkanie, podróż poślubną albo remont. W 2026 roku coraz popularniejsze stają się również internetowe listy prezentów i przelewy ślubne. Mimo nowoczesnych rozwiązań klasyczna koperta wręczana podczas składania życzeń nadal pozostaje najczęstszą wybieraną formą prezentu weselnego.

Ile dać w kopercie na ślub i wesele? Jakie kwoty do koperty wkładają zazwyczaj dziadkowie, rodzice chrzestni a ile inni goście?

● Rodzeństwo często daje więcej niż zwykli goście. W kopercie najczęściej pojawiają się kwoty od 1500 do nawet 4000 złotych.

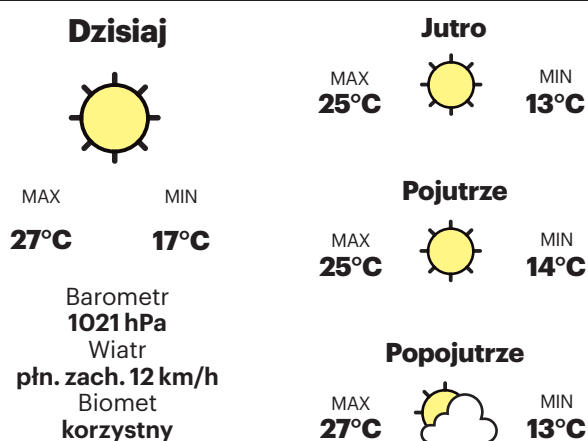
● Prezent na ślub to zazwyczaj ostatni wydatek, jaki czeka rodziców chrzestnych. Najczęściej wkładają oni do koperty od 1500 do 4000 złotych, choć zdarzają się też wyższe kwoty.

● W kopercie od świadków najczęściej pojawiają się kwoty od 1500 do 2500 zł.

● Wielu gości bierze pod uwagę przede wszystkim koszt tzw. talerzyka. Prezenty ślubne od dalszej rodziny to zwykle kwoty około 600-800 złotych od osoby.

● Od lat funkcjonuje przekonanie, że gość powinien „oddąć” parze młodej przynajmniej tyle, ile kosztuje jego miejsce przy stole. W kopertach od znajomych zwykle pojawiają się kwoty od 500 do 800 złotych od osoby. ©

Pogoda w regionie



Dziś imieniny obchodzą Paulina, Jan i Tomasz

PISALIŚMY W KURIERZE

22.06.1999 r.: Rozbrojony winem. Żołnierz na warcie oddał kałasznikowa trójce małałatów

Nie ma większej hańby dla wojskowego pełniącego wartę niż stracić broń. Szeregowy Aleksander Z. miał strzec budynków jednostki w Zamościu. Zboczył z trasy, gdy przy płocie pojawiło się troje nastolatków z winem. Młodzi ludzie zaprosili wojaka. Aleksander Z. wypił około pięciu kubków trunku (miał 0,79 promila alkoholu we krwi). Dwóch biesiadników także nie wylewało za kołnierz. Nie piła tylko 16-letnia

dziewczyna. W pewnej chwili zapragnęła dotknąć broni. Szeregowiec bez namysłu podał jej przez płot kałasznikowa. Później z wojskowym ekipunkiem zapoznawał się jeden z młodych mężczyzn. Na początku przymierzył hełm, za moment miał już w dłoni broń z trzydziestoma sztukami amunicji. Wtedy nastolatki zniknęły. Przerażony Aleksander Z. czym prędzej powiadomił przełożonych. Twierdził, że został napadnięty. Później wyznał, że dobrowolnie rozstał się z kałasznikowem. ASZ

KALENDARIUM

1792

Król Stanisław August Poniatowski ustanowił Order Wirtuti Militari. To najwyższe odznaczenie wojenne, nadawane za wybitne zasługi bojowe.

1812

W Wyłkowyszkach Napoleon Bonaparte w rozkazie dziennym do armii ogłosił początek II wojny polskiej, co oznaczało wojnę z Rosją.

1921

Rada Ligi Narodów zezwoliła Polsce na założenie na Westerplatte wojskowej składnicy tranzytowej.

1960

Franciszek Walicki założył zespół Czerwono-Czarni. Spiewały w nim m.in. Helena Majdaniec, Katarzyna Sobczyk, Karin Stanek.

nasz REGION

ZAMOŚĆ

Śmierć dwóch osób. Policja ustala przyczyny

W mieszkaniu w bloku przy ul. Bema w Zamościu odkryto ciała dwóch osób: 61-letniej kobiety oraz 66-letniego mężczyzny. Zwłoki były w znacznym stopniu rozkładu. Drzwi do mieszkania były zamknięte od środka. Policjanci pod nadzorem prokuratora przeprowadzili na miejscu czynności procesowe. Przyczynę śmierci ustali sekcja zwłok i śledztwo. AP



LUBLIN

Pożar pustostanu

W sobotę wieczorem strażacy dostali zgłoszenie, że płonie opuszczony budynek przy ul. Dzierżawnej. Nie było osób poszkodowanych. Przyczyny pożaru ustali biegły. ASZ

FOT. PP

Wielkie zamieszanie wokół remontu ul. Janowskiej. Co z jezdnią pod wiaduktem?

Artur Jurkowski
Lublin

- Szykuje się jakaś granda, remont ul. Janowskiej nie obejmie odcinka pod wiaduktem kolejowym - alarmuje nasz Czytelnik. Skontaktowaliśmy się z ZDiTM pytając czy to prawda. - Do modernizacji zaplanowano cały odcinek drogi ul. Janowskiej - zapewniają miejscy drogowcy.

Wiadukt kolejowy nad ul. Janowską został przebudowany kilka lat temu w ramach modernizacji linii kolejowej nr 7 Lublin - Warszawa. Na terenie Lublina prace objęły wtedy jeszcze dwa inne wiadukty:



FOT. MAŁGORZATA GENCA

Asfalt pod wiaduktem i w najbliższym jego sąsiedztwie jest w bardzo złym stanie - uważa nasz Czytelnik

nad Diamentową oraz Droga Męczenników Majdanka.

- Prace ciężkiego sprzętu wykorzystywanego do rozbiórki i odbudowy wiaduktu kolejowego na Janowskiej potwornie zniszczyły jezdnię. Asfalt pod wiaduktem i najbliższym jego sąsiedztwie to najgorszy fragment nawierzchni na tej ulicy. A teraz kolejarze podobno zablokowali możliwość remontu drogi - alarmuje nasz Czytelnik.

Zdziwienia nie kryje Zarząd Dróg i Transportu Miejskiego, który finansuje modernizację ul. Janowskiej. Przypomina, że informacje o wyłączeniu fragmentu ulicy z remontu już wcześniej docierały do urzędników.

- Podtrzymujemy informację, że do modernizacji zapla-

nowano cały odcinek drogi ul. Janowskiej, to jest od wiaduktu kolejowego do ul. Żeglarskiej. Ponadto, w zakresie tego zadania jest także odcinek ul. Nadbystrzyckiej, od skrzyżowania z ul. Jana Pawła II do wiaduktu kolejowego - wskazuje Monika Fisz, rzecznik prasowy Zarządu Dróg i Transportu Miejskiego w Lublinie.

Do dokumentacji przetargowej na remont ul. Janowskiej jest dołączone pismo PKP Polski Linii Kolejowej S.A. Zakład Linii Kolejowych w Lublinie.

- Wyraża zgodę na wykonanie remontu nawierzchni jezdni ul. Janowskiej w Lublinie, działka numer 1/4 obręb Stary Gaj - czytamy w dokumencie.

Działka 1/4 to grunt, gdzie znajduje się wiadukt kolejowy.

- Łączna długość remontowanej drogi to blisko 3,8 km - przypomina Monika Fisz.

Prace drogowe przy przebudowie ul. Janowskiej zaczęły się z początkiem maja. W pierwszej fazie objęły wymianę chodników. W drugiej połowie mają drogowcy przenieść się z pracami na jezdnię.

- Aktualnie drogowcy prowadzą prace brukarskie związane z remontem chodników. Wykonana jest warstwa wiążąca na ul. Nadbystrzyckiej, Żeglarskiej i odcinku ul. Janowskiej od Żeglarskiej do Starego Gaju - relacjonuje Monika Fisz.

Termin wykonania całej inwestycji upływa 4 sierpnia br.

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

0011541245

Miliardy na energetykę. ORLEN szuka partnerów do nowych inwestycji

Jakie szanse stoją przed polskimi przedsiębiorcami w związku z transformacją energetyczną? O tym rozmawiano podczas sesji warsztatowej „ORLEN - Energetyka w praktyce: inwestycje, zakupy i łańcuchy dostaw”, zorganizowanej w ramach Forum Energia z Polski Local First na Uniwersytecie Rzeszowskim. Przedstawiciele koncernu omówili plany inwestycyjne, zasady współpracy z dostawcami oraz procedury zakupowe obowiązujące w ORLENIE.

Inwestycje warte miliardy złotych

Warsztaty były okazją do bezpośredniego dialogu między przedstawicielami spółki a przedsiębiorcami zainteresowanymi udziałem w projektach realizowanych przez największy koncern energetyczny w Polsce.

Grupa ORLEN planuje przeznaczyć do 2035 roku blisko 20 mld zł na działania związane z dekarbonizacją. Oznacza to nie tylko rozwój nowych technologii, ale także liczne możliwości dla firm wykonawczych i dostawców.

Jednym z przykładów jest proces wygaszania elektrowni węglowej w Ostrołęce. Koncern będzie poszukiwał

partnerów do realizacji prac rozbiórkowych oraz rekultywacji terenów poprzemysłowych. Równocześnie wzrośnie zapotrzebowanie na dostawców technologii niskoemisyjnych i zeroemisyjnych, takich jak bloki gazowo-parowe, silniki gazowe, kotły elektrodowe, pompy ciepła, instalacje biomasowe czy geotermalne.

Ponad 4,5 tysiąca postępowań zakupowych rocznie

Skala zakupów realizowanych przez Grupę ORLEN robi wrażenie. Koncern obsługuje około 800 kategorii zakupowych, a tylko w 2025 roku Biuro Zakupów ORLEN S.A. przeprowadziło ponad 4,5 tysiąca postępowań.

- Polityka zakupowa opiera się na kilku istotnych filarach. Przede wszystkim na zrównoważonym rozwoju, ochronie środowiska, poszanowaniu praw pracowników, a także na zarządzaniu dostawcami i partnerskiej współpracy. Ważnym elementem jest również współdziałanie w ramach grupy kapitałowej i wykorzystywanie efektów synergii. Postępowania zakupowe prowadzimy w oparciu o konkurencyjność i profesjonalizm. To podsta-



wowe założenia naszej polityki zakupowej - podkreślał Krzysztof Kraszewski, kierownik projektu w zespole zakupów strategicznych projektów inwestycyjnych ORLEN.

Transparentność i najwyższe standardy

O zasadach współpracy z dostawcami mówił Tomasz Ostojski, kierownik zespołu zakupów inwestycyjnych.

- Bardzo zależy nam na budowaniu długofalowych relacji z dostawcami. Chcemy, aby współpraca opierała się na najwyższych standardach etycznych. Kierujemy się zasadami zapisanymi w Kodeksie Etyki ORLENU i oczekujemy, że nasi partnerzy biznesowi będą postępować podobnie. Oznacza to m.in. akceptację polityki postę-

powania dla dostawców oraz pełną zgodność z obowiązującymi politykami, w tym sankcyjnymi - zaznaczył.

Przedstawiciel koncernu podkreślił również znaczenie przejrzystości procedur zakupowych. Każde postępowanie prowadzone jest według jasno określonych kryteriów oceny.

Oferty przechodzą wieloetapową weryfikację obejmującą analizę formalną, finansową i m.in. sankcyjną. Oceniana jest również zdolność wykonawcy do realizacji projektu, doświadczenie, referencje, certyfikaty oraz potencjał techniczny. Dopiero później analizowane są kwestie handlowe, w tym cena oraz warunki kontraktowe.

ORLEN w tym roku rozpoczął także cykl konferen-

cji „Partnerzy Energii Jutra” skierowany do przedsiębiorców, którzy chcą rozpocząć współpracę z koncernem. W trakcie spotkań dla poszczególnych sektorów omawiane są zasady współpracy, a także plany inwestycyjne.

Local content i krótsze łańcuchy dostaw

Istotnym elementem warsztatów była prezentacja dobrych praktyk związanych z polityką local content. Agnieszka Roszczyk, kierownik ds. local content, wyjaśniła, że ORLEN wdrożył rozwiązania wspierające udział europejskich i krajowych przedsiębiorstw w procesach zakupowych.

- Do naszej instrukcji zakupowej wprowadziliśmy regulację, zgodnie z którą - po przeprowadzeniu analizy biznesowej - możemy wykluczyć z postępowań podmioty z państw trzecich, czyli spoza Unii Europejskiej oraz krajów nieobjętych porozumieniem GPA Światowej Organizacji Handlu - powiedziała.

Tomasz Ostojski zwracał uwagę, że ORLEN stosuje również rozwiązania ułatwiające udział polskich przedsiębiorców w postępowaniach.

- Dopuszczamy tworzenie konsorcjów ubiegających

się o zamówienia. Tam, gdzie jest to możliwe, wykorzystujemy dokumentację w języku polskim. Postępowania prowadzimy wieloetapowo, między innymi z wykorzystaniem procedury RFI. Do etapu składania ofert zapraszamy wyłącznie firmy, które pozytywnie przeszły ocenę techniczną - wyjaśniał.

Jak podkreślali przedstawiciele spółki, jednym z celów biznesowych ORLENU jest skracanie łańcuchów dostaw. Z tego względu szczególnie cenieni są partnerzy zapewniający szybki serwis oraz lokalną dostępność części zamiennych i komponentów.

Pierwszy krok? Rejestracja na platformie Connect

Warsztaty podsumował Roman Kowszewicz, dyrektor wykonawczy ds. zakupów, który zachęcał przedsiębiorców do aktywnego korzystania z platformy zakupowej Connect.

- Na tej platformie publikowane są przetargi w ponad 60 spółkach z Grupy ORLEN. To jedno miejsce, w którym można znaleźć informacje o aktualnych i planowanych zakupach oraz przejść cały proces zakupu. Rejestracja jest pierwszym krokiem

LUBLIN RADA DZIELNICY CHCE ZAKAZAĆ JAZDY ROWEREM PO STARYM MIEŚCIE. CZY TAK BĘDZIE?

Konflikt: dwa kółka kontra piesi

Joanna Jastrzębska
Lublin

Adaś ma pięć lat, sześć szwów i ranę na długość całej głowy. W środę, w okolicy restauracji na Starym Mieście, wjechał w niego rozpędzony rowerzysta.

Do wypadku doszło przy ul. Grodzkiej. Jak opisuje pan Grzegorz, dzieci ruszyły w kierunku Placu Po Farze, ale tuż przy ogródku w dziecko wjechał rozpędzony 22-letni rowerzysta. Jak mówi ojciec dziecka, było dużo krwi, mimo że chłopiec nie wpadł pod koła, i tak doznał obrażeń. Ma długą ranę na środku głowy zszutą kilkoma szwami.

Czynności w tej sprawie prowadzi policja.

- Apeluję przede wszystkim do radnych miasta i prezydenta Krzysztofa Żuka, strefy, gdzie są tłumy ludzi, muszą być wyłączone z ruchu rowerowego. Wszyscy widzimy problem coraz większej ilości hulajnog i rowerów, które pędzą przez Stare Miasto i Krakowskie Przedmieście. Jeśli nie będziemy zwracali



FOT. KAMIL WOJDAŁ

Jednoślady na Starym Mieście

na to uwagi, dojdzie do kolejnych tragedii. Tym razem było naprawdę blisko - mówi pan Grzegorz w opublikowanym po wypadku nagraniu. W rozmowie z Kurierem Lubelskim dodaje, że poza rowerzystami, którzy na Starym Mieście „robą, co chcą” problemem jest także zdecydowanie za duża liczba sa-

mochodów. - Czy straż miejska nie powinna mieć w tym miejscu stałego patrolu?

Straż miejska wylicza, że w 2025 r. w całym mieście nałożono 803 mandaty (54,3 tys. zł) na osoby, które w nieprawidłowy sposób poruszały się hulajnogami i rowerami.

To, że ruch rowerowy może odbywać się na staromiejskich uliczkach, nie zawsze było oczywiste. Prezydent Krzysztof Żuk zobowiązał się do jego wprowadzenia w 2018 r., kiedy w kampanii wyborczej podpisał Lubelską Deklarację Rowerową na lata 2018-23, w której Porozumienie Rowerowe zapisało również ten punkt. Ostatecznie Stare Miasto zostało otwarte dla dwóch kółek na wiosnę 2020 r.

Czy pozostanie otwarte nadal? Rada Dzielnicy Starego Miasta zapowiedziała działania, które to uniemożliwią, choć „nie jest za odpowiedzialnością zbiorową”.

- Czas najwyższy, żeby uregulować tę sprawę i zakazać wjazdu na teren głównego Starego Miasta. Jest to tak krótki odcinek, ok. 500 m, że każdy bę-

dzie mógł przeprowadzić rower i za ulicą Grodzką wsiąść na niego i jechać dalej - mówi Michał Makowski, przewodniczący zarządu Rady Dzielnicy Starego Miasta. - Wąskie uliczki, bruk, którym są wyłożone, nie sprzyjają bezpiecznej jeździe rowerzystów, a niestety większość z nich nie dostosowuje prędkości do panujących warunków. Szczególnie to widać na odcinku od Bramowej do Grodzkiej, bo zjeżdża się wtedy z górki. Sam byłem świadkiem dwóch podobnych zdarzeń, radni dzielnicy również opowiadali o wielu, a oprócz tego na dyżury przychodzą do nas mieszkańcy, którzy też zwracają uwagę na pędzących rowerzystów stwarzających niebezpieczeństwo dla przechodniów.

Warto jednak zaznaczyć, że odkać rowery mogą tamtędy legalnie jeździć, w Systemie Ewidencji Wypadków i Kolizji nie znalazło się żadne podobne zdarzenie (są tam dane do końca 2025 r.).

Kiedy pytamy o decyzję rady dzielnicy Krzysztofa Kowalika z Porozumienia Rowerowego,

również podkreśla kwestię braku podstaw w dostępnych danych. Mówi też, że jeśli zaważony przez radnych problem dotyczy konkretnego miejsca, np. ul. Grodzkiej, zakaz dotyczący większego obszaru jest zbędnym utrudnieniem.

- Chcemy rozmawiać o konkretnych i pomóc w rozwiązaniu problemów dotyczących rowerzystów, jeśli takie są. Mamy jednak wrażenie, że największym jest tu spora niechęć do osób poruszających się w ten sposób, bo na Starym Mieście jest bardzo dużo różnych innych problemów i nie widzimy, żeby rada dzielnicy równie mocno angażowała się w ich rozwiązanie. Inna sprawa, że nie możemy wszystkich problemów rozwiązywać zakazami. Podążając tym tokiem rozumowania, zakaz ruchu dla pojazdów powinno się proponować w każdym miejscu miasta, w którym doszło do wypadku - mówi Kowalik.

Kiedy zajrzeliśmy na Stare Miasto w piątek rano, na ulicach było tłoczno od aut dostawczych, które w tym samym momencie stały przy kilku loka-

lach w okolicach Rynku. Osobówki natomiast spotykamy na parkingu pod Trybunałem Koronnym, na którym mogą stawać tylko nowożeńcy. Ale nie jechały nimi żadne młode pary.

W tym czasie dostrzegamy natomiast dwie osoby na rowerach: poruszają się spokojnym tempem, a ich trasy nie przebiegają przez ul. Grodzką. Mniej bezpiecznie robi się w przejściu przez Bramę Krakowską, gdzie mijamy trzy osoby na hulajnogach elektrycznych: jadą dość szybko i przeganiają rozproszoną grupę zwiedzających, używając dzwonek.

Zapytaliśmy w ratuszu, czy urząd miasta popiera pomysł zakazania ruchu rowerowego na terenie Starego Miasta, jednak nie dostaliśmy konkretnej odpowiedzi.

- Jesteśmy otwarci na rozmowę z radą dzielnicy w celu wypracowania rozwiązań, które mogłyby zwiększyć bezpieczeństwo niechronionych użytkowników ruchu drogowego - odpisuje jedynie Anna Czerwanka z biura prasowego ratusza.

Otwarcie Parku Bronowickiego

Artur Jurkowski
Lublin

26 czerwca, w piątek, zmodernizowany Park Bronowicki otworzy bramy przed mieszkańcami.

- Serdecznie zapraszam wszystkich do wspólnego świętowania i odkrywania na nowo tej wyjątkowej przestrzeni - mówi Krzysztof Żuk, prezydent Lublina.

Oficjalne otwarcie zaplanowano 26 czerwca o godz. 14. Na-

stępnie odbędzie się spacer z przewodnikiem, który przybliży historię parku. Przystankami na trasie będzie „Nomadyczny Teatr Dźwięku” Pawła Passiniego i Daniela Słomińskiego. - Artyści tworzą eksperymentalne słuchowiska plenerowe, w których nagrania archiwalne i wypowiedzi świadków łączą z wykonywaną na żywo muzyką. Z okazji otwarcia parku, po raz pierwszy oddadzą głos bronowickim drzewom, które dzięki specjalnym czujnikom biofeedbacku zagrają mu-

zykę razem z twórcami - zapowiada Monika Głazik z ratusza.

Przez całe popołudnie będą odbywały się warsztaty artystyczne, rękodzielnicze oraz animacje dla dzieci i dorosłych. Wieczór zakończy koncert Wędrawnej Orkiestry Gimplów. Sobota (godz. 11 -16) upłynie pod znakiem rodzinnej rozrywki. W programie m.in. koncert akustyczny Łukasza Jemioły oraz „Brazylijski Chill w Parku” w wykonaniu Sylwetty Księżniczki Wiatru i Marcina Kisiela.

Strop kościoła został rozebrany, będzie ekspertyza murów

Jakub Sarek
Lublin

Zakończyła się rozbiórka dachu i stropu kościoła przy ul. Kunickiego, który ucierpiał w pożarze. Według optymistycznego harmonogramu, otwarcie kościoła dla wiernych może nastąpić w 2028 r.

Ponad pięć miesięcy temu w Boże Narodzenie 2025, w kościele pw. Najświętszego Serca Jezusowego przy ul. Kunickiego w Lublinie wybuchł pożar, który zniszczył dach świątyni. Poważnemu uszkodzeniu uległ też strop świątyni. Od tamtej pory budynek jest wyłączony z użytkowania.

Jak przekazał „Kurierowi” ks. Waldemar Sądecki, proboszcz parafii pw. NSJ, zakończyła się już rozbiórka dachu i stropu świątyni. Przygotowywana jest ekspertyza zachowanych murów.

- Demontujemy teraz różne elementy kościoła, które da się zdemontować - sprzęty, szafy. Zimą budynek będzie bez dachu, więc szykujemy go na takie warunki. Chcemy pozabierać stamtąd wszystkie rzeczy, którym mogłyby zaszkodzić wilgoć

albo mróz. Przygotowujemy wytyczne dla firmy, która zajmie się projektem odbudowy. Jednocześnie wykonujemy projekt kaplicy tymczasowej - relacjonuje ks. Sądecki.

