



nowiny

76 lat

NASZA AKCJA
Wakacyjne wspomnienia, do których wracamy po latach z uśmiechem. Szczęśliwe chwile u babć, smak kompotu z czarnych porzeczek i czas, kiedy osiedle było całym światem – Str. 14-15

W WOLNYM CZASIE
Trening mózgu, który kosztuje grosze i sprawia mnóstwo frajdy. Sięgnij po krzyżówkę, a szybko poczujesz efekty – Str. 16-17

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV



Rzeszów

Pułkownik upomniał się w ratuszu o weteranów

Od ponad dwóch lat stara się o to, by weterani mogli w Rzeszowie korzystać nieodpłatnie z miejskiej komunikacji zbiorowej.
– Str. 3

Z naszych stron

Takiego przemytu dawno nie było. 3 sztabki złota warte 1,5 mln zł

Przemyt wykryli funkcjonariusze KAS podczas kontroli na polsko-ukraińskim przejściu granicznym w Krośniku.
– Str. 4

**Rusza konserwacja kolejnych za-
bytkowych nagrobków** na Cmentarzu Starym, czyli najstarszej nekropolii Rzeszowa – Str. 8

W Bieszczadach będzie znacznie więcej żubrów. Leśnicy szacują, że tego lata populacja może wzrosnąć o ponad 150 sztuk. Trwa właśnie wycielenie żubrów – Str. 8



FOT. RPL KROŚNO

Z naszych stron



FOT. B. GALAS

Od kilku dni oddajemy w Wasze ręce „Nowiny” w nowej szacie i z radością spotykamy się z Wami, aby słuchać Waszych opinii, uwag i pierwszych wrażeń
– Str. 2

Drodzy Czytelnicy - Wasz głos ma dla nas ogromne znaczenie

POLECAMY

Poniedziałek – Sport Wyniki, tabele, transfery. Sportowy niezbędnik kibica **Wtorek – Strefa Biznesu** Wiadomości ze świata gospodarki i biznesu **Środa – Strona Zdrowia** Masz opuchnięte nogi? To nie zawsze wynik upałów **Czwartek – Pod paragrafem** Kryminalny sekret Aleksandra Dumasa. **Czwartek – Po stronie Seniora**

10.07.2026
Piątek

Norbert Ziętał
dziennikarz



Za sukcesem na maturze stoją lata wyrzeczeń i ciężkiej pracy

uczniów, a także rodziców

Matura trwa zaledwie kilka dni, ale jej skutki mogą wpływać na całe przyszłe zawodowe życie. Dlatego wyniki tych egzaminów budzą tak wielkie emocje. Jedni cieszą się z miejsca w ścisłej czołówce, inni z rozczarowaniem sprawdzają, dlaczego znaleźli się niżej. A rankingi szkół średnich ze względu na wyniki matur od lat są bardzo ważne. Dla rodziców przyszłych licealistów takie zestawienia stają się często drogowskazem przy wyborze szkoły. I trudno się temu dziwić. Wyniki matur (ocenianych przez niezależne od szkoły komisje) to jeden z najbardziej obiektywnych wskaźników pokazujących efekty pracy uczniów i nauczycieli.

Za wysokimi wynikami często kryją się również ogromne wyrzeczenia całych rodzin, nie tylko zdającego. Korepetycje, kursy przygotowawcze, dodatkowe materiały, dojazdy - to nierzadko wydatki liczone w tysiącach złotych. Miesiące intensywnej nauki, wieczory spędzone nad książkami i rezygnacja z części wolnego czasu. Sukces na maturze zwykle nie jest dziełem przypadku, lecz efektem wieloletniej, konsekwentnej pracy ucznia, nauczycieli i rodziców. Z tego powodu tym bardziej należy docenić wysokie wyniki. Matura jest czymś znacznie więcej niż egzaminem. Dla wielu młodych ludzi to pierwszy poważny krok w dorosłość. Od wyników zależy możliwość studiowania na wymarzonej kierunku, a często także przyszła ścieżka zawodowa. Oczywiście życie zna wiele przykładów osób, które odniosły sukces mimo przeciętnych wyników, ale nie da się ukryć, że dobra matura otwiera wiele drzwi, a słabszy wynik część z nich może, przynajmniej na pewien czas, zamknąć. ©©

AUTOPROMOCJA



tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowiny24.pl

POGODA



dzisiaj
19°C/12°C



jutro
21°C/13°C

n NOWINY24

Redaktor naczelna
Urszula Sobol
Z-ca redaktora naczelnego
Marcin Zminkowski
Wydawcy
Joanna Borowicz
Jerzy Leniart

www.nowiny24.pl

Polska Press
Makroregion Południe, Rzeszów
Redakcja ul. Unii Lubelskiej 3,
35-016 Rzeszów
tel. 17 867 22 00, fax 17 867 22 01
nowiny@nowiny24.pl
Prezes Makroregionu
Dariusz Kołacz
Dyrektor reklamy oddziału
Mariusz Knutel
Biuro reklamy oddziału
tel. 17 86 72 345
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Miłowice,
ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA

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



©© - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.nowiny24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

SŁUCHAMY CZYTELNIKÓW

Dziękujemy za Wasz głos. To on pomaga nam się rozwijać

Oddaliśmy w Wasze ręce „Nowiny” w nowej szacie graficznej. Od kilku dni z ogromną radością spotykamy się z Wami, aby wysłuchać Waszych opinii, uwag i pierwszych wrażeń. Na pierwszej stronie prezentujemy zdjęcia tylko części Czytelników, z którymi my, dziennikarze, mieliśmy już zaszczyt się spotkać. To jednak dopiero początek. Obiecujemy, że takich spotkań będzie znacznie więcej. Jesteśmy otwarci na rozmowy, ponieważ Wasz głos ma dla nas ogromne znaczenie. Dziękujemy, że dostrzegacie wprowadzone przez nas zmiany i tak chętnie dzielicie się swoimi spostrzeżeniami. Każda opinia jest dla nas cenna i pomaga nam tworzyć gazetę jeszcze lepiej odpowiadającą Waszym oczekiwaniom. To właśnie dzięki Wam „Nowiny” mogą rozwijać się i zmieniać na lepsze.

Z rozmów z Wami wynika, że nowa odsłona „Nowin” spotkała się z bardzo pozytywnym odbiorem. Szczególne uznanie zyskała większa czcionka, dzięki której czytanie stało się jeszcze wygodniejsze. - Tak, większa czcionka sprawia, że gazetę czyta mi się znacznie łatwiej. Wszystko lepiej widać i można spokojnie przeczytać każdy tekst - po-



FOT. BARBARA GALAS

Krystyna Kopeć jest przekonana, że większa czcionka i nowe strony dla seniorów to zmiany, które ucieszą wielu Czytelników

wiedziała nam pani Józefa Rejus z Rzeszowa.

Pan Adolf Cwynar przyznał, że choć wzrok nie jest już tak dobry jak kiedyś, nadal z przyjemnością sięga po „Nowiny” i szuka w nich interesujących informacji. - Interesuje mnie sport, podróże i oczywiście ładne dziewczyny - mówił z uśmiechem.

Większa czcionka to dla niego duże ułatwienie. - To naprawdę dobra wiadomość. Mam nawet lupę, bo czasem muszę się nią wspomagać - opowiadał.

Pan Adolf od lat z zamiłowaniem rozwiązuje krzyżówki, dlatego z radością przyjął informację, że w „Nowinach” będzie ich jeszcze więcej i będzie można rozwiązywać

je każdego dnia. - Bardzo się cieszę i już dziś dziękuję - podkreślał.

Pani Janina Armata również uwielbia krzyżówki. Jak podkreśla, to nie tylko przyjemna rozrywka, ale także świetny sposób na ćwiczenie pamięci i poszerzanie wiedzy. - Są ciekawe, trzeba myśleć, szukać różnych wyrazów i nazw, których się czasem nie zna. Można się przez to dużo nauczyć - zapewniała.

Krystyna Kopeć z Rzeszowa od lat jest wierną czytelniczką „Nowin”. Uważa, że gazeta od lat cieszy się dużą popularnością wśród seniorów. Bardzo spodobał jej się również pomysł nie tylko wprowadzenia większej czcionki, ale też nowych stron poświęconych seniorom.

Urszula Sobol

OPINIE CZYTELNIKÓW

Pani Maria: Nowe „Nowiny” czyta mi się lepiej

Barbara Galas

Maria Łyszczek z Rzeszowa ma 92 lata i jest wierną czytelniczką „Nowin”. Gazeta towarzyszy jej przez całe życie. Najbardziej ceni codzienną krzyżówkę, większą czcionkę i tematy, które odpowiadają także starszym czytelnikom.

- „Nowiny” czytam właściwie od kąd pamiętam. Gazetę do domu przynosił tata, czytało ją cała rodzina, tak zostało mi do dziś. Podobają mi

się zmiany w papierowym wydaniu. Największą radość, że krzyżówka jest teraz każdego dnia. Lubię je rozwiązywać, codzienna porcja łamigłówek to świetny pomysł. Bardzo podoba mi się większa czcionka. Radzę sobie z czytaniem, ale teraz jest ono znacznie wygodniejsze i mniej męczy wzrok. Pojawiło się więcej ciekawych tematów, zwłaszcza dla seniorów. Każdy może znaleźć coś dla siebie. Nowe wydanie papierowych „Nowin” jest bardziej przejrzyste, przyjazne dla czytelników i po prostu przyjemniej się je czyta. ©©



FOT. BARBARA GALAS

Maria Łyszczek: Cieszę się bardzo, że jest dodatkowa krzyżówka

NASZ REGION

• **Potańcówka miejska dla seniorów:** sobota, godz. 17-21:30 na rzeszowskich bulwarach. Udział w zabawie jest bezpłatny.

RZESZÓW

Pułkownik upomniął się o weteranów

Z mównicy, podczas sesji Rady Miasta Rzeszowa płk. Artur Chapski w bardzo emocjonalnym wystąpieniu zwrócił się do radnych: pozwólcie weteranom...

Andrzej Płes

- Służę w wojsku od 38 lat, służę na Podkarpaciu i jestem tu od 2 lat i 8 miesięcy - zaczął swoje wystąpienie przed radnymi płk. Artur Chapski, szefa Ośrodka Zamiejscowego w Rzeszowie Centralnego Wojskowego Centrum Rekrutacji. - Od dwóch i pół roku staram się pewną rzecz zrealizować i nie mogę, odbijam się za każdym razem. (...) Na terenie Podkarpacia od 33 lat jest 21. Brygada Strzelców Podhalańskich, wślawiła się niesamowitymi osiągnięciami, uczestniczyła w misjach w różnych częściach świata. Służyłem z nimi w Iraku, widziałem do czego są zdolni, widziałem, że to wspaniali żołnierze. I będąc na Podkarpaciu zdarzyłem się ze smutną rzeczywistością, która mnie do tej pory nurtuje: powiedzcie mi państwo, czym różni się Rzeszów od Warszawy, od Przemyśla, Piotrkowa Trybunalskiego, Legnicy, Trzebnicy, Inowrocławia, Lublina, Gorzowa Wielkopolskiego, Żagania, Międzyrzecza, Opola, Zambrowa, Swarzędza, Poznania, Konina, Kołobrzegu i Stargardu? Tym, że weterani nie posiadają komunikacji bezpłatnej, a jest ich około 250.

Zaznaczył przy tym, że nie chodzi o weteranów poszkodowanych. Uświadomił radnych, że żeby być weteranem, trzeba mieć legitymację weterana, a takiej są dwa rodzaje: weterana poszkodowanego i „zwykłego”, który słu-



Płk. Artur Chapski jest szefem Ośrodka Zamiejscowego w Rzeszowie Centralnego Wojskowego Centrum Rekrutacji

żył poza granicami kraju. - Od ponad dwóch lat staram się o to. Jestem zbywany i dlatego poprosiłem pana przewodniczącego rady miasta, bym mógł spotkać się z państwem, żeby móc do państwa dotrzeć. Czy weterani są potrzebni tylko wtedy, gdy coś się dzieje? Gdy jest zagrożenie, gdy potrzebujemy elektoratu, potrzebujemy na zdjęciach pokazać się wśród żołnierzy? Powiedzcie mi, bo ja tego nie rozumiem, nie jestem w stanie tego zrozumieć.

Do końca służby zostało mu niespełna dwa lata i w tym czasie

„chciałbym zrobić coś dla tych żołnierzy, którzy tutaj są”.

Po odwołaniu się do sumienia dorzucił argument proekologiczny: jeśli umożliwi się niewielkiej grupie weteranów korzystanie z bezpłatnej komunikacji, to „automatycznie pozbędziemy się ich dojazdów prywatnymi pojazdami”.

- I chodzi mi wyłącznie o jedną strefę, tu w centrum miasta, o nic więcej - precyzował. - To taka moja skromna prośba, jako przedstawiciela ministra obrony narodowej. Bo do tej pory odbijam się i odbijam i nie wiem, czy nie ma chęci?

I za każdym razem jest mi powtarzane, że inne grupy społeczne też by chciały.

Radni nie komentowali wystąpienia oficera, nie deklarowali rozważenia jego prośby. Na apel płk. Chapskiego zareagowały służby prasowe ratusza. - O prowadzenie bezpłatnych przejazdów komunikacją miejską regularnie zwracają się przedstawiciele różnych grup społecznych - wyjaśnia Marzena Kłeczek-Krawiec, rzecznik prasowy prezydenta Rzeszowa. - Każda taka propozycja wymaga odpowiedzialnego podejścia, ponieważ wiąże się z konkretnymi kosztami, które pokrywane są z budżetu miasta.

I przypomina, że decyzją Rady Miasta Rzeszowa z bezpłatnych przejazdów komunikacją miejską korzystają już określone grupy mieszkańców i osób uprawnionych, m. in. dzieci, seniorzy oraz kombataneci i osoby represjonowane. - Każde rozszerzenie katalogu osób uprawnionych do bezpłatnych przejazdów wymaga nie tylko zabezpieczenia środków finansowych, ale także wypracowania jasnych i sprawiedliwych kryteriów, dlaczego uprawnienie miałyby objąć właśnie tę, a nie inną grupę mieszkańców - dodaje rzecznik. - Dlatego tego typu propozycje powinny być spokojnie przeanalizowane i rozpatrzone przez Radę Miasta.

©©

KRÓTKO

Rzeszów

Pijany zaatakował nożem 23-latkę

Jak poinformowała wczoraj policja, o tym zdarzeniu dyżurny miejski został powiadomiony w sobotę po godz. 4. Z informacji przekazanych przez dyspozytora numeru alarmowego 112 wynikało, że na Al. Kopisto przebywa mężczyzna z raną kłutą, który potrzebuje pomocy.

Policjanci na miejscu zastali zespół ratownictwa medycznego, który udzielał pomocy rannemu 23-latkowi. Jak ustalili, niewiele wcześniej, podczas sprzeczki słownej, do której doszło przed blokiem na ul. Paderewskiego, konkubent matki 23-latka miał go ranić ostrym narzędziem w okolicę klatki piersiowej. Ranny 23-latek został przewieziony do szpitala.

Kilkanaście minut później mundurowi zatrzymali przebywającego pod wskazanym adresem napastnika. 35-latek był pijany. Sprawdzenie stanu trzeźwości wykazało u niego prawie 1,7 promila alkoholu w organizmie. Mężczyzna trafił do policyjnej izby zatrzymań.

Na miejscu policjanci przeprowadzili oględziny, a technik kryminalistyki zabezpieczył ślady. Szczegółowym wyjaśnieniem okoliczności zdarzenia zajęli się policjanci z komisariatu na Nowym Mieście. Zebrany materiał dowodowy przekazali do Prokuratury Rejonowej dla miasta Rzeszów.

W poniedziałek prokurator wystąpił do Sądu Rejonowego z wnioskiem o tymczasowe aresztowanie podejrzanego. Sąd przychylił się do wniosku i tym samym 35-latek najbliższe trzy miesiące spędzi w areszcie tymczasowym.

opr. baj

AKCJA CHARYTATYWNA

0011545013



INWESTYCJE

Nowy odcinek drogi wojewódzkiej nr 877 ominie serpentyny między Dylągówką a Szklarami

Przebudowa i rozbudowa DW nr 877 na odcinku Dylągówka - Szklary to jedna z ważniejszych inwestycji drogowych w regionie. Po zakończeniu prac ma się poprawić bezpieczeństwo i komfort jazdy

Wojciech Tatar

Przebudowa i rozbudowa kosztuje ponad 147 mln zł. Zakończenie inwestycji planowane jest na 2028 rok.

Prace prowadzi konsorcjum firm Aldesa Construcciones Polska i Aldesa Construcciones. Inwestycja obejmuje przebudowę i rozbudowę odcinka o długości ok. 4,6 km, w tym budowę nowego fragmentu drogi o długości 1 km. Dodatkowo rozbudowany zostanie także około 200-metrowy odcinek drogi wojewódzkiej nr 878, który ma stanowić połączenie z przebudowywanym skrzyżowaniem z DW 877. Całe zadanie otrzymało dofinansowanie w wysokości 121,7 mln zł, natomiast wkład z budżetu województwa wynosi ponad 26 mln zł. - Obecnie zaawansowanie inwestycji szacowane jest



FOT. MIKOŁAJ PASKIEWICZ

Kierowcy zyskają nowocześniejszą i bezpieczniejszą trasę

na około 20 proc. Na placu budowy prowadzone są intensywne roboty drogowe. Wykonano już odhumosowanie terenu, frezowanie oraz rozbiórkę istniejących warstw bi-

tumicznych. Trwają także prace związane z wykonaniem warstw mrozochronnych i ulepszonego podłoża, które stanowią podstawę pod nową konstrukcję drogi. Rów-

nolegle realizowane są roboty mostowe. Na murze oporowym jednego z nich wykonywana jest izolacja i zasypka murów, natomiast na drugim obiekcie trwa betonowanie oraz przygotowanie podłoża - informuje Joanna Szarata z Podkarpackiego Zarządu Dróg Wojewódzkich.

Kontynuowane są prace na kilku obiektach inżynierskich: na jednym z nich betonowany jest ustrój nośny, a na kolejnym powstaje ława fundamentowa i przygotowywana jest powierzchnia pod izolację.

Zakres prac jest jednak znacznie szerszy niż sama przebudowa jezdni. Inwestycja obejmuje także rozbudowę i przebudowę skrzyżowań z drogami wojewódzkimi, powiatowymi i gminnymi, dodatkowych jezdni, przebudowę zjazdów publicznych i indywidualnych, a także zatok autobusowych, chod-

ników oraz elementów poprawiających bezpieczeństwo ruchu drogowego. Powstaną przepusty, system odwodnienia wraz z kanalizacją deszczową, odcinki oświetlenia drogowego oraz kanał technologiczny.

Ważnym elementem inwestycji jest też przebudowa i zabezpieczenie kolidującej infrastruktury technicznej. Trwają już prace w branży sanitarnej, wodno-kanalizacyjnej, telekomunikacyjnej i elektrycznej. W zakresie sieci gazowych prowadzone są roboty porządkowe i wykończeniowe, kontynuowana jest przebudowa sieci wodno-kanalizacyjnych, a w branży telekomunikacyjnej wykonywane są przebiegi linii światłowodowych i budowa kanału technologicznego. W branży elektrycznej montowane i demonstrowane są słupy oraz linie napowietrzne, a także realizowana jest budowa linii kablowej ziemnej. ©

NA GRANICY

Ukrainka przemycała złoto warte aż 1,5 mln złotych!

opr. Norbert Zięta

Przemyt trzech sztabek złota o wartości 1,5 mln złotych wykryli funkcjonariusze KAS podczas kontroli na przejściu granicznym w Krościenku. Towar przewoziła 46-letnia Ukrainka.

Do odprawy na przejściu granicznym w Krościenku, na kierunku wjazd do Polski, stawiała się kierująca samochodem osobowym 46-letnia obywatelka Ukrainy. - Podczas sprawdzenia z wykorzystaniem skanera do kontroli osób funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej z Podkarpackiego Urzędu Celno-Skarbowego w Przemyśle wykryli, że kobieta ma przy sobie ukryty towar. Urządzenie precyzyjne wskazało miejsca ukrycia złota - informuje

kom. Edyta Chabowska, rzecznik Izby Administracji Skarbowej w Rzeszowie. - Trzykilogramowe sztabki znajdowały się w saszetkach pod odzieżą kobiety. Ich wartość oszacowano na około 1,5 mln zł.

Złoto zostało zabezpieczone do dalszego postępowania, które prowadzi Podkarpacki Urząd Celno-Skarbowy w Przemyśle. Na poczet kary, która grozi obywatelce Ukrainy, funkcjonariusze zabezpieczyli 23400 euro (równowartość około 100 tys. zł).

Krajowa Administracja Skarbowa przypomina, że osoby wjeżdżające do Unii Europejskiej lub wyjeżdżające z UE mają obowiązek zgłaszać organom celnym przewóz środków pieniężnych, jeżeli ich wartość jest równa lub przekracza łącznie równowartość 10 tys. euro (ok. 43 tys. zł). Przepis dotyczy prze-

wozu nie tylko gotówki, ale także m.in. czeków, weksli, przekazów

pieniężnych czy złota w postaci sztabek.



FOT. KAS

Takiego przemytu dawno nie było. Złoto warte 1,5 mln złotych odkryto na granicy w Krościenku

KRÓTKO

Rzeszów

Letnie Ogrody Literackie

Od 12 lipca do 13 września potrwa cykl plenerowych spotkań autorów w Parku Jedności Polonii z Macierzą organizowany przez WiMBP. W tym roku gośćmi będą: Maria Pakulnis (12 lipca), Tomasz Sekielski (19 lipca), Wojciech Jagielski (26 lipca), Anna Kańtoch (2 sierpnia), Paweł Reszke (30 sierpnia) i Tomasz Raczek (3 września). Początek spotkań o godz. 16. **PR**

Ropczyce

Piknik militarny

12 lipca, stadion miejski stanie się miejscem IV Charytatywnego Pikniku Militarnego IPA „Służby mundurowe dla społeczeństwa – razem możemy więcej”. Potrwa od godz. 11 do 20 i połączy pokazy służb mundurowych, edukację, rozrywkę oraz pomoc charytatywną. **MT**

AKCJA CHARYTATYWNA

011545649



INWESTYCJA

Umowa za 314 tys. zł na przygotowanie dokumentacji dla budowy Kliniki Onkologii w Świlczy podpisana

Uniwersytecki Szpital Kliniczny podpisał ważną umowę. To pierwszy etap wartej ok. 300 mln zł inwestycji.

Barbara Galas

W czwartek w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym im. Fryderyka Chopina w Rzeszowie podpisano umowę z firmą EMG Engineering & Management Group na przygotowanie dokumentacji dla budowy Kliniki Onkologii w Świlczy.

W uroczystości uczestniczyli przedstawiciele szpitala, Uniwersytetu Rzeszowskiego oraz wykonawcy. - Rzeszów i cały region zasługują na to, aby onkologię wprowadzić do nowego obiektu. W części obecnych klinik warunki nie odpowiadają już standardom medycyny XXI wieku - mówił dyrektor USK Marcin Rusiniak.



FOT. BARBARA GALAS

Podpisanie umowy na przygotowanie dokumentacji budowy Kliniki Onkologii w Świlczy

Przygotowanie dokumentacji jest kluczowym etapem, ponieważ inwestycja będzie realizowana w formule „zaprojektuj i wybuduj”. Wybór wykonawcy poprzedziło postępowanie, w którym oceniano m.in. doświadczenie firmy, cenę

oraz termin realizacji. EMG Engineering & Management Group spełniła wszystkie wymagania, a jej oferta była niższa od zakładanego kosztorysu.

Prof. Adam Reich, rektor UR zaznaczył, że etap dokumentacyjny

jest jednym z najważniejszych elementów całego przedsięwzięcia.

-To najtrudniejszy moment, wymagający współpracy szpitala, uczelni, samorządów oraz administracji centralnej. Dokumentacja musi uwzględnić nie tylko potrzeby

pacjentów, ale również kształcenie studentów medycyny i prowadzenie badań naukowych - powiedział.

Klinika Onkologii będzie częścią rozbudowy szpitala uniwersyteckiego. Pierwszy etap inwestycji otrzymał blisko 300 mln zł do finansowania i obejmuje budowę obiektu w Świlczy wraz z wyposażeniem.

-Mamy doświadczenie od etapu projektowania, przez budowę, aż po uruchomienie obiektów. Jesteśmy firmą z Rzeszowa i traktujemy tę inwestycję jako ważną dla mieszkańców naszego regionu - zaznaczył Jacek Pawłowski, prezes EMG Engineering & Management Group.

Prof. Artur Mazur zwrócił uwagę, że nowy szpital będzie miał znaczenie nie tylko dla leczenia pacjentów, ale także dla rozwoju uniwersytetu.

-To będzie miejsce nowoczesnej medycyny, edukacji studentów oraz prowadzenia badań naukowych. Naszym marzeniem było posiadanie własnego szpitala i dziś rozwijamy tę wizję - podkreślił.

Zakończenie pierwszego etapu zaplanowano na 2030 r. ©P

REKLAMA

0011547140

EUROPEJSKI STADION KULTURY

Rzeszów
25-28 czerwca
2026

WSCHÓD KULTURY

INNY WYMIAR

Białystok
9-12 lipca 2026

INNE BRZMIENIA

Lublin
2-5 lipca 2026

ORGANIZATORZY

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

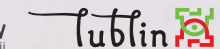


Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

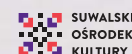


NARODOWE CENTRUM KULTURY

PARTNERZY



WSPÓŁORGANIZATORZY



WAJDA - MUZYKA

Suwałki
20 sierpnia 2026

RZESZÓW

„Z uśmiechem w przyszłość” przez całe wakacje na osiedlach

opr. baj

Rzeszowski Dom Kultury wraz z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej zapraszają na lato pełne kultury w ramach projektu „Z uśmiechem w przyszłość”.

Tradycyjny repertuar, pełen rodzinnych pikników i plenerowych kin, wzbogacą interaktywne spektakle teatralne w otwartej przestrzeni. Udział w wydarzeniach jest bezpłatny.

Rodzinne Akademie Czasu Wolnego: 10 lipca,

godz. 18-20, teren przy OSP Rzeszów - Pogwizdów Nowy; 15 lipca, godz. 16:30-19, plac zabaw przy ul. Mazowieckiej;

Rodzinne Kina Plenerowe: 10 lipca, godz. 21-23, boisko - teren zielony przy ul. Wieniawskiego („Dirty dancing”); 17 lipca, godz. 21-23, plac przy RDK filia Country („Był sobie pies 2”);

Rodzinne Spotkania z Teatrem; 24 lipca, godz. 18-20, plac przy RDK filia Miłocin;

Wielki finał - Rodzinna Fiesta 19 sierpnia, godz. 15-19, Park Jedności Polonii z Macierzą.

BIESZCZADY

Leskie bulwary nad Sanem mają stać się przestrzenią tętniącą życiem

Bulwary mają odmienić nadrzeczne tereny i stworzyć przestrzeń rekreacyjną dla mieszkańców oraz turystów.

Dorota Mękarska

Końcem czerwca burmistrz Leska Adam Snarski przekazał wykonawcy plac budowy. Jeśli warunki pogodowe pozwolą, prace zakończą się do 31 sierpnia.

Pierwszy etap inwestycji, realizowany pod nazwą „Budowa aktywnej strefy rekreacji nad Sanem w Lesku”, kosztuje 498 tys. zł. Ponad 373 tys. zł pochodzi z Europejskiego Funduszu Rolnego na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich, a pozostałe pieniądze zapewni gmina.

W ramach pierwszego etapu powstaną: modułowy plac zabaw, boisko do siatkówki plażowej oraz ścianka wspinaczkowa. - Tak bardzo wyczekiwany przez rodziców i najmłodszych plac zabaw będzie jedną z głównych atrakcji tego miejsca. Powstanie również boisko do piłki plażowej, a swoje umiejętności będzie można sprawdzić na ścianie wspinaczkowej. Mam nadzieję, że uda nam się stworzyć przestrzeń tętniącą



FOT. MIASTO I GMINA LESKO

Lesko rozpoczyna realizację jednej z najbardziej wyczekiwanych inwestycji. Jeśli warunki pogodowe pozwolą, prace zakończą się do 31 sierpnia tego roku

życiem, miejsce, które mieszkańcy będą chcieli odwiedzać całymi rodzinami - podkreśla burmistrz Adam Snarski.

Inwestycja jest efektem konsultacji społecznych przeprowadzonych w 2023 roku. Wzięło w nich udział 149 mieszkańców, którzy wskazali, że najbardziej oczekują pumptracka, skateparku, stref grillowych, miejsc wypoczynku, placów zabaw i urządzeń do ćwiczeń na świeżym powietrzu. Zebrane opinie posłużyły do opracowania projektu.

Docelowo bulwary mają rozciągać się od amfiteatru do okolic studni Doliny Zmarzłowej.

Na kolejne etapy budowy bulwarów przeznaczono ponad 8 mln zł z budżetu województwa. Dzięki niej po-

wstaną ścieżki pieszo-rowerowe z promenadą prowadzącą z centrum do rzeki przez park od ul. Ossolińskich. W planach jest również budowa dużego pumptracka, czyli toru do jazdy na rowerach, rolkach, deskorolkach i hulajnogach. W jego sąsiedztwie znajdzie się rozbudowana strefa street workout.

W projekcie przewidziano budowę wiat wyposażonych w stoły, miejsca do grillowania oraz meble wypoczynkowe. Wszystkie elementy zostaną połączone siecią ścieżek pieszych i rowerowych, tworząc spójną przestrzeń rekreacyjną. Wzdłuż rzeki pojawią się także trawiaste plaże, ławki i leżaki, a całość uzupełni ozdobna roślinność.

Równoległe w Lesku realizowane będą także inne in-

westycje związane z zieloną infrastrukturą. Ponad 1,7 mln zł zostanie przeznaczone na rewitalizację parku przy Zamku Kmitów, modernizację amfiteatru, budowę ogrodu deszczowego, zielonych przystanków autobusowych oraz zielonej ściany przy Urzędzie Miasta. Kolejne 5,5 mln zł pozwoli przebudować leskie Planty, place Śliżyńskiego i Pułaskiego oraz okolice miejskiej fontanny z wykorzystaniem rozwiązań sprzyjających retencji wody i zwiększeniu ilości zieleni.

Władze Leska podkreślają, że celem rozpoczętej inwestycji przywrócenie mieszkańcom terenów nad Sanem i uczynienie rzeki ponownie jednym z najważniejszych miejsc spotkań oraz rekreacji w mieście. ©©

0011553071

Wyrazy głębokiego współczucia

Pani Oldze Filipek

z powody śmierci

Mamy

składają koleżanki i koledzy

z IV Liceum Ogólnokształcącego w Rzeszowie

0011546868

„Człowiek odchodzi, pamięć zostaje”

Panu

Damianowi Kukli

wyrazy najgłębszego współczucia

z powodu śmierci

Ojca

składają

Właściciele, Zarząd i Współpracownicy

z firmy Inżynieria Rzeszów Spółka Akcyjna

REKLAMA 0011546868

MPGK RZESZÓW

Zakład Usług Pogrzebowych i Cmentarnych

MPGK Rzeszów Sp. z o.o.

35-323 Rzeszów ul. Cienista 3

CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE

☎ 601 402 991 ☎ 17 853 53 48

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

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

www.zupic.pl

RZESZÓW

Toast Urodzinowy dla Tomasza Stańko

opr. baj

Tegoroczna edycja koncertu głównego „Toast Urodzinowy dla Tomasza Stańko” odbędzie się 11 lipca na dziedzińcu Zamku Lubomirskich. Początek godz. 19.

W atmosferze wspólnego przeżywania muzyki i twórczej wolności uczestnicy wydarzenia wznoszą symboliczny toast za życie, sztukę

i dziedzictwo Tomasza Stańko - artysty, który przez całe życie pozostawał wierny poszukiwaniu nowych brzmień, przekraczaniu granic i odważnemu patrzeniu w przyszłość. „Toast Urodzinowy dla Tomasza Stańko” jest dziś nie tylko wydarzeniem muzycznym, ale także ważnym miejscem spotkania artystów, miłośników jazzu i wszystkich tych, którzy chcą pielęgnować pamięć o jednym z najwybitniejszych pol-

skich muzyków XX i XXI wieku. Wystąpią Laura Jurd i Marcin Masecki.

Laura Jurd to brytyjska trębaczka, kompozytorka i improwizator, jedna z najbardziej wyrazistych i osobnych postaci współczesnej sceny jazzowej. W Rzeszowie zaprezentuje materiał z albumu „Rites & Revelations”, wydanego w 2025 roku i bardzo dobrze przyjętego przez krytykę.

Marcin Masecki to pianista, kompozytor, dyrygent

i jedna z najbardziej autonomicznych osobowości polskiej kultury muzycznej – od lat konsekwentnie nadaje nowy sens pojęciu artystycznej niezależności. W Rzeszowie artysta zaprezentuje „Suite bluesowe”.

Udział jest bezpłatny. Wydarzenie jest otwarte. Bez wcześniejszej rezerwacji. Miejsca siedzące są nienumerowane. Wejście dla uczestników będzie możliwe od godziny 18:30.

UWAŻAJ NA DRODZE

Zderzenie BMW z hulajnogą. Jest akt oskarżenia. Odpowie kierowca samochodu oraz nastolatek

Prokuratura w Przeworsku zakończyła postępowanie w sprawie wypadku w Gorliczynie.

Łukasz Solski

Akt oskarżenia przeciwko kierowcy BMW trafił już do sądu. Jak się okazuje, konsekwencje poniosą nie tylko dorosły kierowca, ale też nastolatek, którzy jechali hulajnogą elektryczną niezgodnie z przepisami.

Do zdarzenia doszło 28 kwietnia 2026 roku w Gorliczynie. Kierowca BMW, skręcając w lewo z drogi głównej w stronę sklepu spożywczego, potrącił parę nastolatków w wieku 14 i 15 lat. Młodzi ludzie przemieszczali się na jednej hulajnodze elektrycznej, jadąc po chodniku. W wyniku uderzenia oboje upadli na beton.



W zderzeniu samochodu z hulajnogą najbardziej poszkodowanym jest zawsze człowiek

Kierowca beemki przyznał się do winy

Po uzyskaniu opinii biegłego sądownego z zakresu wypadków drogowych, prokuratura w Przeworsku

podjęła decyzję o postawieniu zarzutów kierowcy osobowego BMW.

- Usłyszał zarzut nieumyślnego naruszenia zasad bezpieczeństwa w ruchu lądowym. W wyniku niezachowania szczególnej ostrożności, kierowca nienależycie obserwował drogę i nieprawidłowo ocenił sytuację, przez co wymusił pierwszeństwo i potrącił nastolatków - informuje Małgorzata Taciuch-Kurasiewicz, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Przeworsku.

Wypadek pociągnął za sobą poważne skutki zdrowotne dla 15-latki. Dziewczyna doznała urazu głowy ze wstrząśnieniem mózgu, rany tłuczonej łuku brwiowego oraz stłuczenia oczodołu. Jej obrażenia spowodowały naruszenie czynności narządów ciała na okres powyżej 7 dni.

Przesłuchany w charakterze podejrzanego kierujący BMW w całości przyznał się do zarzucanego mu czynu. Akt oskarżenia trafił do Sądu Rejonowego w Przeworsku. Grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności.

Złamali przepisy

Zachowanie małoletnich również podjęto ocenie prawnej. Drugi z na-

stolatków doznał lżejszych obrażeń (stłuczenie barku trwające poniżej 7 dni). Materiały w jego sprawie wyłączono do odrębnego postępowania.

To jednak nie koniec. Kierowca hulajnogi odpowie za złamanie przepisów ruchu drogowego.

- Wobec małoletniego, który kierował hulajnogą, Wydział do Spraw Wykroczeń KPP w Przeworsku prowadzi osobne postępowanie o wykroczenie. Dotyczy ono przewożenia na jednej hulajnodze innej osoby, co jest kategorycznie zabronione - wyjaśnia prokurator Małgorzata Taciuch-Kurasiewicz.

Uwaga rodzice!

Przy okazji tej sprawy śledczy przypominają o zmianie w przepisach, która weszła w życie 3 czerwca 2026 roku. Każdy kierujący rowerem, hulajnogą elektryczną lub urządzeniem transportu osobistego (UTO), który nie ukończył 16 lat, musi w czasie jazdy używać kasku ochronnego.

©P

MATERIAL INFORMACYJNY MCDONALD'S POLSKA

0011546318

McDonald's stawia na zabytki. Rusza wyjątkowa współpraca ze Stowarzyszeniem Konserwatorów Zabytków

McDonald's Polska i Stowarzyszenie Konserwatorów Zabytków rozpoczynają współpracę, której celem jest wypracowanie standardów adaptacji historycznych budynków do nowych funkcji. Sieć podkreśla, że jej restauracje od lat działają w obiektach zabytkowych w całej Polsce, przywracając im użytkowy charakter i wpisując je w codzienne życie miast.



McDonald's Polska: inwestycje i skala działań

McDonald's od lat rozwija sieć restauracji także w obiektach zabytkowych. Obecnie ponad 30 lokali spośród ponad 600 restauracji McDonald's funkcjonuje w budynkach objętych ochroną konserwatorską. Marka planuje dalszą rozbudowę sieci w Polsce, inwestując w jej rozwój i moder-

nizację ok. 2 mld zł w latach 2025-2027.

W McDonald's jakość oznacza odpowiedzialność i najwyższą dbałość na każdym etapie działalności - od posiłków w restauracjach i standardów obsługi gości po sposób, w jaki zatrudniamy naszych pracowników, projektujemy i rozwijamy restauracje oraz współpracujemy z franczyzobiorcami, partnerami i lokalnymi społecznościami. Dlatego na każdym etapie działania stawiamy na wysokie standardy, ekspertów i sprawdzone procesy. Takie podejście od lat towarzyszy również inwestycjom realizowanym w obiektach zabytkowych, które stanowią ok. 5% naszej sieci. Wierzymy, że funkcja komercyjna może i powinna iść w parze z ochroną dziedzictwa, a odpowiedzialny inwestor może przywrócić budynkom życie i otworzyć je dla mieszkańców - powiedziała Anna Papka z McDonald's Polska.

Adaptacja zabytków i dialog z konserwatorami

McDonald's podkreśla, że każda adaptacja historycznego obiektu realizowana jest



Restauracja McDonald's, ul. Radzymińska 94A w Warszawie

w ścisłej współpracy z konserwatorami zabytków. Proces rozpoczyna się już na etapie projektowym i obejmuje zarówno koncepcję, jak i szczegółowe rozwiązania architektoniczne. Kluczowe pozostaje zachowanie oryginalnego charakteru budynku.

- Każda realizacja w obiekcie zabytkowym wymaga indywidualnego podejścia. Łączymy funkcję historyczną z nowoczesnymi rozwiązaniami, zachowując autentyczność i charakter miejsca. Kluczową zasadą pozostaje ogra-

niczenie ingerencji w historyczną tkankę budynku do niezbędnego minimum oraz zachowanie jego oryginalnego charakteru - dodała Anna Rutkowska z McDonald's Polska.

Wśród przykładów takich realizacji firma wskazuje m.in. restaurację McDonald's w zabytkowej kamienicy Reussenhof we Wrocławiu, lokal w historycznym centrum Zamościa czy przy ul. Radzymińskiej w Warszawie, mieszczący się w budynku z końca XIX wieku.

Stowarzyszenie Konserwatorów Zabytków: doświadczenie i porozumienie

Stowarzyszenie Konserwatorów Zabytków zrzesza specjalistów z wielu dziedzin ochrony dziedzictwa i od 45 lat działa na rzecz ochrony zabytków w Polsce. Współpraca z McDonald's ma - jak podkreślono - charakter ekspercki i edukacyjny, a jej celem jest także wypracowanie dobrych praktyk dla branży.

- Przeprowadziliśmy wiele rozmów dotyczących współpracy

i jej przyszłości. Nasze stowarzyszenie działa od blisko pół wieku i skupia ponad 500 członków różnych specjalności. Naszym celem jest budowanie świadomości wartości zabytków i ich ochrony. Cieszy nas, że McDonald's funkcjonuje w obiektach historycznych. Dzisiejsze porozumienie ma służyć długofalowej współpracy i wypracowaniu standardów dla całego rynku - powiedział Prezes Zarządu Głównego Stowarzyszenia Konserwatorów Zabytków. Restauracje McDonald's funkcjonujące w zabytkowych przestrzeniach cieszą się szczególnym zainteresowaniem gości, którzy doceniają połączenie historii z codzienną wygodą i unikalny charakter takich miejsc. Stają się one punktami przyciągającymi zarówno lokalnych mieszkańców, jak i turystów, wzmacniając atrakcyjność lokalizacji. Efekt końcowy to coś więcej niż restauracja - to przestrzeń, która opowiada swoją historię, ale działa w rytmie współczesnego miasta i łączy historię z nowoczesnością - powiedziała Anna Papka z McDonald's Polska.

BLISKO NAS

W Bieszczadach będzie znacznie więcej żubrów. Żubrzyce właśnie teraz wydają na świat potomstwo

Leśnicy szacują, że tego lata populacja żubrów w Bieszczadach może wzrosnąć o ponad 150 sztuk. Trwa właśnie wycielenie żubrzcyc

Bogdan Hućko

Ciężarne żubrzyce przed porodem odchodzą od swoich stad, szukają ustronnych miejsc w leśnych zaroślach, gdzie wydają na świat potomstwo.

- Niedawno widywano je pasące się na łąkach, ale od połowy czerwca ukryły się one w leśnym gąszczu, gdzie wydają na świat swe młode. Na otwartych przestrzeniach pojawiają pod koniec lata. Wtedy będą już z kilkutygodniowymi cielakami - opisuje zachowanie ciężarnych żubrzcyc Edward Marszałek, rzecznik Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Krośnie.



Żubrzętko z matką w zagrodzie pokazowej w Mucznem

FOT. BOGDAN HUĆKO

Nie ryzykujemy

Leśnicy przestrzegają jednocześnie, żeby w razie spotkania w bieszczadzkim lesie młodego żubrzątka nie zbliżać się do niego, gdyż najprawdopodobniej gdzieś w pobliżu czuwa nad nim jego matka.

- W żadnym przypadku nie należy ryzykować spotkania z nią w takich okolicznościach, gdyż może być groźna dla człowieka - ostrzega rzecznik krośnieńskiej Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych.

Ciąża u żubrów trwa około dziewięciu miesięcy. Co roku w Bieszczadach przychodzi na świat 150-200 młodych żubrów, jednak nie wszystkie dożywają dorosłego wieku.

Jest coraz więcej żubrów

- Zdarza się, że młode rodzą się nawet we wrześniu, takie osobniki mają jednak mniejsze szanse na przeżycie w przypadku ciężkiej zimy. W lecie żubry przebywają w mniejszych grupach, tworzone przez samice i cielęta. Stare byki trzymają się osobno, a młodsze tworzą wtedy tzw. grupy kawalerów, wiodące spokojny żywot do sierpnia, kiedy nastaje czas rui - tłumaczy Edward Marszałek.

Przeprowadzona w marcu tego roku w bieszczadzkich nadleśnictwach inwentaryzacja dziko żyjących żubrów wykazała mocny wzrost ich populacji. W polskiej części Bieszczadów naliczono 880

osobników, w tym 147 ubiegłorocznych cieląt.

Opiekę nad żubrami w Bieszczadach od ponad 60 lat sprawują leśnicy. Prowadzenie monitoringu osobników tego chronionego gatunku, w tym również coroczna inwentaryzacja stad, formalnie zostały powierzone nadleśnictwom przez Generalną Dyрекcję Ochrony Środowiska w 2009 r. Dzięki temu w miejsce wcześniejszych szacunków wprowadzono systemową inwentaryzację i monitoring zdrowotny stad.

Sprowadzanie żubrów w Bieszczady rozpoczęło się w październiku 1963 roku, gdy pierwsze osobniki trafiły do zagrody aklimatyzacyjnej w Nadleśnictwie Stuposiany.

©

MATERIAŁ INFORMACYJNY ZAKOPIAŃSKIE CENTRUM KULTURY

0011550849

Letnie wieczory pod Tatrąmi - 25. Międzynarodowy Festiwal Muzyki Organowej i Kameralnej w Zakopanem

Gdy nad Tatrąmi zapada zmierzch, a powietrze nasycza się spokojem, Zakopane zaczyna brzmieć muzyką. Jubileuszowa, 25. edycja Międzynarodowego Festiwalu Muzyki Organowej i Kameralnej im. Wacława Geigera to zaproszenie do świata, w którym dźwięk gra rolę najważniejszą - wypełniając przestrzeń wspaniałymi kompozycjami wielkich mistrzów.

Dziewięć wyjątkowych koncertów, artyści wielkiego formatu i niezwykle przestrzenie - od sanktuariów po ogród Czerwonego Dworu - tworzą wydarzenie, którego nie sposób przegapić.

Każdy koncert to osobny świat: inne emocje, barwy i opowieści. Wspólnym mianownikiem pozostają najwyższa jakość artystyczna oraz niepowtarzalna atmosfera Zakopanego. To tutaj, w cieniu Tatr, muzyka organowa i kameralna odnajduje swój najpiękniejszy kontekst.

Przyjdź. Zatrzymaj się. Posłuchaj. Bo lato w Zakopanem naprawdę brzmi wyjątkowo.

Uroczysta inauguracja z udziałem prof. Witolda Zalewskiego wprowadzi festiwal w podniosły, sakralny klimat muzyką Bacha i Mendelssohna. „AVE MARIA woła cały świat” stanie się poruszającym spotkaniem klasyki i współczesności, osnutym wokół jednego z najbardziej uniwersalnych tematów w historii muzyki. W kolejnym wydarzeniu Magdalena Tul, Dariusz Kordek i Mateusz Mijał zaproszą publiczność do pełnego nostalgii świata „Perel Muzyki Rozrywkowej”, gdzie znane melodie zabrzmią na nowo w świeżych aranżacjach w wykonaniu orkiestry kameralnej Macieja Niecia.

Recital Jisunga Kima zachwyci wirtuozerią i poprowadzi słuchaczy przez różne epoki, tworząc spójną i pełną emocji muzyczną opowieść. Następnie Eugenio Fagiani zaprezentuje koncert, w którym klasyczne formy spotkają się z żywiołową improwizacją i niezwykłą ekspresją. „Od Wiednia do Budapesztu” przeniesie publiczność w świat operetki, pełen wdzięku, humoru i tanecznej lekkości, budując klimat eleganckiej, muzycznej podróży.

W bardziej kameralnym nastroju Andreas Boltz i Ruth Schwachhöfer stworzą subtelny dialog skrzy-

piec i organów, prowadząc słuchaczy przez repertuar od baroku aż po współczesne brzmienia. Całość zwieńczy finałowy koncert, który połączy różne tradycje i style w jedną, barwną opowieść o muzyce, pozostawiając publiczność z poczuciem harmonii i wyjątkowego przeżycia.

Serdeczne podziękowania za wsparcie Festiwalu w zakresie programowym, swoją wiedzą i doświadczeniem wsparli:

Witold Zaleski - jeden z najważniejszych i najbardziej rozpoznawalnych polskich organistów sakralnych, pedagog oraz redaktor literatury muzycznej.

Łukasz Lech - autor i reżyser koncertów, twórca niezliczonych programów telewizyjnych. Według krytyków obdarzony wyjątkową charyzmą i umiejętnością pięknego mówienia.

WSZYSTKIE KONCERTY SĄ BEZPŁATNE I OTWARTE DLA PUBLICZNOŚCI.



RZESZÓW

Do listopada odnowione zostaną trzy pomniki nagrobne

opr. baj

Miasto zleciło konserwację kolejnych zabytkowych nagrobków na Cmentarzu Starym, czyli najstarszej nekropolii Rzeszowa.

Prace konserwatorskie potrwają trzy miesiące, a miasto zapłaci za nie 50 tys. zł. Kompleksowej renowacji poddany zostanie nagrobek Karoliny Wodzińskiej (1800-1871). Prace obejmą także naprawę krzyży na nagrobkach Leopolda Praschilla (1836-1888) oraz Ludwika Zennermanowej z Maliszewskich, zmarłej w 1891 r. Dodatkowo wykonana zostanie nowa podstawa pod jednym z bezimiennych grobów, która ustabilizuje zachowane elementy nagrobka i umożliwi ich trwałe połączenie.

Cmentarz Stary przy ul. Targowej, założony w 1792 r., jest najstarszą nekropolią Rzeszowa i jedną z najstarszych w Polsce. Na po-



Nekropolia w Rzeszowie została wpisana do rejestru zabytków w 1968 roku

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

wierzchni 3,65 ha spoczywa ok. 40 tys. osób, w tym dawni mieszkańcy miasta, uczestnicy powstań, społecznicy oraz ofiary II wojny światowej. Większość zachowanych nagrobków pochodzi z drugiej połowy XIX w. i została wykonana w renomowanych pracowniach kamieniarskich oraz rzeźbiarskich we Lwowie, Krakowie i Rzeszowie. Miasto prowadzi systematyczne prace konserwatorskie na cmentarzu. W latach 2021-2025 przeznaczyno na ten cel prawie 250 tys. zł,

dzięki czemu odnowiono 19 nagrobków, m.in. miejsca pochówku kupca i społecznika Ignacego Schaittera, Józefa Łukasiewicza, czyli ojca Ignacego Łukasiewicza oraz architekta Jakóba Holzera. Ratusz apeluje także do mieszkańców o pomoc w dokumentowaniu historii nekropolii. Osoby posiadające archiwalne fotografie Cmentarza Starego, zwłaszcza przedstawiające zabytkowe nagrobki, proszone są o ich udostępnienie Zarządowi Zieleni Miejskiej. (al/PAP)

PULS *regionów*



Informacja na usługach Kremla - Str. 18-19

RZESZÓW

Biznes, sztuka i moda. Czym są „Kapsuły mody”, które stanęły w świątyni komercji?