Na stronie internetowej parafii NSJ pojawił się „optymistyczny” harmonogram odbudowy świątyni. Do końca 2026 r. finiszu ma doczekać się dokumentacja projektowa, w 2027 r. - odbudowany kościół ma osiągnąć stan surowy, a rok później uzyskać pozwolenie na użytkowanie.

- Na czas prac wpłynie dużo czynników. W maju chciałem wybrać projektanta, jest czerwiec, a wciąż go nie ma. A dlaczego? Bo wciąż szykujemy zapytanie ofertowe. To nie jest proste, tego się nie robi w pięć minut. Stąd zastrzeżenie, że harmonogram odbudowy jest optymistyczny - wskazuje ks. Sądecki.

12 czerwca w parafii NSJ trwały uroczystości odpustowe, pierwsze po pożarze. Po nich zaczęto wynoszenie do specjalnego magazynu sprzętów z wnętrza kościoła. - Udało się uratować organy piskrzakowe - mówi ks. Sądecki.

Od Bożego Narodzenia msze i nabożeństwa w kościele pw. NSJ sprawowane są w sali w domu parafialnym, gdzie mieści się kaplica. Gdy przychodzi więcej wiernych, np. w uroczystości czy niedziele, udostępniana im jest też sala w dolnej kondygnacji domu parafialnego. W weekend poprzedzający Niedzielę Palmową przed domem stanął namiot. Na ścianie domu parafialnego zamontowano telebim, na którym można oglądać transmisję z mszy.

Jak zaznacza proboszcz, parafia pw. NSJ spotkała się z dużą ofiarnością wiernych i osób dobrego serca. Tuż po pożarze w każdym kościele archidiecezji lubelskiej zorganizowano zbiórki. Środki można też wpłacać na konto parafii. Do darczyńców ks. Sądecki zaadresował listy z podziękowaniami.

Parafia pod wezwaniem Najświętszego Serca Jezusowego w Lublinie została erygowana (założona) w 1934 r. Budowę obecnego kościoła rozpoczęto w 1985 r., a jego konsekracji dokonał w 2000 r. ówczesny metropolita lubelski abp Józef Życiński. ©P

REKLAMA

0011540710

EDU-BUS przyjedzie do Ciebie!

Jak wygląda nowoczesna edukacja? Jakie zawody będą poszukiwane w przyszłości? Jak odkryć swoje mocne strony i świadomie zaplanować dalszą naukę lub karierę?

Nie trzeba szukać odpowiedzi daleko. EDU-BUS Lifelong Learning lubelskie dociera bezpośrednio do szkół, instytucji i uczestników wydarzeń w całym województwie lubelskim.

To wyjątkowa, mobilna przestrzeń edukacyjna, w której nauka spotyka się z praktyką. Na odwiedzających czekają interaktywne materiały, nowoczesne narzędzia edukacyjne, inspirujące informacje o zawodach oraz możliwości rozwoju kompetencji przez całe życie.

EDU-BUS pomaga młodzieży poznawać świat edukacji i pracy, odkrywać własne predyspozycje oraz podejmować świadome decyzje dotyczące przyszłości zawodowej. Zapraszamy szkoły, placówki edukacyjne, instytucje i organizatorów wydarzeń do współpracy.

Niech edukacja ruszy w drogę - i dotrze tam, gdzie jest najbardziej potrzebna!

Lifelong Learning lubelskie
Uczenie się przez całe życie zaczyna się od pierwszego kroku.

www.zsulublin.pl

UCZENIE SIĘ TO PODRÓŻ, NIE PRZYSTANEK

BO CZŁOWIEK
TEŻ POTRZEBUJE
AKTUALIZACJI

DOKŁADNIEJ ZAPROPOSYJMY WIEDZĘ I KOMPETENCJE

WUPLUBLIN.PK.GOV.PL

ZSU

ORLEN i Centrum Nauki Kopernik

Łączą siły, aby rozwijać polską naukę

Debata o znaczeniu nauki dla społeczeństwa i gospodarki oraz specjalne wystąpienie video astronauty Sławosza Uznańskiego-Wiśniewskiego były najważniejszymi punktami wydarzenia, które 16 czerwca oficjalnie zainaugurowało współpracę ORLENU i Centrum Nauki Kopernik. Partnerstwo obu instytucji ma wspierać edukację naukową, popularyzację wiedzy oraz dialog między nauką, biznesem a społeczeństwem.

ORLEN i Centrum Nauki Kopernik – wspólna misja

W ramach nawiązanej współpracy ORLEN został Mece-nasem Głównym Centrum Nauki Kopernik. Wyłącznym Partnerem Planetarium, a także Głównym Partnerem ogólnopolskiego programu edukacyjnego dla dzieci i młodzieży „Przyszłość. Podaj dalej”. Celem partnerstwa jest wzmacnianie potencjału miejsca, które komunikuje naukę jako dziedzinę dostępną dla każdego, opartą na ciekawości, zadawaniu pytań i chęci zrozumienia świata.

– Nauka pomaga rozumieć świat, rozwija kreatywność i otwiera drzwi do przyszłości. Dlatego konsekwentnie inwestujemy w projekty, które inspirują dzieci i młodzież do odkrywa-



nia, zadawania pytań i zdobywania nowych kompetencji. Współpraca z Centrum Nauki Kopernik to dla nas naturalny krok – chcemy wspólnie pokazywać, że nauka może być fascynująca, dostępna i obecna w codziennym życiu młodych ludzi – mówi **Sylwia Snopkiewicz, Dyrektor Wykonawcza ds. Sponsoringu ORLEN.**

Współpraca z Centrum Nauki Kopernik wpisuje się

w strategię ORLENU, która zakłada rozwój działań wspierających naukę obok aktywności realizowanych w kulturze, sporcie i obszarze społecznym.

W trakcie inauguracyjnego spotkania w Planetarium podkreślano, że rozwój zaczyna się od ciekawości i poszukiwania odpowiedzi na najważniejsze pytania. To właśnie tę ideę realizuje Centrum Nauki Kopernik poprzez interaktywne wystawy, eksperymenty i działania edukacyjne angażujące odbiorców w samodzielne odkrywanie praw rządzących światem.

Swoimi refleksjami na temat odkrywania nowych możliwości podzielił się również Sławosz Uznański-Wiśniewski – astronauta Europejskiej Agencji Kosmicznej i pierwszy Polak, który przebywał na pokładzie Międzynarodowej Stacji Kosmicznej. W specjalnie przygotowanym video dla gości podkreślił znaczenie ambitnych projektów badawczych oraz budowania zainteresowania nauką już od najmłodszych lat. Zwrócił także uwagę na istotną rolę, jaką do odegrania ma biznes inwestując w naukę.

Debata o przyszłości nauki i innowacji

Istotnym elementem wydarzenia była debata „Nauka dla każdego. Jak sprawić, by nauka stała się częścią życia i gospodarki?” z udziałem

przedstawicieli świata nauki, biznesu i edukacji.

Uczestnicy zwrócili uwagę, że mimo licznych sukcesów polskich badaczy, nauka nadal często pozostaje poza obszarem codziennych doświadczeń wielu osób. Podkreślali, że do budowania zainteresowania i zaufania potrzebne są: dialog, zrozumiały język oraz możliwość bezpośredniego kontaktu z nauką.

Robert Firmhofer wskazał, że jednym z kluczowych wyzwań jest zrozumienie źródeł nieufności wobec nauki oraz budowanie trwałych relacji między społeczeństwem a środowiskiem badawczym. Jego zdaniem instytucje naukowe powinny nie tylko przekazywać wiedzę, ale także rozwijać kulturę ciekawości, otwartości i gotowości do zmian.

Popularyzacja nauki dla wszystkich

Dyrektor Centrum Nauki Kopernik Robert Firmhofer w trakcie zorganizowanej debaty naukowej podkreślił, że fascynacja nauką nie powinna kończyć się na pojedynczym doświadczeniu czy wystawie. Jego zdaniem, budowanie trwałego zainteresowania wiedzą wymaga regularnego kontaktu z nauką oraz możliwości samodzielnego odkrywania świata.

Jeden z przykładów takich działań to projekt edukacyjny „Przyszłość. Podaj dalej”, którego celem jest

umożliwienie samodzielnego doświadczenia nauki mieszkańcom mniejszych miejscowości. Dzięki takim inicjatywom nauka może wykraczać poza mury instytucji i stawać się częścią codziennego życia.

Współpraca nauki, biznesu i społeczeństwa

Dr Milena Ratajczak z Uniwersytetu Warszawskiego odniosła się do potencjału polskiej nauki oraz potrzeby tworzenia przestrzeni do współpracy między badaczami, przedsiębiorcami i społeczeństwem. Jej zdaniem rozwój nauki wymaga nie tylko pracy naukowców, a także budowania trwałych relacji między uczelniami, biznesem i odbiorcami wiedzy.

Na znaczenie współpracy świata nauki i biznesu zwróciła uwagę również Ewa Sowińska, niezależna członkini Rady Nadzorczej ORLEN. Podkreśliła, że nowoczesna gospodarka opiera się na wiedzy, badaniach i innowacjach, dlatego potrzebne są miejsca łączące środowiska akademickie z przedsiębiorstwami. Wyraziła zdanie, że inwestowanie w naukę powinno być traktowane jako działanie długofalowe, przynoszące korzyści całemu społeczeństwu.

Jednym z tematów debaty była także komunikacja naukowa. Prof. Piotr Wachowiak, rektor Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie, zauważył, że jednym z wyzwań pozostaje przekazywanie wiedzy w sposób zrozumiały dla osób spoza środowiska akademickiego. Jego zdaniem lepsza komunikacja

może pomóc ograniczać dezinformację i budować większe zaufanie do nauki.

Innowacje i młode pokolenie

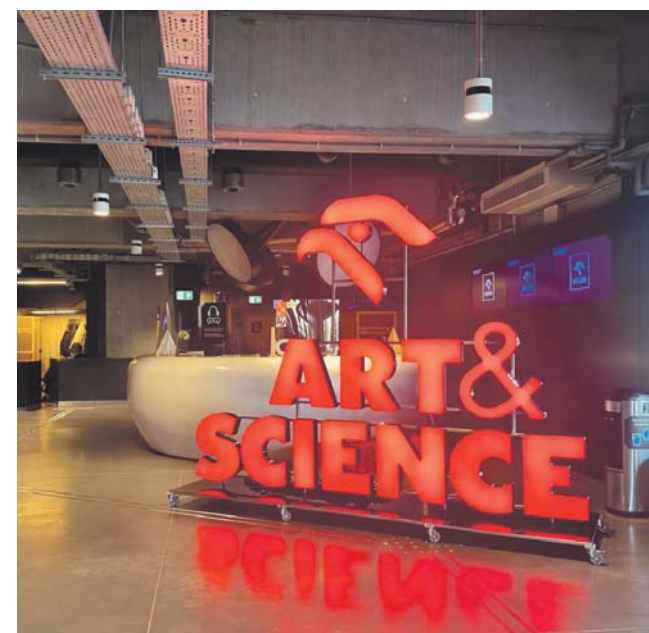
Podczas debaty poruszono również temat finansowania badań i rozwoju nowych technologii. Uczestnicy wskazywali, że innowacje wymagają stabilnego wsparcia, odpowiednich warunków do prowadzenia badań oraz współpracy różnych środowisk.

Zwrócono także uwagę na rolę młodego pokolenia w kształtowaniu przyszłości. Nowe technologie otwierają dziś ogromne możliwości, dlatego – zdaniem panelistów – równie ważne jak przekazywanie wiedzy jest zachęcanie młodych ludzi do eksperymentowania, rozwijania własnych pomysłów i aktywnego udziału w procesie tworzenia innowacji.

Wspólna przyszłość nauki, edukacji i biznesu

Inauguracja współpracy ORLENU i Centrum Nauki Kopernik pokazuje, że nauka może łączyć środowiska akademickie i biznesowe, by w ramach wspólnych działań stwarzać warunki do rozwoju innowacji oraz budowania społeczeństwa bardziej otwartego na wiedzę i przyszłe wyzwania.

Partnerstwo obu instytucji ma wspierać popularyzację nauki i rozwój dialogu społecznego, a także inspirować kolejne pokolenia do odkrywania świata. Rozwój nauki wymaga nie tylko badań, ale również współpracy, zaufania i zaangażowania wielu stron.



POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

MIERZAWA

List gończy za byłym policjantem

Prokurator rejonowy w Jędrzejowie wydał list gończy za Dariuszem Równickim, podejrzany o zabójstwo 80-latką w Mierzawie i usiłowanie zabójstwa jego żony. Uruchomiony został specjalny numer telefonu: 516-385-635. Policjanci wciąż prowadzą operację zmierzającą do zatrzymania mężczyzny.

Dramat rozegrał się w piątek, 19 czerwca po południu w miejscowości Mierzawa w gminie Wodzisław w powiecie jędrzejowskim. Ze wstępnych ustaleń policjan-

tów wynika, że 49-letni były policjant po kłótni z żoną poszedł do domu teściów i zaatakował ich nożem. 80-letni mężczyzna - mimo prób ratowania mu życia - zginął na miejscu, jego 76-letnia żona w ciężkim stanie trafiła do szpitala. Napastnik uciekł.

Policjanci objęli ochroną żonę poszukiwanego i jego 14-letniego syna, a także przebywającą w szpitalu teściową. Sprawdzali też sygnały od mieszkańców o miejscach, gdzie rzekomo miał być widziany zbieg. SB

POGODA

Gwałtowne burze nad Polską



Strażacy na Śląsku i w zachodniej Polsce mają ręce pełne roboty. Gwałtowne burze łamały drzewa i zrywały dachy. A to nie koniec. Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej wydał ostrzeżenia I i II stopnia przed upałem i burzami prawie w całej Polsce. MSWiA informuje, że służby są w pełnej gotowości.

LUBLIN

Podejrzany o zabójstwo w areszcie

Mężczyzna podejrzany o zabójstwo Rosjanina w Białej Podlaskiej (Lubelskie) 36-letni obywatel Gruzji Elnur A. został aresztowany. Mężczyzna nie przyznał się do winy. Za zabójstwo grozi mu kara dożywotniego więzienia.

Elnura A. policja zatrzymała w czwartek rano w jed-

nym z hosteli w Piastowie pod Warszawą. Mężczyzna posługuje się paszportem wydany na 36-letniego obywatela Gruzji. Według policji mężczyzna raczej działał sam, choć śledczy sprawdzają wszystkie okoliczności tej sprawy. PAP

POLSKA

Astronomiczne lato wita nas w tym roku upalnymi temperaturami. Rozpoczęło się wczoraj o godzinie 10.25. Słońce górowało w zenicie nad zwrotnikiem Raka, najdalszym miejscu od równika, dla którego taka sytuacja jest możliwa. Dla nas, na półkuli północnej, oznacza to najdłuższe dni i najkrótsze noce. W przypadku Warszawy dzień potrwa 16 godzin i 47 minut, a noc 7 godzin i 13 minut.

Decyzja Nawrockiego i kryzys, jakiego do tej pory nie było

Dorota Kowalska
Warszawa

Takiego kryzysu w relacjach polsko-ukraińskich nie było od lat, a wszystko w przeddzień zaczynającej się pod koniec tygodnia Konferencji na rzecz Odbudowy Ukrainy w Gdańsku.

Byli prezydenci Ukrainy na znak solidarności z Wołodymyrem Zełenskim odsyłają Karolowi Nawrockiemu Order Orla Białego, a członkowie ukraińskiej administracji inne polskie odznaczenia. Światowe media piszą o „ważnym kryzysie dyplomatycznym” między sąsiadami kilka dni przed konferencją na temat odbudowy Ukrainy. Miał się na niej pojawić prezydent Wołodymyr Zełenski, czy się pojawi, nie wiadomo. Wiadomo, że swoją obecność zapowiedzieli europejscy przywódcy i zapewne na spotkaniu będą dyskutować nie tylko o Ukrainie, ale także o ostatniej decyzji prezydenta Nawrockiego i o tym, co ta za sobą pociągnęła.

Karol Nawrocki poinformował w piątek, że odbiera Wołodymyrowi Zełenskiemu Order Orla Białego. Prezydent zaznaczył, że odebranie odznaczenia „nie jest aktem wymierzonym przeciwko narodowi ukraińskiemu” i „nie oznacza zmiany strategicznego kierunku polskiej polityki bezpieczeństwa”. Dodał również, że „nic się nie zmieniło” w kwestii



Order Orla Białego Zełenski odesłał Nawrockiemu pocztą, co też jest symbolem

wsparcia Ukrainy w walce z Rosją.

- Jesteśmy dumnym narodem polskim i mamy swój próg bólu w sprawach, które dotyczą nas i naszych sojuszników. Ten próg bólu został przekroczony, dlatego odebrałem prezydentowi Zełenskiemu Order Orla Białego - mówił Karol Nawrocki dzień później, w sobotę, w czasie Narodowego Dnia Powstań Śląskich w Grabówce.

Na odpowiedź Zełenskiego nie trzeba było długo czekać. „Uważaliśmy, że to właśnie narodowi ukraińskiemu i naszej armii był adresowany w 2023 roku Order Orla Białego. Tak wtedy mówiono. Dziś odesłałem Order

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 22.06.2026

”

Nie jesteśmy jeszcze w pełni gotowi na lot na Marsa; najpierw musimy udać się na Księżyc i spędzić tam więcej czasu

Astronautka Eileen Collin, gość Festiwalu Fantastyki Pyrkon w Poznaniu

panu prezydentowi Polski” - napisał Zełenski na portalach społecznościowych. I zapewnił, że jego kraj jest wdzięczny narodowi polskiemu za wsparcie i współpracę, co - jak zaznaczył - odgrywa znaczącą rolę w walce o ukraińską i polską niezależność od Rosji.

Order Orla Białego Zełenski odesłał Nawrockiemu pocztą, co też jest pewnym symbolem.

Murem za Zełenskim stanęli inni ukraińscy politycy i wojskowi.

Jako pierwszy zwrot Krzyża Komandorskiego z Gwiazdą Orderu Zasługi Rzeczypospolitej Polskiej zapowiedział minister spraw zagranicznych Ukrainy Andrij Sybiha, odznaczony nim w 2022 roku.

W jego ślady poszli szef Biura Prezydenta Ukrainy Kyryło Budanow oraz ambasador Ukrainy w Polsce Wasyl Bodnar, którzy zrzekli się Krzyża Oficerskiego Orderu Zasługi Rzeczypospolitej Polskiej.

Decyzję o zwrocie Orderu Orla Białego ogłosili byli prezydenci Ukrainy: Leonid Kuczma, Wiktor Juszczenko i Petro Poroszenko.

Wszyscy podkreślali, że rezygnacja z odznaczenia jest odpowiedzią na decyzję polskiego prezydenta, ale w żadnym stopniu nie jest wymierzona w naród polski.

Polscy politycy decyzję Nawrockiego oceniają różnie. Wśród tych z koalicji rządzącej panuje przekonanie, że miała

ona miała przede wszystkim utrudnić życie polskiemu rządowi, osłabić jego pozycję przed gdańską konferencją, wiadomo, że będzie na niej walka o kontrakty na odbudowę Ukrainy, i wciągnąć premiera w pewną grę. Jaką? Jak mówią niektórzy politycy KO, Pałac Prezydencki zakładał, że Donald Tusk stanie w obronie Zełenskiego i wtedy można mu będzie zarzucić, że sprzyja już nie tylko Niemcom, ale i Ukrainie. Premier w pułapkę wciągnąć się jednak nie dał. „Zadaniem prezydentów Zełenskiego i Nawrockiego jest tonowanie emocji, a nie podsycanie napięcia. Linia frontu przebiega gdzieś indziej” - podkreślił Donald Tusk w swoim wpisie na platformie X.

Prawica, co też nie jest niespodzianką, chwali ruch Nawrockiego. Kandydat na premiera PiS Przemysław Czarnek podkreślił, że „relacje międzynarodowe nie mogą odbywać się kosztem własnej tożsamości i historii”.

Sprawę skomentował też wicepremier, szef MON, Władysław Kosiniak-Kamysz. „Wielu Polaków zastanawia się teraz, jak będą wyglądać nasze relacje z Ukrainą. Robią to zarówno ci, którzy wspierają sąsiada od początku wojny i uważają, że tak trzeba. Zapewne robią to też ci, którzy twierdzą, że pomoc jest niepotrzebna, a wszyscy Ukraińcy powinni wrócić do siebie” - napisał. PAP

Warszawska policja rozpracowuje grupę „Bronimy Polskiej Granicy”

Urszula Kędzierska
Warszawa

Policjanci na polecenie prokuratury przeprowadzili przeszukania w kilku lokalizacjach na terenie kraju, gdzie zabezpieczono materiał dowodowy.

Jak przekazała warszawska policja, czynności realizowane są w ramach postępowania prowadzonego w związku z wysokim prawdopodobieństwem

zaistnienia czynu karalnego. „W toku działań funkcjonariusze zabezpieczyli materiał dowodowy, w tym sprzęt teleinformatyczny. Zabezpieczone urządzenia zostaną poddane szczegółowej analizie przez biegłego z zakresu informatyki śledczej” - podała na platformie X KSP.

Jak ustalił dziennikarz Radia Zet Mariusz Gierszewski, chodzi o przeszukania u osób, które w mundurach z napisem „Bronimy Polskiej Granicy”

udawały służby na Dworcu Centralnym.

W internecie krąży nagranie sprzed Dworca Centralnego, na którym widać mężczyzn w strojach przypominających mundury, wysiadających z furgonetki z napisami „BPG” i „Bronimy Polskiej Granicy”. Później wewnątrz dworca widać, jak stoją nad dwiema osobami o ciemnej karnacji. Po upublicznieniu nagrania sprawą zajęli się stołeczni policjanci, a rzeczniczka MSWiA

Karolina Gałęcka przypomniała, że podszywanie się pod funkcjonariusza publicznego jest przestępstwem.

W czwartek Prokuratura Regionalna w Warszawie informowała, że wszczęła postępowanie ws. podszywania się pod funkcjonariusza publicznych oraz legitymowania innych osób na Dworcu Centralnym w Warszawie. Przekazała, że obecnie śledczy dysponują nagraniami z monitoringu. PAP

Pacjenci chorzy na ebolę uciekają z ośrodków w poszukiwaniu jedzenia

Kazimierz Sikorski
Kongo

Władze Demokratycznej Republiki Konga przedstawiły najnowszy bilans zakażeń wirusem ebolą, według którego potwierdzono 956 zakażeń. 247 osób zmarło.

W ocenie przedstawicieli Czerwonego Krzyża obecna epidemia, która rozprzestrzeniła się również na sąsiednią Ugandę, nie osiągnęła jeszcze swojego szczytu i może potrwać rok lub dłużej.

Głód stał się jedną z największych przeszkód w powstrzymaniu wirusa, bo pacjenci z ebolą uciekają z ośrodków leczenia w poszukiwaniu jedzenia. Udokumentowano ponad 150 ucieczek z ośrodków leczenia i izolacji chorych na ebolę od końca maja. W jednym z incydentów 11 pacjentów uciekło ze szpitala w Bambu, 40 km od epicentrum epidemii wokół miasta Mongbwalu, w którym wydobywa się złoto, z powodu braku jedzenia. Jeszcze przed wybuchem epidemii wschodnie Kongo zmagają

się z masowymi przesiedleniami, konfliktami i jednym z najgorszych kryzysów głodu na świecie.