„Kapsuły mody: Nowa fala” w W Millenium Hall to, według organizatorów, coś, czego w Rzeszowie jeszcze nie było. Prezentuje 10 projektów autorstwa Magdaleny Wilk-Dryło. Choć w branży modowej działa długo, to pierwszy raz prezentuje swoje prace w Rzeszowie.

Kinga Dereniowska

- Do tej pory nie robiłam tutaj pokazu mody i nie wystawiałam się, dlatego to dla mnie trochę taki debiut - mówi Magdalena Wilk-Dryło.

Zdradza, że część prezentowanej kolekcji powstała dwa lata temu. - Inspirowana była wodą, syrenami i morskimi klimatami. Dodatkowo specjalnie na wystawę zaprojektowałam jeszcze inne kreacje upcyklingowe - przekazuje.

Wszystko dzięki Kongresowi Kultury
Pomysł, aby projekty Magdaleny Wilk-Dryło zamknąć w kapsułach, narodził się kilka miesięcy temu. Początki sięgają pierwszego Kongresu Kultury w Rzeszowie, który odbył się jesienią 2025 roku. Tam na warsztatach spotkali się przedstawiciele biznesu i kultury. Zajęcia prowadzili Robert Homnicki, pełnomocnik prezydenta Rzeszowa ds. rozwoju gospodarczego i przedsiębiorczości oraz Zakia Cieślicka-Majka, kierowniczka referatu ds. upowszechniania kultury w wydziale kultury w Urzędzie Miasta Rzeszowa.

- Celem tego warsztatu było umożliwienie spotkań się dwóch światów: kultury i biznesu. Uczestnicy mieli okazję się poznać i porozmawiać o swoich potrzebach, ale także o oczekiwaniach - precyzuje Zakia Cieślicka-Majka.

Według niej, zarówno przedsiębiorcy jak i artyści sygnalizują potrzebę stworzenia w Rzeszowie przestrzeni do wymiany doświadczeń i pomysłów między środowiskiem kultury i biznesu.

- W kulturze mamy podejście twórcze, kreujące, artystyczne i biznes jest na to otwarty - uważa Zakia Cieślicka-Majka.

Tak doszło do tego, że efekt tych warsztatów Rzeszowianie mogli zobaczyć podczas festiwalu Wschód Kultury: Europejski Stadion Kultury. W przezroczystych kapsułach zamknięte są stroje Magdaleny Wilk-Dryło.

- To projektantka z Rzeszowa, która do tematu mody podchodzi bardziej artystycznie niż konsumpcyjnie - mówi Zakia Cieślicka-Majka, główna koordynatorka projektu.

Na tę okazję projektantka stworzyła kreacje wykonane z nietypowych, jak na współczesną modę, materiałów. To m.in. kartony po mleku czy folie malarskie.

- Pomyśleliśmy, że w ramach Wschodu Kultury pokażemy działanie, które ma głębszy wymiar i wyższą ideę - zaznacza pracowniczka Urzędu Miasta.

Tym, co wyróżnia wystawę jest to, że oglądający może zobaczyć, jak wygląda w prezentowanych kreacjach. Wprawdzie nie można ich ubrać na siebie, ale dzięki specjalnej technologii można przymierzyć je w wirtualnym lustrze.

Wystarczy podejść do interaktywnego lustra, zeskanować za pomocą telefonu kod QR, wybrać interesującą nas kreację i zobaczyć, jak wygląda się w prezentowanych sukniach. A potem pochwalić się rodzinie i znajomym.

Nie tylko stolica innowacji, ale i mody

Świat biznesu w projekcie reprezentuje Marta Półtorak, właścicielka Millenium Hall i mecenaska przedsięwzięcia. - Cieszę się, że Millenium Hall nie jest jedynie świątynią komercji, ale miejscem, gdzie odbywają się różnego rodzaju wydarzenia kulturalne we współpracy z wspaniałymi ludźmi - mówiła podczas wernisażu wystawy. - Połączenie świata mody, kultury i biznesu jest czymś naprawdę wyjątkowym. Mam nadzieję, że Rzeszów będzie nie tylko stolicą innowacji, ale i mody - dodała.

Zapowiada się, że to marzenie ma szansę częściowo się ziścić, ponieważ organizatorzy chcieliby, aby wydarzenie było cykliczne.

- Chcemy, aby w kapsułach ukazywać różne oblicza mody. Mamy nadzieję, że we wrześniu uda się pokazać kostiumy teatralne oraz że ta współpraca przerodzi się w cykliczne prezentowanie różnych inicjatyw kulturalnych - zdradza Zakia Cieślicka-Majka.

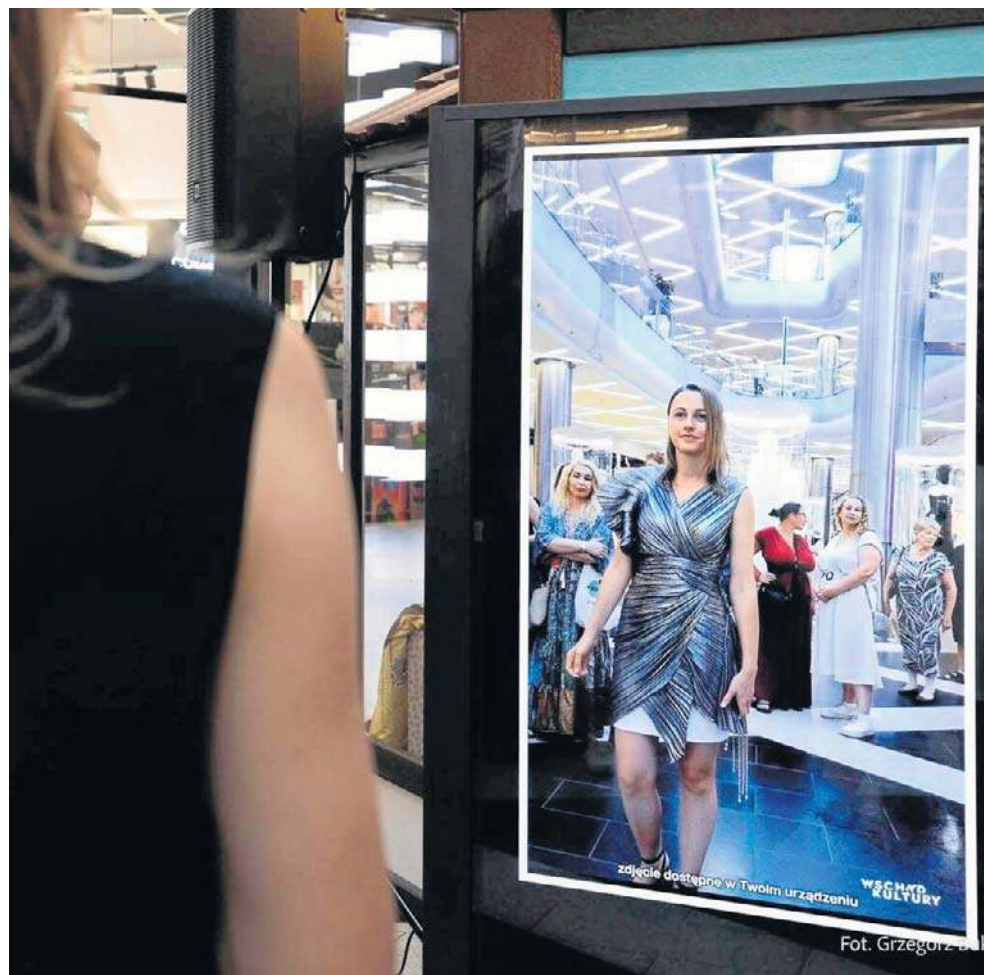
To nie pierwsza wystawa, którą współtworzy Zakia Cieślicka-Majka. Była jedną z koordynatorek wystawy „Sztuka nowoczesna z kolekcji Książąt Lubomirskich” prezentowanej w Biurze Wystaw Artystycznych w 2024 roku. ©©



Kolekcja inspirowana jest wodą



W przezroczystych kapsułach zamknięte są stroje Magdaleny Wilk-Dryło



Specjalne lustro - wirtualna przymierzalnia

40 lat pasji, setki eksponatów i Muzeum Radia, jakiego jeszcze nie było

Grzegorz Urban od ponad 40 lat kolekcjonuje zabytkowe radioodbiorniki, mikrofony i unikatowe pamiątki związane z historią radiofonii. Dziś jego zbiory staną się sercem powstającego w Kolbuszowej Muzeum Radia

Marcin Żminkowski

W rozmowie z nami pan Grzegorz opowiada o dziecięcej fascynacji radiem, pierwszym własnoręcznie zbudowanym odbiorniku, najcenniejszych eksponatach oraz o tym, dlaczego - jego zdaniem - radio jeszcze wróci do łask. Tłumaczy także, dlaczego tworzy nie muzeum starych urządzeń, lecz opowieść o ludziach, którzy zmienili świat.

Pamięta pan moment, kiedy zaczęła się fascynacja radiem?

Chyba od zawsze. Rodzice bardzo wcześnie wstawali do pracy i pierwszą rzeczą po przebudzeniu było włączenie radia. Jako kilkuletni chłopak słuchałem porannej gimnastyki, później „Lata z Radiem”, Rozgłośnia Harcerskiej czy Trójki. Radio po prostu było częścią mojego dzieciństwa.

To wtedy pojawiła się myśl o kolekcjonowaniu?

Nie od razu. Najpierw fascynowało mnie to, jak radio działa. Potrafiłem godzinami zaglądać przez otwory z tyłu odbiornika i patrzeć na świecące lampy. Kiedy rodziców nie było w domu, odkręcałem radio i oglądałem je od środka. Wyglądało jak jakieś tajemnicze miasto. Nie mogłem zrozumieć, jak głos może wydobywać się z takiego urządzenia.

Pierwsze radio zbudował pan sam?

Tak. Po piątej klasie znalazłem książkę „Młody Konstruktor”, w której był opis prostego odbiornika detektorowego. Nie rozumiałem schematów, więc wszystkiego uczyłem się sam. Szukałem książek, sprawdzałem symbole, pytałem kolegów o stare części. Nawiązałem cewkę, zdobyłem diodę germanową, a jako słuchawki użyłem... słuchawki z domowego telefonu. Kiedy ktoś dzwonił, rodzice nie byli zachwyceni, bo telefonu po prostu nie dało się odebrać.

Kiedy pojawiły się pierwsze eksponaty?

Na początku interesowały mnie wyłącznie odbiorniki detektorowe, bo były najstarsze i najprostsze. Sam potrafiłem je naprawić.



Zabijając wyobraźnię, zabijamy innowację - mówi Grzegorz Urban twórca Muzeum Radia w Kolbuszowej jedynego takiego na skalę Europy

Dzisiaj mam ich około 150. To od nich wszystko się zaczęło.

Ma pan swój ulubiony eksponat?

Sentymentalnie najbliższy jest mi Detefon, bo bardzo długo go szukałem. Natomiast największe wrażenie robi nadajnik iskrowy sygnowany zakładami Marconiego w Londynie oraz kompletny zestaw badawczy Edwarda Branly'ego z kohererem, galwanometrem i oryginalnym wyposażeniem laboratoryjnym.

Budowa muzeum to chyba równie wielkie przedsięwzięcie jak sama kolekcja?

Sam pomyśl dojrzewał latami, ale decyzję podjąłem dopiero w 2017 roku. Chciałem, żeby budynek nawiązywał do historycznej radiostacji w Raszynie. Przez blisko rok analizowałem zdjęcia, liczyłem proporcje, wysokość, szerokość, układ cegieł. Zależało mi, żeby jak najwierniej oddać charakter tego obiektu. Wiele rozwiązań konstrukcyjnych okazało się nietypowych i stanowiło spore wyzwanie dla ekip budowlanych.

Dlaczego zdecydował się pan na prywatne muzeum?

Bo uznałem, że ta kolekcja zasługuje na to, żeby ją pokazać ludziom. Przez ponad 40 lat zbierałem eksponaty i w pewnym momencie pomyślałem, że szkoda byłoby zostawić je zamknięte w magazynach.

Ale to nie będzie klasyczne muzeum techniki?

Nie. To ma być przede wszystkim opowieść. Nie chcę pokazać ludziom kilku tysięcy eksponatów i powiedzieć: „proszę oglądać”. Chcę opowiedzieć, jak rodziło się radio i ilu wybitnych ludzi pracowało nad jego powstaniem.

Czyli radio nie jest wynalazkiem Marconiego?

To duże uproszczenie. Marconi był genialnym praktykiem, który potrafił wykorzystać dorobek wielu naukowców. Wcześniej byli Faraday, Maxwell, Hertz, Édouard Branly i wielu innych. Każdy dołożył swoją cegiełkę. Marconi połączył to w działający system i wiedział, jak przekonać do niego świat.

Tę historię chce pan opowiedzieć zwiedzającym?

Dokładnie. Każdy z tych naukowców będzie przedstawiony, obok znajdzie się eksponat związany z jego odkryciami. Chcę też pokazać wkład Polaków, o którym mówi się zdecydowanie za mało.

Twierdzi pan, że wystawa z pana zbiorów, którą możemy oglądać w Mielcu, jest wyjątkowa nawet na tle zagranicznych muzeów.

Odwiedziłem muzeum radia i telewizji w Paryżu w 1994 roku i było to dla mnie ogromne przeżycie. Dziś mogę powiedzieć, że wystawa przygotowana w Mielcu jest większa i pod wieloma względami bogatsza. Są na niej eksponaty, których tam po prostu nie ma.

Kiedy muzeum zostanie otwarte?

Zakładam, że w 2027 albo 2028 roku. Nie narzucam sobie terminów. To nie jest projekt biznesowy ani inwestycja realizowana pod presją dotacji. To moje hobby.

A hobby powinno sprawiać przyjemność.

Wiele osób uważa, że radio przegrywa dziś ze smartfonami i mediami społecznościowymi. Pan się z tym nie zgadza.

Nie. Myślę, że radio jeszcze wróci do łask. Smartfony i Internet można wyłączyć bardzo szybko, natomiast łączności radiowej praktycznie nie da się wyłączyć. Wystarczy prosty transceiver (red. urządzenie elektroniczne, które łączy w sobie funkcje nadawania i odbierania sygnałów) i nadal można komunikować się ze światem. Ale jest jeszcze coś ważniejszego.

Radio rozwija wyobraźnię. Mamy słuchowiska, Teatr Polskiego Radia, audycje, które zmuszają do myślenia i tworzenia własnych obrazów w głowie. To jest ogromna wartość. Gdy zabijemy wyobraźnię, zabijemy również innowacyjność.

Mam natomiast coraz większe wątpliwości wobec mediów społecznościowych. Trudno powiedzieć o nich coś naprawdę dobrego. Wszystko jest podporządkowane temu, żeby użytkownik jak najdłużej przewijał kolejne treści. To uzależnia i nie sprzyja refleksji.

Dlatego chciałbym, żeby z mojego muzeum zwiedzający wyszli z pewnym pytaniem: dokąd zmierzamy? Na końcu ekspozycji planuję umieścić ogromny smartfon i ludzi bezmyślnie wpatrzonych w ekrany. To ma skłaniać do zastanowienia się, co zysaliśmy dzięki nowym technologiom, ale też co po drodze zaczęliśmy tracić.

Co chciałby pan, żeby zwiedzający zapamiętali po wyjściu z muzeum?

Chciałbym, żeby zrozumieli, że za tymi urządzeniami stoi 150 lat pracy genialnych ludzi. Że wielkie wynalazki nie powstają z dnia na dzień, tylko są efektem współpracy wielu pokoleń naukowców. A na końcu ekspozycji chciałbym postawić ogromny smartfon otoczony ludźmi wpatrzonymi w ekrany. To będzie pytanie do każdego zwiedzającego: dokąd właściwie zmierzamy? ©©

MEDYCyna



W Klinicznym Zakład Patomorfologii, kierowanym przez prof. Ewę Kaznowską, rocznie prowadzonych jest około 30 tysięcy badań

Niewidoczni dla pacjentów, kluczowi dla leczenia

Choć patomorfolodzy pracują z dala od pacjentów i kamer, ich rola w medycynie jest nieoceniona. To oni potrafią odczytać z fragmentu tkanki historię choroby i przekazać lekarzom informacje, od których zależy dalsze leczenie.

Wojciech Tatar

Patomorfolodzy to lekarze, których pacjenci zwykle nie spotykają osobiście, ale od ich pracy bardzo często zależy dalsza kuracja. To właśnie oni badają pobrane podczas operacji i biopsji fragmenty tkanek, narządów czy komórek i na tej podstawie odpowiadają na kluczowe pytania: czy zmiana jest nowotworem, jakiego jest typu i jak bardzo choroba jest zaawansowana.

W ostatnich czasie wokół patomorfologii zrobiło się głośno za sprawą bulwersującej sprawy z Lutoryża, gdzie odkryto zakopane ludzkie szczątki. Służby odnalazły tam łącznie 34 płody oraz tysiące odpadów medycznych.

Zdarzenie to było szokujące dla całego środowiska patomorfologów. Profesor Ewa Kaznowska wojewódzki konsultant ds. patomor-

fologii zaznacza, że na co dzień postępowanie z takim materiałem medycznym jest ściśle uregulowane, objęte ewidencją i nadzorem. W placówkach medycznych obowiązują konkretne procedury dotyczące zarówno badań, jak i przechowywania oraz przekazywania materiałów do pochówku lub utylizacji.

Postanowiliśmy przybliżyć naszym czytelnikom pracę patomorfologów. Na zaproszenie prof. Ewy Kaznowskiej odwiedziliśmy Kliniczny Zakład Patomorfologii przy ul. Rycerskiej w Rzeszowie, który jest częścią Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego.

- Patomorfolog stawia rozpoznanie chorób na podstawie zmian strukturalnych w zakresie tkanek, narządów i też w zakresie komórek. W praktyce oznacza to, że do zakładu patomorfologii trafiają materiały pobrane podczas zabie-

gów, operacji, gastrokopii, bronchoskopii czy biopsji. Najpierw są one opisywane i odpowiednio przygotowywane, a potem trafiają do badania pod mikroskopem. To właśnie wtedy lekarz może ocenić, z jaką zmianą ma do czynienia - tłumaczy prof. Ewa Kaznowska.

Potwierdzają diagnozę

Rola patomorfologów jest szczególnie ważna w onkologii. - Bez badania patomorfologicznego nie ma możliwości podjęcia jakiegokolwiek leczenia onkologicznego. Onkolog, nawet jeżeli guz jest bardzo duży i widoczny w badaniach obrazowych, nie może rozpocząć leczenia bez weryfikacji patomorfologicznej. To ważne, bo badania obrazowe takie jak tomografia, rezonans czy USG mogą pokazać, że w organizmie pojawiła się niepokojąca zmiana, ale nie dadzą ostatecznej odpowiedzi, czym ona jest.

Tę odpowiedź przynosi dopiero badanie materiału pod mikroskopem. Czasem okazuje się, że podejrzenie wyglądający guz nie jest nowotworem złośliwym, lecz np. zmianą zapalną - wyjaśnia prof. Kaznowska.

Patomorfolog nie tylko potwierdza, czy pacjent ma nowotwór. Ocenia też jego typ, stopień zaawansowania, a nawet to, czy zmiana została podczas operacji usunięta w całości. Od takich informacji zależy, czy potrzebny będzie kolejny zabieg, chemoterapia, radioterapia albo leczenie celowane.

W Rzeszowie patomorfolodzy wykonują również badania śródoperacyjne, czyli takie, które odbywają się wtedy, gdy pacjent leży jeszcze na stole operacyjnym. W takiej sytuacji wynik trzeba przekazać bardzo szybko, bo od niego zależy dalszy przebieg operacji. - W ciągu 20 minut

od momentu, kiedy materiał trafia do naszego zakładu, dajemy rozpoznanie, czy jest to zmiana łagodna, czy złośliwa. Jeżeli okazuje się, że to nowotwór złośliwy, chirurg może od razu podjąć decyzję o szerszym, radykalnym zabiegu - opowiada prof. Ewa Kaznowska.

W zakładzie kierowanym przez profesor Ewę Kaznowską przeprowadza się 30 tysięcy badań rocznie, co daje około 600 dziennie. - Często słyszy się, że trzeba długo czekać na badania prowadzone przez patomorfologów. To nieprawda, ponieważ takie badania robimy w ciągu jednego dnia. Zdarza się jednak, że konieczne jest wykonanie dodatkowych badań, wtedy czas się wydłuża do dwóch dni. My jesteśmy podstawowe badanie przeprowadzić w ciągu jednego dnia. Zespół w naszym zakładzie pracuje bardzo sprawnie - mówi prof. Ewa Kaznowska.

Nie tylko lekarze

Praca zakładu to nie tylko lekarze, ale także technicy i cały zespół odpowiadający za przygotowanie materiału. O tym, jak wygląda ta część pracy, opowiada Marita Kucharz, kierownik Zespołu Techników Analityki Medycznej. - Materiały, które zostaną usunięte podczas operacji, trafiają do nas. Po rejestracji są rozdzielane, co do wielkości i rodzaju. Bardzo duży nacisk kładziemy na to, aby były dobrze przygotowane już na początku. Sprawdzamy m.in. formalinę, przygotowujemy materiał do pobrania wycinków, a potem przechodzi on kolejne etapy obróbki - opowiada Marita Kucharz.

Pani kierownik oprowadziła nas po obszernym zakładzie, składającym się z kilku sal, w którym na specjalistycznym, nowoczesnym sprzęcie pracują lekarze i technicy.

- Preparat mikroskopowy jesteśmy w stanie wykonać w ciągu jednego dnia. Wstępne rozpoznanie także może być gotowe w ciągu 24 godzin. Jeśli potrzebne są dodatkowe badania, to czas się wydłuża o kolejny dzień lub dwa. Niewielkie próbki - umieszczane w specjalnych kasetkach -, są później zatapiane w parafinie, krojone na bardzo cienkie skrawki, barwione i kompletowane tak, by mogły trafić do oceny lekarza. Cały proces jest dziś w dużej mierze skomputeryzowany - podkreśla Marita Kucharz.

W przypadku większych materiałów pooperacyjnych wynik zwykle wydawany jest do dwóch tygodni. Zakład w Rzeszowie wykonuje rocznie dziesiątki tysięcy badań. To pokazuje skalę pracy, która toczy się z dala od gabinetów i oddziałów, ale ma ogromny wpływ na decyzje podejmowane później przez chirurgów i onkologów.

©

NAUKA

Nie tylko dyplom, ale wiedza i kompetencje

30 lat działalności, około 60 tysięcy absolwentów i pokolenia studentów przygotowanych do odpowiedzialnej pracy – to, jak podkreśla rektor uczelni prof. Jerzy Połuszny, dorobek, z którego Wyższa Szkoła Prawa i Administracji jest szczególnie dumna.

Urszula Sobol

W tym roku WSPiA obchodzi 30-lecie istnienia. Z czego po tych latach rozwoju uczelni jest Pan najbardziej dumny?

Przed wszystkim jestem najbardziej dumny z naszego dorobku dydaktycznego i naukowego. Kiedy podsumowaliśmy 30 lat działalności uczelni, okazało się, że wypromowaliśmy około 60 tysięcy absolwentów. To ogromny dorobek. Wykształciliśmy kadre dla Podkarpacia, województw ościennych, ale także dla całej Polski. Jestem również bardzo dumny z kadry, którą udało nam się zgromadzić. Pracują u nas m.in. wybitni profesowie, uznani specjaliści w swoich dziedzinach, uczeni o ogromnym dorobku naukowym, którzy budują rangę naszej uczelni. Z dużą satysfakcją przekazuję im słowa podziękowania za współpracę.

Ważnym elementem naszego sukcesu jest także baza dydaktyczna.

Ponad dwadzieścia lat temu wybudowaliśmy nowoczesne obiekty dydaktyczne, które w tamtym czasie były wyjątkowo innowacyjne, a dzięki odpowiedniemu utrzymaniu i rozwojowi nadal spełniają najwyższe standardy. Jestem również dumny z wizerunku uczelni, który pozwolił nam zaistnieć w przestrzeni publicznej, w mediach i środowisku akademickim. Najważniejsze jednak jest to, że staliśmy się trwałym elementem mapy akademickiej Polski.

Jak współpraca z pracodawcami i instytucjami pomaga absolwentom odnaleźć się na rynku pracy?