Władze sanitarne monitorują 6400 osób, które mogły zostać zakażone wirusem Ebolą.

– Jeśli ich zamkniemy, będą musieli dostać jedzenie. A jeśli nie dostaną jedzenia, uciekną – ostrzega Olivier Nkakudulu, szef operacji terenowych w Ituri, prowincji, w której odnotowuje się 90 proc. potwierdzonych przypadków.



15 maja władze DRK ogłosiły wybuch 17. epidemii eboli w kraju od czasu wykrycia tej choroby w 1976 r.

Najpierw Moskwa, teraz Krym. Ukraina atakuje dronami

Karolina Wrońska
Ukraina/Rosja

Po ubiegłotygodniowym ataku na Moskwę, Ukraińcy na cel wzięli okupowany Krym. W Rosji zaczyna brakować benzyny.

W nocy z soboty na niedzielę ukraińskie drony po raz kolejny zaatakowały okupowany przez Rosję Krym, na skutek czego tymczasowo wstrzymano ruch na moście łączącym półwysep.

Informacje o zamknięciu ruchu na przeprawie przez Cieśninę Kerczeńską przekazał gubernator okupowanego Sewastopola, Michaił Razwożajew w komunikatorze Telegram, apelując o spokój i stosowanie się do poleceń służb bezpieczeństwa.

Równolegle, w Telegramie pojawiły się także informacje o wybuchach i pożarach w mieście Kercz, będące skutkiem uderzeń ukraińskich bezzałogowców. Jak przekazała agencja informacyjna RBK-Ukraina, doszło do pożaru w terminalu paliwowym w pobliżu Mostu Krymskiego.



Ukraińskie ataki dronowe na Moskwę i okupowany Krym powodują braki w dostawach paliw. Mieszkańców obowiązują zakazy lub całkowite ograniczenie

W lokalnych kanałach w Telegramie pojawiły się także informacje o aktywności ukraińskich dronów w innych rejonach okupowanego Krymu (m.in. w Sewastopolu, Symferopolu i Bachczysaraju).

W sobotę ukraińska armia przeprowadziła ataki z wykorzystaniem dronów na obiekty infrastruktury energetycznej na okupowanym przez Rosję Półwyspie Krymskim, trafiając m.in. w elektrociepłownię i magazyn gazu ziemnego.

W ubiegłym tygodniu ukraińskie drony doleciały do stolicy Rosji. Wśród atakowanych celów była należąca do koncernu Gazpromnieft rafineria położona w odległości 15 km

Wśród atakowanych celów była należąca do koncernu Gazpromnieft rafineria położona w odległości zaledwie 15 km od Kremla

od Kremla. Wytwarza paliwo dla armii rosyjskiej, zaspokaja również prawie 40 proc. zapotrzebowania rejonu Moskwy na benzynę. Na terenie rafinerii wybuchł pożar. Mieszkańcy Moskwy są w szoku, bo na własnej skórze doświadczają, że wojna przyszła również do nich. Podczas ukraińskiego ataku loty na głównych lotniskach Moskwy zostały wstrzymane, podobnie jak ruch na na moskiewskiej obwodnicy.

Podobnie wygląda sytuacja na okupowanym Krymie. Gubernator Półwyspu Krymskiego Siergiej Aksjonow ogłosił w niedzielę wstrzymanie sprzedaży paliw dla cywilnych odbiorców. „Paliwo będzie dostarczane instytucjom rządowym, które zapewniają funkcjonowanie i bezpieczeństwo” – napisał Aksjonow w komunikatorze Telegram. Problemy z zaopatrzeniem w paliwo na Krymie są efektem trwających od kilku tygodni ukraińskich ataków dronowych na rosyjską logistykę na Krymie oraz na okupowanych obszarach południa Ukrainy. PAP

MATERIAL INFORMACYJNY ORLEN

Stacja przyszłości już w Polsce. Wygodne zakupy i więcej gastronomii

ORLEN rozpoczął pilotaż nowego formatu Stop Cafe, który ma wyznaczyć kierunek rozwoju stacji paliw w najbliższych latach. Pierwszy obiekt działający według tej koncepcji działa już przy ul. Grzybowskiej w Warszawie. To właśnie tam, spółka będzie testować rozwiązania związane z organizacją sklepu, ofertą gastronomiczną oraz automatyzacją zakupów. Co dokładnie zmieni się na stacjach i które nowości mają szansę trafić do całej sieci?

Stacja dostosowana do miejskiego życia

Nowy koncept Stop Cafe został stworzony z myślą o klientach, którzy cenią sobie szybkie i wygodne zakupy. Zwłaszcza tych zamieszkujących duże miasta, gdzie tempo życia wymaga nadążającego za nimi świata - rano wpadają po kawę i świeżą przekąskę, w ciągu dnia szukają szybkiego i zdrowego lunchu, a wieczorem chcą kupić kilka pro-

duktów bez stania w długich kolejkach.

Zmiany objęły nie tylko układ sklepu, ale także sposób prezentacji asortymentu. Przestrzeń została podzielona na czytelne strefy, co ułatwia odnalezienie konkretnych artykułów. Jednym z przykładów jest strefa zdrowia, w której znajdują się produkty proteinowe, funkcjonalne, bez cukru oraz nowa kategoria suplementów.

Jak podkreśla Marek Balaewejder, Wiceprezes Zarządu ORLEN ds. Consumers & Products, zmiany wynikają z obserwacji sposobu, w jaki konsumenci korzystają dziś z punktów sprzedaży.

– W detalu nie konkurujemy już wyłącznie produktem czy ceną, ale jakością całego doświadczenia zakupowego. Dlatego rozwijamy ORLEN jako nowoczesną, wieloformatową sieć convenience, która potrafi odpowiadać na codzienne potrzeby klientów szybko, wygodnie i w sposób przewidywalny. Projekt przy ul.

Grzybowskiej traktujemy jako ważny etap w testowaniu rozwiązań, które w przyszłości będą wspierać dalszą transformację naszej oferty detalicznej – mówi.

Nowy wymiar gastronomii

Jednym z najważniejszych elementów nowego konceptu jest rozbudowana oferta gastronomiczna. Oprócz klasycznych kaw, klienci mogą teraz zamówić również kawy mrożone, matcha latte oraz sezonowe napoje, w tym lemoniady. Część z nich można dodatkowo personalizować!

Co jeszcze bardziej zadowolili goście – w odpowiedzi na rosnące zainteresowanie produktami gotowymi do szybkiego zakupu i spożycia, rozszerzono też ofertę świeżych kanapek, przekąsek oraz wypieków. ORLEN chce w ten sposób zachęcić klientów do traktowania stacji nie tylko jako miejsca tankowania, ale i punktu, w którym można zjeść smacznie i szybko jednocześnie.

Kwiatomat, ciastomat i zakupy bez kolejek

Warszawska stacja została wyposażona również w nowe rozwiązania samoobsługowe. Klienci mogą skorzystać z automatów, tj. kwiatomat oraz ciastomat, które umożliwiają zakup produktów bez konieczności oczekiwania przy kasie.

Warto dodać, że nie są to rozwiązania całkowicie nowe dla koncernu. W Czechach ORLEN rozwija m.in. pizzomaty oraz pralnie samoobsługowe, natomiast na Słowacji funkcjonują już automaty sprzedające kwiaty.

Do rozwoju segmentu pozapaliwowego odnosi się również Agnieszka Bobrukiewicz, Dyrektor Wykonawcza ds. Sprzedaży Pozapaliwowej w ORLENIE:

– Stacja przy ul. Grzybowskiej to ważny etap w rozwoju naszego podejścia do oferty pozapaliwowej. Tworzymy przestrzeń z myślą o kliencie, który oczekuje dziś nie tylko szybkości i wygody zakupów, ale także intuicyjnego, nowoczesnego



i spójnego doświadczenia. Chcemy rozwijać format convenience, który łączy atrakcyjną ofertę z rozwiązaniami odpowiadającymi na codzienne potrzeby mieszkańców miast – i właśnie w tym kierunku będziemy rozwijać sieć ORLEN.

ORLEN zmienia rolę stacji paliw

Testy nowego formatu mają potrwać do końca 2026 roku, ale część rozwiązań zostanie wdrożona jeszcze przed ich ukończeniem. Na niektórych stacjach, w okresie letnim, będzie można skorzystać z już rozszerzonej strefy kawowej oraz oferty świeżych przekąsek i wypieków.

0011541836

1/2 LITRA PIWA ZAWIERA 25 GRAMÓW SPRZEDAŻ ALKOHOLU OSOBOM DO

A woman with long blonde hair, wearing a white lace top and a light blue skirt with a wide white belt, is smiling and pouring Kozel beer from a bottle into a glass. The background shows a cobblestone street with several wooden barrels and sacks, and a large industrial building with a red-tiled roof and brass pipes. A large black sign with the word "Kozel" in white script is prominently displayed in the foreground.

Piwo warzone w Polsce pod nadzorem czeskich piwowarów.

CZYSTEGO ALKOHOLU ETYLOWEGO LAT 18 JEST PRZESTĘPSTWEM



**Czesi nas
dobry MIX!**

**PRZYGOTUJ
SAM!**

The image shows a man with curly hair, wearing a dark shirt and a patterned scarf, pouring a dark liquid from a bottle labeled 'Rozel' into a glass mug. The background is a distillery with large wooden barrels, copper pipes, and a clock on the wall. The text 'Czesi nas dobry MIX!' is overlaid in a large, bold font, and 'PRZYGOTUJ SAM!' is overlaid in a smaller, bold font with a white arrow pointing to the glass mug.

Andrzej Poczobut: Cały czas mam przyzwyczajenia więzienne i nieufny stosunek do rzeczywistości, do ludzi

Agaton Koziński

- Polacy przez stulecia, nawet gdy było to niekorzystne, wybierali orientację zachodnią. Białorusini znacznie częściej wybierali orientację wschodnią, nawet jeśli nie zawsze przynosiła im ona korzyści - mówi Andrzej Poczobut, dziennikarz, działacz Związku Polaków na Białorusi, który spędził pięć lat w kolonii karnej.

Czym jest dla Pana wolność słowa?

Możliwość mówienia o faktach. Ja zawsze poważnie traktowałem słowo i odpowiedzialnie podchodziłem do tego, co rozpowszechniam.

Mówi Pan rzeczy oczywiste - jak to, że dwa razy dwa równa się cztery.

Tyle że w systemie białoruskim dwa razy dwa niekoniecznie równa się cztery. Czasami równa się trzy, innym razem - pięć. Tam wszystko jest uznaniowe, wynik takiego równania zmienia się z dnia na dzień.

Pan pięć lat w kolonii karnej spędził, broniąc między innymi wolności słowa. Warto było dla niej stracić pięć lat życia?

Przez dwadzieścia lat pracowałem jako dziennikarz. To mnie nauczyło poważnie podchodzić do słowa. I przyzwyczaiłem się, że jeżeli coś mówię, czy jeśli coś robię, to ludzie podchodzą do tego na poważnie. Zdobyłem renomę dziennikarza, którego słowa należy odbierać poważnie - choćby dlatego, że nie zmieniam swojego zdania.

Nigdy?

Nie, to nie tak. Ale żebym zmienił swoje zdanie, trzeba mnie do tego przekonać. Tymczasem mnie próbowano przestraszyć.

Skończyło się tym, że spędził Pan pięć lat w kolonii karnej. Nie za wysoka cena?

Każdy sam musi sobie odpowiedzieć na to pytanie. Ja w życiu jestem dziennika-



Andrzej Poczobut: Dziś sytuacja w Mińsku jest znacznie gorsza niż w 2021 roku. Białoruś znajduje się dziś bardzo blisko pełnego państwa totalitarnego

zem, posługuję się słowem, jest ono dla mnie najważniejszą wartością. To wszystko, co mam. Moja praca dziennikarska jest nie tylko sposobem zarabiania na życie, ale też powołaniem. Z nią się utożsamiam. Wiem, że są teksty i tematy, które ze mną się kojarzą.

Spędził Pan pięć lat w zamknięciu. Jak takie lata zmieniają człowieka?

Spotkałem się z opinią, że pięć lat więzienia to okres, który może nie zostawić śladu w człowieku, a dopiero po pięciu latach rozpoczyna się prawdziwy wyrok.

Zauważył Pan tę smugę?

Chyba tak. Cały czas mam przyzwyczajenia więzienne i nieufny stosunek do rzeczywistości, do ludzi. W zakładzie karnym ciągle byłem rozpracowywany - i ciągle łapię się na tym, że wciąż tak się czuję. Cały czas szukam drugiego dna w zachowaniach innych. Tak właśnie wpłynęło na mnie więzienie. Ono wzmacnia poczucie nieufności, bo tam każdy knuje przeciwko każdemu. Odczuwałem to tym bardziej, gdyż władze więzienia cały czas robiły wszystko, bym się w nim czuł źle. Stwarzano dla mnie specjalnie takie warunki.

W jaki sposób?

Na przykład jako moich współwięźniów wybierano osoby, które mogły wywołać u mnie różne negatywne reakcje. Wiadomo, że nie mam wpływu na to, z kim dzielę celę, to zawsze decyzja administracji więziennej. Ale mimo wszystko cały czas miałem przekonanie, że jako współwięźniów otrzymuję osoby toksyczne, konfliktowe. Musiałem sobie z tym radzić.

Podkreśla Pan, że w więzieniu traci się zaufanie do ludzi. Na ile to przekonanie oparte na autentycznych doświadczeniach, a na ile subiektywizm człowieka zamkniętego sam na sam z własnymi myślami? Można w więzieniu wpasć w stan paranoi?

FOT. AGATON KOZIŃSKI

Każdy reaguje na swój sposób, choć są też zachowania podobne u wszystkich uwięzionych. Pamiętam, że nagrywałem kiedyś wywiad z żołnierzem Armii Krajowej, który ponad 16 lat spędził w obozie. On mi wtedy opowiadał, że za każdym razem, gdy do jego celi wchodził nowy więzień, to on go natychmiast oceniał. Tamten jeszcze nic nie zrobił, a on już wiedział, jakim on jest człowiekiem. Też tak miałem.

W jakim sensie?
Nauczyłem się od razu oceniać ludzi, których poznawałem. Na podstawie drobiazgów, niewielkich gestów, zachowań potrafiłem wyciągnąć daleko idące wnioski. I to się sprawdzało. Też zastanawiałem się, czy to nie jest po prostu paranoja. Cały czas miałem w tyle głowy, że być może te moje analizy, które są robione na podstawie drobnych przesłanek, to zwyczajne nadinterpretacje. Ale potem się okazało, że nie. Z minimum informacji nauczyłem się, jak wyciągnąć najwięcej.

Na podstawie czego?
Trudno to racjonalnie wyjaśnić. Po prostu pojawia się człowiek i od razu ma się pewne odczucie. On jeszcze nic nie zrobił, nawet nic nie powiedział. Wchodzi do celi, a ja mam wrażenie, że coś jest nie tak.

Co go zdradzało? Ruchy? Tatuże?
Nie. Właściwie trudno powiedzieć. Czasem nawet nie mogłem zauważyć niczego charakterystycznego. Po prostu spoglądałem na człowieka i miałem poczucie, że jest w nim coś niepokojącego, że źle mu z oczu patrzy. Kilka razy miałem takie przeczucie i ani razu się nie pomyliłem.

Jak wyglądała w kolonii karnej Pana codzienna rutyna? Jak w takich warunkach utrzymać sprawność fizyczną i psychiczną?
Przed wszystkim trzeba dbać o kondycję fizyczną. Możliwości są bardzo ograniczone, ale przez cały pobyt starałem się być aktywny.

Tuż po uwolnieniu widać było, że był Pan bardzo wychudzony. Domyślam się, że jedzenie w kolonii było dramatycznie słabe.
To prawda. Mimo tego codziennie robiłem pompki i bardzo dużo chodziłem po celi. Było w nich zimno, więc ruch pomagał się ogrzać. Ale nie chodziło tylko o temperaturę. Aktywność fizyczna pozwalała przełamać monotonię, mobilizowała do działania. Jeśli jednego dnia zrobiłem sto pompek, następnego chciałem zrobić sto jeden. To dało cel i motywację.

Wypełniało dzień.
Dokładnie. Zwłaszcza wtedy, gdy byłem całkowicie odizolowany. W zasadzie miałem tylko listy, ćwiczenia i książki.

Jak często otrzymywał Pan korespondencję?
Różnie. Bywały okresy, kiedy listy przychodziły regularnie. Rodzice, żona pisali często. Ale zdarzały się też momenty, gdy administracja wstrzymywała korespondencję i przez wiele tygodni nie dostawałem nic. Później nagle przychodziło sześć, siedem albo osiem listów naraz.

A książki? Skąd Pan je brał?
Korzystałem z więziennej biblioteki. Było tam około pięćset książek, a można było wypożyczyć jedną tygodniowo.

Co Pan czytał?
Głównie klasykę rosyjską i sowiecką. Uczyłem się też na pamięć poezji. Czytałem Schillera, Goethego, Puszkina, Lermontowa, Byrona.

Miał Pan kontakt z innymi więźniami?
Tak. Siedziałem z bardzo różnymi ludźmi. Między innymi z jednym z przywódców grup przestępczych z lat dziewięćdziesiątych. Był oskarżony o sześć zabójstw, dwa mu udowodniono. Po dwudziestu czterech latach miał wyjść na wolność.

Administracja dobierała takich współwięźniów celowo?
Takie miałem wrażenie. Wybierano osoby, które z ich punktu widzenia mogły być dla mnie szczególnie uciążliwe. Raz na przykład siedziałem z człowiekiem skazanym za pobicie ze skutkiem śmiertelnym po alkoholu. Jedynym tematem, o którym potrafił rozmawiać, było chłanie. Trudno było znaleźć wspólny język, ale za to dowiedziałem się bardzo dużo o alkoholizmie.

Jak on znosił odstawienie alkoholu?
Kiedy siedzieliśmy razem, był już od kilku lat w więzieniu, więc ten etap miał akurat za sobą.

Co pomagało Panu funkcjonować wśród tak różnych ludzi?
To, że jestem dziennikarzem. Przyzwyczaiłem się dostrzegać w każdym człowieku jakąś historię. Każdy jest potencjalnym tematem. Każdy ma własne doświadczenia i własny sposób patrzenia na świat.

Bywały okresy, kiedy listy przychodziły regularnie. Ale zdarzały się też momenty, gdy przez wiele tygodni nie dostawałem nic

Zbierał Pan materiał do książki?
Nie. Po prostu człowiek stara się zrozumieć innych. Kiedy się jest w zamknięciu, kontakt z drugim człowiekiem jest jedną z niewielu rzeczy, które pozostają.

Miał Pan chwilę zwątpienia?
Nie.

Nigdy? Nawet przy ważnych momentach, jak na przykład Boże Narodzenie?
Oczywiście, w takich momentach robi się szczególnie ciężko. Tym bardziej, że miałem świadomość, że jestem sam, bez żony, bez dzieci, że nie widzę, jak dorastają. Najbardziej ucierpiał mój syn. Gdy mnie zabrali, miał 11 lat, a kiedy wyszedłem i zobaczyłem go po raz kolejny, miał już 16 lat. Inne dziecko. Zawsze sobie obiecywałem, że będę przy nim, kiedy on będzie dorastał, że pomogę mu przez to przejść, bo to w życiu każdego dziecka trudny okres. Niestety, stało się inaczej, on musiał sobie z tym radzić beze mnie. Chwila zwątpienia.

Współwięźniowie patrzyli na Pana jako więźnia politycznego?
To była bardzo niejednoznaczna sytuacja. Wiedzieli, że wobec mnie stosowane są szczególnie surowe warunki. Obawiali się, że konsekwencje mogą spaść również na nich tylko dlatego, że siedzą ze mną w jednej celi.

W jaki sposób?
W więzieniu często nie karze się jednej osoby, ale całą grupę. To dodatkowo wzmacnia poczucie zależności i presję.

Ilu więźniów przebywało w jednej celi?
To się zmieniało. Jeśli mówimy o ostatnich trzech latach w Nowopołocku, cela była przeznaczona dla sześciu osób, ale najczęściej siedziały w niej cztery.

Na czym polegały te zbiorowe szykany?
Na przykład codziennie włączano przez głośniki tak zwane lekcje wychowawcze. Łącznie trwały około dwóch i pół godziny dziennie, puszczano je po sześć-siedem razy z rzędu.

Czego dotyczyły?
Różnych tematów, na przykład tego, że alkohol jest szkodliwy dla zdrowia. Formalnie była to część programu resocjalizacyjnego prowadzonego przez odpowiedni dział Ministerstwa Spraw Wewnętrznych. Wszyscy jednak zdawali sobie sprawę, że nie chodzi o treść tych wykładów. Chodziło o dodatkową presję psychiczną. Te nagrania były odtworzane codziennie, bez

przerwy, siedem dni w tygodniu.

Rozmawiał Pan z innymi więźniami o polityce?
Generalnie starano się unikać takich tematów.

Nikt nigdy nie wspomniał o Aleksandrze Łukaszence?
W pierwszym roku siedziałem z człowiekiem, który bardzo chętnie poruszał ten temat. Był recydywistą i często próbował prowokować rozmowy polityczne. Ale to brzmiało fałszywie. Trudno było nie odnieść wrażenia, że robi to celowo. Poza tą sytuacją kwestii politycznych właściwie nie poruszaliśmy.

Trafił Pan do kolonii karnej niedługo po protestach związanych z fałszerstwami wyborów prezydenckich w 2020 r. Jak się zmieniła Białoruś przez te pięć lat?
Moim zdaniem sytuacja jest znacznie gorsza niż w 2021 roku. Białoruś znajduje się dziś bardzo blisko pełnego państwa totalitarnego.

Jaki to ma wpływ na polską mniejszość na Białorusi?
Działalność polskich organizacji została bardzo mocno ograniczona. Nauka języka polskiego odbywa się praktycznie wyłącznie poza systemem państwowym. Funkcjonują szkoły społeczne i niedzielne, w których dzieci mogą uczyć się języka. Łącznie korzysta z nich kilka tysięcy uczniów. Proszę pamiętać, że w szkołach państwowych zlikwidowano nauczanie języka polskiego. Wiele placówek zostało zrusyfikowanych lub przekształconych. Polski punkt widzenia praktycznie nie istnieje. Historia jest przedstawiana inaczej, akcenty są rozłożone zupełnie inaczej. Dotyczy to zarówno dziejów Polski, jak i wspólnej historii polsko-białoruskiej.

To co się mówi o bitwie pod Grunwaldem?
Oczywiście, bitwa pod Grunwaldem jest obecna w programie, ale nie budzi szczególnych emocji. Najważniejszym punktem odniesienia pozostaje bitwa pod Stalingradem i pamięć o II wojnie światowej w sowieckim wydaniu.

Przez lata o Pana uwolnienie zabiegały organizacje międzynarodowe, Polska, Stany Zjednoczone. Czy odczuwał Pan to wsparcie, będąc w więzieniu?
Tak, zdecydowanie. Nie wiedziałem, że jestem blisko wyjścia na wolność, ale czułem wsparcie i miałem świadomość, że ludzie o mnie pamiętają.