Tę współpracę realizujemy na kilku płaszczyznach. Jedną z nich, z której jestem szczególnie dumny, są porozumienia zawarte w ostatnich dwóch latach z wieloma najważniejszymi instytucjami na Podkarpaciu. Chciałbym jednak podkreślić, że nie chodzi nam wyłącznie o samo podpisanie porozumień. Oczywiście takie wydarzenia mają znaczenie medialne i wizerunkowe, ale dla nas najważniejsze jest to, aby za tymi dokumentami szły konkretne działania i realna współpraca. Zawarliśmy m.in. porozumienia z: Ministerstwem Sprawiedliwości, co ma przełożenie na współpracę z sądami i prokuraturami, wojewodą podkarpackim, Bieszczadzkim Oddziałem Straży Granicznej, Komendą Wojewódzką Policji, Służbą Więzienną, Izbą Administracji Skarbowej, Kuratorem Oświaty, Izbą Przemysłowo-Handlową, korporacjami prawniczymi. Dzięki tym porozumieniom wspólnie organizujemy wydarzenia, realizujemy projekty, a przedstawiciele tych instytu-

cji prowadzą zajęcia praktyczne ze studentami. Z kolei nasi pracownicy i naukowcy wspierają te instytucje swoją wiedzą i doświadczeniem. Jestem szczególnie dumny z tego, że udało nam się stworzyć sieć rzeczowej, praktycznej współpracy, przynoszącej konkretne efekty, a nie tylko formalnych dokumentów. Korzystając z okazji, chciałbym bardzo serdecznie podziękować szefom tych instytucji i służb, którzy dbają o efekty i angażują się w proces realizacji naszych porozumień. Osoby te znakomicie rozumieją potrzebę łącznia teorii z praktyką, bez której nie możliwy jest rozwój naszego regionu.

Czy te porozumienia otwierają studentom drogę do praktyk, staży i późniejszego zatrudnienia?

Tak. Wspominałem wcześniej o współpracy na poziomie uczelni - instytucja, ale drugim niezwykle ważnym obszarem jest współpraca dotycząca samych studentów. Dzięki wspomnianym porozumieniom pracownicy wskazanych instytucji prowadzą zajęcia praktyczne, a nasi studenci odbywają praktyki i staże w tych instytucjach. Bardzo często jest to również forma pierwszej rekrutacji do pracy zawodowej. Student, który podczas praktyki pokaże swoje zaangażowanie i wiedzę, może później otrzymać propozycję zatrudnienia. Zdarza się, że studenci piszą prace magisterskie dotyczące działalności danej instytucji, poznają jej specyfikę, nawiązują kontakty i po ukończeniu studiów rozpoczynają tam pracę. Przy tej okazji chciałbym wspomnieć, że trochę ubolewam nad zanikiem instytucji stypendiów fundowanych. Dawniej wiele instytucji wspierało najlepszych studentów, fundując im stypendia, dzięki czemu już podczas studiów budowano więź między przyszłym absolwentem a pracodawcą. To były bardzo dobre rozwiązania, które przynosiły korzyści: studentom uczelni i instytucjom. Dzięki stypendiom fundowanym zachęcamy studentów do pozostawania w regionie, a nie wyjeżdżania poza Podkarpacie w poszukiwaniu pracy.

Jak uczelnia przygotowuje studentów na wyzwania związane z rozwojem sztucznej inteligencji?

Sztuczna inteligencja stała się już stałym elementem funkcjonowania wielu instytucji. Nasze podejście jest takie, że nie chcemy z nią walczyć, ale chcemy ją poznać, ośwoić i odpowiedzialnie wykorzystywać. Dotyczy to zarówno dydaktyki, badań naukowych, jak i codziennego funkcjonowania uczelni. W zakresie kształcenia chcemy, aby programy studiów na wszystkich kierunkach uwzględniały możliwość wykorzystania sztucznej inteligencji.



Prof. Jerzy Połuszny, rektor WSPiA

Student powinien znać jej możliwości, potrafić korzystać z jej zalet, ale jednocześnie znać zagrożenia i ograniczenia. Jednym z problemów, który już obserwujemy, jest wykorzystywanie sztucznej inteligencji przy pisaniu prac dyplomowych. Z drugiej jednak strony, osoby posiadające doświadczenie dydaktyczne, potrafią rozpoznać teksty tworzone przez AI. Sztuczna inteligencja potrafi bardzo dobrze formułować zdania i porządkować informacje, ale nie jest twórcą w takim znaczeniu jak człowiek. Chcemy więc nauczyć studentów na przykład przyszłych prawników, jak korzystać z AI jako narzędzia usprawniającego pracę zawodową. Sztuczna inteligencja może pomóc w wyszukiwaniu orzecznictwa, analizie dokumentów czy selekcji informacji, ale ostateczna ocena i odpowiedzialność zawsze pozostają po stronie człowieka. Podobnie jest na pozostałych kierunkach studiów - uczymy studentów, jak wykorzystywać nowe technologie i unikać związanych z nimi zagrożeń.

AI to jedno z wyzwań dla uczelni. Jakie są pozostałe?

Drugim ogromnym wyzwaniem jest cyfryzacja. Mogę powiedzieć, że jestem dumny z tego procesu w naszej uczelni. Niedawno podpisaliśmy kolejne porozumienie z amerykańską firmą PCG Academia, liderem w zakresie informatyzacji szkolnictwa wyższego nie tylko w Polsce, ale i w Europie. Wartość tego projektu wynosi 8 mln złotych, a środki otrzymaliśmy z funduszy przeznaczonych na rozwój Podkarpacia. Dzięki realizacji tego projektu wykonamy ogromny krok w procesie cyfryzacji uczelni. Wprowadzamy między innymi w pełni mobilną aplikację dla studentów, dzięki której będą mieli uczelnię w swoim telefonie. Wszystkie najważniejsze czynności dydaktyczne, listy obecności, komunikacja i procedury itd. będą stopniowo przenoszone do świata cyfrowego. Kolejnym wyzwaniem pozostaje jakość i efektywność kształcenia. To może brzmieć jak oczywistość, ale uważam, że szkolnictwo wyższe musi szczególnie mocno pilnować tego obszaru. Dzisiaj pracodawcy nie oczekują już absolwentów z wiedzą teoretyczną. Chcą osób przygotowanych praktycznie, które potrafią wykorzystać swoją wiedzę w rzeczywistych sytuacjach zawodowych. Dlatego jednym z najważniejszych wyzwań jest rozwój praktycznego kształcenia.

Uczelnia oferuje szeroki wybór kierunków studiów.

Cały czas dostosowujemy naszą ofertę do dynamicznego rynku pracy. Uczelnia, która stoi w miejscu, w rzeczywistości się cofa. Musimy więc modyfikować programy i two-

żyć nowe ścieżki kształcenia. Jednocześnie nasza strategia nie zmierzała i nie zmierza do tworzenia kombinatu edukacyjnego. Uważamy, że nie chodzi o tworzenie wielu słabych kierunków, ale o budowanie mocnych, wartościowych kierunków odpowiadających na rzeczywiste potrzeby rynku. Dlatego wzmacniamy istniejące kierunki i rozwijamy w ich ramach nowe specjalności. Niedawno utworzyliśmy nowy kierunek „Transport, Spedycja, Logistyka”. Spotkał się on z pozytywną oceną Ministerstwa oraz Narodowego Centrum Badań i Rozwoju. Otrzymaliśmy znaczące środki na rozwój dydaktyki, wyposażenie i laboratorium. Chcemy stworzyć na Podkarpaciu silny kierunek związany z zarządzaniem transportem. Wychodziliśmy z założenia, że region ten może odegrać ważną rolę w przyszłej odbudowie Ukrainy i rozwoju transportu międzynarodowego. W ramach tego kierunku tworzymy między innymi specjalności związane z zarządzaniem transportem lotniczym, bezpieczeństwem lotniczym. Gdy chodzi o inne kierunki, to zamierzamy mocno postawić na cyberprzestępczość. Nie chcemy powielać popularnych nazw, dlatego zamiast ogólnego cyberbezpieczeństwa skupiamy się na cyberprzestępczości – chcemy przygotować przyszłych specjalistów, którzy będą rozumieli, gdzie przebiega granica między legalnym działaniem a przestępstwem w świecie cyfrowym. Podobnie ważna jest wiedza dotycząca przestępczości finansowej i gospodarczej. Widzimy, że zarówno organy ścigania, jak i sądy często mierzą się z bardzo skomplikowanymi sprawami. Chcemy więc wyposażać studentów w praktyczną wiedzę, która pozwoli im lepiej rozumieć te problemy.

Trzydziestolecie uczelni to piękny jubileusz. Czego Wam życzyć?

Przed wszystkim dalszego rozwoju. Oczywiście życzyłbym nam dobrych studentów, bo to oni są najważniejszym elementem każdej uczelni. Chciałbym również wspomnieć o naszej strategii na lata 2025-2030. Przyjęliśmy w niej bardzo jasne stanowisko: interesują nas studenci, którzy chcą zdobywać wiedzę i rozwijać się, a nie tylko uzyskać dyplom. Rynek edukacyjny zaczyna się dzielić na uczelnie, które stawiają na łatwe studiowanie, oraz te, które chcą rzeczywiście przekazywać wiedzę i wymagać od swoich studentów. My wybraliśmy tę drugą drogę. Nawet jeśli oznaczałoby to mniejszą liczbę studentów, wolimy kształcić osoby ambitne, zaangażowane i chcące się rozwijać. Chciałbym, aby nasza uczelnia była postrzegana jako miejsce, które dobrze kształci, wymaga i przygotowuje absolwentów do realnych wyzwań zawodowych. To jest moje największe życzenie na kolejne lata. ©©

NASZA AKCJA

Wakacyjne wspomnienia, do których wracamy po latach z uśmiechem

To właśnie takim chwilom dedykujemy letnią akcję „Wakacyjne wspomnienia”, w której wraz z Czytelnikami i dziennikarzami „Nowin” wracamy do najpiękniejszych obrazów z przeszłości. Zapraszamy do wspólnej podróży

Urszula Sobol

Wakacje z dzieciństwa miały wyjątkową magię. Nie potrzebowaliśmy dalekich podróży ani wielkich atrakcji, by czuć radość. Wystarczył rower, grupa przyjaciół, kawałek podwórka, kąpiel w rzece czy letni wieczór spędzony na rozmowach. To właśnie z takich prostych chwil powstawały wspomnienia, które zostają z nami na całe życie.

Każdy z nas nosi w sobie takie obrazy. Dla jednych będą to wakacje na wsi, pachnące sianem i domowym kompotem, dla innych pierwsze wyjazdy nad morze, górskie wędrówki, biwaki pod namiotem czy kolonie, na których rodziły się przyjaźnie na całe życie. Niezależnie od miejsca i okoliczności, wakacyjne wspomnienia mają wyjątkową siłę - wywołują uśmiech,

wzruszenie i przypominają, że szczęście często kryło się w najprostszych chwilach.

Właśnie dlatego powstała nasza akcja „Wakacyjne wspomnienia”. Przez najbliższe tygodnie dziennikarze „Nowin” i nasi Czytelnicy będą dzielić się swoimi osobistymi historiami z dzieciństwa, pełnymi śmiechu, małych przygód, pierwszych samodzielnych wypraw, rodzinnych tradycji i momentów, które na zawsze zapisały się w pamięci.

Nie będą to opowieści o wielkich podróżach i luksusowych wakacjach, ale przede wszystkim historie bliskie, zwyczajne i prawdziwe. Bo często okazuje się, że najpiękniejsze lato przeżywałeś tuż obok domu na wiejskiej drodze, nad zalewem, w lesie, na działce czy na osiedlowym podwórku.

Chcemy dzielić się tymi wspomnieniami nie tylko po to, by opowiedzieć własne historie, ale przede wszystkim, by zachęcić Was do własnych podróży w przeszłość. By sięgnąć do starych albumów, odszukać zapomniane zdjęcia, porozmawiać z bliskimi i przypomnieć sobie ludzi oraz miejsca, które kiedyś były ważną częścią naszego życia.

W dzisiejszym świecie wszystko dzieje się szybciej niż dawniej. Wakacje często są dokładnie zaplanowane, wypełnione technologią, telefonami i mediami społecznościowymi. Tym bardziej warto na chwilę się zatrzymać i wrócić do prostych radości - budowania szałasów, gry w klasy, kąpiele w rzece, jazdy na rowerze bez celu czy wieczornego patrzenia w gwiazdy. To właśnie z takich chwil powstają wspomnienia, które zostają z nami na całe życie. ©©

• Podziel się z nami swoimi wakacyjnymi wspomnieniami

Czekamy na Twoją historię. Podziel się z nami wspomnieniami z wakacji, które na zawsze zostały w Twojej pamięci. Każda opowieść ma znaczenie - niezależnie od tego, czy dotyczy dalekich podróży, rodzinnych wyjazdów, bez trosk dnia spędzonego na podwórku, czy zwykłych chwil, które po latach okazują się wyjątkowe. Twoja historia może stać się częścią naszej letniej akcji „Wakacyjne wspomnienia”. Zachęcamy Czytelników do przesyłania swoich opowieści na adres: wydawcy@nowiny24.pl. Napisz o swoich dziecięcych wakacjach, miejscach, do których chętnie wracasz pamięcią, ludziach, których spotkałeś, albo wydarzeniach, które do dziś wywołują uśmiech. Możesz również dołączyć wakacyjne zdjęcie - rodzinne, z podróży lub takie, które przypomina wyjątkowy moment sprzed lat. Nie muszą to być wielkie przygody ani niezwykle historie. Często właśnie te najprostsze wspomnienia - letnie wieczory, zabawy z rówieśnikami, pierwsze samodzielne wyprawy, zapach wakacji u dziadków czy miejsca, które miały dla nas szczególne znaczenie - pozostają w sercu na całe życie. Każda nadesłana opowieść jest dla nas ważna. Wspólnie możemy stworzyć wyjątkową kronikę wakacyjnych wspomnień - pełną emocji, uśmiechu i chwil, do których warto wrócić.

KLAUDIA ORONOWICZ-CHUDZIK
wydawca online nowiny24.pl



Kompot z czarnej porzeczki smakował jak całe wakacje

Kiedy myślę o wakacjach z dzieciństwa, najbardziej dziwi mnie to, jak były długie. Dwa miesiące wydawały się niemal wiecznością. Dziś mijają, zanim człowiek zdąży dobrze zaplanować urlop.

Dorastałam w Tuczempach pod Jarosławiem. To były jeszcze czasy, kiedy telefon komórkowy był rzadkością, a komputer w wakacje nikogo nie interesował. Ładna pogoda oznaczała jedno - całe dnie spędzaliśmy na podwórku. Do domu wracało się właściwie tylko wtedy, gdy rozpętała się burza. Nawet obiady, a czasem i kolacje, jedliśmy na dworze.

W naszej dzielnicy dzieci było mnóstwo. Nie umawialiśmy się wcześniej. Po prostu wychodziło się z domu i po chwili cała gromada była już razem. Starsze rodzeństwo pilnowało młodszych, a rodzice pojawiali się głównie po to, żeby zawołać na obiad albo podać kubek kompotu. I co cie-

kawe - nieważne, do którego domu się weszło, zawsze jakaś mama częstowała czymś do picia albo dawała kawałek ciasta. Dziś powiedzielibyśmy, że cała wieś wychowywała dzieci.

Bawiliśmy się we wszystko. Liście były pieniędzmi, babki z piasku ciastkami, a kilka patyków wystarczyło do zbudowania sklepu albo domu. Nie mieliśmy tylu zabawek co dzisiejsze dzieci, ale mieliśmy wyobraźnię. Potrafilismy godzinami siedzieć w piaskownicy, jeździć na rowerach, grać w piłkę albo budować szałas. Tata rozkładał nam mały basen, a my udawaliśmy, że jesteśmy nad morzem. I naprawdę byliśmy szczęśliwi.

Jest jednak jedno wspomnienie, które wraca do mnie najczęściej. To czarna porzeczka. Mama miała kilka krzaczków i kiedy oznajmiała, że trzeba nazbierać owoców na kompot, wzdychałam. Miałam wrażenie, że to najmniej-

szy owoc świata, a wiaderko nigdy się nie zapełni. Na szczęście były jeszcze moje trzy siostry, więc jakoś dawałyśmy radę. Dzisiaj oddałabym wiele, żeby jeszcze raz usłyszeć: „Dziewczynny, nazbierajcie porzeczki na kompot”. Bo ten kompot smakował jak dzieciństwo. Chłodny po całym dniu biegania, pachnący latem i owocami z własnego ogrodu. Do dziś, kiedy mama go gotuje, od razu wracam myślami do tamtych wakacji.

Nie wyjeżdżaliśmy często. Największą atrakcją były rodzinne wyprawy do Zakopanego. Pamiętam wędrówkę nad Morskie Oko, ciupagi kupowane na Krupówkach i podróże w sześć osób samochodem przeznaczonym dla pięciu pasażerów. Dzisiaj byłoby to nie do pomyślenia, ale ponad 20 lat temu nikogo specjalnie to nie dziwiło.

Czasem spędzałam wakacje u babci, kiedy zjeżdżało się całe kuzynostwo. Spaliśmy wszyscy razem, było ciasno, głośno i... chyba właśnie dlatego tak wspinałem. Wieczorami starsi kuzyni opowiadali nam straszne historie. Ja, najmłodsza, często kończyłam schowana pod kołdrą albo „uwięziona” w łóżku przez ich żarty. Na szczęście babcia zawsze przychodziła mnie ratować. Do dziś pamiętam też smak pieczonego przez nią chleba. Jeszcze ciepły, z grubą warstwą masła, nie potrzebował żad-

nych dodatków. Oddałabym wiele, żeby choć raz zjeść kromkę, która smakowałaby dokładnie tak jak wtedy. Pierwszy raz nad polskie morze pojechałam na kolonie z dwiema starszymi siostrami. Pamiętam zachody słońca, pierwsze dziecięce zauroczenie i zapach Bałtyku. Znacznie gorzej wspominałam kolonijny „chrzest”, który był dla mnie ogromnym stresem.

Dziś sama jestem mamą i często łapię się na tym, że siedzę z synkiem w piaskownicy, buduję babki z piasku albo wymyślam kolejne zabawy. Moi rodzice tego nie robili. Nie dlatego, że byli gorsi. Po prostu takie były czasy. Dzieci

bawiły się z dziećmi, a dorośli mieli swoje obowiązki. I nikt nie czuł się z tego powodu pokrzywdzony. Mam też wrażenie, że byliśmy bardziej samodzielnymi. Rodzice nie wiedzieli co do minuty, gdzie jesteśmy, ale jakoś zawsze wracaliśmy na czas. Potrafilismy sami organizować sobie dzień, rozwiązywać drobne problemy i cieszyć się z rzeczy, które dziś wydają się zupełnie zwyczajne. I choć mama już nie wysyła mnie do zbierania porzeczki, smak tego kompotu wciąż przypomina mi, jak wyglądało dzieciństwo. I chyba właśnie tak smakuje lato, za którym najbardziej tęsknię. ©©



Kalwaria Paclawska, siostry i czasy, kiedy świat był taki prosty

PATRYCJA RESZKO
dziennikarz



Szczęśliwe chwile z dzieciństwa to wakacje u moich babć pod Krosnem...

Kiedy w myślach pojawia się słowo „dzieciństwo” - moje pierwsze skojarzenie to jedna z dwóch wsi pod Krosnem. Kiedy pomyślę „wakacje” - od razu widzę siebie wspinającą się po drzewie w sadzie babci Marysi lub bawiącą się w sklep za domem babci Wandzi.

Kiedy kończył się rok szkolny, nie byłam zachwycona. Nie z powodu braku nauki, lecz towarzystwa. Ja, dziewczyna z blokowiska, siostra dwóch starszych braci, nękana przez chłopaków z podwórka, zmęczona nadmierną opieką mamy, czekałam z niecierpliwością się na wyjazd do jednej z moich babć.

Babcia Marysia mieszkała w Korczynie na górze zwanej przez nas „Wawelem”, z której widać było Krosno i okoliczne wioski. Łąki pełne kwiatów i motyli, zboże poprzetykane makami, chabrami i rumianami, a wokół domu sad,

który prowadził na babcinie pole, a za nim strumyk. W ogrodzie miałam swoją pochyloną jabłoń, po której się wspinałam i miejsca, w którym rosły pieczarki i lnicia.

Najciekawiej było, kiedy zjeżdżało się kuzynostwo z Tamowa. Ile to dzieci mieściło się w zielonym maluchu? A ile w stodole na sianie? I ile ja - jak co rano znajdowałam na skrzynkach wyścielonych sianem?

Znikałam na dłuższe chwile, buszując po piwnicy i na strychu, szukając skarbów niczym z Targu Staroci w Rzeszowie. A na obiad były ruskie pierogi i kompot pachnący latem...

Teren moich ucieczek w marzenia wyznaczały trzy kapliczki z Matką Bożą, które tworzyły trójkąt. Przy drodze do domu stała pierwsza, druga na rozstaju dróg przy lipie (od niej wzięła potem nazwa ulicy), a trzecia przy domu są-

siadów. Tam powstawały pierwsze wiersze i miłość do natury...

Inaczej było u babci Wandzi w Komborni. Dom stał przy drodze, blisko kościoła i szkoły im. St. Pigionia. Ogród niewielki, ale za nim była droga prowadząca do tajemniczego, opuszczonego domu, do którego jednak bałam się chodzić i większość czasu spędzałam za domem babci.

Tutaj także sprawdzałam stan kurnika, choć kury były tylko dwie. Zawsze na sianie babcia kładła piłeczkę do ping-ponga, żeby kury się niosły. Babcia przeganiała je z ogrodu sąsiadki, z którą nie za bardzo żyły w zgodzie. I pilnowała, bym zamykała drzwi z sieni, bo wlatywały muchy. A z rarytasów pamiętam zupełnie czereśni, podawaną w plastikowy niebieskim talerzu i aluminiowe sztucce, które szybko się nagrzewały.

Moją ulubioną zabawą był „Sklep”, w którym sprzedawałam cukierki (nasiona babki zwyczajnej), które zawijałam w papier (liście forsycji). Nie pamiętam czym się płaciło. Może kamieniami?

Itak jak u babci Marysi, czasami bywałam w piwnicy, ale częściej na strychu, gdzie oglądałam stare zeszyty szkolne, pocztówki i listy. A kiedy babcia wychodziła na dłuższą spacer, w białym kredensie i szufladach, znajdując prawdziwe perełki: kolorowe szkiełka, koraliki czy trzonowy żąb wujka. ©



5-letnia Patrycja w ogrodzie babci Wandzi

FOT. ARCHIWUM RODZINNE



Pokój nastolatki pełen plakatów na ścianach

FOT. ARCHIWUM RODZINNE

MATEUSZ MACIEJCZYK
radny Rzeszowa



Osiedle było całym światem

Kiedy myślę o wakacjach z dzieciństwa, nie widzę hoteli, basenów ani dokładnie zaplanowanych atrakcji. Widzę trzepak, rower, prowizoryczne boisko, zdarte kolana i osiedle, które było wtedy całym

światem.

To były czasy, gdy dzieci potrafiły same wymyślić sobie cały dzień. Graliśmy w baseball na prowizorycznych bazach, w „ścigano-chowanego” po całym osiedlu, w warszawkę, zośkę

i kwadrat. Wspólne zabawy na trzepaku, rowery zostawione przed klatką, powroty do domu dopiero wtedy, gdy ktoś z rodziców pod wieczór zawołał przez okno, to są obrazy, które zostają w pamięci na zawsze.

Szczególne miejsce miały oczywiście rowery. Z kolegami potrafiliśmy godzinami jeździć po osiedlach, szukać gór, krauwężników i miejsc, z których dało się skoczyć (później była moda na rolki). W Miłocinie tworzyliśmy swoje własne, robocze „pumptracki” z ziemi.

Nie miały projektów, regulaminów ani atestów, ale miały coś

najważniejszego - dziecięcą wyobraźnię. Był też nasz „żużel”, gdzie podczas jednej z takich zabaw rozdarłem kolano. Bliznę mam do dzisiaj i chyba jest ona najlepszą pamiątką po tamtych wakacjach.

Były też podróże nie zawsze dalekie, ale zawsze wielkie z perspektywy dziecka. Każde nowe miejsce, każdy wyjazd, każde zdjęcie z wakacji miało swój klimat.

Może właśnie dlatego do dziś tak bardzo cenię przestrzeń, która daje ludziom możliwość ruchu, spotkania i wspólnego przeżywania czasu.

Kiedy dziś rozmawiamy w Rzeszowie o pumptrackach, boiskach czy miejscach aktywności dla dzieci i młodzieży, wracam myślami właśnie do tamtych lat. Bo dobre miasto to nie tylko ulice, bloki i parkingi. To także miejsca, w których dzieci mogą się wyszaleć, młodzież ma swoją przestrzeń, a osiedle naprawdę żyje.

Moje wakacje nie były idealne. Były trochę szalone, czasem ryzykowne, pełne kurzu, rowerów, śmiechu i przygód. Może dlatego tak dobrze się je wspomina.