Kiedy dowiedział się Pan, że tym razem rzeczywiście może zostać zwolniony?
Do samego końca trudno mi było w to wierzyć. Dopiero

WYDARZENIA

Jeśli Rosja znajdzie się w głębokim kryzysie, Białoruś może otrzymać szansę na większą samodzielność i wyjście ze strefy rosyjskich wpływów

w ostatniej chwili zacząłem dopuszczać do siebie myśl, że rzeczywiście mogę opuścić więzienie. Choć też od razu chciałem się dowiedzieć, czy będę mógł wrócić na Białoruś.

Oddali Panu paszport?
Tak. Miałem paszport i przekroczyłem granicę z ważnym dokumentem. Wiedziałem, że będę mógł wrócić na Białoruś. Nie wszyscy byli w takiej sytuacji. Bywało, że ludzi po prostu wydalano bez dokumentów i bez możliwości powrotu.

Często mówi Pan o tym, że chciałby wrócić na Białoruś. Nie obawia się Pan, że ponownie stałby się celem władz?
Oczywiście, taki scenariusz jest realny. Jednak reżimowi zależy przede wszystkim na kwestiach gospodarczych. W pewnych momentach poprawa relacji z Zachodem staje się dla niego korzystna ekonomicznie. Dlatego pewnie w najbliższym czasie nie wydarzy się nic niepokojącego. Natomiast trudno przewidzieć, jak sytuacja będzie wyglądała za kilka lat.

Jak duże jest ryzyko, że Białoruś jednoznacznie wesprze Rosję w wojnie z Ukrainą?
Ani Białoruś, ani Rosja nie są obecnie zainteresowane takim scenariuszem. Trzeba pamiętać o ogromnej różnicy pomiędzy doświadczonym ukraińskim wojskiem a białoruską armią, która w dużej mierze składa się z osiemnastolatków z kałasznikowami. Wojsko białoruskie nie jest potęgą militarną i wszyscy mają tego świadomość.

Na koniec jeszcze wątek najbardziej ogólny. Białorusini przez lata uchodzili za społeczeństwo bierne politycznie. Protesty z 2020 r. zaskoczyły wszystkich – ale one zgasły i już nie wróciły. Na jakim etapie znajduje się dziś społeczeństwo białoruskie? Trzymając analogię z Polską przed upadkiem komunizmu – są w roku 1970, czy raczej w 1981?
Przed wszystkim nie należy analizować Białorusi przez pryzmat polskich doświadczeń historycznych. Polacy naturalnie szukają analogii we własnej historii. Rozumiem to, ale odradzam. Przed wszystkim dlatego, że Białoruś rozwijała się inaczej. Jesteśmy bliższymi narodami, ale doświadczenia historyczne mamy odmienne.

Co nas różni?
W dużym uproszczeniu można powiedzieć, że Polacy przez stulecia, nawet gdy było to niekorzystne, wybierali orientację zachodnią. Białorusini znacznie częściej wybierali orientację wschodnią, nawet jeśli nie zawsze przynosiła im ona korzyści. To jedna z fundamentalnych różnic historycznych.

Ten podział jest trwały? Granica pomiędzy Wschodem a Zachodem zostanie na stałe wyznaczona na Bugu?
Takie ryzyko istnieje, choć nie uważam, żeby to było przesądzone. Dziś rozmawiamy w czasie wojny w Ukrainie i nikt nie jest w stanie przewidzieć, jak zakończy się ten konflikt ani w jakiej kondycji znajdzie się Rosja po jego zakończeniu. A od tego w bardzo dużym stopniu zależy przyszłość Białorusi. Jeśli Rosja znajdzie się w głębokim kryzysie, Białoruś może otrzymać swoją szansę na większą samodzielność i wyjście ze strefy rosyjskich wpływów.

Ale to już raczej bez Aleksandra Łukaszenki?
Trudno przewidywać personalne scenariusze. Historia często zaskakuje.

Niektórzy widzą przyszłość Białorusi w środowiskach emigracyjnych i formacjach takich jak Pułk Kalinowskiego. Czy może on odegrać rolę podobną do tej, jaką dla Polski odegrała kiedyś Pierwsza Kompania Kadrowa?
Mam co do tego duże wątpliwości. To znowu jest próba interpretowania białoruskiej rzeczywistości przez polskie doświadczenia historyczne. Nie jestem przekonany, że ten model można bezpośrednio przenieść na grunt białoruski. Naprawdę społeczeństwo białoruskie ma inne doświadczenia historyczne i inne wzorce zachowań. Jest taki znany białoruski filozof, Władysław Akudowicz, który powiedział kiedyś, że z punktu widzenia wielu Białorusinów bohaterstwo bywa postrzegane jako nierozsądne. Według niego w białoruskiej mentalności silnie obecny jest model przetrwania – ukryć się, przeczekać, zachować siły.

Zgadza się Pan z tą diagnozą?
To nie jest moja diagnoza, jedynie przywołuję opinię filozofa. Uważam jednak, że warto brać pod uwagę takie interpretacje, ponieważ pomagają zrozumieć specyfikę białoruskiej historii i społeczeństwa. Naprawdę nie szukajmy analogii z Legionami Piłsudskiego czy Solidarnością. Jeśli chcemy zrozumieć Białoruś, powinniśmy patrzeć na nią przede wszystkim przez pryzmat jej własnych doświadczeń, a nie szukać na siłę analogii do polskiej historii.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Najlepsze sanatoria dla osób z chorobami serca

Masz nadciśnienie, jesteś po zawale albo operacji serca i słyszysz od lekarza: „proszę wyjechać do sanatorium”? To

nie jest tylko formalność. Dobrze dobrane uzdrowisko może realnie poprawić wydolność serca, obniżyć ciśnienie i zmniejszyć ryzyko kolejnych epizodów choroby. W Polsce nie brakuje miejsc, które specjalizują się w terapii kardiologicznej.

ZA TYDZIEŃ:

- Pierwsze objawy osteoporozy mogą zaskoczyć. Reaguj, zanim dojdzie do złamania
- Najgorsze sanatoria Krynicy-Zdroju. Jak masz tam przydział, lepiej staraj się o zmianę



FOT. FREEPIK.COM

Rak nerki. Osłabienie, chudnięcie i brak apetytu to czerwone flagi

Marta Siesicka-Osiak
redakcja@stronazdrowia.pl

Rak nerki występuje rzadko, ale śmiertelność w jego przypadku jest wysoka. Wynika to z tego, że często jest wykrywany w późnym stadium. Dlatego warto wiedzieć, jakie są jego pierwsze objawy.

W Polsce rak nerki stanowi około 3-4 proc. nowo rozpoznanych guzów. Daje to liczbę około 5 tys. nowych przypadków rocznie. U dorosłych pacjentów najczęściej rozpoznawany jest rak nerwokomórkowy nerki (RCC), który stanowi około 90 proc. wszystkich złośliwych nowotworów nerek, natomiast u dzieci najczęściej diagnozuje się guz Wilma. Rocznie na nowotwór nerek umiera w Polsce około 2500 osób.

Wśród wszystkich nowotworów złośliwych układu moczowego rozpoznawanych w Polsce i w Europie rak nerki jest na trzecim miejscu po raku prostaty i nowotworach pęcherza moczowego.

Przyczyny rozwoju nowotworu nerki nie zostały dotychczas szczegółowo poznane. Jest jednak wiele czynników zwiększających ryzyko wystąpienia zmian nowotworowych w nerkach. U około 3 proc. pacjentów rak nerki jest uwarunkowany rodzinnie. W rzadkich przypadkach rak nerki może być uwarunkowany genetycznie i wchodzić w skład zespołu VHL (von Hippel-Lindau). Nowotwór nerki jest też statystycznie częstszy u osób z nabytą torbielowatością nerek i u pacjentów dializowanych. Inne czynniki zwiększające ryzyko wystąpienia choroby to:

- nadwaga i otyłość,
- mała aktywność fizyczna,
- palenie papierosów,
- nadciśnienie tętnicze,
- picie nadmiernych ilości alkoholu,
- dieta z dużą zawartością białka zwierzęcego,
- nadużywanie środków przeciwbólowych,
- stany immunosupresji wynikające z infekcji HIV.



W początkowym stadium rak nerki zazwyczaj nie daje żadnych objawów

Pierwsze objawy raka nerki

W początkowym stadium nowotwór nerek nie daje żadnych objawów. Jedynie u około 25-40 proc. pacjentów rak nerki wykrywany jest we wczesnym, bezobjawowym okresie na podstawie przypadkowego wykonanego badania. Kiedy nowotwór wykrywany jest późno, w stadium przerzutów, maleją szanse nie tylko na wyliczenie, ale i na przeżycie.

Objawy, które powinny zaniepokoić i skłonić do wizyty u lekarza oraz przeprowadzenia badań w kierunku wykluczenia nowotworu nerek, to:

- ogólne osłabienie,
- brak apetytu,
- utrata masy ciała,
- stany podgorączkowe,
- częste infekcje dróg moczowych,
- nocne poty,

- uporczywy kaszel,
- wysokie OB,
- obrzęki kończyn dolnych,
- osłabienie układu odpornościowego.

W zaawansowanym stadium choroby pojawiają się symptomy określane jako tzw. triada objawów Virchowa. Należą do nich silne bóle w okolicy lędźwiowej, krwimocz oraz guz wyczuwalny przez powłoki brzucha.

Diagnostyka i leczenie raka nerki

Najskuteczniejszym sposobem diagnostyki raka nerki, rów-

W Polsce rak nerki stanowi około 3-4 proc. nowo rozpoznanych guzów. Daje to liczbę około 5 tys. nowych przypadków rocznie

nież we wczesnym stadium, jest USG jamy brzusznej oraz tomografia komputerowa (CT).

Leczenie raka nerki w ponad 85 proc. przypadków polega na chirurgicznym usunięciu guza, zazwyczaj z oszczędzeniem niezmienionego miększego narządu.

U większości pacjentów operacja wykonywana jest laparoskopowo lub laparoskopowo z asystą robotów chirurgicznych.

Jeśli guz jest duży i wychodzi poza narząd lub zajmuje aparat naczyniowy nerki, w niektórych przypadkach usuwana jest cała nerka, szczególnie gdy nowotwór jest zdolny do wytworzenia czopa rakowego wrastającego do światła centralnego układu żylnego.

U tych z pacjentów, u których choroba została rozpo-

znana w stadium przerzutów do innych narządów, stosuje się leczenie onkologiczne. Innowacyjną metodą jest immunoterapia, która polega na reaktywacji układu odpornościowego pacjenta do walki z nowotworem. W Polsce pacjenci od kilku lat mają dostęp do programu lekowego obejmującego immunoterapię niwolumabem w II linii leczenia raka nerki.

Jak podaje Zwrotnik Raka, innowacyjnym rozwiązaniem w przypadku wysoce wyselekcjonowanej grupy chorych z tym nowotworem, jest krioblacja guzów nowotworowych. To nowa metoda leczenia raka nerki, która polega na zamrożeniu tkanki (poniżej 40 stopni Celsjusa), w wyniku czego w zmienionej chorobowo tkance powstają kryształki lodu, które następnie uszkadzają struktury wewnątrz

komórek oraz ich błonę. Powoduje to uszkodzenie naczyń odżywiających guza, a w następstwie jego martwicę.

Rak nerki – jak zapobiegać tej chorobie?

Podstawą zapobiegania są badania profilaktyczne. Każda dorosła osoba powinna w ramach profilaktyki raz do roku wykonać USG jamy brzusznej, które pozwala wykryć zmiany nowotworowe w nerkach we wczesnym stadium.

Do profilaktyki raka nerki należą też:

- zdrowy tryb życia,
- odpowiednia dieta,
- dbanie o prawidłową masę ciała,
- rezygnacja z używek (papierosów, alkoholu),
- nienadużywanie środków przeciwbólowych.

Najlepsze sanatoria w Polsce dla osób z chorobami serca i układu krążenia

Ola Głowacka
redakcja@stronazdrowia.pl

Masz nadciśnienie, jesteś po zawale albo operacji serca? Dobrze dobrane uzdrowisko może realnie poprawić wydolność serca, obniżyć ciśnienie i zmniejszyć ryzyko kolejnych epizodów choroby.

Sanatoria kardiologiczne to placówki dla osób z chorobami układu krążenia, takimi jak choroba wieńcowa, niewydolność serca czy stan po zawale lub operacji bypass. Oferują kompleksową rehabilitację, m.in. kinezyterapię, fizykoterapię, leczenie uzdrowskowe i opiekę specjalistów.

Wśród najbardziej cenionych miejsc w Polsce znajdują się:

- **Nałęczów** - jedno z najważniejszych polskich uzdrowisk kardiologicznych, znane z łagodnego mikroklimatu i bogatej oferty rehabilitacji serca. Szczególnie polecany jest Kolejowy Szpital Uzdrawiskowy w tej miejscowości.

- **Ciechocinek** - słynny z tężni solankowych i klimatu sprzyjającego układowi krążenia. Warte uwagi jest m.in. Sanatorium Uzdrawiskowe Chemik.

- **Busko-Zdrój** - uzdrowisko z ponad 190-letnią tradycją, którego wody siarczkowe wspierają leczenie chorób układu krążenia. Flagowym obiektem oferującym kompleksową opiekę kardiologiczną jest Uzdrawiskowy Szpital Kompleksowej Rehabilitacji „Krystyna”.

- **Krynica-Zdrój** - górskie uzdrowisko z dostępem do wód mineralnych i rozbudowaną bazą rehabilitacyjną. Najwyżej oceniane placówki to Nowe Łazienki Mine-



Mikroklimat Nałęczowa sprzyja obniżaniu ciśnienia i regeneracji serca

ralne, Sanatorium Wojskowe czy Sanatorium Leśnik-Drzewiarz.

- **Polanica-Zdrój i Kudowa-Zdrój** - dolnośląskie ośrodki uzdrawiskowe prowadzące m.in. rehabilitację kardiologiczną. W profilaktyce i leczeniu chorób kardiologicznych oraz nadciśnienia tętniczego specjalizuje się m.in. Sanatorium Uzdrawiskowe Zdrowie.
- **Ustroń** - silne zaplecze rehabilitacyjne i specjalizacja w chorobach serca oraz układu krążenia; W Uzdrawisku Ustroń oferowana jest nowoczesna rehabilitacja kardiologiczna.

- **Kołobrzeg i Świnoujście** - nadmorskie uzdrawiska, gdzie leczenie wspiera także klimat morski. Dużą estymą cieszy się Sanatorium MSWiA.

We wszystkich tych miejscach pacjenci mogą liczyć na programy rehabilitacyjne dopasowane do stanu zdrowia, a także edukację dotyczącą stylu życia, diety i aktywności fizycznej.

W przypadku chorób układu krążenia ogromne znaczenie ma nie tylko baza zabiegowa, ale także klimat.

Ekspertki podkreślają, że dla pacjentów kardiologicznych najlepsze są uzdrawiska:

- **nizinne i podgórskie**, gdzie nie występują duże wahania ciśnienia i tlenu,
- **o łagodnym, stabilnym klimacie**, których nie obciąża układ krążenia.

Dlatego tak dużą popularnością cieszą się miejscowości takie jak Nałęczów czy Ciechocinek, gdzie warunki środowiskowe sprzyjają rekonwalescencji i nie powodują nadmiernego wysiłku dla serca.

Klimat morski również ma swoje zalety. Powietrze bogate w aerozol solny i jod poprawia funkcjonowanie organizmu, wspiera układ oddechowy i pośrednio korzystnie wpływa na krążenie.

Z kolei klimat górski może być korzystny, ale tylko przy umiarkowanej wysokości. Wysokie góry są przeciwwskazane dla osób z niewydolnością serca, ponieważ mogą prowadzić do niedotlenienia organizmu.

W leczeniu uzdrawiskowym kluczową rolę odgrywają odpowiednie dobrane zabiegi, które wspierają pracę serca i poprawiają kondycję układu krążenia. W sanatoriach kardiologicznych stosuje się przede wszystkim kinezyterapię, czyli specjalistyczne ćwiczenia ruchowe prowadzone pod nadzorem fizjoterapeuty, dostosowane do wydolności pacjenta i etapu choroby. Duże znaczenie mają również zabiegi fizykoterapeutyczne i hydroterapia, w tym kąpiele solankowe czy mineralne, które poprawiają krążenie i pomagają obniżyć napięcie mięśniowe.

Uzupełnieniem terapii są masaże lecznicze, treningi oddechowe oraz programy edukacyjne, uczące zdrowego stylu życia i kontroli czynników ryzyka, takich jak nadciśnienie czy otyłość. Regularna aktywność fi-

zyczna prowadzona w bezpiecznych warunkach uzdrawiskowych zwiększa wydolność organizmu i wspiera działanie leczenia farmakologicznego.

W praktyce to właśnie połączenie ruchu, zabiegów i nadzoru specjalistów sprawia, że pobyt w sanatorium może znacząco poprawić stan zdrowia pacjenta po zawale, operacji serca czy w przebiegu chorób przewlekłych układu krążenia. Leczenie uzdrawiskowe w Polsce można odbyć zarówno w ramach NFZ, jak i prywatnie. Każde z tych rozwiązań ma swoje plusey i ograniczenia. Aby wyjechać do sanatorium na NFZ, trzeba spełnić kilka warunków. Podstawą jest skierowanie od lekarza, który oceni, czy pacjent kwalifikuje się do leczenia uzdrawiskowego. Skierowanie trafia następnie do NFZ, gdzie jest weryfikowane przez lekarza balneologa. Pobyt w sanatorium trwa zazwyczaj 21 dni, a NFZ finansuje zabiegi medyczne. Pacjent pokrywa natomiast koszty dojazdu oraz częściowo zakwaterowania i wyżywienia.

Największym problemem jest czas oczekiwania. Obecnie wynosi on średnio około 8-10 miesięcy, choć w niektórych regionach może być krótszy lub dłuższy. Alternatywą jest wyjazd prywatny. W takim przypadku nie trzeba czekać w kolejce, można samodzielnie wybrać termin i miejsce, a koszty ponosi się w całości samodzielnie. To rozwiązanie często wybierają osoby po świeżych zabiegach kardiologicznych, które nie chcą odkładać rehabilitacji.



Bardziej sterylne warunki życia i wyższe standardy higieny przyczyniają się do wzrostu częstości alergii

Coraz więcej chorych. Przyczyną warunki bytowe

oprac. Katarzyna Zawada
redakcja@stronazdrowia.pl

Europa mierzy się dziś ze wzrostem zachorowań na alergię i astmę. Jeśli nie będą wprowadzane nowoczesne rozwiązania terapeutyczne, problem będzie narastać.

Z badań wynika, że w Europie Zachodniej na astmę cierpi aż 16 proc. populacji, na alergiczny nieżyt nosa 26 proc., a na atopowe zapalenie skóry 13 proc. W krajach północnej i wschodniej Europy te odsetki są nieco niższe i wynoszą odpowiednio 10,4 proc., 16,8 proc. oraz 8,8 proc. Specjalista wskazuje, że w Polsce nawet ok. 30-40 proc. mieszkańców może zmagać się z jakąś formą choroby alergicznej. Astma dotyczy około 5-7 proc. Polaków, a alergiczny nieżyt nosa 15-20 proc.

- Na szczęście w większości przypadków jest to astma łagodna, natomiast postacie ciężkie występują znacznie rzadziej. Istotnym problemem pozostaje natomiast alergiczny nieżyt nosa, który dotyczy już 15-20 proc. populacji. Oznacza to, że - w uproszczeniu - co piąta osoba może cierpieć na tę chorobę - mówi prof. Marek Jutel, kierownik Katedry i Zakładu Immunologii Klinicznej Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

Istnieje kilka teorii wyjaśniających przyczyny wzrostu zachorowań na alergię. Jedną z nich jest hipoteza higieniczna, która sugeruje, że bardziej sterylne warunki życia i wyższe standardy higieny przyczyniają się do wzrostu częstości alergii. Coraz częściej jednak wskazuje się na uszkodzenie bariery jelitowej, skómej oraz nabłonka dróg oddechowych.

- Jest to cena, jaką płacimy za kontakt z coraz większą liczbą substancji chemicznych. Prowadzi to do osłabienia integralności bariery, co ułatwia przenikanie alergenów. Komórki układu od-

pornościowego zaczynają wówczas inicjować przewlekły stan zapalny, który sprzyja rozwojowi chorób alergicznych - wyjaśnia ekspert.

Leki biologiczne są przeznaczone głównie dla pacjentów z najcięższymi postaciami chorób alergicznych. Immunoterapia alergenowa jest kluczowa w terapii i powinna być stosowana wcześniej. W Polsce immunoterapią objęte jest około 150 tysięcy pacjentów, podczas gdy w Niemczech około 600 tysięcy, a w Hiszpanii około 1 miliona.

- Chcielibyśmy stosować ją u większej grupy pacjentów i na wcześniejszym etapie choroby. Pacjent może być początkowo uczulony tylko na pyłki traw, a z czasem dochodzi do uczulenia na roztocza, sierść kota czy psa. Wtedy choroba staje się znacznie bardziej zaawansowana immunologicznie i trudniejsza do leczenia - podkreśla profesor.

Styl życia również ma istotny wpływ na rozwój alergii i skuteczność leczenia.

- Liczne badania pokazują związek między nadwagą, otyłością oraz niską aktywnością fizyczną, zmianami składu mikrobiomu a chorobami alergicznymi. Nadwaga, otyłość i niewłaściwy mikrobiom nasilają procesy zapalne w organizmie, co może utrudniać leczenie. Z kolei regularna aktywność fizyczna i odpowiednia dieta mogą istotnie poprawić kontrolę choroby i są w dużej mierze w zasięgu każdego pacjenta.

Prof. Jutel zorganizował w maju pierwszy międzynarodowy Kongres Central and Southern European Allergy and Asthma Alliance (CSEA3). Wspólne działania w ramach większej organizacji zwiększa szansę na to, aby głos ekspertów z tych krajów był realnie słyszalny na forum europejskim. Reprezentuje kraje Europy Środkowej i Południowej, jak Litwę, Estonię, Bułgarię Serbię czy Chorwację. (PAP)

WARTO WIEDZIEĆ

Co warto zapamiętać przed wyjazdem?

Sanatorium nie zastępuje leczenia specjalistycznego, ale jest jego ważnym uzupełnieniem. Dobrze dobrany ośrodek może poprawić wydolność organizmu, obniżyć ryzyko powikłań i nauczyć pacjenta życia z chorobą. Najważniejsze jest dopasowanie miejsca do konkretnej diagnozy i możliwości organizmu. W przypadku chorób serca właściwy wybór uzdrawiska często decyduje o tym, czy wyjazd będzie tylko wypoczynkiem, czy realną terapią.

Trzy proste kroki i możesz dostać nawet 700 zł od NFZ. Te warunki trzeba spełnić



Refundację mogą otrzymać nie tylko dzieci i emeryci, ale także wszyscy dorośli, objęci ubezpieczeniem. UWAGA! Refundacja NFZ nie obejmuje całych okularów, a jedynie soczewki. Ramki musisz sfinansować sobie sam

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Nawet 700 zł - tyle może wynieść refundacja od NFZ na soczewki okularowe dla dzieci, dorosłych i emerytów. Sprawdź, jak załatwić sobie dopłatę do nowych okularów.

Problemy ze wzrokiem dotykają coraz więcej Polek i Polaków, na co niemały wpływ ma nasz tryb życia i pracy.