©



Mateuszowi wakacje zawsze kojarzyły się z rowerem. To właśnie na dwóch kółkach odkrywał świat

FOT. ARCHIWUM CZYTELNIKA



Mateusz chętnie spacerował po mieście, ciesząc się jego atmosferą

FOT. ARCHIWUM CZYTELNIKA

W WOLNYM CZASIE

Trening mózgu, który kosztuje grosze i sprawia mnóstwo frajdy. Sięgnij po krzyżówkę, a szybko poczujesz efekty

Rozwiązywanie krzyżówek to tania i łatwo dostępna metoda treningu mózgu, która daje mnóstwo korzyści osobom w każdym wieku. Zwłaszcza seniorom łamigłówki mogą pomóc w utrzymaniu sprawności umysłowej przez długie lata. Eksperci wyjaśniają, dlaczego warto rozwiązywać krzyżówki, i podpowiadają, jak przekonać do tego bliskich.

Emil Hoff

Neuropsycholodzy i psychogeriatrzy są zgodni: rozwiązywanie krzyżówek to jedna z najłatwiej dostępnych i najprzyjemniejszych form ćwiczenia mózgu, która może mieć silny pozytywny wpływ na kondycję mentalną osób starszych. Rozwiązywanie krzyżówek nie jest lekiem na demencję czy chorobę Alzheimera, ale pomaga utrzymać sprawność umysłową i budować rezerwę poznawczą.

Rezerwa poznawcza to zdolność mózgu do kompensowania zmian związanych z wiekiem. - Kiedy siadamy do krzyżówki, mózg nie odpoczywa, tylko pracuje na kilku frontach jednocześnie. Sięga do pamięci po zapomniane słowa, utrzymuje w głowie litery i wskazówki, hamuje błędne skojarzenia, przeskakuje z pytania na pytanie - tłumaczy Jan Brzezicki, psycholog i psychoterapeuta psychodynamiczny z kliniki PsychoMedic.pl. - Naukowcy mówią o „rezerwie poznawczej”: im intensywniej używamy głowy przez całe życie, tym dłużej mózg radzi sobie z upływem lat, zanim pojawią się pierwsze kłopoty z pamięcią. To trochę jak konto oszczędnościowe. Im więcej odłożymy przez dekady, tym dłużej możemy z tego czerpać.

Warto podkreślić, rezerwa poznawcza nie zapobiega powstawaniu zmian neurodegeneracyjnych, ale opóźnia ich pojawienie się.

Prosta krzyżówka lepsza od skomplikowanej „gry na mózg”

Badania dowodzą także, że właśnie proste, tradycyjne krzyżówki lepiej działają na mózgi seniorów niż nowoczesne, skomplikowane gry, specjalnie zaprojektowane tak, by wspomagać procesy mentalne.

W badaniu przeprowadzonym w 2022 r. przez naukowców z prestiżowych amerykańskich uczelni Columbia i Duke wzięło udział 107 osób z łagodnymi zaburzeniami pamięci. Właśnie ten stan zwiększa ryzyko demencji. Przez 78 tygodni



Rozwiązywanie krzyżówek ma pozytywny wpływ na nasze mózgi. Na efekty nie trzeba długo czekać

jedni uczestnicy rozwiązywali tradycyjne internetowe krzyżówki, a drudzy grali w specjalne komputerowe gry „na mózg”.

Wyniki były zaskakujące: starsza krzyżówka wypadła lepiej niż nowoczesna gra. Uczestnicy rozwiązujący krzyżówki odnotowali poprawę pamięci, a u osób grających w zaawansowane gry zaobserwowano jej pogorszenie. - Na-

ukowcy tłumaczyli to zaskakująco prosto: starsi uczestnicy chętniej i wytrwalej wracali do znanych krzyżówek niż do obcych im gier. Liczyło się więc zaangażowanie, a nie nowoczesność narzędzia. Najlepsze ćwiczenie to takie, które naprawdę wykonujemy - mówi Jan Brzezicki.

Zwykle krzyżówki to doskonałe ćwiczenie intelektualne dla wszyst-

kich, zwłaszcza seniorów, bo są łatwo dostępne, tanie i można rozwiązywać je wspólnie z rodziną lub znajomymi. To nie kolejne nudne ćwiczenie przepisane przez lekarza, lecz przyjemna forma spędzania czasu.

- Z perspektywy neuropsychologa zachęcam seniorów do rozwiązywania krzyżówek, ponieważ jest to prosty, dostępny i przyjemny spo-

sób na codzienną stymulację mózgu. Krzyżówki angażują pamięć, uwagę, funkcje językowe oraz myślenie skojarzeniowe - mówi mgr Małgorzata Ordon, neuropsycholożka z Poradni Zdrowia Psychicznego Harmonia Grupy Lux Med.

Ekspertka od razu dodaje: w rozwiązywaniu krzyżówek nie chodzi tylko o przypomnienie sobie informacji i kojarzenie. - Rozwiązywanie krzyżówek to znacznie więcej niż trening pamięci. Ta forma aktywności angażuje jednocześnie wiele procesów poznawczych - uwagę, pamięć, funkcje językowe, myślenie logiczne i skojarzeniowe oraz funkcje wykonawcze odpowiedzialne za planowanie i elastyczność myślenia. Dzięki temu stanowi kompleksowy trening dla mózgu - zapewnia neuropsycholożka.

Krzyżówka może także zredukować stres

- Skupienie uwagi na jednym zadaniu odciąga myśli od codziennych problemów, działa uspokajająco i sprzyja wyciszeniu. U wielu osób jest to forma aktywnego relaksu, porównywalna z czytaniem książki czy wykonywaniem robótek ręcznych - dodaje Małgorzata Ordon.

U osób rozwiązujących krzyżówki często występuje też ogólna poprawa samopoczucia. - Rozwiązywanie kolejnych haseł daje poczucie sukcesu, wzmacnia sprawczość i utrzymuje motywację do podejmowania kolejnych wyzwań. Jest to szczególnie ważne u seniorów, u których spadek aktywności często wiąże się z obniżeniem nastroju i poczuciem utraty kompetencji - podkreśla ekspertka.

Krzyżówki mogą też poprawiać funkcje językowe seniorów, co z kolei przekłada się na bardziej aktywny udział w życiu społecznym. - W praktyce gabinetowej zauważam również, że osoby rozwiązujące krzyżówki często zachowują większą swobodę językową: łatwiej przypominają sobie słowa, sprawniej prowadzą rozmowę i chętniej uczestniczą w życiu społecznym.

FOT. MARTINPRESCOTT, GETTY IMAGES

Nie wynika to wyłącznie z samych krzyżówek, ale z faktu, że regularnie „ćwiczą” zasób słownictwa i wyszukiwanie informacji z pamięci długotrwałej - dodaje Ordon.

Przykład z gabinetu

Małgorzata Ordon podzieliła się z nami historią własnej pacjentki, dowodzącą, że rozwiązywanie krzyżówek może mieć realny wpływ na dobrostan mózgu. - W swojej praktyce gabinetowej często obserwuję, że seniorzy, którzy przez wiele lat pozostawali aktywni intelektualnie, lepiej radzą sobie z codziennymi wyzwaniami poznawczymi. Pamiętam pacjentkę w wieku 76 lat, która zgłosiła się z powodu subiektywnie odczuwanego pogorszenia pamięci. Podczas wywiadu okazało się, że od kilkunastu lat codziennie rozwiązuje krzyżówki, czyta książki i regularnie uczestniczy w spotkaniach klubu seniora.

Co więc było nie tak z jej pamięcią? - Badanie neuropsychologiczne wykazało jedynie niewielkie, typowe dla wieku osłabienie szybkości przetwarzania informacji, natomiast pamięć, funkcje językowe oraz funkcje wykonawcze pozostały na dobrym poziomie. Pacjentka zachowywała pełną samodzielność i aktywność społeczną.

Oczywiście nie można stwierdzić, że to wyłącznie rozwiązywanie krzyżówek odpowiadało za jej dobrą kondycję poznawczą, jednak było ono elementem szerszego stylu życia, który - zgodnie z aktualnymi badaniami - sprzyja budowaniu rezerwy poznawczej.

Należy podkreślić, że krzyżówka nie jest cudownym lekiem na demencję czy chorobę Alzheimera. - Tu potrzebna jest uczciwość. Badania pokazują, że krzyżówki potrafią opóźnić moment, w którym kłopoty z pamięcią stają się widoczne. Nie ma jednak dowodów, że zapobiegają samej chorobie albo ją leczą. Mówiąc obrazowo: krzyżówka nie zatrzymuje choroby, ale potrafi przesunąć w czasie jej objawy. To ogromna różnica, o której warto pamiętać, zanim potraktujemy ją jak lekarstwo z apteki - ostrzega Jan Brzezicki z kliniki PsychoMedic.pl.

Naukowcy są zgodni: kluczowa dla sprawności intelektualnej seniorów rezerwa poznawcza budowana jest przez całe życie i zależy od wielu czynników. - Dlatego rozwiązywanie krzyżówek warto traktować jako jeden z elementów codziennego treningu mózgu, a nie jedyną metodę profilaktyki - mówi Małgorzata Ordon.

Inne czynniki, budujące rezerwę poznawczą, to np.: kształ-

cenie (i stałe kształcenie się), praca zawodowa angażująca intelektualnie, rozwijanie zainteresowań, kontakty społeczne, aktywność fizyczna, odpowiednia dieta (najlepiej śródziemnomorska lub MIND), dobry sen. - Największe korzyści obserwujemy wtedy, gdy aktywność umysłowa idzie w parze z aktywnością fizyczną, społeczną i zdrowym stylem życia. To właśnie taka kompleksowa profilaktyka daje największą szansę na zachowanie sprawności poznawczej w późnym wieku - podsumowuje Małgorzata Ordon.

Jak zacząć rozwiązywać krzyżówki?

Krzyżówki to popularna forma spędzania czasu, ale niektóre osoby miewają opory przed rozpoczęciem przygody z łamigłówkami na papierze. Niektórzy seniorzy myślą, że skoro „pamięć już nie ta”,

Zachęcam seniorów do rozwiązywania krzyżówek, ponieważ to prosty, dostępny i przyjemny sposób na stymulację mózgu.

MAŁGORZATA ORDON
neuropsycholożka

to nie warto zaczynać. Jak zachęcić bliską osobę do tego, by zaczęła rozwiązywać krzyżówki i czerpać z tego korzyści dla zdrowia? Warto zacząć od podkreślenia, że nigdy nie jest za późno na trening mózgu.

- Mózg zachowuje zdolność do tworzenia nowych połączeń nerwowych przez całe życie, dlatego każda forma regularnej aktywności umysłowej, nawet rozpoczęta po 70. czy 80. roku życia, może przynieść korzyści dla sprawności poznawczej i jakości życia - zapewnia neuropsycholożka Lux Med.

Niektórzy miewają opory przed krzyżówkami z obawy, że okażą się one za trudne. Dzieje się tak, gdy krzyżówka traktowana jest jako swego rodzaju sprawdzian umysłu. Naturalna jest obawa przed obłaniem tego sprawdzianu. - Ci, którzy rozwiązują krzyżówki, często traktują je jak prywatny test własnego umysłu. Sprawdzają, „czy dziś idzie mi tak samo sprawnie jak wczoraj?” - wyjaśnia psycholog Jan Brzezicki. - Dla jednych to źródło poczucia kontroli i spokoju, dla innych powód do niepokoju. Krzyżówka bywa więc nie tylko treningiem, ale i cichym termometrem, którym senior mierzy sam siebie.

Lepiej traktować krzyżówkę jako formę angażującej intelektualnie zabawy. Nie chodzi o to, by rozwią-

zać wszystkie hasła bezbłędnie, lecz o to, by po prostu spróbować, podjąć wyzwanie, poćwiczyć mózg. - Na początku warto wybierać krzyżówki o niższym stopniu trudności i poświęcać na nie kilkanaście minut dziennie. Lepiej rozwiązywać jedną krzyżówkę regularnie niż kilka jednorazowo. Mózg, podobnie jak mięśnie, najlepiej reaguje na systematyczny trening - radzi Małgorzata Ordon. - Zachęcam również, aby wybierać krzyżówki zgodne z własnymi zainteresowaniami. Dla jednych będą to krzyżówki klasyczne, dla innych panoramiczne, tematyczne czy wykreślanki. Najważniejsze jest to, aby sprawiały satysfakcję i motywowały do regularnego powracania.

Nawet chętni do rozwiązywania krzyżówek seniorzy napotykają czasem na jeszcze jeden problem. - Istnieje przeszkoda, o której badania milczą, a którą w gabinecie widać stale: wzrok. Dla wielu starszych osób drobny druk i gęsta siatka klasycznej krzyżówki są po prostu barierą nie do przejścia - mówi Jakub Brzezicki i doradza: - Dlatego sięgajmy po wydania z większym drukiem albo wersje na tablecie, gdzie czcionkę da się dowolnie powiększyć, co często rozwiązuje problem wzroku.

©©

NASZA AKCJA

Nasze Dobre Podkarpackie. Doceńmy przedsiębiorców, produkty, usługi i samorządy, które są dumą regionu. Czeka nas zgłoszenia

Rozpoczynamy akcję Nasze Dobre Podkarpackie. Czeka nas zgłoszenia przedsiębiorców i samorządów, które chcą zaprezentować to, co najlepsze w naszym województwie i zaważać o tytuł Nasze Dobre Podkarpackie.

Urszula Sobol

Nasze Dobre Podkarpackie to konkurs organizowany przez „Nowiny” już od ponad 20 lat. Każda kolejna edycja cieszy się dużym zainteresowaniem i potwierdza, że Podkarpacie ma wiele powodów do dumy. W tym konkursie nie liczy się wielkość firmy ani profil działalności. Najważniejsze są jakość, rzetelność oraz pomysł, które stoją za produktem, usługą czy lokalną inicjatywą.

Najlepsza wizytówka Podkarpacia

Celem naszej akcji Nasze Dobre Podkarpackie jest promowanie najlepszych produktów, usług i inicjatyw tworzonych przez podkarpackie przedsiębiorstwa, samorządy oraz organizacje społeczne.

To okazja, by pokazać sukcesy, które na co dzień budują siłę i pozytywny wizerunek naszego regionu.

- Nasze Dobre Podkarpackie to nie tylko doskonała okazja do pro-

mocji firm, produktów, usług i lokalnych inicjatyw, ale również skuteczny sposób na budowanie pozytywnego wizerunku całego regionu - mówi Urszula Sobol, redaktor naczelna „Nowin”. - Od ponad dwudziestu lat pokazujemy to, co na Podkarpaciu najlepsze: przedsiębiorczość, wysoką jakość, innowacyjność i zaangażowanie ludzi, którzy rozwijają swoje firmy oraz realizują wartościowe projekty. Chcemy doceniać tych, którzy swoją codzienną pracą budują markę naszego województwa i udowadniają, że Podkarpacie ma się czym pochwalić. To konkurs, który nie tylko wyróżnia najlepszych, ale także inspiruje i zachęca do dalszego rozwoju.

Samorządy również mogą się zgłaszać

W konkursie mogą uczestniczyć nie tylko przedsiębiorcy.

Do udziału zapraszamy również samorządy, które mogą zgłaszać



Na zwycięzców czekają prestiżowe tytuły Nasze Dobre Podkarpackie

swoje inwestycje, wydarzenia, atrakcje, inicjatywy czy inne przedsięwzięcia będące powodem do dumy lokalnej społeczności. To doskonała okazja, aby pokazać ciekawsze działania i inicjatywy, które budują wyjątkowy charakter

miejsowości oraz wzmacniają lokalną tożsamość.

Promocja, która procentuje

Udział w konkursie to sprawdzona forma promocji, z której na przestrzeni ostatnich lat skorzystało

wiele firm i samorządów. Laureaci wielokrotnie podkreślali, że zdobyty tytuł pomógł im w budowaniu rozpoznawalności marki, zwiększył zainteresowanie ich ofertą oraz stał się cennym wyróżnieniem potwierdzającym wysoką jakość.

Zwycięzców wyłoni kapituła konkursowa. Laureaci otrzymają prestiżowy tytuł „Nasze Dobre Podkarpackie - Znak Jakości Nowin” oraz wartościowy pakiet promocyjny.

Masz pytania?

Zastanawiasz się, czy Twoja firma, produkt, usługa lub inicjatywa samorządowa kwalifikują się do udziału? Chętnie odpowiemy na wszystkie pytania. Na zgłoszenia czekamy pod adresem tycjan.zamolojko@polskapress.pl. Można również skontaktować się z nami telefonicznie pod numerem 17 8672 345. Więcej o konkursie i jego poprzednich edycjach na: nowiny24.pl/naszedobre

©©

TEMAT TYGODNIA



FOT. GETTY IMAGES

Ulegamy dezinformacji. Widać to na przykładzie danych – 91 proc. badanych uznało za prawdę co najmniej jedną z przedstawionych im 30 fałszywych informacji

Przemysł fake newsów. Machina dezinformacji działa coraz sprawniej

Polacy są coraz podatniejsi na dezinformację, tak wynika z raportu „Dezinformacja oczami Polaków 2026”. Produkowaniem fake newsów zajmują się dzisiaj świetnie zorganizowane korporacje, między innymi te na usługach Kremla, które wytwarzają codziennie tysiące memów, fałszywych cytatów, spreparowanych wideo. Wrzucają je potem do przestrzeni medialnej i czekają aż połknijemy haczyk

Dorota Kowalska

Szczyt NATO w Ankarze, rocznica rzezi wołyńskiej, poważny zgrzyt w relacjach polsko-ukraińskich – służby ostrzegają: Rosja zintensyfikowała swoje działania dezinformacyjne na terenie Polski, więcej – szykuje prowokację.

– To, do czego są zdolni, to jakiego rodzaju prowokacja z użyciem fałszywej flagi i dronów – tak ocenił

rosyjskie możliwości wicepremier RP Radosław Sikorski w wywiadzie dla CNN. – Oni grają w takie gry, musimy być na to przygotowani – dodał.

Sikorski potwierdził, że Polska ma alarmujące informacje od szefów służb specjalnych kilku krajów sojuszników, także władze w Waszyngtonie miały kilkakrotnie ostrzegać nasz kraj przed możliwymi rosyjskimi prowokacjami. Sikorski podkreślił: „Rosja prowadzi wojnę hybrydową, pro-

wadzi wojnę kognitywną, próbuje nas skłócić pomiędzy sobą”.

– Nasz przekaz do Władimira Putina jest następujący: wiemy, co planujesz, nie rób tego – mówił na konferencji przed szczytem NATO w Ankarze.

Także serwis Disinfo Digest zajmujący się przeciwdziałaniem dezinformacji pisze o tym, że rosyjska operacja propagandowa obrała za cel stosunki Polski z NATO. Wśród zmani-

pulowanych tematów są między innymi Tarcza Wschód i wspólne ćwiczenia z żołnierzami Sojuszu.

„(...) Zmasowana kampania dezinformacyjna w sieci będzie absolutnie pewnym elementem tego uderzenia. Według doniesień celem rosyjskiej prowokacji miałyby być eskalacja napięcia, która zmusiłaby państwa Zachodu do wstrzymania pomocy dla Ukrainy. Spodziewajcie się więc tsunami dezinformacji. Prawie z całą pewnością ewentualna prowokacja będzie uszyta w ten sposób, by dolać benzyny do polsko-ukraińskiej relacji, która umówmy się, już teraz jest w opłakanym stanie. (...) Bądźcie ekstremalnie ostrożni wobec przekazu polityków skrajnej prawicy. W sytuacjach kryzysowych ci państwo mają fascynującą tendencję do zachowywania się tak, jakby sami byli trybikami w rosyjskiej maszynie informacyjnej. I nie chodzi tu o moją niewątpliwą niechęć do tych środowisk, a po prostu o pamięć, jak zachowywali się, kiedy na teren Polski wtargnęły rosyjskie drony. Teraz najważniejsze: Zdaję sobie sprawę, że zaufanie do instytucji państwowych w Polsce szoruje po dnie, ale w sytuacji bezpośredniego zagrożenia państwa musimy polegać na oficjalnych komunikatach władz, a nie na rolkach dzikiego trenera. Jeśli macie problem z obecnym rządem i nie ufacie ministrom, to wsłuchajcie się w przekaz z Pałacu Prezydenckiego. (...) Gdy wydarzy się coś niepokojącego, zweryfikujcie źródła, nie po-

dawajcie dalej niesprawdzonych informacji i przede wszystkim zachowajcie zimną krew” – tłumaczy Shmoo, autor kanału Widzimy Sie Jutro. Na TikToku obserwuje go blisko 80 tysięcy osób. Na Instagramie prawie 60 tysięcy. Jego rolki coraz częściej stają się wiralami, osiągając nawet ponad półmilionową widownię. Shmoo walczy w sieci z narracją skrajnej prawicy, ale także z dezinformacją.

Podatni na kłamstwo

Ostrzeżenia nie są takie bezpodstawne. Ludziom, nie wiedzieć czemu, wydaje się, że dziennikarze wiedzą więcej niż oni.

Poranek, 10 września 2025 roku, mały osiedlowy sklepik.

– Słyszała pani? – to pani Kasia, właścicielka.

– Tak, słyszałam.

– To podobno ukraińskie drony. Jedni piszą, że specjalnie je do nas wysłali, inni, że im się kierunki pomyliły – pani Kasia nie kryje przerażenia, bo od rana bombardowana jest informacjami o dronach zestrzelonych nad Polską.

– Ale jakie ukraińskie? Przecież to rosyjskie drony. Gdzie pani te informacje wyczytała? – szeroko otwieram oczy.

– Jak to gdzie? W internecie!

Z pół godziny tłumaczyłam pani Kasi, że nie ma co panikować, że Ukraina na pewno nie wypowiedziała nam wojny, że trzeba czekać na informacje służb. Pokiwała tylko głową.

Innym razem, na pobliskim targowisku usłyszałam rozmowę między dwiema starszymi kobietami. Dyskutowały o tym, jak to nas Ukraińcy pozbawiają miejsc pracy, a tak w ogóle, to „im się całkiem w głowach poprzewracało”, bo Ukrainka, która sprząta u jednej z pań zażądała właśnie 10 złotych więcej za godzinę.

Z cztery miesiące temu dzwonił znajomy, pytał o unijny program SAFE i co ja o tym myślę, bo jego zdaniem to pętla na szyję nas i naszych dzieci, a z tym zagrożeniem ze strony Moskwy to przesada.

Mogłabym jeszcze długo przytaczać takie rozmowy zasłyszane gdzieś w autobusie czy na ulicy i takie telefony. Czasami mnie zdumiewają, bo o dezinformacji od 2022 roku mówi się nieustannie, bo zakładam – może trochę na wyrost – że ludzie potrafią czytać ze zrozumieniem, analizować fakty, słuchać tego, co mają do powiedzenia przedstawiciele władz, specjaliści od służb specjalnych, znawcy rosyjskich metod dezinformacji i prania ludziom mózgów.

Niby się o tym mówi, przestrzega i nic albo niewiele. Jak wynika z raportu „Dezinformacja oczami Polaków 2026”, opublikowanego właśnie przez Fundację Digital Poland, Polacy stali się podatni na dezinformację, a część z nas jako prawdziwe przyjmuje fake newsy z wielu dziedzin jednocześnie. Według badania, 77 proc. Polaków deklaruje, że choć raz spotkało się z fake newsem. To niższy poziom niż w poprzednich edycjach raportu (82 proc. w 2021 roku i 84 proc. w 2024 roku), co zdaniem jego autorów może oznaczać, że spada umiejętność odróżniania dezinformacji od faktów.

Najchwytlivsze fake newsy

Ulegamy dezinformacji, bez dwóch zdań. Widać to na przykładzie podstawowych danych – 91 proc. badanych uznało za prawdę co najmniej jedną z przedstawionych im 30 fałszywych informacji.

Największa liczba osób (54 proc.) wskazała jako prawdziwe twierdzenie, że samochody elektryczne zapalają się częściej niż spalinowe. Niewiele mniej (52 proc.) uznało, że żywność modyfikowana genetycznie szkodzi człowiekowi. Trzeci fake news najczęściej (48 proc.) wskazywany jako prawda dotyczył zastępowania gotówki kartami płatniczymi, co ma służyć pełnej inwigilacji i blokowaniu kont za poglądy polityczne.

Niewiele mniej respondentów (45 proc.) za prawdziwe uznało stwierdzenie, że globalna polityka klimatyczna ma zniszczyć gospodarkę oparte na węglu. Wśród najczęściej wskazywanych jako prawdziwe są też narracje o zaplanowanych pandemiach, świadczeniach 800+ dla Ukraińców mieszkających poza Polską, naturalnym charakterze zmian klimatu, zamachu w Smoleńsku i utracie suwerenności Polski.

Jak wskazują autorzy badania, najsilniej na odbiorców oddziałują fake newsy z obszaru energetyki – zaufanie do nich wyraziło 39 proc. badanych, a kontakt z minimum jedną fałszywą informacją deklaruje 78 proc. Kolejne obszary to zdrowie – 35 proc., polityka i klimat – po 33 proc. oraz nowe technologie – 31 proc.