Każdego dnia spędzamy długie godziny na wpatrywaniu się w monitory komputerów i ekrany telefonów.

W dodatku latem naszym oczom grozi dodatkowe niebezpieczeństwo: nasilone promieniowanie UV.

Być może również ty albo twoje dziecko nosicie okulary. Może już pora pomyśleć o ich wymianie, by nowe szkła z odpowiednimi osłonami lepiej chroniły wasze oczy latem?

Niestety, wymiana okularów nie jest taka łatwa z powodu zaporowych cen.

Osoba z większą wadą wzroku, dużo pracująca przy komputerze, może wyjść z salonu optycznego odchudzona o ponad 2 tysiące złotych.

Ale czy wiesz, że Narodowy Fundusz Zdrowia refunduje część kosztów zakupu soczewek do okularów?

Refundację mogą otrzymać nie tylko dzieci i emeryci, ale także wszyscy dorośli, objęci ubezpieczeniem.

Ile wynosi refundacja NFZ na okulary w 2026 roku?

Wysokość refundacji zależy od stanu wzroku.

● Wada do 6 dioptrii, cylinder do 2 dioptrii: otrzymasz tylko do 25 zł na soczewkę, z koniecznością zapłaty 30 procent dofinansowania w ramach udziału własnego.

● Wada powyżej 6,25 dioptrii i cylinder powyżej 2,25 dioptrii: uprawnia cię do 100 zł refundacji na soczewkę, z wymogiem wpłaty tylko 10 procent udziału własnego.

● Wada powyżej 10 dioptrii: refundacja wynosi do 350 zł za soczewkę, z wymogiem 10 proc. udziału własnego.

Możesz więc dostać od 50 do nawet 700 zł refundacji na okulary od NFZ.

UWAGA! Refundacja NFZ nie obejmuje całych okularów, a jedynie soczewki. Ramki musisz sfinansować sobie sam.

Jak uzyskać refundację na okulary z NFZ?

Dorośli mogą uzyskać refundację na okulary raz na dwa lata, dzieci i młodzież do 18. roku życia mogą korzystać z dopłaty w zależności

od potrzeby, nawet co pół roku.

Co trzeba zrobić, by uzyskać refundację?

Wykonaj trzy następujące kroki:

● Uzyskaj skierowanie do okulisty na Narodowy Fundusz Zdrowia od lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.

● Odwiedź okulistę i uzyskaj od niego potwierdzenie wady wzroku oraz zlecenie na soczewki korekcyjne.

● Wybierz się do salonu optycznego, który realizuje usługi w ramach umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia. Cena okularów zostanie pomniejszona o przysługującą ci refundację z NFZ.

WARTO WIEDZIEĆ

Błąd przy wyborze okularów przeciwsłonecznych może narazić na ślepotę.

Aż 60 proc. klientów przy wyborze okularów przeciwsłonecznych kieruje się tym, jak wygląda oprawka. Jednak należy zwrócić uwagę przede wszystkim na ich parametry zdrowotne: ochronę przed UV i polaryzację. Filtr UV odpowiada za blokowanie niewidzialnego promieniowania, z kolei powłoka polaryzacyjna eliminuje uciążliwe odbłaski światła odbitego od płaskich powierzchni, takich jak mokry asfalt czy tafla wody. Dobre okulary muszą łączyć obie te technologie. Ważne, by zwrócić uwagę na obecność filtra UV z oznaczeniem UV400, czyli blokującego całe pasmo promieniowania UVA i UVB.

Refundacja soczewek kontaktowych też jest możliwa

Jeśli nosisz soczewki kontaktowe, Narodowy Fundusz Zdrowia też może udzielić ci refundacji, ale tylko w ściśle określonych przypadkach medycznych.

Do refundacji uprawniają:

● stożek rogówki
● afakia (brak soczewki w oku)
● anizometropia (nierównowzroczność) ponad 4 dioptrie.

Z refundacji na soczewki możesz skorzystać raz w roku. Kwota wynosi do 150 zł dla soczewek miękkich i do 600 zł dla twardych, z wymogiem wkładu własnego 10 procent.

Procedura uzyskania refundacji z Narodowego Funduszu Zdrowia na soczewki kontaktowe wygląda identycznie, jak w przypadku procedury stosowanej podczas refundacji soczewek okularów - cena także zostanie pomniejszona o kwotę refundacji.

Wielki krok w leczeniu nowotworów. Nowa lista refundacyjna przyniesie zmiany

oprac. Dorota Mariańska
dorota.marianska@polskapress.pl

Wiceminister zdrowia Katarzyna Kacperczyk przekazała, że od 1 lipca na liście refundacyjnej znajdują się nowe terapie onkologiczne i leki na choroby rzadkie.

MZ planuje m.in. refundację terapii na raka drobnokomórkowego płuca, ale też raka jelita grubego, dróg żółciowych, endometrium i prostaty.

Dokument ministra zdrowia zawiera listę terapii, które zostaną dodane do listy refundacyjnej.

Po publikacji projektu Ministerstwo Zdrowia daje kilka dni organizacjom pacjentów, lekarzom oraz firmom farmaceutycznym na zgłoszenie uwagi - nowa lista refundacyjna wejdzie w życie 1 lipca.

Jak poinformowała Katarzyna Kacperczyk w rozmowie w RMF FM, w ostatnich latach wyzwaniem dla ochrony zdrowia jest rak drobnokomórkowy płuca. Stanowi on około 13-20 proc. wszystkich przypadków raka płuca. Wiceminister zapowiedziała, że w nowym obwieszczeniu, które wejdzie w życie w lipcu, znajdą się m.in. innowacyjne terapie na ten typ nowotworu.

Ministerstwo Zdrowia planuje także refundację terapii na raka jelita grubego, dróg żółciowych, endometrium i prostaty.

- Wiemy, że onkologia to jest ten obszar, gdzie rzeczywiście mamy i największą śmiertelność, i też największe wyzwania i też największe oczekiwania i potrzeby pacjentów - podkreśliła Kacperczyk.

Jak powiedziała wiceszefowa Ministerstwa Zdrowia,



Wyzwaniem dla ochrony zdrowia jest rak drobnokomórkowy płuca

w ubiegłym roku państwo przeznaczyło na leki 29 mld złotych.

- W planie finansowym na 2026 rok Narodowego Funduszu Zdrowia jest zaplanowane 30 mld zł na refundację leków, z czego połowa to jest refundacja apteczna, czyli to te leki refundowane, które kupujemy w aptece - powiedziała Kacperczyk.

Dodała, że „prawie 15 miliardów złotych to zaawansowane terapie oferowane pacjentom za darmo w programach lekowych”. Kacperczyk zapewniła także, że w Polsce nie zabraknie leków.

Lista refundacyjna jest aktualizowana co trzy miesiące. Są na niej leki i terapie, do których pacjent otrzymuje dopłatę z Narodowego Funduszu Zdrowia lub otrzymuje je bezpłatnie w ramach ubezpieczenia zdrowotnego.

Przypomnijmy, że również 1 lipca w ramach NFZ darmowe będzie badanie niskodawkowej tomografii komputerowej (NDTK) dla osób z grup ryzyka.



W tym roku 15 mld zł będzie przeznaczonych na refundację apteczną

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

JAKIE NAPOJE NA LATO?

Co pić, by orzeźwić się latem?

Już za parę dni formalnie zacznie się w Polsce lato, a choć fala upałów jeszcze nie nadeszła, ostatnie dni były gorące i parne. Taka aura wzmacnia pragnienie. Co pić, by orzeźwić się w pracy, szkole czy na plaży?

Terere, czyli ochłoda i energia z Ameryki Południowej

Picie yerba mate, czyli naparu z ostrokrzewu paragwajskiego, zrobiło się w ostatnich latach bardzo popularne w Polsce. Przygotowanie yerby to miły rytuał, picie przez metalowe rurki ze specjalnych naczynek to ciekawa odmiana od zwykłych kubków i filiżanek, do tego napar uchodzi za zdrowy: zawiera wiele witamin i mikroelementów. Ponie-

waż yerba mate ma w sobie kofeinę, nadaje się jako zamiennik do kawy (pobudza łagodniej od kawy, ale dłużej i bardziej równomiernie), a ponieważ zmniejsza głód, może też służyć jako wspomagacz diety i odchudzania. Zwykłą yerbę zaparza się gorącą wodą, ale jest też wersja naparu na zimno, tradycyjnie pita w krajach Ameryki Południowej. To terere, czyli yerba zaparzana nie gorącą, lecz lodowatą zimną wodą. W takiej wodzie yerba także puszcza soki, a lodowaty napar doskonale orzeźwia.

Jak przygotować terere?

Do przygotowania terere potrzebujesz zwykłego sprzętu do yerby i wody zmrożonej na kość. Do matero wsyp yerbę, zalej zimną wodą, na wierzch połóż kostkę lodu. Odczekaj ok. 5-10 minut, aż napój się zaparzy i gotowe.

Kawa z chininą

Kawa z chininą to kolejny pomysł na poranne pobudzenie na zimno. Chinina ma różne właściwości, a wśród nich i tę, że wzmacnia pocenie się, a więc też naturalne chłodzenie organizmu, jak znalazł w gorące letnie dni. Chinina zawarta jest w toniku, który możesz dodać do kawy, uzyskując pobudzający, a zarazem orzeźwiający napój. W wysokiej szklance umieść kostki lodu, potem wlej do niej wybrany tonik, a na koniec kawę. Nie mieszaj. Dla smaku możesz dodać np. plaster cytryny albo pomarańczy. Pamiętaj, że rozpuszczający się lud będzie stopniowo rozwarł napój, więc kawę z tonikiem należy wypić od razu po przygoto-

waniu, kiedy smak jest najlepszy.

Mrożona kawa frappe



Drugi pomysł na zimną kawę, tym razem na słodko. Kawa frappe to pyszny deser, który zarazem da ci energię do działania letnim popołudniem. Przepis

na cztery porcje jest bardzo prosty: ● Przygotuj ok. 400 ml kawy rozpuszczalnej, wlej naczynie z kawą do lodówki. ● Włóż do lodówki cztery szklanki, by je schłodzić. ● Wymieszaj 80 ml zwykłego mleka i 40 ml skondensowanego, wlej mieszankę do lodówki. ● Zestruj na tarce 320 g czekolady. ● Do ok. 190 ml śmietany kremówki dodaj ekstrakt z wanilii

i ubij całość na krem. Włóż go do woreczka do dekoracji i włóż do lodówki. ● Schłodzone szklanki do połowy napełnij lodem. Wlej kawę i mieszankę mleczną, dodaj po kulce lodów, dopraw ubitą śmietaną i posypką czekoladową.

Lemoniada, ale bez cytryn

Tym razem propozycja napoju bez kofeiny, którym może raczyć się cała rodzina o każde porze gorącego dnia. Domową lemoniadę możesz zrobić z wielu rzeczy, wcale niekoniecznie z cytryn. Na lato świetnie nada się lemoniada z truskawek albo arbuźców, która jest nie tylko pyszna, ale też zdrowa, świetnie uzupełnia potasi elektrolity.

Jak zrobić lemoniadę z truskawek?

Weź ok. 400 g truskawek, usuń szypułki, umyj, zblenduj z cze-

rema szklankami wody. Dla smaku możesz też osobno zblendować dwie cytryny z odrobiną mięty i dodać do truskawek.

Jeśli lubisz słodszy smak, możesz użyć jako słodzika np. syropu klonowego, ale im mniej, tym lepiej.

Jak zrobić lemoniadę z arbuza?

Bardzo podobnie. Weź połowę dużego arbuza, wybierz miąższ, usuń pestki, umieść miąższ w blenderze. Dolej sok, który wyciekł z arbuza, możesz też dodać kawałki cytryny lub wyciśnięty sok cytrynowy, może też odrobinę mięty. Wszystko zblenduj do uzyskania jednolitej konsystencji.

Lemoniadę możesz podawać w wysokich szklankach z kostkami lodu, ale pamiętaj, że rozpuszczający się lód stopniowo rozwodni napój.

Letnia przechadzka może grozić próchnicą

oprac. Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Wiosną i latem chcemy się więcej ruszać, ale aktywności na świeżym powietrzu mogą mieć zły wpływ na nasze zęby.

Pogoda staje się coraz bardziej letnia, co zachęca z jednej strony do planowania urlopów, a z drugiej do większej aktywności na świeżym powietrzu jeszcze przed jakimkolwiek wyjazdem.

Spacery, bieganie czy jazda na rowerze wracają do stałego rozkładu dnia. Oczywiście sport to zdrowie, ale nie wszystkie elementy organizmu znoszą aktywność tak samo dobrze. Dentyści ostrzegają: latem często zapominamy o zębach.

Kiedy więcej się ruszamy, nasze zęby cierpią przede wszystkim na dwa sposoby: przez cukry i kwasy zawarte w suplementach diety dedykowanych aktywnym osobom, i przez niedobór śliny.

Szczególnie szkodliwe są niektóre składniki napojów izotonicznych, którymi być może raczysz się nawet w czasie zwykłego spaceru, bo mają świetnie uzupełniać elektrolity. To może prawda, ale przy okazji wiele z tych specyfików prowadzi do erozji szkliwa i próchnicy zębów.

– Badania pokazały, że wiele izotoników i energetyków ma odczyn pH w okolicach 3, czyli definitywnie kwasowy, a zatem z potencjałem erozyjnym –



Kiedy więcej się ruszamy, nasze zęby cierpią przede wszystkim na dwa sposoby: przez cukry i kwasy zawarte w suplementach diety dedykowanych aktywnym osobom, i przez niedobór śliny

przestrzega lek. dent. Paweł Szczegielniak z Medicover Stomatologia. – Przypomnijmy, że szkliwo ulega erozji już przy odczynie poniżej 4,5.

Jeśli picie izotoniku jest dla nas stałym elementem treningu, powtarzającym regularnie, to długofalowo nie pozostanie bez znaczenia dla zdrowia zębów: szybko pojawiają się odwapnienia i nadwrażliwość, a później próchnica.

Szkodliwe dla zębów są nie tylko kwasy i cukry proste, zawarte w napojach, ale też inne

ich składniki, które laikom trudno jest rozpoznać na etykietach. Np. maltodekstryna nie jest cukrem prostym, tylko wielocukrem, ale też ma potencjał próchnicowy.

Czasem w napojach stosowane są też – zamiast zwykłego cukru – inne słodziki:

– Produkty opisywane jako „bez dodatku cukru” mogą zawierać jego spore dawki pod postacią naturalnych składników: miodu lub syropu z agawy, często też spotykanych w przekąskach czy bato-

nach proteinowych. Dla przykładu: w szklance mlecznego napoju proteinowego mogą być nawet trzy lub więcej łyżeczek cukru. Kolorowa etykieta i sugestia produktu zdrowego „dla sportowców” nie powinny nas zmylić. To konkretne ryzyko próchnicy – mówi doktor Szczegielniak.

Ważną rolę w utrzymywaniu zdrowia całej jamy ustnej pełni ślina, która zabezpiecza zęby i śluzówki, a także remineralizuje szkliwo. W czasie wysiłku często oddychamy przez

usta, co prowadzi do osuszenia jamy ustnej. Wysoka temperatura także powoduje, że ślina jest mniej. A to ma poważne konsekwencje dla naszego zdrowia:

– Kiedy biegamy lub intensywnie ćwiczymy, nasz organizm przełącza się w tryb pełnej mobilizacji. Wtedy produkcja śliny schodzi na dalszy plan, bo ciało skupia się na pracy mięśni i chłodzeniu. W efekcie w ustach robi się sucho, a ta niewielka ilość śliny, która zostaje, staje się lepka i gęsta. Zamiast naturalnie opłukiwać zęby, ślina zaczyna działać jak lep na cukry i bakterie – mówi ekspert. – To sprawia, że nawet pozornie zdrowa przekąska zjedzona na trasie na długo przylega do szkliwa, a brak płynnej śliny uniemożliwia neutralizację kwasów.

Jak zapobiec przykrym konsekwencjom przesuszenia ust i niedoboru śliny? Na szczęście to akurat łatwe: należy pić dużo wody. W ten sposób uzupełniamy płyn, płuczemy zęby, przywracamy normalne pH jamy ustnej i stymulujemy wydzielanie śliny.

A więc następnym razem, gdy wybierzesz się na dłuższy spacer czy bieganie, by skorzystać z ładnej pogody, zwróć uwagę na to, co zamierzasz jeść i pić w czasie wycieczki. Unikaj izotoników zakwaszających zęby i batoników energetycznych pełnych słodzików. Pij raczej dużo wody, dzięki czemu oczyścisz szkliwo i zapewnisz odpowiednio nawilżenie zębów i całej jamy ustnej.

WARTO WIEDZIEĆ

Proste triki, które poprawiają higienę jamy ustnej

● Po umyciu zębów najlepiej wypłuć resztki pasty, a usta jedynie przemyć wodą od zewnątrz. Przyczyna jest bardzo prosta. W zalecanej paście stężenie fluoru to około 1400 ppm, z kolei w typowym płynie do płukania ust to już tylko około 200 do 250 ppm, w płukance specjalnego przeznaczenia już więcej, bo 400 ppm, ale w typowych, tańszych, to zaledwie 100 ppm lub wcale. Natomiast w wodzie kranowej stężenie fluoru jest śladowe. Im dłużej fluorki z pasty będą działały na szkliwie, tym lepiej je zabezpieczą.

● Pasty wybielające, a także te przeznaczone dla palaczy czy miłośników kawy, mogą zbyt intensywnie ścierać szkliwo. Lepiej używać past zawierających enzymy roślinne, jak papaina i bromelaina, oraz inne: z enzymem o nazwie amylglokozydaza. Z badań wynika, że dobrze radzą sobie z rozkładaniem płytki nazębnej, a te pochodzące z papai czy ananasa nawet w niewielkim stopniu rozjaśniają szkliwo zębów.

● Nitkowanie zębów ma ogromne znaczenie, nie tylko dla jamy ustnej. Badania pokazują, że może zmniejszać ryzyko poważnych chorób, takich jak udary, zawały czy nawet choroba Alzheimera.

„Alternatywy 4”. Sąsiedzki tygiel made in PRL

Wojciech Obremski

Jak przedstawić zbiorowy portret mieszkańców kraju na Wisłą schyłku PRL-u, ich przywary, słabości, ale i śmieszności? Stanisław Bareja miał na to odpowiedź - wszak można ich na przykład umieścić w jednym bloku i wyposażić w skrajnie różne cechy, zachowania czy zawody. Wkrótce minie 40 lat od premiery serialu „Alternatywy 4”.

Wydawałoby się, że fabuła serialu nie jest zbyt skomplikowana - oto poznajemy nieznaną wcześniej ludzi (czasami całe wręcz rodziny), które wyczekują od lat dawno upragnionego mieszkania. Traf zrządza, że wszyscy lądują pod tym samym adresem, na warszawskim Ursynowie, konkretnie w nowo wybudowanym bloku przy ulicy Alternatywy 4. W kolejnych odcinkach obserwujemy ich zmagania związane z niedotrzymaniem terminu oddania budynku do użytku, partactwem robotników czy cwaniactwem urzędników. W tle zaś kolejki po mięso, problemy z prądem, historyczne nawiązania (nie zawsze wygodne ówczesnej władzy), a to wszystko podane w sposób, który nie tylko dawał do myślenia, ale i przede wszystkim bawił. Ot, typowy obraz minionej epoki, odpowiednio odbity w krzywym, barejowskim zwierciadle. Tym razem jednak w formie serialu, co dawało reżyserowi większe pole do popisu. Ale i cenzurze, lecz o tym później.

„Nad wszystkim czuwa gospodarz domu”

Sami mieszkańcy? Mamy tu ich cały wachlarz, na tyle różny pod względem charakterów, wykształcenia, a nawet wieku, że nie mogło zabraknąć między nimi okazji do komicznych (ale i dramatycznych) interakcji. Palmę pierwszeństwa dzierżą jednak relacje lokatorów z gospodarzem domu Stanisławem Aniołem, który, przy pomocy sprytnych machinacji, podporządkowuje sobie mieszkańców bloku, sprawując nad nimi realną władzę. Anioł to człowiek, któremu spore ambicje niespecjalnie się spełniły, co próbuje wyładować na sąsiadach i początkowo mu się to nawet udaje. Nie przewidział tylko tego, że jego „podwładni”, jak na Polaków przystało, w obliczu tyranii potrafią się zjednoczyć, zostawiając



„Alternatywy 4” tak naprawdę doceniono po przełomie ustrojowym, a serial z czasem zyskał status kultowego

za sobą wszystkie dotychczasowe niesnaski.

Pomysł na „Alternatywy 4” narodził się jesienią 1979 roku, kiedy to przyszły scenarzysta serialu Maciej Rybiński (felietonista i dziennikarz) odbierał klucze do swojego nowego lokum na warszawskim Okęciu. Wiele do życzenia pozostawiała zarówno jakość wykonanych wnętrz, jak i sami sąsiedzi oraz ich wzajemne relacje. Te obserwacje posłużyły Rybińskiemu do stworzenia scenariusza serialu, zaś wspierał go Janusz Płoński, kolega z redakcji czasopisma „ITD” (oba mieli już na koncie m.in. jeden z odcinków Teatru Sensacji „Kobra”).

- Odpowiedź na nasz pomysł dostaliśmy po dwóch latach. Zamówiono scenariusz, dali nam reżysera, żeby nam pomógł ze scenariuszem. Ale po pierwszym spotkaniu wiedzieliśmy, że ten człowiek, którego nazwiska nie pomnę, jest pozbawiony poczucia humoru. Postawiliśmy się w telewizji. Efekt był taki, że dali nam Bareję. Wtedy już wszystko weszło na dobre tory. Bareja nas uczył pisania scenariusza. On rozumiał ideę tej historii. Pisaliśmy u niego w domu. Napisałiśmy sześć odcinków. Serial był kręcony w stanie wojennym, co

zapewniło „Alternatywom” świetną reklamę. Pakowaliśmy dużo scen ryzykownych, bo wiedzieliśmy, że nawet jeśli cenzura część wykreśli, to sporo z nich zostanie. Telewizja to łykneła i na szczęście zapłaciła - wspominał Janusz Płoński.

Początkowo serial miał nosić tytuł „Nasz dom”, a jego realizację podjął się Stanisław Bareja, któremu Telewizja Polska, po sukcesie „Misja”, zezwoliła na reżyserię. Reżyser zaczął od przygotowania scenopisu (opierając się o tekst Rybińskiego i Płońskiego), zmienił również tytuł serialu na „Stanisław Anioł”. Zamiast zakładanych najpierw sześciu, mniej więcej półgodzinnych odcinków, ostatecznie nakręcono dziewięć, a każdy trwał około godziny. Po raz kolejny, już na dobre, zmodyfikowano tytuł, tym razem na „Alternatywy 4”. Skąd ta zmiana? Jak tłumaczył Bareja Rybińskiemu, Polska, jako „kraj na rozstaju dróg”, ma cztery alternatywy (lewo - prawo - góra - dół).

Postać dozorcę, ironicznie nazwanego Aniołem, była uosobieniem wszechobecnej kontroli obywateli przez państwo, zresztą nie od dziś wiadomo, że gospodarze domów w owym czasie nierzadko

współpracowali z milicją czy Służbą Bezpieczeństwa. A pierwowzorem samego Anioła był niejaki Albin Siwak, komunistyczny aparatczyk, wywodzący się z frakcji moczarców, pnący się błyskawicznie po szczeblach kariery.

Początkowo Bareja chciał, by w Anioła wcielił się Krzysztof Kowalewski (odmówił, twierdząc, że rola jest... cieniutka), Ludwik Pak (nakręcono z nim już nawet kilka scen) lub Stanisław Tym, lecz drugi reżyser Andrzej Swat optował za obsadzeniem w tej roli Romana Wilhelmi (Swat podziwiał jego grę w „Karierze Nikodema Dyzmy”). Będąc przy Paku trzeba dodać, że Bareja typował go również do roli Balcerka (ostatecznie został nim Witold Pyrkosz), jednak plan ten pokrzyżowała choroba alkoholowa aktora.

Plejada gwiazd, robot i striptizerka

Blok, który widzimy w serialu, znajduje się przy ulicy Grzegorzewskiej 3 w Warszawie, ale ujęcia jego wnętrza powstawały już w hali zdjęciowej. Jednak nadszedł 13 grudnia 1981 roku i atelier stało się jednostką zmilitaryzowaną. Pracę trzeba było przerwać. Mimo że

ekipa powróciła na plan już w 1982 roku (pod ostrą kontrolą władz), to pojawił się kolejny problem - trzeba było ubłagać „Solidarność” o pozwolenie na zwolnienie aktorów z bojkotu telewizji. Udało się. Dzięki temu w „Alternatywach 4” widzimy całą plejadę gwiazd ówczesnego srebrnego (i nie tylko) ekranu; prócz Wilhelmi mamy tutaj: Bożenę Dykiel, Kazimierza Kaczorę, Halinę Kowalską, Jerzego Turka, Mieczysława Voitę, Janusza Gajosa, Wiesława Gołasa, Jerzego Kryszaka i wielu innych. W roli czarnoskórego doktora Harvardu Lincolna reżyser obsadził pokrytego ciemną substancją Ryszarda Raduszeńskiego. Zaś w robota kolejkowego Ewy-1 wcieliła się Wanda Kozera-Hyży, aktorka teatru pantomimy Studia Kineo.

- Słyszałem, że scenarzyści wymyślili motyw z robotem kolejkowym przypadkowo. Przeczytali jakąś informację w prasie o facecie, który na Ursynowie zbudował w czteropokojowym mieszkaniu w bloku samolot, tylko nie był go w stanie stamtąd wynieść. Wpadli na pomysł wprowadzenia do serialu wynalazcy robota stojącego w kolejkach bardziej potrzebnego w ówczesnym codziennym życiu - mówił Jerzy Bończak na łamach „Faktu”, czyli serialowy wynalazca Manc. Dodajmy, że jego sympatię Ewę, która była grana przez Hannę Bieniusewicz, raz zastąpiła dublerka.

- W scenie, kręconej w restauracji Kongresowa w Pałacu Kultury, miałam dublerkę, Mariolkę. Była profesjonalną striptizerką, która opracowywała ze mną ten taniec, a przy okazji się zakumplowałyśmy. W serialu miałam tańczyć do rozchylenia się sukienki, zrobić obrót i od tego momentu miał być widoczny szeroki plan, a w nim - już tylko Mariolka. Niestety, sukienka spadła. Zostałam w samych majteczkach, z nagimi piersiami. Widownia konała ze śmiechu na widok piszczałej, wstydlivej striptizerki - śmiała się aktorka.

Bareja w na swój sposób odwdzięczył się „Solidarności”, wplatając sprytnie zawołane aluzje i żarty polityczne. Przykład? Mający konszachty z opozycją profesor Dąb-Rozwadowski mówi w pewnym momencie do słuchawki: „Adam, spokojnie, nie jękać się, co się stało?”.

Kolaudacja serialu nastąpiła jeszcze pod koniec 1982 roku, lecz jej wynikiem była długa li-

sta z rzeczami do poprawki (bądź wyrzucenia).

Cenzura i lewe kasety

Decydom nie przypadła do gustu scena, w której towarzyszył Winnicki opowiada kawał o parówce w d..., nie spodobało się także zakładanie podłuchy u profesora czy (nieślawny) klub lokatora. Cenzorów uwiarał też moment, w którym Winnicki daje sąsiadom wykład o sposobach manipulacji przy użyciu mediów, ponadto chciano, by Bareja dodał... zakończenie z morałem.

Co ciekawe, nie doszukano się faktu, że postacie grane przez Wiesława Gołasa i Mieczysława Voitę podczas swoich dysput rozmawiają o zbrodni katyńskiej czy niechlubnej roli Armii Czerwonej w powstaniu warszawskim.

Koniec końców batalia z cenzorami trwała aż do jesieni 1986 roku, gdy wyemitowano pierwszy odcinek.

Wcześniej jednak serial krążył w podziemnym obiegu na kasetach VHS, skopiowany po cichu przez pracowników telewizji, co paradoksalnie ponoc przyspieszyło decyzję o oficjalnej emisji.

Po premierze, jak to często bywało z produkcjami Stanisława Barei, na głowę reżysera posypały się gromy. Że słaba konstrukcja fabuły, że chaotyczny montaż, że brak spójności itd. Nie przeszkadzało to w świetnym odbiorze serialu przez widzów - oglądalność sięgała 75 procent.

Niesławną kartą w historii serialu jest... jego kontynuacja, nosząca tytuł „Dylematu 5”, której pierwszy odcinek nadano 1 maja 2007 roku. Reżyserem miał być Wojciech Smarzowski, ostatecznie został nim Grzegorz Warchoła (w oryginalnych „Alternatywach 4” grał redaktora). Występuje tu wielu aktorów znanych z oryginału, lecz serial zebrał tak złe recenzje i miał do tego stopnia druzgocący odbiór, że zakończono jego emisję na zaledwie trzech odcinkach.

„Alternatywy 4” tak naprawdę doceniono po przełomie ustrojowym, a serial z czasem zyskał status kultowego. 13 września 2014 roku cykl ponownie zagościł w telewizji, tym razem w wersji zrekonstruowanej cyfrowo i uzupełnionej o usunięte przez cenzurę sceny, które odnaleziono w archiwach Telewizji Polskiej. Dzięki temu produkcja może nadal pełnić rolę swoistej kroniki tamtych, nie tak bardzo przecież szarych, czasów.

MAGAZYN

SPORTOWY24

22.06.2026

Motor wrócił w piątek do treningów. Dzień wcześniej klub natomiast poinformował o zmianie na stanowisku trenera. STR. 18



FOTOWICIECH SZUBARTOWSKI

Rewolucja kadrowa w Motorze Lublin

Rozmowa z Łukaszem Giereszem, trenerem trzecioligowego Hetmana Zamość STR. 19

Trwają zapisy na 32. Święto Roweru w Lubartowie. To już w niedzielę STR. 20

Lubelskie tenisistki stołowe utrzymały się w ekstraklasie. Jakie plany na przyszłość? STR. 23

SPORTOWY24.PL

Jaki ma być Motor Mariusza Misiury?

- Ogień, pasja, zaangażowanie, chęć wygrywania - właśnie to ma cechować Motor pod wodzą Misiury, o czym mówił w rozmowie z mediami klubowymi. - Wszystko, co będziemy robili, to będziemy robili po to, żeby wygrać. Obojętnie z kim będziemy grali, obojętnie na jakim stadionie - uzupełniał 45-letni szkoleniowiec, który już dwa lata temu przymierzany był do Motoru, jednak trener Mateusz Stolarski wywalczył z klubem historyczny awans do Ekstraklasy, po czym został w klubie. A Misiura poszedł do Wisły Płock, z którą rok później dołączył do krajowej elity.

W piątek poprowadził pierwszy trening Motoru, gdzie póki co trwają czystki kadrowe. Z klubem pożegnało się już dwunastu zawodników: bramkarz Ivan Brkić (Legia Warszawa), obrońcy: Filip Wójcik, Arkadiusz Najemski, Paweł Stolarski, pomocnicy: Michał Król (Wisła Płock), Bartosz Wolski (GKS Katowice), Kacper Karasek (Radomiak), Jakub Łabojko (Piaśt Gliwice), Sergi Samper, Mathieu Scalet oraz Bradly van Hoeven, a także napastnik Renat Dadashov.

PKO BP Ekstraklasa Motor Lublin ma nowego trenera i pięciu nowych asystentów

DRUŻYNĘ POPROWADZI MARIUSZ MISIURA

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Mariusz Misiura (ostatnio Wisła Płock) został nowym trenerem Motoru. Razem z nim w Lublinie zjawili się pięciu nowych asystentów.

- Będę trenerem i człowiekiem. Jako trener będę bardzo wymagający. Nie pozwolę, żeby któryś z zawodników stracił jednostkę treningową czy jakiś mecz. A jako człowiek będę ich wspierał, jak tylko mogę. Tak, żeby swój czas w piłce wykorzystali jak najlepiej i osiągnęli jak największe cele, jak największe cele. I chyba najważniejsze, co musimy zrobić, to udowodnić, że niemożliwe nie istnieje - powiedział klubowym mediom.

45-letni Misiura karierę trenerską rozpoczynał od piłki kobiecej. W 2007 r. został szkoleniowcem piłkarek Gryfa Szczecin, które w 2010 roku awansowały do krajowej elity, trzy razy z rzędu grały też w finale Pu-



Mariusz Misiura ostatnio prowadził Wisłę Płock, a wcześniej Znicza Pruszków



FOT. MOTOR LUBLIN/ARCHIWUM

charu Polski (2009-11). Później pracował w Niemczech (Hohen Neuendorf (2. Bundesliga kobiet), skąd wyjechał do Chin, gdzie zaczął pracę w piłce męskiej. W Państwie Środka pracował z młodzieżą, w akademii Guizhou HengFeng.

Po powrocie z Chin, w sezonie 2020/21 objął trzecioligową Wartę Gorzów Wielkopolskim, a kolejnym przystankiem na jego drodze był Znicz Pruszków, który wprowadził z 2. do 1. ligi. Stąd miał trafić do ekstraklasowej Warty Poznań, z którą

zresztą był już dogadany, pod warunkiem, że ta utrzyma się w krajowej elicie, co było niemal pewne. Końcówka sezonu okazała się jednak najgorsza z możliwych dla ekipy z Poznania i Misiura na Ekstraklasę musiał poczekać.

Poszedł zatem do pierwszoligowej Wisły Płock i już w pierwszym sezonie pracy z Nafciarzami wywalczył awans do Ekstraklasy, w której jego Wisła była objawieniem zwłaszcza pierwszej części sezonu, po której była liderem. Finalnie zakończył rozgrywki na ósmym miejscu.

Nie jest tajemnicą, że prezes Zbigniew Jakubas i trener Misiura mają bardzo dobre relacje.

- Moja sympatia do Motoru narodziła się, kiedy rywalizowaliśmy w drugiej lidze (Misiura prowadził wtedy Znicza Pruszków - przyp. red.). Wtedy moja relacja z Goncalo (Feio, wówczas trenerem Motoru - red.) sprawiła, że przyjeżdżałem często oglądać Motor. Pamiętam, że byłem na finale baraży ze Stomilem, gdzie po serii rzutów karnych awansowaliście do pierwszej ligi i widziałem tę radość - wspominał nowo szkoleniowiec zespołu z Lublina.

Razem z nim przyszło pięciu asystentów: Bartosz Bochiński, Krystian Skłodowski, Łukasz Włodarek, Tomasz Włodarek oraz Daniel Kokosiński. ©©

Cztery sparingi przed ligą

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. W trakcie rozpoczętych w piątek przygotowań Motor czekają cztery sparingi: dwa z polskimi zespołami, a dwa z rywalami zagranicznymi.

Do 5 lipca drużyna trenować będzie w Lublinie i w tym czasie czekają ją dwa mecze: pierwszy z zespołem rumuńskiej ekstraklasy Dinamem Bukareszt (26 czerwca) i drugi z pierwszoligową Wartą Poznań (3 lipca).

6 lipca zespół lubelski udaje się na zgrupowanie do Sochocina, gdzie 11 lipca zagra z Polonią Warszawa (1. liga). 16 lipca

żółto-biało-niebiescy wrócą do Lublina, a ich ostatnim sprawdzianem przed początkiem ligi będzie test-mecz z Hapoel Jerozolima (najwyższa klasa rozgrywkowa w Izraelu).

W ostatni weekend lipca Lublinianie rozpoczną trzeci sezon z rzędu w PKO BP Ekstraklasie. Na start czeka ich wyjazd do Łodzi, gdzie 25 lipca (godz. 17.30) zmierzą się z Widzewem. ©©

Plan przygotowań do sezonu 2026/27:

19.06 - powrót do treningów, 27.06 - sparing: Dinamo Bukareszt, 03.07 - sparing: Warta Poznań, 06.07 - początek zgrupowania (Sochocin), 11.07 - sparing: Polonia Warszawa, 16.07 - powrót ze zgrupowania, 17.07 - sparing: Hapoel Jerozolima, 25.07 - pierwsza kolejka PKO Bank Polski Ekstraklasy.



FOT. ARCHIWUM

Przed piłkarzami Motoru cztery tygodnie treningów. Efekty pracy zobaczymy 25 lipca w Łodzi

„Trener Stolarski zbudował sobie w Lublinie pomnik”

KOMENTARZ. Prawie cztery lata w klubie, ponad dwa jako pierwszy trener. Mateusz Stolarski sięgnął z Motorem gwiazd i nie jest to przesadne stwierdzenie. Co otrzymał w nagrodę? Zwolnienie - pisze w swoim komentarzu Kamil Wojdat, dziennikarz „Kuriera Lubelskiego”.

Trener odchodzi jako legenda, jeden z najlepszych trenerów w historii klubu. Wynikami i etyką pracy zbudował sobie w Lublinie pomnik. Nic tego nie zmieni. Kibice będą mu to pamiętać zawsze. Tylko szkoda, że został potraktowany tak a nie inaczej przez prezesa Zbigniewa Jakubasa...

Nie od dzisiaj wiadomo, że to on jest w Motorze wyrocznią, że to od jego decyzji zależy wszystko co ważne w klubie. Jednak nawet jeśli chciał rozstać się z trenerem Stolarskim - choć obiektywnych powodów do tego nie miał - to powinien zrobić to godnie, z szacunkiem. Szacunek należy się każdemu, a zwłaszcza człowiekowi, który wyciągnął Motor z dna 2. ligi do Ekstraklasy. A gdy negocjujesz z innym trenerem za plecami wciąż pracującego, trudno mówić o szacunku.

Mimo to, Mateusz Stolarski zachował klasę do końca.



FOT. ARCHIWUM

Mateusz Stolarski po 32 latach przerwy wprowadził Motor do Ekstraklasy, w której potem zajmował z zespołem siódme i dwunaste miejsce

Po szokującej decyzji prezesa o zwolnieniu, chyba nie było osoby związanej z klubem, którą by pominął przy podziękowaniach, jakie opublikował na Instagramie. Podziękował też prezesowi: Dziękuję właścicielowi klubu za danie mi szansy i prowadzenia Motoru Lublin! - napisał.

Bez wylewania żali, bez żadnych złośliwości, ale z wdzięcznością za to, czego w Motorze doświadczył. Pełna pokora.

I jeśli myślę o tym, z czym mi się kojarzy trener Stolarski, to przede wszystkim z pokorą, ale

też ze spokojem, byciem sprawiedliwym wobec piłkarzy, ludzi, lojalnością, umiejętnością przyznania się do błędów i wzięcia odpowiedzialności za swoje decyzje.

Kiedy były gorsze chwile pod kątem wynikowym, nie szukał wymówek: nie obwiniał sędziów, nie narzekał, że nie dostał transferów, jakich by oczekiwał, nie skreślał piłkarzy, ale ich budował i stał za nimi murem. Atmosfera w drużynie była czymś, co sprawiało, że ta grała często ponad swoje możliwości. Razem ze swoim sztabem wycią-

gnęli z drużyny absolutnego maksa. Siódme i dwunaste miejsce w Ekstraklasie przy kadrze, jaką dysponował, to był maks.

W ciągu kilku tygodni zostało zburzone to, co budowana od czterech lat. Tych zniszczeń już nie ma. Może będą inni, oby. Tego życzy nowemu trenerowi.

I na koniec jedno słowo do trenera Stolarskiego: dziękuję! W imieniu swoim, ale i wszystkich kibiców, bo chyba nie ma takiego, który by się do tych podziękowań nie przyłączył. ©©

„Każda formacja wymaga wzmocnienia”

Marcin Puka
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Łukasz Gieresz, trener Hetmana Zamość podsumowuje czwartoligowy sezon 2025/26 i mówi o celach swojego zespołu na trzecioliigowe rozgrywki.

Cobyło kluczowe w wywalczeniu awansu do Betlic 3. ligi w sezonie 2025/26, który stał się udziałem Hetmana Zamość? Łukasz Gieresz (trener Hetmana Zamość): Kluczowa była konsekwencja w dążeniu do osiągnięcia celu, którą drużyna pokazywała w codziennej pracy treningowej, przygotowując się do realizacji planu meczowego nakreślonego przez sztab szkoleniowy.

Przydarzył się wam moment przestoju. Czuliście na plecach oddech Lewartu Lubartów? Lewart również rozegrał bardzo dobry sezon i bardzo dobrze punktował. Po porażce w Lubartowie pojawił się niepokój, jednak drużyna wykazała się dużą dojrzałością i odpowiedzialnością wygrywając wszystkie mecze do końca roz-

grywek, realizując nasz cel na kolejną przed końcem kampanii.

Strzeliliście aż 109 goli i straciliście tylko 16 bramek. To najlepszy wynik w IV lidze. Bilans bramkowy jest imponujący. W procesie treningowym staraliśmy się pracować kompleksowo, jednak ze względu na to że w większym wymiarze czasu byliśmy na połowie przeciwnika grając przeciwko obronie niskiej, skupiliśmy się na budowaniu gry i finalizacji. W perspektywie całego sezonu stałe fragmenty gry były naszą mocną stroną.

Z jakich elementów gry zespołu jesteście zadowoleni, a gdzie jest jeszcze coś do „wyciśnięcia”?

Najbardziej jestem zadowolony z tego, że zespół sprostał wyzwaniu jakie przed nami postawiono i w przyszłym sezonie Hetman będzie grał w trzeciej lidze, gdzie będziemy konfrontować się z lepszymi drużynami. Żeby skutecznie rywalizować w gronie tych drużyn, musimy podnieść jakość działań w każdej fazie gry.



Hetman Zamość pod wodzą Łukasza Gieresza awansował do Betlic 3. ligi

Czym różni się trzecioliigowy front od czwartoligowych zmagani?

Różnica pomiędzy czwartą a trzecią ligą jest ogromna w intensywności, jakości poszczególnych zawodników oraz organizacji gry. Kadry zespołów trzecioliigowych są szersze i bardziej wyrównane.

Jaki ma być Hetman w trzecioliigowych rozgrywkach?

Pierwszy sezon dla beniaminka jest bardzo trudny. Wszyscy w klubie mamy świadomość ogromu pracy, jaką musimy wykonywać w kompletowaniu kadry oraz organizacji. Za wcześniej jest na rozmowę o szczegółach, jaki bę-

dzie Hetman w przyszłym sezonie. Mamy swój pomysł na dalsze funkcjonowanie zespołu, chcemy wzmocnić rywalizację w drużynie jakościami transferami.

Pozyskaliście już w letnim okienku transferowym ze Świdniczanki Świdnik środkowego obrońcę Jakuba Szymalę. Jak ocenisz ten ruch kadrowy?

Kuba jest doświadczonym piłkarzem, z którym pracowałem już w poprzednich klubach. Zdecydowaliśmy się go pozyskać licząc, że podniesie rywalizację na środku obrony oraz alternatywnie na pozycji numer sześć.

Na jakie pozycje szukacie wzmocnień i kiedy można się spodziewać konkretów? Zdradzisz jakieś nazwiska?

Transfery lubią ciszę. Rozmawiamy z wieloma piłkarzami, zarówno doświadczonymi jak i młodzieżowcami. Prowadzimy równoległe rozmowy z piłkarzami z obecnej kadry w temacie kontynuowania współpracy. Każda formacja wymaga wzmocnienia i w tym kierunku prowadzone są pertraktacje.

Jak plan przygotowani?

Do treningów wracamy 1 lipca. W sparingach zagramy z Górnikiem Łęczna, Janowianką Janów Lubelski, Tomasovią Tomaszów Lubelski, Chelmianką Chełm oraz Pogonią Sokół Lubaczów.

Ile zarobi MOSiR za grę Dynama Kijów na Arenie?

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Dynamo Kijów trzeci sezon z rzędu będzie rozgrywać swoje mecze domowe w europejskich pucharach na Motor Lublin Arenie. MOSiR „Bystrzyca” nie ujawnia zapisów umowy.

- Jest ona poufna i nie możemy przekazać takiej informacji do wiadomości publicznej - odpisała nam miejscna spółka.

Dynamo po raz pierwszy zagrało na Arenie w sezonie 2024/25, w eliminacjach Ligi Mistrzów. W kolejnych sezonach były te same rozgrywki, ale i eliminacje Ligi Europy, Ligi Konferencji oraz faza grupowa LK. Rekordowym pod kątem frekwencji było starcie ze szkockim Rangers FC, które obejrzało 8315 kibiców.

Najbliższy mecz Ukraińców na Arenie odbędzie się 9 lipca. Rywalem Dynama w pierwszej rundzie kwalifikacji do Ligi Europy będzie wówczas rumuński klub Universitatea Cluj. Dwa i pół tygodnia później natomiast rozgrywki w PKO BP Ekstraklasie rozpocznie Motor Lublin, choć zacznie je od wyjazdu do Łodzi. Czy „dzielenie” stadionu w jakikolwiek sposób może wpłynąć na lubelski klub?



Z powodu napaści zbrojnej Rosji na Ukrainę w 2022 r. i toczących się na jej terenie działań wojennych, klub z Kijowa swoje mecze w europejskich pucharach gra w Lublinie

- Obecność Dynama Kijów nie będzie miała wpływu na dostępność obiektu dla Motoru. Mecze europejskich pucharów rozgrywane są w środku tygodnia, natomiast spotkania Ekstraklasy odbywają się głównie w weekendy - informuje MOSiR.

Sprawa obecności Dynama na Arenie przewinęła się w mediach przy okazji kwietniowej wymiany murawy na stadionie. Prezes i większościowy udziałowiec Motoru Lublin Zbigniew Jakubas zaszantażował wówczas MOSiR, groząc tym, że Mo-

tor nie zagra mecze z Lechem Poznań na tak zniszczonej płycie. Murawę wymieniono.

- Ta płyta ma już siedem lat. W zeszłym roku, gdy MOSiR podjął decyzję, że wpuszcza Dynamo Kijów na kilka meczów, za które zarobił kilkaset tysięcy euro, obiecano, że część pieniędzy przeznaczy na wymianę płyty. Bo to nie są miliony, to kilkaset tysięcy złotych, do miliona. Okazuje się, że płyta nie została wymieniona i mamy to, co mamy. O to mam żal - powiedział wtedy portalowi „Weszło!”.