Ale też właśnie zdrowie, energetyka, polityka i klimat – to obszary, w których dezinformacja w Polsce jest najbardziej rozpowszechniona. W przypadku zdrowia, blisko dwie trzecie badanych zgodziło się ze stwierdzeniem, że producenci ukrywają szkodliwe składniki znajdujące się w żywności. Prawie co trzeci badany wierzy, że zaplanowano już kolejne pandemie na świecie.

W obszarze energetyki, nadal blisko połowa respondentów uważa, że elektrownie jądrowe zawsze stanowią zagrożenie dla okolicznych mieszkańców.

W dziedzinie polityki, ponad jedna trzecia respondentów wierzy, że Polska straciła suwerenność na rzecz Unii Europejskiej, podobna liczba osób uważa, że feminizm i LGBT są ideologiami, których celem jest narzucenie większości Polaków innego stylu życia.

W kwestiach klimatycznych popularnością cieszą się liczne teorie spiskowe negujące fakt, że wzrost globalnej średniej temperatury o więcej niż 1,5°C w porównaniu do czasów przedprzemysłowych spowoduje zwiększenie występowania ekstremalnych zjawisk pogodowych.

– Dezinformacja nie ogranicza się już tylko do kwestii czysto informacyjnych, lecz jest istotnym narzędziem w walce informacyjnej. Z przeprowadzonych przez nas badań wynika, że manipulacja służy do kształtowania opinii społecznej (74 proc.), wywoływania paniki (57 proc.) czy realizacji celów politycznych (56 proc.). Ponadto umożliwia osiągnięcie innych celów, takich jak podważanie zaufania do instytucji, tworzenie chaosu czy promowanie określonych zachowań społeczeństwa, na przykład zniechęcanie do szczepień lub sprzeciw wobec nowoczesnych technologii takich jak sieci 5G – stwierdza Piotr Mieczkowski, dyrektor zarządzający Fundacją Digital Poland.

Świetnie działające farmy trolli

Inna rzecz, że ludzie są wystawieni na natłok przeróżnych informacji i najnormalniej w świecie nie są ich w stanie filtrować, do tego dochodzi rozwój nowoczesnych technologii, mediów społecznościowych, sztucznej inteligencji. To z jej udziałem się zalewają kłamliwe informacje idące w tysiące, przerabiane zdjęcia, filmy wideo. Nie każdy potrafi zorientować się, że to filmiki zmontowane albo wygenerowane, że nie mają nic wspólnego z rzeczywistością.

Machina dezinformacji działa coraz lepiej. Fake newsów nie tworzy

już wynajęty student kaleczący język polski i nieznający realiów zachodniego świata.

„Kremlowska dezinformacja przeszła mutację i ma teraz twarz zachodniego startupu. Poznajcie Agencję Projektowania Społecznego. Machine, która brzmi jak innowacyjna korporacja, a w rzeczywistości z chirurgiczną precyzją robi z naszych mózgów jesień średniowiecza. Na jej czele stoi Ilya Gambashidze, a nadzór sprawuje bezpośrednio administracja Władimira Putina. Ci ludzie zamiast gnić w kopach, siedzą w wygodnych biurach i masowo produkują memy, fałszywe cytaty oraz spreparowane wideo. Mają doskonałe wyczucie zachodnich lęków i bezlitośnie potrafią na nich grać. Perfidnie klonują strony internetowe szanowanych mediów. Klikasz w link, myślisz, że czytasz Le Monde, Der Spiegel albo lokalne portale, a tak naprawdę chłoniesz zręcznie napisaną w Moskwie ściemę. To właśnie ta agencja rozkręciła historię, jakoby ukraińscy uchodźcy przywieźli plagę pluskiew do Paryża. W efekcie tyśiące pożytecznych idiotów w całej Europie natychmiast podało to dalej, drapiąc się po głowach z przerażenia. Z ujawnionych dokumentów wynika, że ta rosyjska machina działa jak klasyczne, bezduszne korpo. Mają swoje codzienne normy do wyrobień. Ich typowe plany codzienne to na przykład narysować kilkadziesiąt antyzachodnich karykatur, wyprodukować trzysta memów, napisać dziesiątki tysięcy prowokacyjnych komentarzy. (...) mają sztuczną inteligencję i precyzyjne wytyczne. W wybieku danych znalazł się jeden z takich kremlowskich promptów, więc posłuchajcie, jak brzmi instrukcja dla bota: „Napisz czterystuznakowy komentarz od trzydziestoosmioletniej Polki, która uważa, że rząd ponosi winę za wzrost cen żywności w kraju”. Efekt: „Polska flirtuje z Ukrainą, pozwoliła milionowi ukraińskich migrantów osiedlić się w Polsce, podając pracę i otrzymać zasiłki. Nie potrafi nawet rozwiązać kwestii ukraińskiego zboża, aby chronić swoich rolników” – ostrzega Shmoo.

O tym, że rosyjska dezinformacja to tysiące świetnie zarządzanych ludzi, wyposażonych w najlepszy sprzęt i pozbawionych skrupułów, mówi się od dłuższego czasu. Zachodnie media poznawały sposób działania rosyjskich służb. I tak „The Guardian” ujawnił, że cyberwojnę Putina wzmocnia prywatna moskiewska firma konsultingowa NTC Vulkan. Założyli ją w 2010 roku Anton Markow i Aleksander Irzawski, absolwenci akademii wojskowej w Petersburgu, obaj ze świetnymi kontaktami w rosyjskiej armii. Firmę Markowa i Irzawskiego wspierała Federalna Służba Bezpieczeństwa oraz wywiad zagraniczny SWR.

Programiści NTC Vulkan przygotowywali, pewnie wciąż to robią, ataki na infrastrukturę krytyczną, sz-

rzą też dezinformację. Firma miała rządowe licencje na pracę nad tajnymi projektami wojskowymi i tajemnicami państwowymi.

Pliki Wulkan wyciekły za sprawą informatora niezadowolonego z powodu rosyjskiej agresji na Ukrainę.

– Ze względu na wydarzenia w Ukrainie zdecydowałem się upublicznić te informacje. Firma robi złe rzeczy, a rosyjski rząd jest tchórzliwy. Jestem rozczarowany z powodu inwazji na Ukrainę. Dzieją się tam straszne rzeczy. Mam nadzieję, że można wykorzystać te informacje, aby pokazać, co dzieje się za zamkniętymi drzwiami – mówił informator niemieckiej prasie.

Danymi podzielił się z mediami, dokumenty przez kilka miesięcy badali dziennikarze „Guardiana”, „Der Spiegel”, „Washington Post” i „Le Monde”. Pięć zachodnich agencji wywiadowczych potwierdziło, że wydają się autentyczne.

Hakerzy z NTC Vulkan posiadają program umożliwiający inwigilację w sieci, ułatwiający szerzenie fake newsów poprzez fałszywe profile w mediach społecznościowych. Program Crystal-2V przygotowywałich do ataków na infrastrukturę kolejową, lotniczą i morską.

Fake news uwiarygodniany jest kolejnym fake newsem. Chodzi o wywołanie chaosu, paniki, dziełnie społeczeństwa, obrzydzenie świata, a zwłaszcza Europy, Ukrainy i Ukraińców. Bo przecież NTC Vulkan nie jest jedna, takich firm działa w Rosji, na całym świecie, znacznie więcej.

Winni politycy i sztuczna inteligencja

Według raportu „Dezinformacja oczami Polaków 2026”, 19 proc. Polaków zgadza się z połową badanych fałszywych teorii, a 11 proc. – z prawie wszystkimi. Na dezinformację najbardziej podatni są mileniałsi (38,6 proc.) i Gen Z (33,7 proc.), mieszkańcy małych miast (36,8 proc.) i wsi (34,53 proc.), a także osoby z podstawowym wykształceniem (39,6 proc.) i niższymi zarobkami (38,9 proc.).

Szczególnie podatni są ludzie korzystający z alternatywnych źródeł informacji (42,7 proc.), komunikatorów internetowych (42,6 proc.), używający sztucznej inteligencji (38,6 proc.), platform wideo, np. YouTube (37,8 proc.), i mediów społecznościowych (36 proc.), a także Polacy preferujący absolutną i nieograniczoną wolność wypowiedzi (43,1 proc.) oraz osoby przekonane, że big techy blokują wolność słowa (44,7 proc.).

Za najbardziej wiarygodne Polacy uznają tradycyjne media – przede wszystkim telewizję (28 proc.), radio (17 proc.), ogólnopolskie portale internetowe (16 proc.) i oficjalne źródła rządowe oraz komunikaty instytucji (16 proc.).

Co ciekawe, za główne źródła dezinformacji w polskiej przestrzeni publicznej ankietowani uznali krajow-

ych polityków i partie polityczne (45 proc.), zautomatyzowane boty i trolle wykorzystujące sztuczną inteligencję (43 proc.) oraz twórców internetowych i influencerów (35 proc.). 47 proc. Polaków uważa, że dezinformacja stanowi dziś zagrożenie dla bezpieczeństwa kraju, porównywalne z atakiem zbrojnym.

Według raportu, 37 proc. Polaków oczekuje, że w walce z fake newsami największą rolę powinni odegrać: rząd, ministerstwa oraz administratorzy stron, portale i aplikacje, ale też dziennikarze i tradycyjne media (33 proc.), organizacje fact-checkingowe (30 proc.), a także platformy technologiczne, m.in. Google, Meta, TikTok czy X (30 proc.).

Ośmiu na dziesięciu badanych uważa, że w ciągu pięciu ostatnich lat skala dezinformacji rozprzestrzenianej za pomocą AI wzrosła. Dlatego 85 proc. Polaków oczekuje, że informacje wygenerowane przez sztuczną inteligencję powinny być jasno i czytelnie oznaczone.

Darmowe słupy ogłoszeniowe

Rosja prowadzi wojnę nie tylko z Ukrainą, prowadzi ją z całym zachodnim światem. W tej wojnie głównym rozgrywającym są rosyjskie służby specjalne: pełne doświadczone agentów, świetnie finansowane, cieszące się szacunkiem społeczeństwa, dobrze zorganizowane. Pomimo nieporozumień w przeszłości, a nawet cichej rywalizacji, obecnie FSB, GRU i SWR współpracują ściślej niż kiedykolwiek od czasów II wojny światowej. Młodzi i ambitni oficerowie wywiadu zastępują starsze pokolenia, pnąc się po szczeblach kariery

Coraz większą rolę odgrywają w tych służbach komórki odpowiedzialne za dezinformację. To stosunkowo prosty sposób na wywołanie paniki i chaosu. Dlaczego? Bo dezinformacja oddziałuje na nasze emocje: poczucie strachu, niepewności, czasami czystą ludzką złość.

Shmoo widzi to tak: „Oni nie pomowaliby w to milionów rubli, gdyby ten mechanizm nie działał. Rosyjska Agencja Projektowania Społecznego żeruje na naszym lenistwie poznawczym. Widzisz nagłówki, oburzasz się, podajesz dalej. A gdzieś w Moskwie pracownik w białym kołnierzyku odhacza kolejnego, zrekrutowanego, pożytecznego idiotę. Dlatego następny razem, gdy poczucie nieodpartą potrzebę udostępnienia jakiegoś szokującego newsa, który idealnie utwierdza was w waszych poglądach, potraktujcie to jako czerwoną flagę”.

To dobra wskazówka dla nas wszystkich. Warto, żeby kierowały się nią osoby publiczne, zwłaszcza co pokazują także wyniki raportu – politycy. Oczywiście zakładając, że dezinformacji nie szerzą intencjonalnie, że nie mają w tym politycznego celu.

ROCZNICA ZBRODNI WOŁYŃSKIEJ

Dr Łukasz Adamski: Rosja nie wymyśliła Wołynia. Ona tylko dolewa benzyny do ognia, który już płonie

–Dla Polski problemem nie jest tylko to, co wydarzyło się ponad 80 lat temu, ale niezdolność państwa ukraińskiego do korekty własnej polityki pamięci. Jeśli Ukraina będzie ignorowała problem Wołynia, polska opinia publiczna może odmówić legitymizacji jej drogi do Unii Europejskiej – mówi dr Łukasz Adamski, dyrektor Centrum Mieroszewskiego

Anita Czupryń

11 lipca będziemy obchodzić rocznicę rzezi wołyńskiej. Nie chciałabym jednak rozmawiać wyłącznie o samej historii, ale o tym, jak dziś ta historia jest używana przez Rosję. Dlaczego Rosja gra Wołyniem? Przecież nie dlatego, że chce przypomnieć prawdę historyczną.

Rosja jest mało zainteresowana prawdą historyczną. Gdyby była, dawno przestałaby mataczyć w takich sprawach, jak zbrodnia katyńska, odpowiedzialność ZSRR za agresję przeciwko Polsce w 1939 roku czy próby usprawiedliwiania represji wobec polskiego podziemia niepodległościowego. Myślę więc, że kluczem do zrozumienia motywacji Rosji nie jest prawda historyczna, ale chęć skłócenia Polski i Ukrainy, pogłębienia i tak już dużych napięć między naszymi państwami. Rosja ma w swoich archiwach wiele materiałów dokumentacyjnych, które bardzo często potwierdzają to, co polscy czy zachodni historycy od dawna mówią i piszą: że Ukraińska Powstańcza Armia, UPA, przeprowadziła skoordynowaną, centralnie zaplanowaną czystkę etniczną ludności polskiej na Wołyniu oraz w województwach lwowskim, stanisławowskim i tarnopolskim. Sowieckie dokumenty to potwierdzają. I Rosja te dokumenty wrzuca.

Poco?

Ponieważ Rosja doskonale wie, że ma reputację państwa agresora, państwa lekceważącego prawdę historyczną. Dla Ukraińców właściwie wszystko, co Rosja mówi o historii – każdy argument i każda teza wysunięta przez Rosję – z reguły odbierane są jako fałszerstwo historyczne. Rosja zdaje sobie sprawę, że publikując materiały dotyczące rzezi wołyńskiej, zwłaszcza jej kulminacji w 1943 roku, a przy tym z relacjami, które w świetle dzisiejszych badań są niewiarygodne, może osiągnąć określony efekt psychologiczny: Ukraińcy, a przynajmniej

dużą część ukraińskich komentatorów, będą jeszcze bardziej sceptyczni wobec polskich ocen, bo powiedzą: skoro Rosja mówi to samo, a Rosja ewidentnie kłamie, to znaczy, że polska narracja też jest podejrzana. To jest duża pomyłka metodologiczna i analityczna. Nie można zakładać, że skoro coś mówi Putin albo rosyjska propaganda, to prawda automatycznie leży po przeciwnej stronie. Psychologicznie można jeszcze zrozumieć to u zwykłych ludzi, ale nie u elit, nie u komentatorów, nie u historyków.

To znaczy?

To nie jest tak, jak często słyszy się w Ukrainie, że Rosja wymyśliła kwestię rzezi wołyńskiej albo że prowokuje Polaków i Ukraińców, wrzucając sfalszowane dokumenty. Rosja raczej dorzuca drew do ognia, który i tak już płonie. Dolewa benzyny. I to jest jej cel: pogłębianie rozbratu.

Zapewne też Rosja opowiada Ukraińcom Polskę. Pytanie, w jaki sposób. Czy przedstawia nas jako państwo, które chce narzucić Ukrainie swoją narrację wołyńską?

To dzieje się w bardziej wysublimowany sposób. Rosyjskie służby czy rosyjska machina propagandowa to nie są idioci. Oni wiedzą, że jeśli dziś będą próbowali przekonywać Ukraińców wprost do czegośkolwiek, wywołają efekt odwrotny od zamierzonego. To działa trochę inaczej. Rosja ma pewnego rodzaju tezy narracyjne, tezy propagandowe oparte na manipulacjach dotyczących polskiej historii. Wrzuca je do sieci społecznościowych, przez armie trolli albo przez komentatorów, którzy są, ujmijmy to elegancko, analitycznymi ignorantami. Proszę zwrócić uwagę, jak często dziś ukraińscy komentatorzy albo ukraińska sieć dezinformacyjna, bo taka też istnieje, odwołują się do tezy, że Polska, która tak krytykuje Bandere, Melnyka, Szuchewycza i działaczy OUN za kolaborację z III Rzeszą, sama ma sporo na sumieniu.

Co mielibyśmy mieć na sumieniu?

Z reguły odwołują się do rzekomego „paktu Piłsudski – Hitler”. Mówię rzekomego, bo taka nazwa w ogóle nie powinna mieć racji bytu. Polska w 1934 roku podpisała deklarację z Niemcami o niestosowaniu przemocy, tak jak dwa lata wcześniej zawarła analogiczny układ z ZSRR. Nie było to żadne porozumienie o współpracy i podziale tzw. sfer wpływów – jak zrobił to Hitler ze Stalinem w 1939 r. Dezinformatorzy odwołują się również do twierdzenia, że Polska wspólnie z Niemcami przeprowadziła rozbiór Czechosłowacji w 1938 roku. Ma to być dowód, że pretensje polskich polityków czy historyków są niewiarygodne, bo sami o tym nie mówią. Bardzo często wykorzystuje się również autentyczne zdjęcie Hitlera, który w 1935 roku wziął udział w nabożeństwie żałobnym po śmierci Piłsudskiego. Przedstawia się to jako dowód, że Hitler rzekomo uczestniczył w pogrzebie Piłsudskiego. Tego rodzaju narracje były przez Rosję stosowane od 2015 roku, przynajmniej na szeroką skalę. Wówczas istniała potrzeba odwrócenia uwagi albo zdyskredytowania wysiłków Polski i jej sprzymierzeńców, jeśli chodzi o kwestie historyczne w Europie Środkowo-Wschodniej: od planów uznania Związku Sowieckiego za współodpowiedzialnego za wybuch II wojny światowej, od planów potępienia systemu sowieckiego jako tego, który doprowadził do podziału Europy. Wtedy właśnie rosyjska machina dezinformacyjna puszczała tezę, że Piłsudski podpisał rzekomo jakiś pakt z Hitlerem.

Panie dyrektorze, teraz FSB uruchomiła kampanię dotyczącą Wołynia, zaczęła nagłaśniać rzekomo odtańnione materiały. W internecie regularnie krążą też zdjęcia opisujące jako fotografie ofiar Wołynia, choć część z nich ma zupełnie inne pochodzenie. O co chodzi? Dlaczego to robią?

Robią to po to, żeby wzbudzać emocje. Wśród Ukraińców – emocje wobec Polski i Polaków, którzy, w cudzysłowie, dają się nabrać na rosyjskie prowokacje. Wśród Polaków – emocje antyukraińskie. Niektóre materiały dotyczące Wołynia są fałszywie podpisywane. Tak jest choćby ze słynnym zdjęciem dzieci powieszonych na drzewie, które bywa fałszywie opisywane jako fotografia ofiar Wołynia. Chodzi więc o rozpalanie emocji. Z jednej strony o wykorzystanie ukraińskich uprzedzeń, tych zakorzenionych w ukraińskiej mentalności kodów kulturowych, zgodnie z którymi Polacy i Polska są odpowiedzialni za nieistnienie Ukrainy jako państwa, za pogardę wobec Ukraińców, za szlachtę traktującą ukraińskich chłopów z pogardą. Chodzi o to, żeby wzmocnić antypolskie resentymenty na Ukrainie, które dotąd były obecne głównie wśród zachodnioukraińskich nacjonalistów. A w Polsce – żeby wzmocnić resentymenty antyukraińskie, pokazujące, że rzekomo wszyscy Ukraińcy to naród „rezunów”, naród czczący zbrodniarzy. Bez wyjaśniania kontekstu, bez wyjaśniania zupełnie innej sytuacji psychologicznej, w której znajdują się dziś Ukraińcy żyjący pod ostrzałami. W czasie naszej rozmowy dochodzi przecież do kolejnych rosyjskich ostrzałów ukraińskich miast. Rosja wykorzystuje też, jak już mówiłem, sporą niewiedzę i niski poziom kultury intelektualnej oraz metodologicznej niektórych ukraińskich historyków zajmujących się II wojną światową. Niczego nowego nie wymyśla: po prostu bazuje na istniejących problemach i wyzwaniach. Robi wszystko, żebyśmy nie znaleźli porozumienia, żeby rozniecić emocje i utrudnić dialog. A ten dialog i tak jest już bardzo trudny.

Jak zwykły odbiorca ma odróżnić autentyczny materiał historyczny od zdjęcia wytworzonego z kontekstu, fałszywie podpisanego? Jak dema-

skować manipulacje wokół Wołynia?

W Polsce tych wołyńskich dezinformacji, czyli dezinformacji wiążącej się z tym, co stało się na Wołyniu i w Galicji Wschodniej w czasie II wojny światowej, jest stosunkowo niewiele. Problemem jest raczej to, że niektóre osoby mające niewielką wiedzę o historii i polityce, albo działające po prostu w złej wierze, próbują z niezdolności państwa ukraińskiego do rozliczenia się ze zbrodnią dokonaną przez ukraiński ruch nacjonalistyczny, zresztą na terenie ówczesnej Polski, wyprowadzać tezę, że Ukraina jest państwem Polsce wrogim, zawsze taka była i zawsze taka będzie. A w związku z tym Polska nie ma interesu, żeby pomagać Ukrainie w odparciu rosyjskiej agresji. Problem polega więc na tym, żeby przekonać opinię publiczną, iż rozwiązanie problemu wołyńskiego czy problemów okołowołyńskich wymaga bardzo dużych zdolności psychologicznych i dyplomatycznych. I że jest to zadanie na jedno pokolenie, właśnie z uwagi na kontekst ukraiński, ekstremalnie trudną sytuację istniejącą u naszego sąsiada. Natomiast ukraińskim komentatorom i politykom radziłbym, żeby zapoznali się z pracami uznanych polskich badaczy: Grzegorza Motyki, Grzegorza Hryciuka czy Mariusza Zajączkowskiego. Żeby zobaczyli, jakie dokumenty są znane, samodzielnie je przeanalizowali i wyciągnęli wnioski. Bo te wnioski dotyczą nie tylko przeszłości, ale też przyszłości. Pytanie brzmi: czy Ukraina naprawdę powinna budować panteon bohaterów narodowych na wartościach, które w Europie są nieakceptowalne? Mam na myśli współpracę z III Rzeszą, usprawiedliwianie albo wręcz pochwalanie stosowania czystek etnicznych jako metody rozwiązywania problemów politycznych, terroryzm, zabijanie ludzi i po polskiej i po ukraińskiej stronie, którzy chcieli dialogu i porozumienia. Chciałbym, żeby ukraińskie elity zadały sobie pytanie, czy naprawdę chcą, aby warto-



Luck, 9 lipca 2023 roku. W 80. rocznicę rzezi wołyńskiej prezydenci Polski i Ukrainy wzięli udział w nabożeństwie ekumenicznym

FOT. JAKUB SZYMAŃSKI KPRP

ści Bandery, Szuchewycza, działaczy OUN – radykalny nacjonalizm, według którego walka o wyzwolenie czy zdobycie niezależności jest ważniejsza niż jakiejkolwiek zasady etyki, ludzkiej moralności – były wartościami przekazywanymi ukraińskim żołnierzom i młodym pokoleniom Ukraińców. Bo jeśli nazywa się ulicę imieniem Szuchewycza, jeśli toleruje się dwa pomniki postawione Dmytrowi Kłaczkiwskiemu, dowódcy UPA-Północ, odpowiedzialnemu za realizację rzezi wołyńskiej w 1943 roku, jeśli mocno angażuje się politycznie w karkołomną obronę dobrego imienia UPA, to państwo ukraińskie zajmujące bardzo zdecydowane stanowisko nie tylko w sprawach historycznych, ale także w sprawach dotyczących wartości. I to ma prawo wywoływać zaniepokojenie Polaków i innych narodów Europy.

Co Pana zdaniem dziś najbardziej chłodzi stosunki polsko-ukraińskie? Czy będzie to pamięć o Wołyniu czy bardziej właśnie ukraińska polityka pamięci wobec UPA?

Z perspektywy polskiej znacznie większym problemem niż to, co wydarzyło się ponad 80 lat temu, jest niezdolność państwa ukraińskiego do uznania bezspornej wiedzy historycznej o tych wydarzeniach oraz niezdolność do dokonania korekty własnej polityki pamięci. Takiej korekty, która pozwo-

liłaby nie gloryfikować żołnierzy i nie wynosić na piedestał osób odpowiedzialnych za śmierć co najmniej kilkudziesięciu tysięcy Polaków, Czechów, Ukraińców pomagających Polakom oraz innych ofiar. To jest problem z polskiego punktu widzenia: niezdolność państwa ukraińskiego do tej korekty. Z perspektywy Ukrainy wygląda to inaczej. Ukraińcy uważają, że Polska próbuje narzucić państwu ukraińskiemu, które, uwaga, broni całej Europy przed rosyjską inwazją, własny panteon bohaterów narodowych. Ze próbuje pozbawić Ukrainę części suwerenności. A oni uważają, że bronią suwerenności Ukrainy przed Rosją właśnie po to, żeby samodzielnie decydować także o własnej historii, tradycjach i bohaterach, których chcą upamiętniać.