Jeśli chodzi o umowę MOSiR-u z Dynamem na najbliższy sezon, przy jej okazji żadne „obietnice” w kierunku Motoru już nie padły. - MOSiR „Bystrzyca” w Lublinie jest spółką niezależną od Motoru Lublin S.A., w związku z czym nie ma obowiązku konsultowania ani uzgadniania swoich decyzji biznesowych i działań związanych z działalnością komercyjną z innymi podmiotami. Nadmieniamy, że klub Motor Lublin został poinformowany przez nas o podpisaniu umowy z Dynamem - pisze MOSiR. ©©

Górnik zaczął od porażki

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. W pierwszym sparingu przedsezonowym Górnik Łęczna przegrał z Dinamem Bukareszt 1:2.

Mecz drugoligowca z Lubelszczyzny z przedstawicielem rumuńskiej ekstraklasy odbył się w Kielcach. - Graliśmy z dobrym zespołem, a biorąc jeszcze pod uwagę, że to był nasz pierwszy sparing, to ten mecz wyglądał w porządku. Mieliliśmy swoje sytuacje, szkoda, że ich nie wykorzystaliśmy, ale po to są sparingi - powiedział klubowym mediom pomocnik Michał Walski (na zdjęciu), sprawadzony z Puszczy Niepołomice.

Przed zielono-czarnymi jeszcze pięć meczów kontrolnych.

Dinamo Bukareszt - Górnik Łęczna 2:1 (1-0)

Bramka dla Górnika: Dawid Tkacz 84
Górniki: Wilk (46 Kłos) - Hołownia, Deja, Szabaciuk (70 Soja), Ogaga, Walski (58 Kryeziu), Akhmedov (46 Tkacz), Quainoo (58 Stadnicki), Korbecki, Wolsztyński, Siniawski (46 Świerkot)



Piłkarze Górnika wrócili do treningów 11 czerwca. Kolejny sparing rozegrają w Radomiu z Radomiakiem (27 czerwca)

Liczą, że to będzie rekordowe Święto Roweru

Kamil Wojdat

k.wojdat@kurierlubelski.pl

KOLARSTWO. Historia Święta Roweru w Lubartowie sięga 1994 r. Najbliższe (28 czerwca) odbędzie się pod szyldem oficjalnej imprezy Organizacji Narodów Zjednoczonych - Światowego Dnia Roweru

- Na pewno to zwiększa prestiż. Spodziewamy się ponad 20 tysięcy uczestników, a więc rekordu frekwencji - przyznaje Janusz Pożak - organizator wydarzenia, mistrz Polski w kolarstwie szosowym z 1980 roku. - Przygotujemy dla uczestników przepiękne koszulki w barwach ONZ, ze znakiem Światowego Dnia Roweru. Mamy ich już 15 tysięcy, ale zostało jeszcze trochę czasu, więc mam nadzieję, że będzie ich 20 tys. - dodaje.

Koszulki to jedna z wielu atrakcji, które czekają na przybyłych do Lubartowa gości. Nieodłącznym elementem Święta Roweru jest grochówka!

- Poza tym dyplomy, znakowanie rowerów i wiele innych - zwraca uwagę Janusz Pożak. - Dotychczas rozlosowywaliśmy rowery dla uczestników, ale

w tym roku musimy zmienić nieco tę formułę. Też czeka na nich 20 rowerów, ale jako nagrody, które otrzymają najwyższej notowani w każdej z siedmiu kategorii - precyzuje.

Wspomniane kategorie to: najwięcej przejechanych kilometrów (mężczyzna, kobieta), najstarszy uczestnik/uczestniczka, osoby z niepełnosprawnością, najliczniejsza rodzina, najliczniejszy klub.

- 32. Święto Roweru rozpocznie się 28 czerwca o godzinie 8 i potrwa do godz. 18. Kwadrans później czeka nas tradycyjny przejazd peletonu i oficjalne zakończenie imprezy o 19 pod sklepem PSB Mrówka - opisuje Janusz Pożak.

Święto Roweru to nie wyścig

Ideą wydarzenia jest wspólne spędzanie czasu w aktywny sposób i propagowanie zdrowego stylu życia. Każdy z uczestników może wybrać jedną z ośmiu tras, które chce pokonać. - Najkrótsza będzie mierzyć 15 kilometrów, a najdłuższa 62 km - wyjaśnia Janusz Pożak.

W godzinach 8-18 ulica Nowodworska, od składu budowlanego KOZAKBUD, do ulicy Ga-



FOT. KAMIL WOJDAT

Przed rokiem udział w wydarzeniu wzięło ok. 8 tys. uczestników. Teraz ma być więcej

lanego KOZAKBUD, do ulicy Ga-zowej oraz ulica Strefowa będą wyłączone z ruchu. Na pozostałych odcinkach uczestnicy poruszają się na własną odpowiedzialność, z zachowaniem bezpieczeństwa w ruchu drogowym (przy współpracy z OSP Nowodwór i funkcjonariuszami drogówki - przy drodze S19). Za-

chowanie bezpieczeństwa i wzajemnego szacunku na drogach przez cyklistów jak i zmotoryzowanych, to podstawa.

- Tego dnia w Lubartowie na ulicach jest bardzo mało samochodów, bo wszyscy wiedzą, że jest Święto Roweru. Robimy to już tyle lat, że to dla mieszkańców to coś oczywi-

stego - przyznaje organizator. - Zapraszam wszystkich, a zwłaszcza tych, którzy jeszcze nigdy nie byli na Święcie Roweru. Ci, co byli, to wiedzą, jak niesamowita jest tu atmosfera. Możecie aktywnie spędzić z nami czas, poznać piękne trasy i zobaczycie, że będziecie na nie wracać także w przyszło-

ści. Są z nami całe rodziny, ludzie w każdym wieku: od kilkumiesięcznych dzieci po osoby mające powyżej 90 lat - zachęca do udziału.

Najlepsza trasa dla Lublinian

Trasa numer 3 jest najlepszą opcją dla rowerzystów z Lublina, którzy chcą wziąć udział w wydarzeniu. Wystarczy dojechać do punktu kontrolnego - Nasutów Dwór, przy wjeździe do Lasów Kozłowieckich (na rozdrożu dróg w kierunku miejscowości Nowy Staw i Stary Tartak), tam odebrać zaświadczenie uczestnictwa i udać się dalszą trasą na Lubartów, do serca Święta Roweru.

Zapisy tradycyjnie i online

Aby oficjalnie wziąć udział w wydarzeniu i otrzymać pamiątkową koszulkę, trzeba się zapisać. Można to zrobić w dniu wydarzenia stacjonarnie, pod sklepem Mrówka (bądź jadąc z Lublina w Nasutowie Dwór) lub online - jednak w tym drugim przypadku i tak trzeba potwierdzić uczestnictwo w biurze zawodów na miejscu. ©©

Triumf Bartosza Zmarzlika i najbardziej osobliwe Grand Prix w historii

Dawid Foltyniewicz

redakcja@kurierlubelski.pl

ŻUŻEL. Bartosz Zmarzlik wygrał Grand Prix Polski minutę przed północą. Nad Wrocławiem przeszła potężna ulewa, przez którą zawody ruszyły z prawie trzygodzinnym opóźnieniem.

Jeżeli ktoś z organizatorów wymarzył sobie, aby 300. turniej w historii Grand Prix okazał się niezapomnianym wydarzeniem, z przymrużeniem oka można powiedzieć, że jego życzenie się spełniło. Początek zawodów zaplanowano na godz. 19:00, ale ok. 50 minut wcześniej nad Wrocławiem rozpoczęła się potężna ulewa. Kibice momentami oglądali wręcz ścianę deszczu, która spadała na tor. Na domiar złego doszło do zalania parku maszyn. Studzienki kanalizacyjne nie zdołały przyjąć ogromnej ilości opadów, więc żużlowcy, mechanicy oraz reporterzy brodzili po kostki w wodzie - wielu z nich na bosaka.

Konia z rzędem temu, kto w takich okolicznościach postawiłby duże pieniądze na to, że turniej uda się przeprowadzić jeszcze tego samego dnia. - Phil Morris powiedział nam, że w całej historii Grand Prix przełożono tylko kilka rund i dziś nie będzie



FOT. PAP/MACIEJ KULCZYŃSKI

Bartosz Zmarzlik świętował na podium ze swoimi synami: Antonim i Franciszkiem

kolejnej takiej sytuacji - powiedział nam jeden z pracowników Sparty Wrocław.

Dyrektor cyklu okazał się słownym człowiekiem. Gdy tylko opady ustały, obsługa zaczęła zgarniać wodę miotłami, a na tor wyjechał ciężki sprzęt. Uczestnicy pierwszego biegu stanęli pod taśmą o 21:30, ale okazało się, że w wieżycze sędziowskiej doszło do awarii prądu. Prezenter zawodów Jacek Dreczka zdążył już przekazać oficjalną

decyzję o ruszaniu na sygnał zielonej flagi, ale gdy żużlowcy mieli ponownie stanąć na starcie... zasilenie wróciło. Jakby to powiedział młodzi: „absolute cinema”.

Rywalizacja rozpoczęła się na dobre o 21:50. Kibice obejrzeli dobre widowisko, ale niestety nie obyło się bez groźnie wyglądających upadków. W siódmym wyścigu Kacper Woryna zahaczył o JASONA DOYLE'a, a ten o JACKA HOLDERA. Polak wyszedł

z tego bez szwanku, ale obaj Australijczycy opuścili stadion w karetkach. Stal Gorzów przekazała, że Holder złamał rękę. Czekają operacja i kilka tygodni przerwy od startów. Doyle o własnych siłach wrócił do parku maszyn, ale w nim gorzej się poczuł. Służby medyczne założyły mu kołnierzy ortopedyczny, na szczęście nie doszło do poważnego urazu.

Podobne zdarzenia omijały walczących o tytuł Brady'ego



FOT. ANETA KOLESINSKA

To była wielka ulewa

Kurtza i Bartosza Zmarzlika, którzy wywalczyli bezpośredni awans do finału. Dołączyli do nich Robert Lambert i Michael Jepsen Jensen, którzy wygrali biegi barażowe (odpadli w nich Patryk Dudek i Maciej Janowski).

Ostatnia gonitwa dnia to show jednego aktora. Zmarzlik najlepiej ruszył spod taśmy i pewnie pomknął po zwycięstwo - tym cenniejsze, że dzięki niemu odzyskał prowadzenie

w klasyfikacji przejściowej cyklu. Sześciokrotny indywidualny mistrz świata na półmetku sezonu ma trzy punkty przewagi nad Kurtzem, który w finale we Wrocławiu był czwarty.

Kolejną rundę Grand Prix zaplanowano na 11 lipca w szwedzkiej Målilli. ©©

GRAND PRIX POLSKI

Wyniki:

1. Bartosz Zmarzlik (Polska) - 14 (2,3,1,2,3,3) - 20 pkt GP; 2. Robert Lambert (Wielka Brytania) - 13+3 (2,2,1,3,3,2) - 18; 3. Michael Jepsen Jensen (Dania) - 10+3 (1,1,1,3,3,1) - 16; 4. Brady Kurtz (Australia) - 12 (1,3,2,3,3,0) - 14; 5. Anders Thomsen (Dania) - 11+2 (1,3,3,2,2) - 12; **6. Patryk Dudek (Polska) - 8+2 (3,0,2,1,2) - 11;** 7. Leon Madsen (Dania) - 11+1 (3,1,3,2,2) - 10; 8. Jan Kvech (Czechy) - 9+1 (2,1,2,3,1) - 9; 9. Andrzej Lebediew (Łotwa) - 11+0 (3,2,3,1,2) - 8; **10. Maciej Janowski (Polska) - 6+0 (3,0,2,0,1) - 7;** 11. Max Fricke (Australia) - 6 (w,2,3,1,0) - 6; **12. Kacper Woryna (Polska) - 5 (0,2,0,2,1) - 5;** 13. Nazar Parnicki (Ukraina) - 3 (0,3,0,0,0) - 4; **14. Dominik Kubera (Polska) - 3 (1,0,0,1,1) - 3;** 15. Jason Doyle (Australia) - 2 (2,u/-,-,-,-) - 2; **16. Marcel Kowolik (Polska) - 2 (1,1,0,0,0) - 1;** **17. Nikodem Mikołajczyk (Polska) - 0 (0,0,0,0,0) - 0;** 18. Jack Holder (Australia) - 0 (0,u/-,-,-,-) - 0.

Klasyfikacja przejściowa (TOP 15, po 5 z 10 rund):

1. Zmarzlik 82; 2. Kurtz 79; 3. Lambert 63; 4. Michael Jepsen Jensen 61; 5. Holder 55; 6. Fricke 50; **7. Woryna 49;** 8. Madsen 45; **9. Dudek 40;** 10. Doyle 39; 11. Lebediew 32; 12. Thomsen 30; 13. Kvech 27; **14. Kubera 20;** 15. Bewley 18.



FOT. GRZEGORZ WAJDA Z HOUSTON

W MUNDIALOWYM OBIEKTYWIE GRZEGORZA WAJDY. Pomarańczowi rządili w Houston - Holendrzy całkowicie zdeklasowali Szwedów, czyli pogromców naszej reprezentacji w barażach o mundial, wbijając Kristofferowi Nordfeldtowi aż pięć bramek. Do siatki trafiali po dwa razy Brian Brobbey i Cody Gakpo oraz Crysencio Summerville

Piłka nożna Pięć kolejnych bramek, ale w innym kierunku. Szwedzi ponieśli druzgocącą porażkę z Holandią

Houston, mamy problem! Strach pomyśleć, co by zrobili z Polską?

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

Szwecja, która w barażach o mundial wyeliminowała Polskę 3:2 i rozpoczęła turniej od zwycięstwa 5:1 nad Tunezją, poległa w drugim meczu z Holandią 1:5.

Pięć dni po imponującym zwycięstwie nad Tunezją Szwecja poniosła druzgocącą porażkę z Holandią takim samym wynikiem.

Mecz odbył się w Houston, gdzie wcześniej wydano ostrzeżenie przed burzą, ale dzięki zadaszeniu stadionu drużyny grały w komfortowych warunkach. Początek spotkania był zniechęcający dla Szwedów. Holendrzy od pierw-

szych minut rozpetali serię ataków, grając szybko, spójnie i agresywnie. Do 17. minuty Pomarańczowi strzelili dwa gole - oba autorstwa Briana Brobbeya.

Po stracie dwóch bramek Skandynawom udało się odzyskać opanowanie i inicjatywę. Zaczęli dominować w posiadaniu piłki, aktywniej atakować i stwarzać groźne sytuacje pod bramką przeciwnika. W tym momencie mecz się wyrównał i wydawało się, że Szwedzi są w stanie odwrócić losy meczu. Szczególnie wyróżniał się Viktor Gyökeres, który trzykrotnie w pierwszej połowie znalazł się w idealnej sytuacji strzeleckiej. Jednak niezawodny Bart Verbruggen blokował każdy strzał. Jego

pewne parady uniemożliwiły Niebiesko-Żółtym zmniejszenie strat i utrzymanie ciekawego przebiegu meczu.

W drugiej połowie Holandia wróciła do gry z impetem i już kilka minut po przerwie objęła miażdżące prowadzenie. Cody Gakpo strzelił dwa gole i stało się jasne, że Szwecja praktycznie nie miała już żadnych szans. Dwa szybkie gole całkowicie przybiły drużynę Grahama Pottera.

Szwedzi jednak się nie poddali. Starając się uniknąć druzgocącej porażki, zwiększyli presję na bramkę Holandii i zdołali strzelić gola. Anthony Elanga, który wszedł na boisko jako rezerwowy, trafił do siatki zaledwie trzy minuty po wejściu na boisko. Ten gol

dał szwedzkim kibicom nadzieję, że drużyna będzie walczyć, ale niestety tak się nie stało. Niebiesko-Żółci kontynuowali ataki, szukając okazji do zmniejszenia straty, ale ich grze brakowało precyzji i opanowania.

W 89. minucie napięcie w końcu opadło. Crysencio Summerville dopieścił zwycięstwo, strzelając piątego gola Szwecji. Ta bramka przypieczętowała przekonującą wygraną Oranje i podkreśliła różnicę w umiejętnościach między drużynami. Holandia odniosła swoje najwyższe zwycięstwo na mistrzostwach świata od 2014 roku, kiedy to rozbiła Hiszpanię również 5:1 w fazie grupowej.

Szwecja została pierwszą drużyną od 1986 roku, która strzeliła i straciła co najmniej 5 goli w dwóch różnych meczach mundialu. Wówczas to Dania zaliczyła podobną „zmianę wyniku” (6:1 z Urugwajem, ale 1:5 z Hiszpanią).

Selekcjoner Szwedów Anglik Potter wyraził głębokie rozczarowanie ostatecznym rezultatem. Zauważył trudności w szczegółowej analizie meczu, podkreślając, że jego zawodnicy w wielu sytuacjach grali poprawnie: agresywnie atakowali i stwarzali okazje bramkowe. Trener przyznał jednak, że przy tak wielu straconych bramkach nie można było oczekiwać pozytywnego wy-

niku. Według Pottera, zespół z pewnością przeanalizuje popełnione błędy i wyciągnie odpowiednie wnioski: - Oczywiście, jesteśmy bardzo rozczarowani. Trudno analizować mecz - wiele rzeczy zrobiliśmy dobrze: atakowaliśmy, stworzyliśmy sytuacje, ale przy tak wielu straconych golach nie możemy oczekiwać zwycięstwa. Wyciągniemy ze spotkania wiele ważnych wniosków - stwierdził trener Niebiesko-Żółtych.

Szwedzkie media określiły wynik „koszmarem w Houston”. „Zostaliśmy upokorzeni i pożarci przez bezwzględnych, pokazowo wręcz grających Holendrów” - skomentował dziennik „Aftonbladet”.

Gazeta „Expressen” uznała potyczkę z Holandią za „tragiczny koszmar” i zwróciła uwagę, że przed pierwszym gwizdkiem sędziego chyba nikt w Szwecji nie myślał o takim wyniku.

„To była historyczna i publiczna kaźń naszej reprezentacji, która została zjedzona zwycięzcą i na oczach całego nie tylko piłkarskiego świata ośmie-

szona” - skonkludował „Expressen”.

Kanał szwedzkiej telewizji publicznej SVT ocenił, że był to nie tyle zimny, co wręcz lodowaty prysznic w gorącym Houston, a szwedzki zespół był jak sparaliżowany.

„W pierwszym meczu zmiażdżyliśmy Tunezję 5:1, lecz teraz Holendrzy zaaplikowali nam dokładnie to samo lekarstwo. To najwyższa porażka Szwecji w mistrzostwach świata od 76 lat, kiedy w 1950 roku w Brazylii uległa gospodarzom 1:7” - przypomniano.

Imponujące zwycięstwo pozwoliło Pomarańczowym przywrócić swoją pozycję faworyta grupy F i pretendenta do czołowej pozycji w mistrzostwach. Szwecja po zwycięstwie Japonii nad Tunezją 4:0 w Monterrey spadła na trzecie miejsce w grupie i stała się znacznie mniej pewna awansu do fazy pucharowej. W ostatniej rundzie fazy grupowej Szwecja zmierzy się z Japonią w decydującym meczu. Będzie to szansa Skandynawów na odwrócenie ich losu i walkę o wyjście z grupy. „Kluczowy będzie ostatni mecz grupowy z Japonią, tylko jak można myśleć pozytywnie po tak strasznym występie?” - konkludował „Aftonbladet”.

Holandia zagra z Tunezją. Oba mecze odbędą się 26 czerwca o godzinie 1:00 czasu środkowoeuropejskiego. ©

To najwyższa porażka Szwecji w mistrzostwach świata od 76 lat, kiedy w 1950 roku w Brazylii uległa gospodarzom 1:7



Piłkarze Niemiec zapewnili sobie zwycięstwo nad Wybrzeżem Kości Słoniowej 2:1, a trener Julian Nagelsmann powiedział, że to była zasłużona wygrana. Z kolei selekcjoner Słoni Emerse Fae stwierdził, że jest sfrustrowany porażką, której przyczyną był - według niego - brak doświadczenia. Jak jednak dodał, jest dumny z walki, jaką pokazali jego zawodnicy

Piłkarze Reprezentacja Wybrzeża Kości Słoniowej jest wielką nadzieją Afryki na mundialu, ale...

Zmarnowana niemiecka szansa Słoni. Była naprawdę olbrzymia

Jaromir Kruk z Toronto
specjalnie dla Polska Press

Przed spotkaniem z Wybrzeżem Kości Słoniowej Julian Nagelsmann, trener Niemców, przestrzegł przed szybkością rywala z Afryki.

W Toronto jego zespół wspierany przez około 30 tysięcy kibiców przegrywał do przerwy 0:1, ale w drugiej odsłonie na pomoc przyszedł mu Deniz Undav, snajper VfB Stuttgart i... nieskuteczność, a być może także nonszalancja Słoni.

Wybrzeże ma w swoich szeregach obecne i były gwiazdy europejskich boisk. Po 19-letniego Yana Diomande ustawia się kolejka chętnych gigantów. RB Lipsk, który wyłożył

za niego Leganes 20 milionów euro jest pewny, że zarobi na sprzedaży minimum 90 milionów. To jeden z wielu atutów kadry Emerse Fae, jednej z nadziei Afryki na sukces w tym mundialu. Słonie nigdy wcześniej nie wyszły z grupy na mundialu, tym razem powinno być łatwiej, bo na powitanie z imprezą pokonały mocny Ekwador. Promocję do 1/16 finału uzyska aż 8 ekip z trzecich miejsc, a po spotkaniu z Niemcami podopieczni Fae zmierzają się z Curaçao.

- W spotkaniu z Ekwadorem Nicolas Pepe był praktycznie nie do zatrzymania - mówił Nagelsmann, który chyba nie spodziewał się, że piłkarz Villarrealu, a wcześniej między innymi Arsenalu pojawi się na murawie

w Toronto dopiero w 85 minucie. To świadczy tylko o wyborze Fae, uwielbianego przez sympatyków Słoni.

W wyjściowej jedenastce na Niemców znaleźli się zawodnicy klubów kolejno: Caykur Rizespor, Galatasaray, Atalanta, Besiktas, Gil Vicente, Nottingham, Al-Ahli, Trabzonspor, Manchester United, Inter, RB Lipsk. Nazwy robią wrażenie, umiejętności techniczne poszczególnych piłkarzy także, ale w pierwszej części kolegów z ofensywy ze strzelenia gola wyręczył Franck Kessie, zarabiający gruby szmal w Arabii Saudyjskiej. Co jednak nie przeszkadza mu w przykładowym wypełnianiu reprezentacyjnych obowiązków, które sam nazywa zaszczytem. Były gracz AC Mi-

lan i Barcelony zademonstrował dobitkę w stylu rasowego snajpera i dał radość fanom WKS i neutralnej części widowni sympatyzującej z zespołem z Afryki.

Spotkanie wzbudziło bardzo duże zainteresowanie w Toronto, bilety w jego dniu były praktycznie nie do zdobycia. Pod BM Field zgromadziła się grupa chętnych do ich zakupu, za minimum 2000 dolarów, ale nie miał ich kto sprzedawać...