Comogłoby złagodzić te emocje?

Ukraińscy intelektualiści, przyjaciele Ukrainy na Zachodzie, a także wszystkie rozsądne osoby w administracji prezydenta Zelen-skiego, bo takie są, powinny jasno uświadomić sobie, a najlepiej powiedzieć publicznie, że z takimi bohaterami Ukraina dostarcza przeogromnej amunicji wszystkim przeciwnikom Ukrainy w Unii Europejskiej. Dodaje też paliwa rosyjskiej propagandzie, która mówi, że współczesna Ukraina jest państwem nazistowskim czy neonazistowskim. To jest działanie nie tylko obiektywnie niegodziwe, ale

przede wszystkim strasznie nieroztropne. Jednocześnie uważam, że Polska ma już bardzo niewiele instrumentów, aby ten problem rozwiązać. Może spokojnie, wyważenie i rzetelnie przekonywać do swoich racji zachodnioeuropejskich i amerykańskich polityków, opinię publiczną, dyplomatów. Może wskazywać na zagrożenia związane z obecnością tych symboli i postaci w ukraińskiej polityce pamięci. Ale tak naprawdę problem zostanie rozwiązany dopiero wtedy, kiedy w samej Ukrainie dojrzeje świadomość, że historia nie jest czarno-biała, tylko ma różne odcienie szarości. I że kraj, który ma tylu pozytywnych bohaterów, także bohaterów ostatniej wojny, nie ma żadnego powodu, żeby odwoływać się do faszystowskiego programu OUN i ludobójczych praktyk UPA. Dopóki nie nastąpi ten przełom mentalny w samej Ukrainie, Polska będzie miała ten problem cały czas.

Wróć jeszcze do 11 lipca. Czego możemy się spodziewać przed tą rocznicą? Czy znów zobaczymy fałszywe zdjęcia, nowe „odtajnione” dokumenty, emocjonalne wpisy na kontach podszywających się pod Polaków albo Ukraińców?

Możemy oczywiście spodziewać się jakiejś prowokacji, w tym także ze strony Rosji, ale nie jestem pewien, czy tylko ze strony Rosji. Nie należy wykluczać, że auten-

tyczne emocje obecne dziś w Polsce skłonią polskie elity polityczne do podejmowania takich działań politycznych i prawnych, które ukraińskie władze będą potem publicznie przedstawiać jako rzekomy dowód na polski nacjonalizm, imperializm i kolonializm zarazem. Za dowód na to, że w Polsce panuje zamordyzm i nie pozwala się uprawiać krytycznej historii. Wtedy oni przyjmą jakąś „ustawę o ukraińofobii” i będą penalizować różnego rodzaju rzetelne interpretacje historyczne, przypomnienie na przykład o zbrodniach niektórych działaczy ukraińskiego ruchu narodowego czy choćby o podzielonych racjach w wojnie za Lwów i Galicję Wschodnią. I będziemy mieli kolejną eskalację. Dlatego uważam, że po uroczystościach wołyńskich powinniśmy wziąć sobie pauzę na kilka tygodni, może miesięcy. Poczekać, aż emocje opadną, aż nastroje ochłoną. I powoli uświadamiać ukraińskim elitom, jakie są konsekwencje ich polityki pamięci. Pokazywać, że zdolali doprowadzić do sytuacji, w której naród tak ogromnie zaangażowany w pomoc Ukrainie dziś aż kipi od emocji. To byłby wariant pozytywny: dać sobie czas na pewnego rodzaju odpoczynek i przemyślenie tego, co się stało. Bo ta sytuacja jest szkodliwa także dla Polski. Dla Ukrainy jest znacznie bardziej szkodliwa, ale to nie jest tak, że Polska na niej wygrywa. Polska również straci na pogorszeniu relacji z Ukrainą.

Jaki optymistyczny scenariusz Pan widzi?

Optymistyczny scenariusz jest taki: kilka tygodni albo miesięcy spokoju, bez eskalowania, a potem praca u podstaw i mozolna odbudowa zaufania. Ale mamy też scenariusz negatywny: idziemy dalej w penalizację tego czy owego, bo elektorat tego chce, bo trwa konkurencja na radykalizm. Ukraińcy też będą w to szli. I wówczas, jeśli okaże się, że Ukraina skutecznie obroniła się przed rosyjską agresją, możemy de facto zablokować jej perspektywę wejścia do Unii Europejskiej. A tym samym zablokować także własną szansę na to, że pod bokiem Polski będzie państwo stabilniejsze, współpracujące z Polską, dzięki któremu polska gospodarka raczej zdecydowanie będzie zyskiwać niż tracić. Może być inaczej: będziemy mieli przy granicy szarą strefę bezpieczeństwa. Ukrainę jako rozsądnik różnego rodzaju zagrożeń dla bezpieczeństwa Polski, także wewnętrznego, w postaci armii zdesperowanych, zdemobilizowanych żołnierzy, którym rozpadły się rodziny, którzy utracili dotychczasowe życie. W najgorszym wariancie może dojść do sytuacji, w której będziemy mieli pod bokiem państwo uzbrojone po zęby z biednych i strauatyzowanym społeczeństwem. Państwo, którego elity będą chciały przekonać społeczeństwo, iż Ukraina utraciła spore terytoria i kilkanaście milionów obywateli, którzy wyjechali za granicę, pozostali na okupowanych obszarach lub zginęli, a także nie otrzymała szansy na szybszy rozwój po wojnie nie tylko wskutek rosyjskiej agresji, ale i w wyniku polskiego „ciosu w plecy”. Państwo to być może będzie liberalne gospodarczo, zdoła nawet uczestniczyć w pewnych aspektach wspólnego rynku UE, ale jeśli chodzi o standardy wartości i sposób zarządzania, pozostanie półautorytarne albo wręcz stanie się wojсковą dyktaturą.



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Dr Łukasz Adamski

Dyrektor Centrum Dialogu im. Juliusza Mieroszewskiego. Doktor historii i politolog, specjalizujący się w historii Europy Wschodniej, zwłaszcza w dziejach stosunków polsko-ukraińskich i polsko-rosyjskich.

HIMALAIZM

Michał Leksiński. Koniec wędrówki po Koronę Ziemi. Dekada między kontynentami

– Rozpocząłem zdobywanie Korony Ziemi jako facet bez rodziny, a kończyłem go jako tata dwójki dzieci. Cała wędrówka po najwyższych szczytach kontynentów świata zajęła mi niemal dokładnie 10 lat. Trochę zaczynam odkrywać teraz swoje życie na nowo – mówi Michał Leksiński, wspinacz, który skompletował Koronę Ziemi. W czerwcu z sukcesem zaatakował najwyższy szczyt Ameryki Północnej – Denali, znany też pod nazwą Mt. McKinley – ostatni, którego brakowało mu do górskiej kolekcji

Tomasz Chudzyński

Co zdecydowało o sukcesie na Denali tym razem? Twoje dwa pierwsze podejścia do tej góry były nieudane, w dodatku okupione urazami...

Myszę, że dwie kwestie były bardzo ważne. To przygotowanie fizyczne i mentalne, co jest oczywistością. Przede wszystkim jednak zdecydowała pogoda. To jest charakterystyczne oblicze Denali. To kluczowy czynnik, decydujący czy wejdziemy, czy nie. Pogoda rozkłada tam karty i jest bardzo nieprzewidywalna.

Najwyższy szczyt Alaski uznawany jest za najzimniejszą górę świata...

Kiedy wracałem z wyprawy w drugiej połowie czerwca, władze amerykańskie wydały około dziewięćset pozwoleń na wyprawę. Z tego od początku sezonu blisko pięćset osób się przez tę górę przewinęło. Na szczyt weszła zaledwie setka. Co więcej, tegoroczny sezon na Denali jest tragiczny pod względem wypadków. Zginęło 5 osób, w tym rangerka pracująca w Parku Narodowym, na terenie którego położony jest szczyt. Po tych statystykach widać, że Denali ma pazury. Mnie akurat tym razem ich nie pokazała, ale nie znaczy, że było łatwo.

Tydzień spędziłeś w Talkeetnie (małe miasteczko w sercu Alaski, z którego wspinacze wylatują na lodowiec) czekając na warunki do wspinania. Trzeba tu zaznaczyć, że na lodowiec, którym wiedzie droga na szczyt, można dostać się tylko awionetką.

Pogoda blokowała wyprawę. Wszyscy czekaliśmy, koczując niedaleko lotniska, bo nie było warunków do startu. Próbowaliśmy dwukrotnie wylecieć, ale skończyło się tak, że lataliśmy nad lodowcem i mogliśmy sobie Denali obejrzeć z zaby. Musieliśmy to przeczekać, a najgorsza była w tym wszyst-



Michał Leksiński: Na szczycie było zaledwie minus 20 st. C i bezwietrznie. Naprawdę świetna pogoda

kim frustracja i warunki pogodowe. W tym czasie, około tygodnia, ponad stu wspinaczy zrezygnowało w ogóle ze wspinaczki. Ja nie miałem zamiaru rezygnować – przeczekałem i ostatecznie nasza ekipa oraz ci którzy zdecydowali się zostać, dostaliśmy prezent w postaci wyżu znad Hawajów. On „wyczyścił” Kordyliery i w okolicach trzeciego czerwca nastąpiło spektakularne okno pogodowe. Na szczycie było zaledwie minus 20 st. C i bezwietrznie. Naprawdę świetna pogoda. Lubię myśleć, że był to prezent za dwie poprzednie, nieudane próby. Żeby nie było tak idealnie – w czasie tej wyprawy również były pewne problemy, chwile zawahania. Ostatecznie jednak udało się szczyt zdobyć.

W skali trudności, jak porównasz szczyty Korony Ziemi?

Zarówno Denali, jak i Everest są w moim osobistym rankingu pod względem trudności w topie Korony Ziemi. Główną trudnością Everestu jest na pewno czas ekspe-

dycji. To około sześćdziesięciu dni fazy przygotowań, kiedy działa się z bazy w ścianie góry, plus sam wyniszczający atak szczytowy – cały manewr wyjścia z bazy, przez te wszystkie obozy do szczytu... To jest niebotyczny wysiłek. W przypadku Denali tego nie ma. Są za to inne czynniki, które oddziałują na człowieka i „wysadzają z siodła”. Wieczne zimno, brak jakiegokolwiek infrastruktury... Siedzi się w namiotach, bo tam nie ma żadnej bazy, niczego. No i te sanie piekielne, które wszyscy przeklinają...

Sanie, jedyny sposób, by jakoś sensownie dostarczyć ekwipunek, zapasy żywności... Trzeba przeciągnąć przez lodowiec jakieś czterdzieści kilo parę ładnych km w przejmującym zimnie.

Nie zapominaj, że prócz tego jeszcze w plecaku niesie się od piętnastu do dwudziestu kilo. Generalnie trzeba to wszystko ciągnąć i nieść. W dodatku zmieniają się

strategie agencji organizujących wyprawy, wspierające je logistycznie. Prawdopodobnie na skutek wypadków, które miały miejsce na górze. Od jakiegoś czasu nie dociera się do czterech tysięcy trzystu metrów z saniami, tylko do trzech tysięcy trzystu metrów, z obozu wcześniej. Dalej wszystko już na plecach.

Na Denali nie trzeba iść za to prawie doby w strefie śmierci w drodze do szczytu, czyli powyżej 7,900 tys. m, gdzie nie ma czym oddychać, organizm się nie regeneruje, a choroba wysokościowa jest realnym zagrożeniem dla wspinacza.

To prawda. Natomiast, na Everest, podczas czterdziestu siedmiu dni wyprawy straciłem pięć, sześć kg masy ciała, a ostatnio na Denali podczas czternastu dni schudłem nieco więcej. Choćby te liczby pokazują skumulowaną skalę wyczerpania organizmu, jego walki z zimnem, z fizycznym wysiłkiem. Także

z wysokością. Natomiast w bazie pod Everestem aprowizacja jest ciągła, żywności nie brakuje, jest całkiem pokaźna infrastruktura, regularnie latają helikoptery. Możesz zjeść tyle ryżu, ile potrzebujesz i jeszcze coś na dokładkę zawsze się znajdzie. Na Denali żywność jest racjonowana, bo mamy jej tyle, ile przewieziemy na saniach. Są porcje na każdy dzień. Nie ma tutaj komfortu. Mimo wszystko zdobycie Denali kosztowało mnie trzy próby, a Everest jedną. W mojej osobistej skali trudności szczytów Korony Ziemi stawiam Denali wyżej od Everestu. Natomiast koniec końców w górach potrzebne jest szczęście... Tym razem mi sprzyjało. Pogoda, umiejętności, brak błędów – szczyt się przed nami otworzył.

Co z doświadczeniem?

To chyba istota każdej działalności górskiej, sportów ekstremalnych czy wypraw. W 2017 roku chciałem wybrać się na Denali, mając już w głowie projekt Korony Ziemi.

Wówczas mój serdeczny przyjaciel powiedział mi: „Pojedź najpierw na Pik Lenina w Kirgistanie (7-tysięczny szczyt w paśmie Pamir). Zobacz, jak wygląda wyprawa w surowych warunkach, surowa baza i zimno”. Skorzystałem z tej rady, żeby zebrać doświadczenie. Potem wyruszyłem na Aconcaguę, którą zdobyłem, a następnie, po raz pierwszy na Denali, w 2018 roku. Wkwestii owej rady mojego kolegi zgadzam się z nią całkowicie. W tej ostatniej wyprawie na najwyższy szczyt na Alasce, byli uczestnicy, z całego świata; z Japonii, z Malty i z Austrii, którzy podchodzili do Denali po raz pierwszy. I oni byli w tym samym miejscu, jak ja, 8 lat temu. Dziś moje doświadczenie, z bagażem dwóch wypraw na Denali, w tym jednej samodzielnej, było niewspółmiernie większe, dające komfort – mentalny i fizyczny. Choćby to, że wiesz, co cię na górze czeka, jak wyglądają kolejne odcinki góry, wie, jak się w bazie przygotować. No i jak odpoczywać w poszczególnych fazach wyprawy. A to, wbrew pozorom, jakkolwiek to brzmi, jest dość istotna wiedza.

Od zawsze stawiałeś na aspekt przygotowania fizycznego i mentalnego do poszczególnych wypraw. Ostro trenowałeś, przechodziłeś kompleksowe badania wydolności, suplementację choćby w zeszłym roku, przed Everestem. Dzięki temu mogłeś być szybki na dachu świata.

Tak szerokiego planu przygotowań jak przed Everestem nie powtórzyłem. One oczywiście były, wykorzystałem do opracowania planu treningowego swoją wiedzę i doświadczenie. Wykorzystałem, trochę na wyrost może, namiot hipoksyjny, który na nizinach pozwala na szybszą aklimatyzację, a co za tym idzie, lepszy odpoczynek i regenerację tam na górze. Miałem wrażenie, że dzięki namiotowi wysokość lepiej znosiłem, choć taktyka zdobywania Denali zakłada metodę wahadłową, trzeba zakładać obozy, zostawiać depozyty i cały proces przystosowania do organizmu do wysokości jest długotrwały.

Projekt Korony Ziemi się skończył, zabrał dekadę z życia... Jest pomysły pewnie, żeby odpocząć, z rodziną posiedzieć w domu...

Chyba jeszcze nie do końca obejmuję rozumem fakt, że to już koniec projektu. Na Koronie Ziemi skupiony byłem dziewięć lat, dziewięć miesięcy i dziesięć dni – od momentu, w którym wszedłem na Mount Blanc, do tego, kiedy stanąłem na Denali. Ciężko jest się odnaleźć w rzeczywistości, bo w tym czasie niemal wszystko, nawet jeśli nie bezpośrednio to i tak zahaczało o zdo-



Michał Leksiński: Tak szerokiego planu przygotowań jak przed Everestem nie powtórzyłem

bywanie gór. Pod ten cel ustawione były wszelkie harmonogramy, tygodnie czy miesiące. Dziś tego nie ma i jest wręcz fascynujące poznawanie życia bez takiej rutyny. Ta sytuacja pokazuje też cienie, obok blasków, projektu, jakim jest zdobycie Korony Ziemi. To były lata trudów, wyrzeczeń, ciężkich rozmów. Nie ukrywajmy – rozpocząłem projekt jako facet bez rodziny, a kończyłem go jako tata dwójki dzieci. Bez dwóch zdań chciałbym spędzić nieco więcej czasu z bliskimi. Chciałbym góry pokazać bliskim, pochodzić z nimi – oczywiście po tych niższych pasmach.

Co dalej? Pomysł na nową wyprawę może pojawić się nagle.

Nie jest to wykluczone... Są pewne pokusy. Dla niektórych naturalnie pojawiają się kolejne „Korony”: wulkaniczna Korona Ziemi, Koronka Ziemi... Osobiście mam kilka wymarzonych szczytów, na które chciałbym się wybrać, a które musiały czekać ze względu na projekt Korony Ziemi. Natomiast

Osobiście mam kilka wymarzonych szczytów, na które chciałbym się wybrać, a które musiały czekać ze względu na projekt Korony Ziemi

MICHAŁ LEKSIŃSKI
Himalaista

nie chcę wpadać w kolejne, duże przedsięwzięcie wyprawowe, wędrować kolejne lata między kontynentami. Myślę, że to będzie bardziej coś sportowo-wytrzymałościowego, może formuła eksploracyjno-biegowa? Mam teraz poczucie, że mogę wszystko, ale niczego nie muszę. Daję sobie trochę czasu z wolną głową. Natomiast od początku planowałem, żeby coś po tej mojej Koronie Ziemi też zostało.

Książka? Dokument?

Książka, ale nieco inaczej. Na pewno nie będę opisywał swoich zmagania z Koroną Ziemi. Nie mam takich zdolności kronikarskich, reporterskich. Zresztą takich książek jest całkiem sporo, i to bardzo dobrych. Sam z nich korzystałem przed poszczególnymi wyprawami, bo zawierają mnóstwo cennych wskazówek czy porad. Natomiast dotarło do mnie przez te wszystkie lata, że najlepiej rozmawia mi się z dziećmi. To jest niezwykła publiczność. Dlatego napisałem książkę o Koronie Ziemi, dla dzieciaków. Skrypt został przyjęty przez wydawnictwo, tekst się spodobał. Zależało mi na oprawie graficznej. Wydawnictwo, z którym będę współpracował, przygotowuje przepięknie ilustrowane wydania. Tak będzie i z tą książką.

Parę lat temu debiutowałeś jako autor książką pt. „Projekt: Wyprawa” o finansowo-

marketingowych aspektach przygotowania ekspedycji.

Tak naprawdę dowód na kompetencje do napisania tej książki dałem post factum. Pisałem w niej o fundraisingu, czyli o pozyskiwaniu środków na projekty różnego rodzaju. Natomiast dopiero po wydaniu tej książki zdobyłem największe środki na wyprawy – czyli na ekspedycje na Antarktydę i Himalaje. To warto bowiem podkreślić – Korona Ziemi to jest niebotyczne wyzwanie finansowe. Taki projekt może kosztować nawet do miliona złotych. Pozyskiwanie środków było, obok kwestii fizycznych, mentalnych, organizacyjnych, ogromnym wyzwaniem.

Jeśli mówimy o trwałych efektach twoich ekspedycji, to na pewno jest nią pomoc dla Fundacji Happy Kids i jej podopiecznych.

W planach wakacyjnych mam spotkanie z podopiecznymi Fundacji, gdzie opowiem o ostatniej wyprawie i pewnie spróbuję podsumować cały projekt Korony Ziemi. Mam nadzieję, że Fundacja nadal będzie chciała, żebym był ich ambasadorem. Ja na pewno nie chcę rezygnować z tej funkcji, mimo tego, że projekt się kończy. W 2016 roku, kiedy startowaliśmy z Koroną Ziemi i współpracą, nie miałem żadnych kompetencji, umiejętności w działalności charytatywnej. To było dość intuicyjne. Na przestrzeni tych dziesięciu lat mnóstwo do-

brych rzeczy się wydarzyło. Do fundacji zaczął przeze mnie trafiać sponsoring – zaczęliśmy organizować obozy wspinaczkowe, koncerty itp. Okazało się, że pasją naprawdę da się pomagać i można to robić, nawet jak się tego nie umie. Ta współpraca jest dla mnie ogromnym powodem do dumy. Będę nadal pomagał podopiecznym Fundacji, jak tylko potrafię.

Szlakiem Korony Ziemi

– krok po kroku
Michała Leksińskiego
Mount Blanc – 4,810 m.
(Europa) – sierpień 2016
Kilimanjaro – 5,895 m.
(Afryka) – styczeń 2017
Elbrus – 5,642 m.
(Europa) – czerwiec 2017
Aconcagua – 6,960 m.
(Ameryka Płd.) – luty 2018
Piramida Carstenza – 4,884 m.
(Oceanía) – sierpień 2018
Góra Kościuszki – 2,210 m
(Australia) – sierpień 2018
Masyw Vinsona – 4,892 m
(Antarktyda) – styczeń 2023
Mt Everest – 8,848 m
(Azja) – maj 2025
Denali – 6,190 m
(Ameryka Płn.)
– czerwiec 2026
(nieudane próby
czerwiec 2018 i czerwiec 2023)

HISTORIA

Katastrofa w centrum Łańcuta. Jak doszło do tragedii na dworcu autobusowym?

Rok 1982, upalne lipcowe południe na dworcu autobusowym w Łańcutcie. Ludzie oczekują na swoje autobusy. W pewnym momencie pojawia się rozpędzony autobus, który zamiast zahamować, wjeżdża w grupkę stojących na przystanku pasażerów...

Arkadiusz Bednarczyk

Przyłańcuckim Rynku już od wielu lat zatrzymywały się autobusy jadące w stronę Rzeszowa i Leżajska. Ludzie przyzwyczaili się, że stąd jest najbliżej, aby dostać się w różne miejsca Podkarpacia. Mało kto miał wówczas samochód, więc korzystano masowo z komunikacji autobusowej.

Szczególnie tłoczno było w tzw. dni targowe (wtorki i piątki), kiedy to do miasta przybywali okoliczni rolnicy, aby na placu przy tzw. stawie browarnym sprzedawać swoje produkty. Ówczesne autobusy tzw. Jelcze kursowały z przyczepami, w których w porannych godzinach trudno było znaleźć wolne miejsce. W upalne dni atmosfera wewnątrz takich pojazdów stawała się, delikatnie mówiąc, nie do wytrzymania. Na dworcu panował ścisk - nie wiadomo było, kto wsiada, a kto wysiada. Beładna masa ludzi kłębiła się wśród zapchanych autobusów. I pewnie niewielu słyszało o wypadku z udziałem łańcuckiego autobusu, do którego doszło w... 1928 roku na drodze wyjazdowej do Łańcuta. Zwróćmy uwagę na datę, szczególnie na dwie ostatnie cyfry roku. Nikt nie przypuszczał, że w chwili, gdy cyfry te będą przestawione, dojdzie do kolejnej tragedii.

Wówczas, przed wojną, autobus wiozący piętnastu pasażerów do Łańcuta, trzy kilometry za Rzeszowem, w Krasnem, na ostrym zakręcie napotkał jadącą z przeciwka furmankę. Kierowca autobusu chciał gwałtownie skręcić w przeciwną stronę, jednak nie zdążył i wpadł na konia i wóz, po czym przewrócił się na dach. Przez rozbite okna próbowali wydostać się poranieni pasażerowie. W sumie ciężko ranne zostały dwie osoby. Zatrzymywano przejeżdżające dorożki, które lżej rannych - w sumie sześć osób - odwoziły do rzeszowskiego szpitala. Autobus został doszczętnie zniszczony. A w Łańcutcie ludzie zaniepokojeni czekali na swoich bliskich. Ponieważ telefony nie były tak powszechne, o wszystkim na Rynku miasta zawiadomił jeden z funkcjonariuszy Policji Państwowej.

Feralny dzień

Ale wróćmy do 8 lipca 1982 roku. Na nieistniejącym już dzisiaj Dworcu Autobusowym w centrum miasta (przy Rynku) pasażerowie czekali na autobus do pobliskich Bud Łańcuckich. Zbliżało się południe. Gęstniał tłum pasażerów. Około godziny jedenastej rozpędzony autobus marki Autosan zamiast zatrzymać się na wyznaczonym stanowisku, wje-

chał w inny przystanek i czekających na nim pasażerów, „kosząc” metalowe zadaszenie oraz ławki. Uderzył także w przód kolejnego autobusu relacji Łańcut-Markowa.

Na przystanku wybuchła panika. Zginęły trzy kobiety (jedna natychmiast), ciężko rannych zostało osiem osób (jedna w stanie krytycznym później zmarła). Przejmujący widok potęgowały porzucane siatki z zakupami, buty, resztki szkła z przedniej szyby autobusu oraz - co najbardziej drastyczne - kałuże ludzkiej krwi. Autosan miał wgnieciony cały przód oraz wtłoczone w siebie resztki metalowej konstrukcji przystanku.