Sztab Wybrzeża Kości Słoniowej ucieszyła informacja o tym, że do Kanady ostatecznie będzie wpuszczony Elye Wahi, który wcześniej nie dostał pozwolenia wskutek podejrzania o ustawianie meczów w Ligue 1. Zawodnika OGC Nice aresztowano 29 maja, lecz szybko został zwolniony i dostał wsparcie z różnych kręgów, także od federacji Słoni. Kandydaci zapowiedzieli, że nie dostanie zgody na wjazd do Toronto, ale po interwencji prawników Wahi dostał pozwolenie. Nie oznaczało to, że z jednej z wyróżniających się postaci z konfrontacji z Ekwadorem skorzysta Emerse Fae. Selekcjoner WKS miał inny plan, może wziął też pod uwagę stresującą sytuację zawodnika OGC Nice przed wylotem do Kanady.

Na występ swojego podopiecznego z Suresnes na BM Field wybudowanym w 2007 roku na finału Mistrzostw Świata U-20 (w 1/8 finału zagrali

tam Polacy z Argentyną) liczył Tomasz Bzymek, który może się poszczycić jeszcze jednym byłym zawodnikiem na najważniejszej tegorocznej imprezie globu - N'Golo Kante z Francji. Wahi nie zapomniał o swoim polskim szkoleniowcu, klubie z Suresnes i nawet ufundował 50 biletów dla młodzieży z miejsca, w którym startował w świecie futbolu. To nie pierwszy taki gest w jego wykonaniu.

- Elye to bardzo dobry chłopak, wdzięczny Suresnes. Wspiera nas jak tylko może, a my cieszymy się, że znalazł się w kadrze Wybrzeża Kości Słoniowej na mundial 2026. Urodził się we Francji, ale jego rodzice to Iworyjczycy, tata zmarł, jak był mały. Wahi grał w juniorskich i młodzieżowych kadrach dla Francuzów, ale gdy stworzyła się okazja reprezentowania ojczyzny rodziców, to z niej skorzystał, posiadając obywatelstwo WKS - mówi Tomasz Bzymek.

Już w swoim drugim spotkaniu dla Słoni Wahi przyczynił się do pokonania towarzysko... Francji, a w trzecim dołożył cegiełkę do zwycięstwa z Ekwadorem w Filadelfii na Lincoln Financial Field. Spełnił tego dnia marzenie, debiutując na mundialu. Kolejny bój kolegów, z Niemcami, obserwował z ławki. Długo wydawało się, że ekipa Fae, jeśli nie wygra, to przynajmniej zremisuje. Niestety dla Słoni, w doliczonym czasie nie udało się im założyć pułapki ofsajdowej, co wykrzesał Deniz Undav, bohater teamu Juliana Nagelsmanna.

Mecz wzbudził bardzo duże zainteresowanie w Toronto. Byli chętni do zakupu biletów za 2 tys. dolarów, ale nikt nie chciał sprzedawać...

- Wiedzieliśmy, że będzie to ciężki mecz. Wchodząc na boisko liczyłem, że zdobędę bramki, takie zawsze mam zadania. Jestem szczęśliwy, że mogłem pomóc, a gra w mundialu to coś wspaniałego. Trudno to nawet opisać. Dziękuję za wsparcie naszym kibicom, byli fantastyczni. Z tego co słyszałem zasiadło ich na stadionie 30 tysięcy. Czuliśmy ich wsparcie - powiedział po meczu Undav. Pochwalił go Manuel Neuer, bramkarz Niemców, chwali cały kraj. Niemcy znów mają drużynę z charakterem, team spirit, a to dużo daje w trudnych momentach.

W strefie wywiadów inaczej zachowali się zawodnicy WKS. Większość z nich przeszła ją w milczeniu, podopiecznym Fae nie chciało się opowiadać o zmarnowanej szansie, naprawdę olbrzymiej. Mundial wciąż trwa, a wielka nadzieja Afryki nadal może w nim odegrać poważną rolę. Potencjał ku temu niewątpliwie ma...©©

Tenis stołowy kobiet Zespół z Lublina zostaje w lidze

Ambitne plany na przyszłość



FOT. ELBRUS STUDIO/LALAK AZS UMCS LUBLIN/FACEBOOK

Największą gwiazdą drużyny jest Natalia Partyka (druga od lewej), która jest zawodniczką lubelskiej drużyny od sierpnia 2025 roku. Baraże rozegrano w dniach 13-14 czerwca

Marcin Puka
m.puka@kurierlubelski.pl

TENIS STOŁOWY. Zawodniczkę LALAK AZS UMCS Lublin mają za sobą debiutancki sezon w ekstraklasie. Do utrzymania potrzebne im były baraże. Cele na kolejne lata są w klubie wyższe.

Ekipa ze stolicy Lubelszczyzny do rozgrywek 2025/26 przystąpiła mocno wzmocniona. Udało się zakontraktować chociażby wielokrotną medalistkę mistrzostw Polski Natalię Partykę, czy dwukrotną triumfatorkę mistrzostw Europy w mikście i deblu, Georginę Potę.

AZS UMCS fazę zasadniczą zakończył na siódmym miejscu, oznaczającym grę w barażach z triumfatorką pierwszej ligi grupy północnej, którym został KS English Perfect AZS UWM Olsztyn.

- Naszym celem było ominięcie baraży. I była na to szansa. Chociażby przegraliśmy trzema piłkami na wyjeździe z SKTS Sochaczew - wyjawia Paweł Janowski, trener Lublinianek. - Wydaje mi się, że klub prowadził trochę złą politykę kadrową. Mieliliśmy ograniczoną liczbę zawodniczek biorących udział w potyczkach o punkty ze względu na budżet i że jesteśmy beniaminkiem. W wielu spotkaniach brakowało nam podstawowych tenisistek i trzeba było wyciągnąć co najlepsze z tego, co się udało sformalizować. Ale zostawmy to, najważniejsze, że się udało wy-

karaskać, chociaż była szansa na wyższą lokatę - dodaje szkoleniowiec.

Mecze barażowe toczyły się pod dyktando AZS UMCS. Wygrał on w delegacji i u siebie po 3:0, co pozwoliło nadal cieszyć się grą w najwyższej klasie rozgrywkowej.

- Byliśmy zdecydowanym faworytem. Jednak ostatnią potyczkę o punkty przed barażami zagraliśmy trzy miesiące temu. Obawiałem się kontuzji i różnych wydarzeń losowych - wyjawia Janowski. - Różnica poziomów między ekstraklasą, a pierwszą ligą, jest duża. A my mamy doświadczoną drużynę, w której są między innymi Natalia Partyka i Julia Więckowska. Pierwszy mecz zagraliśmy polskim składem, zwiniliśmy z występu Węgierkę Georginę Potę. Jednak była ona pod telefonem i ewentualnie mogłaby nam pomóc w rewanżu. Jednak wygrane wysoko spotkanie w Olsztynie, sprawiło i że nie było takiej potrzeby. Wspólnie z zawodniczkami stwierdziliśmy, że damy sobie radę w Lublinie. Byłem spokojny o poziom sportowy mojego zespołu. Jednak trzeba pamiętać, że najłatwiejsze potyczki są zawsze najtrudniejsze do rozegrania. Nikt nam niczego nie odda za darmo. Wygrane trzeba było wyzarczyć, a dziewczyny stanęły na wysokości zadania. Były waleczne. Stawka była wysoka, ale poradziły sobie - uzupełnia trener lubelskich akademikerek.

1. mecz: KS English Perfect AZS UWM Olsztyn - LALAK AZS UMCS Lublin 0:3

Nuriya Zhaludok - Julia Więckowska 2:3 (9:11, 6:11, 11:7, 11:9, 5:6), Lena Rucińska - Natalia Gajewska 0:3 (9:11, 1:11, 6:11), Wiktoria Wrzosek - Natalia Partyka 0:3 (8:11, 6:11, 5:11)

2. mecz: LALAK AZS UMCS Lublin - KS English Perfect AZS UWM Olsztyn 3:0

Natalia Partyka - Emilia Skuba 3:0 (11:2, 11:4, 11:7), Julia Więckowska - Lena Rucińska 3:1 (11:6, 11:9, 6:11, 11:8), Natalia Gajewska - Blanka Kusińska 3:0 (11:3, 11:4, 11:5)

Ambitne plany na przyszłość

- Na pewno w zespole zostają Natalia Partyka, Georgina Pota i Kamila Głodek. Pozostałe zawodniczki walczyć o przedłużenie kontraktów, ale to sprawa między nimi a zarządem - zdradza trener AZS UMCS. - Dołączą do nas natomiast Anna Brzyska i Katarzyna Grzybowska-Franc. Rozmawiam jeszcze z zawodniczkami z Hongkongu i Korei. Naszym zadaniem będzie spokojny byt w ekstraklasie. Ale myślę też o tym, co będzie za dwa lata. Chcemy zbudować silniejszy skład, żeby włączyć się do gry o medale krajowego czempionatu, a tym samym wystąpić w europejskich rozgrywkach - kończy Janowski.

Skład ligi na sezon 2026/27

W przyszłym sezonie w ekstraklasie zagrają: KTS Enea Siarkopol Tarnobrzeg, Uniwersytet Ekonomiczny AZS Wrocław, Bebetto AZS UJD Częstochowa, PGE Fibrain AZS Politechnika Rzeszów, Bronowianka Kraków, SKTS Sochaczew, LALAK AZS UMCS Lublin oraz beniaminek - Wamet Dąbce. ©©

DROBNE

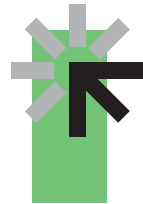
Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 800 472 852
Przez internet: www.kurierlubelski.pl e-mail: reklama@kurierlubelski.pl
W Biurze Reklamy:

LUBLIN
Biuro Ogłoszeń
Krakowskie Przedmieście 10
tel. 503 138 578, 81 446 28 02, fax 81 446 28 14
e-mail: reklama@kurierlubelski.pl

LUBLIN
Biuro Reklamy
Krakowskie Przedmieście 10 lok. 3
tel. 81 446 28 49 do 858, fax 81 446 28 19
e-mail: reklama@kurierlubelski.pl

AUTOREKLAMA

nasze
komunikaty.pl



aktualne z całej Polski
przetargi

Praca

ZATRUDNIĘ

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

NA pomocnika z mieszkaniem 509 986 080

W gospodarstwie mlecznym, z doświadczeniem - zamieszkanie, 517-433-784

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

BIĄŁY montaż hydrauliczny, malowanie, gładź, glazura, panele, cyklinowanie, lakierowanie, zabudowa k-g, elektryka, niestandardowe zlecenia, 883-211-674

DROBNE-REMONTY/
TEL.693-051-624

MONTAŻ karniszy, suszarek, żyrandoli, szafek, mebli, zamków, ścianki działowe, sufity podwieszane, malowanie, hydraulika, elektryka, niestandardowe zlecenia, 601-351-338

OKNA, konserwacja, regulacja, uszczelnianie. Balkony, tarasy - sufity, ściany, balustrady, terakota, 601-351-338

Remonty, wykończenia mieszkań i lokali - kompleksowo, naprawy hydrauliczne, elektryczne drobne naprawy 508-56-56-52, 81/740-03-99

ZŁOTA rączka - awarie, naprawy, remonty A-Z, hydraulika, udrażnianie kanalizacji, elektryka, niestandardowe zlecenia, 601-351-338

INNE

KOMPLEKSOWE uprzątnięcie, strychów, garaży, mieszkań, wywóz sprzętu AGD, złomu, gruzu, starych, zepsutych mebli, koszenie zaniedbanych działek kosą spalinową, rozdrabnianie gałęzi rębakiem, 530-373-641

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus 7dniowy od 1050zł. Ful opcja, cisza, spokój, natura, miodowyraj.pl 501642492.

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

KRAJ - MORZE

DANA - USTRONIE MORSKIE. Tanie wczasy z wyżywieniem. 601-585-510 www.danaustronie.pl

ŁĘBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI., 668-571-329

REKLAMA

0011542741

WÓJT GMINY KARCZMISKA

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy
z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami
(Dz. U. z 2026 r. poz. 399 ze zm.),

podaje do publicznej wiadomości,

że od dnia 22 czerwca 2026 r. na okres 21 dni,
na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Karczmiska oraz na stronach internetowych Urzędu Gminy Karczmiska, a także w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Karczmiska zamieszczony
został wykaz nieruchomości przeznaczonych
do dzierżawy.

REKLAMA

0011541996

OKRĘGOWA SPÓŁDZIELNIA MLECZARSKA W KRASNYMSTAWIE

ogłasza pisemny przetarg ofertowy na sprzedaż nieruchomości po byłym punkcie skupu mleka w miejscowości:
- Olchowiec gmina Żółkiewka Nr działki - 792/6 o powierzchni 0,1 ha (prawo wieczystego użytkowania)
Cena wywoławcza - 50 000,00 zł (słownie: pięćdziesiąt tysięcy złotych)

Oferty wraz z proponowaną ceną, w zamkniętych kopertach należy składać w terminie do 3.08.2026 r. na adres Okręgowej Spółdzielni Mleczarskiej w Krasnymstawie ul. Borowa 4, 22-300 Krasnystaw.
Sprzedawca zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru ofert oraz unieważnienia przetargu bez podania przyczyny. Szczegółowe informacje odnośnie przedmiotu przetargu można uzyskać w siedzibie Spółdzielni w dniach roboczych (pon. - pt.) w godz. 7.00 - 15.00 oraz telefonicznie pod nr (82 576 28 61 wew. 358).

www.dawro.pl

Jestem dumna, że mam tak cudownego, mądrego, dojrzałego mężczyznę

Sandra Kubicka na Instagramie o biznesmenie Adamie Zaorskim, fot. Adam Jankowski



Z ŻYCIA GWIAZD

Julia Wieniawa nie odstępowała wiele

Młoda wokalistka zakończyła greckie wakacje. Odpoczywała w rajskim hotelu, gdzie miała do dyspozycji m.in. prywatny basen i bajeczny widok na Morze Śródziemne. Na osłodę wrzuciła na Instagram kolejną porcję zdjęć z Mykonos. Zaprezentowała się na nich w jednoczęściowym kostiumie kąpielowym nieodslaniającym zbyt wiele ciała.

Monika Richardson ma martwe oczy

Prezenterka opowiedziała w programie „Stare zdjęcia gwiazd” o kulisach pracy w telewizji publicznej, w której spędziła większość swojej kariery. – Dowiedziałam się, że mam martwe oczy i zostałam zdjęta z anteny. To było coś, co przyszło z korytarza i wiedziałam, że to powiedziała kochanka dyrektora Dwójki – wyznała.

Tomasz Kot podjął spokojną decyzję

Aktor i jego żona Agnieszka wystosowali oświadczenie o rozstaniu. W tym roku świętowaliby 20. rocznicę ślubu. „Po wielu wspólnych latach, pół roku temu podjęliśmy decyzję o rozstaniu. To była spokojna, wspólna i niełatwa decyzja. (...) Łączy nas rodzina, wdzięczność za wspólnie przeżyty czas i wzajemny szacunek. Choć nie jesteśmy już małżeństwem, nadal jesteśmy dla siebie ważnymi ludźmi i wspólnie dbamy o to, co przez lata stworzyliśmy” – napisano w oświadczeniu na Instagramie. (GZL), fot. Adam Jankowski



W TELEWIZJI



Gala XXV Festiwalu Teatru Polskiego Radia i Teatru Telewizji Polskiej – Dwa Teatry – Sopot 2026

TVP 1, 20:30
Wielkie święto słuchowisk radiowych i teatru zaczęło się 19 czerwca w Sopocie. W poniedziałek 22 czerwca odbędzie się uroczysta gala, podczas której zostaną wręczone nagrody w 14 kategoriach dla teatralnych twórców.

Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo

TVP Dokument, 21:00
W Trydencie żyje ponad sto niedźwiedzi brunatnych, które stały się zagrożeniem dla mieszkańców i turystów. Strażnicy i weterynarze starają się chronić zarówno ludzi, jak i zwierzęta w tym konflikcie. To największy projekt w Europie.

Maczeta

TV Puls, 21:50
Meksyk. Były policjant i mistrz w walce bronią sieczną, Machete Cortez, ma zabić senatora Johna McLaughlina. W trakcie próby zamachu zostaje postrzelony przez ludzi zleceńodawcy.

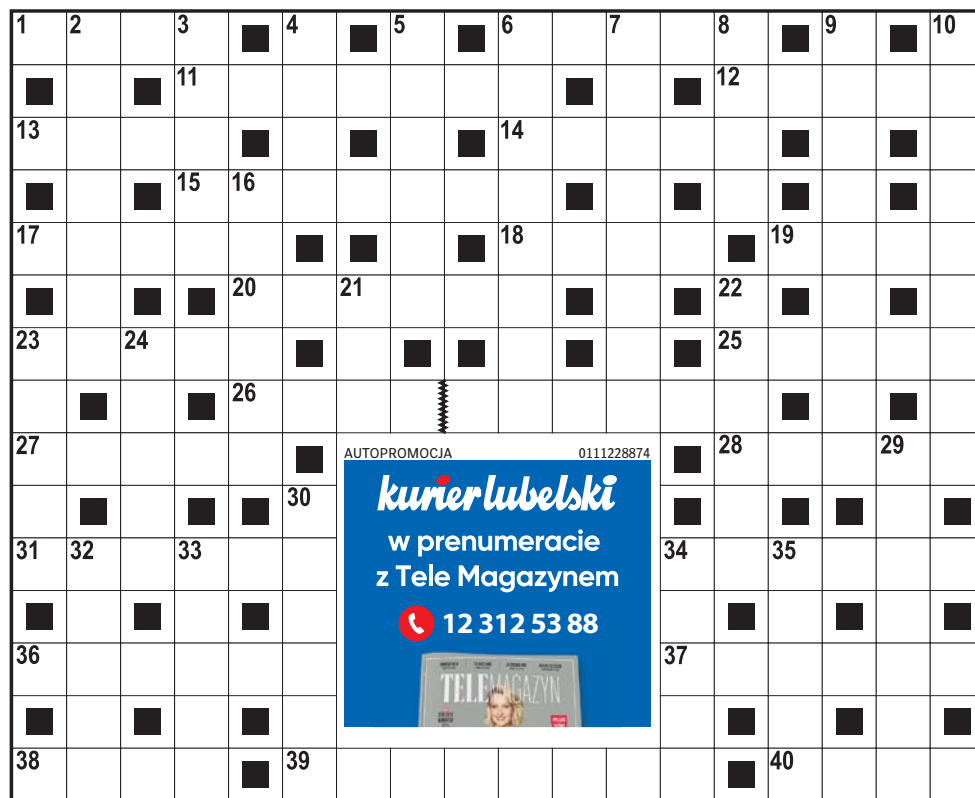
Niezlomny

Polsat, 22:00
Biografia amerykańskiego sportowca Louisa Zamperiniego. To olimpijczyk, który przetrwał 47 dni jako rozbitek na oceanie po katastrofie lotniczej. Następnie został schwytany przez japońską armię i wysłany do obozu jenieckiego.

KRZYŻÓWKA NR 93

Poziomo:

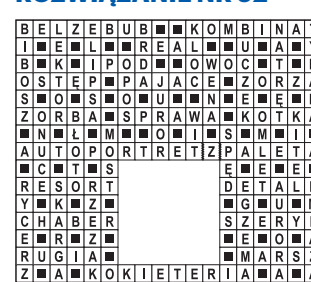
- 1) powolny chód wierzchowca,
 - 6) Benny Hill lub Buster Keaton,
 - 11) cesarz japoński w latach 1989-2019,
 - 12) piętrowe w schronisku,
 - 13) zbaczanie statku z kursu,
 - 14) soczysty owoc tropikalny,
 - 15) mięso na combrzy,
 - 17) srebrny dla wicemistrza,
 - 18) bohaterka animacji „Król Lew”,
 - 19) dekoracyjny układ otworów,
 - 20) krakowiak lub fokstrot,
 - 23) montażowa w fabryce samochodów,
 - 25) miejsce zagięcia muru,
 - 26) amerykański stan z Santa Fe,
 - 27) wędrowny zespół aktorów,
 - 28) przejście na wyższe stanowisko,
 - 31) Omar, aktor z filmu „Doktor Żywago”,
 - 34) najświętsza rzeka hinduizmu,
 - 36) Marlon, filmowy ojciec chrzestny,
 - 37) usztynnia plecak turysty,
 - 38) instytucja udzielająca kredytów,
 - 39) barwna część oka,
 - 40) cztery ... i pięć piąty.
- Pionowo:**
- 2) rzecz wykonana niedbale, po partacku,
 - 3) dobry lub zły okres życia,
 - 4) miara pojemności płynów,
 - 5) dwuczęściowy kostium plązowiczki,



- 6) Indianie z książek Karola Maya,
- 7) król Sparty, mąż pięknej Heleny,
- 8) pełen ziaren pszenicy,
- 9) ludowa nazwa kukulki,
- 10) porozumienie oparte na wzajemnych ustępstwach,
- 16) ażurowy domek na działce,
- 21) ostatnia faza Księżyca,
- 22) „Nasza ...”, nowela Marii

- Konopnickiej,
- 23) kolega Romka i A'Tomka,
- 24) w parze z nakrętką,
- 29) gafa towarzyska, faux pas,
- 30) dawniej zniewaga, dyshonor,
- 32) strunowy instrument szarpiany,
- 33) główny plac w miasteczku,
- 34) grzyb z rodziny bedkownikowych,
- 35) osoba odporna na wiedzę.

ROZWIĄZANIE NR 92



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Emocje będą silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny stanowczo zapowiada, że szczerą rozmową może przynieść ulgę oraz spokój.

Ryby (19.02 - 20.03)

Kreatywność pomoże rozwiązać problem. Horoskop na dziś mówi, że warto podzielić się swoim pomysłem. Ktoś pomoże go zrealizować. **Baran (21.03 - 19.04)** Harmonia w relacjach wyrażnie poprawi ci nastrój. Horoskop dzienny na poniedziałek nie wyklucza zawarcia inspirującej znajomości.

Byk (20.04 - 20.05)

Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny mówi, że przed tobą dzień wyjątkowo sprzyjający porządkowaniu ważnych spraw. **Bliznięta (21.05 - 21.06)** Optymizm przyciągnie dobre okazje. Nie bój się zrobić pierwszego kroku. Horoskop na dziś mówi, że bardzo dobrze na tym wyjdiesz. **Rak (22.06 - 22.07)** Intuicja okaże się niezawodna. Horoskop dzienny na poniedziałek to wskazówka, by zaufać swoim przeczuciom w ważnej sprawie.

Lew (23.07 - 22.08)

Dobra organizacja ułatwi realizację powziętych planów. Horoskop dzienny podpowiada, by wieczorem znaleźć czas wyłącznie dla siebie. **Panna (23.08 - 22.09)** Pewność siebie pomoże osiągnąć cel. Horoskop na dziś radzi uważać jednak, by nie dominować w rozmowach i nie narzucać zdania. **Waga (23.09 - 22.10)** Zadbaj o równowagę między obowiązkami a odpoczynkiem. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że bliska osoba udzieli ci wsparcia.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Czeka cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny zapowiada, że otwartość na nowe pomysły przyniesie korzyści nie tylko tobie. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Spokojne podejście pozwoli uniknąć konfliktów. Horoskop na dziś wyraźnie wróży, że dzień sprzyja podejmowaniu finansowych decyzji. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Energia sprzyja działaniu. Horoskop dzienny na poniedziałek zapowiada, że zyskasz uznanie, a wieczór przyniesie miłe rozmowy.