Na miejscu tragedii niemal natychmiast pojawiły się karetki pogotowia, jednak... zabrakło ich dla wszystkich poszkodowanych. Na pomoc pospieszili zatem lekarze z miejscowego szpitala, którzy własnymi samochodami transportowali chorych do łańcuckiego szpitala. Teren wypadku otoczył oddział wojska, przybyła ekipa dochodzeniowo-śledcza z Komendy Wojewódzkiej Milicji Obywatelskiej w Rzeszowie.

Co z naszymi dziećmi?

W tym czasie, jak zwykle od kilkunastu lat, odbywały się w Łańcutcie Mistrzowskie Kursy Interpretacji Muzycznych. Na warsztatach gościły dzieci z całej Polski. Wśród ich rodziców wybuchła panika, że któreś z nich mogło znaleźć się w wypadku. Rozdzwoniły się telefony do tutejszej komendy Milicji Obywatelskiej i Urzędu Miasta. Na szczęście żaden z kursantów nie był obecny wówczas na dworcu.

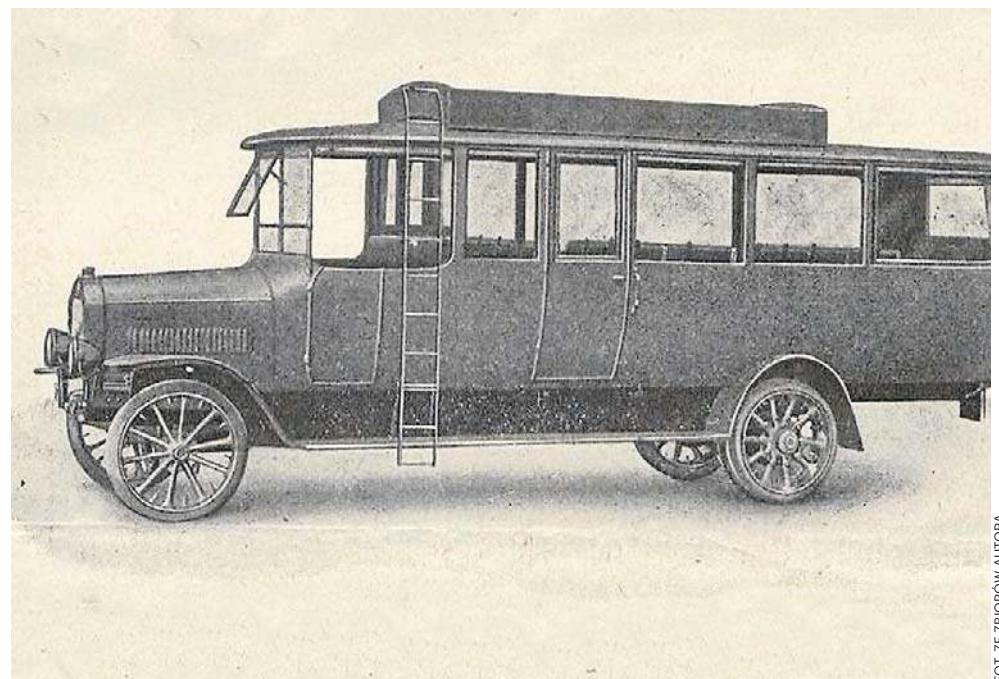
Jak pisały ówczesne „Nowiny Rzeszowskie” (nr 134) - piórem redaktora Edwarda Wisza - w Komendzie Miejskiej Milicji Obywatelskiej przesłuchiowano kierowcę - człowieka od trzydziestu dwóch lat jeżdżącego za kółkiem. Okazało się, że „probiez” wykazał iż kierowca feralnego autobusu dzień wcześniej spożywał alkohol. Przyznał, że pił „setkę”, a w dniu wypadku piwo. Winny wypadku tłumaczył także, że kiedy podjeżdżał na przystanek, „kierownica mu nie odbiła i hamulce nie takie”...

W wypadku zginęły: Jadwiga Sołtys z Sanoka (żona znanego historyka i regionalisty z Sanoka, który pracował m.in. w Muzeum Budownictwa Ludowego), Wiesława Czapka z gminy Sędziszów Małopolski oraz Maria Trojnar z Albigowej.

Wśród poszkodowanych byli pasażerowie z Rzeszowa, Kraczkowej i Albigowej. ©©



Rozpędzony Autosan - zamiast zatrzymać się na wyznaczonym stanowisku - wjechał w inny przystanek i czekających na nim pasażerów. Uderzył także w przód kolejnego autobusu relacji Łańcut-Markowa



Taki autobus uległ wypadkowi, jadąc na drodze Rzeszów - Łańcut w 1928 roku. Ciężko ranne zostały dwie osoby

PLEBISCYT

Smaki słodkości potrafimy pamiętać przez całe życie

(ka)

Czas mija, zmieniają się miejsca, odchodzą ludzie, ale niektóre zapachy i smaki potrafią w jednej chwili przenieść nas do najpiękniejszych wspomnień.

Słodkości nigdy nie są tylko słodkościami. Towarzyszą nam, gdy świętujemy najważniejsze momenty życia - urodziny, wesela, chrzciny, rocznice, rodzinne spotkania. A i zwykle popołudnie potrafi odmienić kawa i kawałek ciasta.

KATEGORIA: MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU

- Odkąd pamiętam lubiłam piec i tworzyć różne słodkości. Cukiernia to zawsze było moje marzenie. Kiedyś lubiłam obserwować ciocię, jak piecze i to był chyba ten moment, w którym coś zaskoczyło we mnie. Można powiedzieć, że pasja do wypieków sprawiła, że teraz jestem w tym miejscu, a nie innym - wspomina Katarzyna Koczela-Wójcik (Słodka Ja, Nawsie). Dziś w swojej cukierni przygotowuje nie tylko torty, ale również ciasta, ciasteczka, monoporcje, tartalетки, desery w kubeczkach i słodkie podziękowania. - Tworzę z pasją i zaangażowaniem z najwyższej jakości składników, z wielką starannością i dbałością o każdy

szczęgół - mówi Katarzyna Koczela-Wójcik. Każdy wypiek powstaje z taką samą starannością, bo, jak podkreśla, za każdym zamówieniem kryje się wyjątkowa historia. - Każdy deser, tort, ciasto czy inna forma słodkości jest dla mnie wyjątkowa, ale myślę, że to tort na 18. urodziny pewnej cudownej dziewczyny pozostanie na długo w mojej pamięci - przyznaje. Nagrodą za codzienną pracę są dla niej reakcje klientów. - Myślę, że największą radość i satysfakcję daje mi uśmiech innych, gdy zobaczą swój tort, desery, słodki stół czy nawet zwykłe drożdżowe ciasto - dodaje.

KATEGORIA: MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU

Od dzieciństwa z zacięciem podglądał mamę podczas pieczenia i pomagał jej w kuchni, poznając pierwsze cukiernicze tajniki. To właśnie wtedy Paweł Dubiel (Słodki Paweł Torty, Święcany) nauczył się, kiedy dodać cukier do biszkoptu i dlaczego do białek trafia szczypta soli. Prawdziwy przełom nastąpił jednak ponad dwa lata temu, gdy postanowił przygotować tort na urodziny swojej córki. - Z początku miało to być niezbyt wymagające umiętności ciasto z kremem i galaretką, a wyszedł całkiem niezły tort z gładkim tynkiem i jakimś wydrukiem cukrowym - wspomina. Ten wypiek stał się początkiem pasji, która szybko przerodziła się w tworzenie coraz bardziej dopracowanych tortów i autorskich kompozycji smakowych. Dziś, choć przygotowuje także babeczki, cake pops, cakesicles czy bajaderki, to właśnie torty pozostają jego największą specjalnością. - Każdy tort piętrowy wywołuje u mnie mega pozytywne wspomnienia - wspomina Paweł Dubiel. Najwięcej radości daje mu możliwość wykonania tortu z dekoracją, której jeszcze nie robił. - Tak samo cieszy mnie efekt końcowy mojej pracy i zadowolony klient - dodaje.

sta. To właśnie dlatego pracuję, którzy wyczarowują dla nas te torty, torciki i ciasteczka, ma w sobie coś wyjątkowego. Ich zadaniem nie jest wyłącznie zrobienie czegoś dobrego czy efektownego. Oni własnymi rękoma tworzą coś, co staje się częścią naszej historii. Częścią chwil, podczas których najważniejsze są rozmowy, bliskość i obecność drugiego człowieka. Każde ciasto na zamówienie powstaje z myślą o konkretnej osobie i okazji. Za każdą dekoracją kryje się

czyjeś marzenie, pomysł, emocje. A ci, którzy je wyczarowują, zamieniają te marzenia w smak i formę. Mistrzowie słodkości muszą więc być nie tylko świetnymi rzemieślnikami, ale też umieć słuchać, rozumieć emocje swoich klientów, by zamieniać je w smak, kolor oraz formę.

W plebiscycie Mistrzowie Smaku 2026, który trwa już ponad tydzień, chcemy uhonorować także te osoby, które od lat osładzają nasze życie - dosłownie i w przenośni. Ludzi, dzięki którym rodzinne uroczystości mają wyjątkowy

smak, a zwykłe spotkania przy stole stają się pięknymi wspomnieniami. I to właśnie dlatego dziś możecie przeczytać o nich w gazecie. Jak mówi Katarzyna Adamczyk, która opiekuje się akcją od strony redakcyjnej: - Dziś prezentujemy uczestników Mistrzów Smaku nominowanych w kategorii Mistrz Słodkości. To oni każdego dnia udowadniają, że pasja, talent i serce potrafią zamienić zwykły deser w coś znacznie większego - we wspomnienie, które przetrwa lata.



**MISTRZOWIE
SMAKU
2026**

LIDERZY POSZCZEGÓLNYCH KATEGORII PLEBISCYTU

Więcej na:

nowiny24.pl/mistrzowie-smaku

BAR/BISTRO/JADŁODAJNIA ROKU

1. **Babki przy garach**, Rzeszów, Zamkowa 3
2. **Bar Wiki**, Jasło, Sikorskiego 7
3. **CeliBar**, Przemyśl, Fredry 1/01U

KAWIARNIA/CUKIERNIA ROKU

1. **Na polance - cukiernia i kawiarnia**, Krosno, Popietuszeki 81/3
2. **Słodka Ja**, Nawsie, Nawsie 352
3. **Kawiarnia Eliza**, Leżajsk, Rynek 11

KELNER ROKU

1. **Natalia Telega**, Stacja Smaków, Jawornik Polski
2. **Iwona Nieckarz**, Uzdrowisko Horyniec, Horyniec-Zdrój
3. **Mariusz Lasota**, Hotel Cztery Pory Roku, Głogów Małopolski

KUCHARZ ROKU

1. **Paweł Czachur**, Miętowy Anioł, Równia
2. **Izabela Załazińska**, Fundacja Łęki Dukielskie, Łęki Dukielskie
3. **Wojciech Gąterski**, Restauracja Towarzyska, Strzyżów

LODY ROKU

1. **Lody Pod Strumykiem**, Malawa 644
2. **Rożek**, Dąbrówka, Dąbrówka 17
3. **Lody z Pogorza**, Hucisko Jawornickie, Hucisko Jawornickie 259

PIZZA ROKU

1. **Ti Amo - z Miłości do Pizzy**, Przemyśl, Słowackiego 1
2. **Terra Nostra**, Miejsce Piastowe, Krośnierska 52
3. **Pizzeria Masz Ci Placek**, Babica, Babica 205A

RESTAURACJA ROKU

1. **Oberża Pod Kudłatym Aniołem**, Cisna, Cisna 130
2. **Restauracja Parkowa**, Jasło, Asnyka 10
3. **Restauracja La Vida Loca**, Przemyśl, Bohaterów Getta 13

BARMAN/BARISTA ROKU

1. **Celina Miśkiewicz**, CeliBar, Przemyśl
2. **Krzysztof Michalik**, Lord Jack, Rzeszów
3. **Weronika Zborowska**, Royal Palace, Sanok

BURGER ROKU

1. **Szach Mat Bistro**, Gorzyce, 3-go Maja 7A
2. **SoMa Restaurant**, Klimkówka, Kasztanowa 30
3. **Proziakarnia**, Postolów, Postół

KEBAB ROKU

1. **LOLO Kebab**, Przemyśl, Grunwaldzka 97A
2. **Master Keks**, Tyczyn, Grunwaldzka 37C

MENEDŻER GASTRONOMII ROKU

1. **Daria Jelińska**, Lorento Restauracja, Nagawczyzna
2. **Agnieszka Jaskot**, Fratelli, Mielec
3. **Krzysztof Gajdek**, Zapiekanki rzeszowskie, Rzeszów

MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU

1. **Patrycja Bał**, Upiekło mi się, Rzeszów
2. **Wiesław Niepokój**, Cukiernia Jagodzianka, Dukla
3. **Anna Włodarska**, Słodki Duet Anna Włodarska, Stalowa Wola

SŁOWNIK: ASAGAJ, ATOMAL, KAOMA, LARI, SIMENON, TARATOR.

ROZWIĄZANIE: ZŁOTO SZKODLIWSZE JEST OD ŻELAZA.

Logogryf

eprasa.pl e42d812f75

CZYTELNICIA

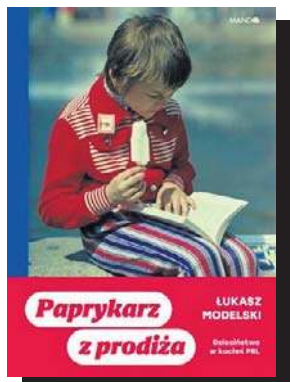
Będąc dzieckiem w Polsce Ludowej

Lukasz Modelski, dziennikarz, pisarz, twórca historycznych programów telewizyjnych i radiowych, ponownie wraca do czasów PRL. Tym razem przypominając gastronomiczną stronę systemu.

Bo i pod tym względem Polska Ludowa była swoistym fenomenem. Podanie na obiad kotleta było heroicznym zwycięstwem, pomarańcze pojawiały się tylko na Boże Narodzenie, a prawdziwy luksus miał smak Coca-Coli. Dzieciństwo upływało w cieniu kolejek i braków w zaopatrzeniu, za to z kluczem na szyi, historią z gumy Donald w kieszeni i wyjadana wprost z opakowania oranżadką w proszku.

Wszystko ma bowiem dwie strony, co w uczonej nomenklaturze towarzyszy miało swoją dialektyczną uzasadnienie. Bo choć problemy i absurdy były za komuny codziennością, to jednak – pisze Modelski – „na 1 maja zawsze świeciło słońce, lody Bambino z wolna ściekały z patyka, żółty napój pity z plastikowej torebki smakował świątowo, mleczne koktajle zostawiały wąsy, czereśnie jadło się prosto z drzewa, a w domu czekał makaron z jabłkami lub ryż z truskawkami. Do wyboru – na ciepło lub na zimno. Dzieciństwo, które przypadkiem przypadło na PRL”.

margra



Łukasz Modelski, „Paprykarz z prodiża. Dzieciństwo w kuchni PRL”, wyd. Mando, Kraków 2026, cena 55,90 zł

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

Joanna Opozda Ma sportowego chłopaka

Po burzliwym rozstaniu z Antkiem Królikowskim tuż po ślubie w 2021 roku, aktorka długo była singielką. W ostatnim czasie u jej boku zaczął pojawiać się tajemniczy Damian, z którym miała już spotykać się wcześniej przez około cztery miesiące, jednak ich znajomość zakończyła się z powodu różnic w ważnych dla nich kwestiach. W czerwcu młodszy o 11 lat od Opozdy chłopak dostał od niej kolejną szansę. Pojawił się na urodzinowej kolacji aktorki, którą zorganizowała na początku lipca. Później para miała wybrać się do Porto. Pudełek ustalił, że Damian prowadzi profil „Sportowa Warszawka”. W mediach społecznościowych przedstawia się jako pasjonat sportu i imprez - szczególnie uwagę zwrócił na siebie, gdy przebiegł półmaraton w garniturze.

Agnieszka Kaczorowska Może lekko żyć samodzielnie

Po rozstaniu z Maciejem Pelą w 2024 roku tancerka wyprowadziła się z ich wspólnego domu na warszawskim Wawrze. Budynek trafił na sprzedaż dopiero niespełna dwa lata później. Oferta jego sprzedaży pojawiła się w maju tego roku, a został wyceniony na dwa i pół miliona złotych. Teraz Kaczorowska ogłosiła na Instagramie, że znalazła nowego właściciela. Tancerka zamieściła zdjęcie aktu notarialnego i dołączyła do niego refleksyjny wpis. „Zamykam rozdział ostatnich 7 lat życia. Czuję dziś ogromne wzruszenie. Przetrawiałam ten maraton. Jestem dumna, że byłam i jestem dzielna, odważna, silna. (...) Uff, mogę znów lekko żyć”.

Zbigniew Zamachowski Nie nadaje się na ojca?

Gościem podcastu „Bliżej” serwisu MamaDu była niedawno Monika Richardson. W trakcie rozmowy celebrytka odsłoniła kulisy swego małżeństwa ze Zbigniewem Zamachowskim. Okazuje się, że aktor miał wyjątkowo trudne relacje z dziećmi Richardson z poprzedniego związku – Tomkiem i Zosią. Jak przyznała, jej syn szybciej znalazł z nim porozumienie, natomiast między córką a jej ojczymem przez długi czas pojawiały się napięcia. - Zbyszek Zamachowski jest wielkim aktorem, jest artystą, ale moim zdaniem na ojca się nie nadaje wcale. Trochę to przykro brzmi, bo ma czwórkę dzieci, ale no nie. Dlatego nigdy nie chciałam ze Zbyskiem mieć dzieci – podsumowała.



FOT. SYLWIA DABROWA

Joanna Opozda po burzliwym rozstaniu z Antkiem Królikowskim długo była singielką. Ale chyba znowu z kimś się spotyka

Michał Wiśniewski Zgadywał podczas rozprawy

W miniony poniedziałek w Sądzie Okręgowym w Warszawie zapadło orzeczenie w sprawie rozvodu Michała i Poli Wiśniewskich. Żadna ze stron nie pojawiła się jednak na rozprawie. Pola przebywała na wakacjach, natomiast Michał miał zobowiązania zawodowe. Dziś już wiadomo, że wokalista brał udział w nagraniach do nowego programu rozrywkowego Polsatu – „Hitster. Muzyczna gra przebojów”. Jego uczestnicy muszą odgadnąć, z którego przedziału czasowego pochodzą prezentowane im utwory. W muzycznej rywalizacji udział weźmie kilkanaście gwiazd, m.in. Edyta Górniak z synem Allanem, Justyna Steczkowska z synem Leonem, Roksana Węgiel i Kevin Mglej, Paulina Sykut-Jeżyna i Krzysztof Ibisz, Agnieszka Hyży i Grzegorz Hyży oraz Mandaryna i Michał Wiśniewski.

Anna Lewandowska Wypoczywa nad morzem bez dzieci

Przed przeprowadzką do USA, celebrytka wraz z mężem cieszy się wolnym czasem w Europie. Najpierw Lewandowsky w towarzystwie Mariny i Wojtka Szczęsnych bawili się na festiwalu muzycznym Open'er w Gdyni. Teraz wybrali się gdzieś nad ciepłe morze. Na instagramowym profilu celebrytki pojawiła się seria fotografii, na których widać ją z mężem na pokładzie jachtu, w przezroczystej wodzie oraz na skalistym wybrzeżu. „Letnie dni” – podpisała Lewandowska wpis. Wszystko wskazuje, iż jest to urlop tylko we dwoje i małżeństwo wypoczywa bez dzieci. Potwierdzają to kolejne zdjęcia, którymi pochwalił się we wtorek wieczorem sportowiec. Na wszystkich fotografiach para pozuje sama lub każde z małżonków osobno.

Joanna Racewicz Będzie zawsze po swojej stronie

Na instagramowym profilu dziennikarki pojawiły się zdjęcia ze ślubu, który... wzięła sama ze sobą. Odziana w białą suknię Racewicz wyznała internautom, iż zdecydowała się na ten wyjątkowy krok po długiej drodze odnajdywania siebie na nowo. Nie ukrywała, że ma za sobą lata funkcjonowania w trybie spełniania cudzych wymagań. Pomogło jej dopiero spotkanie z innymi kobietami, które nie próbowały jej zmieniać, lecz pomogły w odnalezieniu własnej tożsamości. „Symboliczny Ślub ze Sobą. Moja najpiękniejsza ceremonia. Moment, w którym pierwszy raz od lat możesz powiedzieć: „Wybieram siebie”. Ta chwila zostawia spokój. Czułość. Łagodność. Poczucie bezpieczeństwa. Obietnicę, że będziesz po swojej stronie” – napisała.

Klaudia Halejcio Ma świetną córeczkę

Celebrytka urodziła córkę w 2021 roku. Od tamtej pory dziewczynka często pojawia się w mediach społecznościowych mamy i towarzyszy jej w zawodowych aktywnościach. Teraz w wywiadzie dla Party Halejcio zdradziła, że Nel zarobiła pierwsze pieniądze, mając zaledwie 3 lata. - Na razie jest to dla niej forma zabawy. Jest w tym świetna, nie mogę powiedzieć. Jest świetna, widzę to wielokrotnie na planie. Pracowałam z różnymi dziećmi, sama jestem dzieckiem, które wyrosło na planie, więc widzę, jak się z nią pracuje. Jak robiliśmy różne kampanie, gdzie zawsze jest ktoś dedykowany, czyli osoba, która zajmuje się tylko dziećmi na planie, to ona powiedziała, że nigdy w życiu przez całą swoją karierę nie widziała takiego dziecka – obwieściła.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wrażliwość pomoże zrozumieć innych. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać także o siebie.

Ryby (19.02 - 20.03)
Twoja kreatywność zaskoczy otoczenie. Horoskop dzienny na piątek mówi, że przed Tobą dobry moment na nowe plany i odważne pomysły.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja zaowocuje sukcesem. Horoskop dzienny na piątek radzi znaleźć chwilę na relaks.

Byk (20.04 - 20.05)
Optymizm będzie Twoim atutem. Horoskop dzienny zapowiada, że krótka podróż lub nowe wyzwanie przyniosą inspirację.

Bliznięta (21.05 - 21.06)
Intuicja wskaże właściwy kierunek. Horoskop na dziś radzi nie bać się zakończyć spraw, które Cię obciążają.

Rak (22.06 - 22.07)
Będziesz w dobrym nastroju. Horoskop dzienny na piątek mówi, że uśmiech otworzy nowe drzwi.

Lew (23.07 - 22.08)
Dobra organizacja pozwoli uniknąć stresu. Horoskop dzienny mówi, że wieczór będzie sprzyjał wyciszeniu.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi działać śmiało, ale pamiętać też o uważnym słuchaniu innych.

Waga (23.09 - 22.10)
Skup się na innych. Horoskop dzienny na piątek mówi, że gest życzliwości wróci do Ciebie szybciej niż przypuszczasz.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Czeka Cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny radzi wykorzystać okazję, by rozwinąć pomysł i poznać kogoś nowego.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Spokój i cierpliwość przyniosą efekty. Horoskop na dziś zapowiada, że miła rozmowa poprawi relacje i doda Ci energii.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny to wskazówka, by zaufać intuicji – zyskasz dzięki temu przewagę.

KULTURA

Muzyka w niezwykłej scenerii. Darmowe koncerty w zabytkowej świątyni w Krośnie

Miłośnicy muzyki znów spotkają się na letnich koncertach w historycznym wnętrzu kościoła św. Wojciecha w Krośnie.

Ewa Gorczyca

„Smyczki na Wojciechu” to cykl letnich koncertów kameralnych, który w wakacyjne wieczory przyciąga grono melomanów. Zarówno tych stałych, jak i nowych, którzy dopiero odkrywają świat muzyki klasycznej. Wstęp jest darmowy. Organizatorem wydarzenia jest Regionalne Centrum Kultur Pogranicza w Krośnie. Tegoroczna edycja rozpocznie się w piątek (10 lipca) o godz. 19. - To czas muzycznych odkryć, wzruszeń i przeżywania sztuki w jednej z najbardziej nastrojowych przestrzeni Krosna - mówi Agnieszka Kaszczyszyn z RCKP.

„Smyczki na Wojciechu” mają niezwykły klimat

Koncertów można słuchać we wnętrzu zabytkowej świątyni, jak i - dzięki nagłośnieniu - na ławkach na zewnątrz, w otoczeniu wiekowych drzew. Kameralna atmosfera sprawia, że słuchacze czują bliskość artystów. - Dzięki tej formule cykl od lat zajmuje szczególne miejsce na kulturalnej mapie Krosna, łącząc wysoką jakość artystyczną z doświadczeniem wspólnego przeżywania muzyki - zaznacza Agnieszka Kaszczyszyn.

Niezwykłe jest także samo miejsce, gdzie występują ar-



Przestrzeń św. Wojciecha w Krośnie ponownie wypełnią dźwięki skrzypiec, altówek, wiolonczeli, gitary, harfy

tyści. Drewniany kościół pw. św. Wojciecha Męczennika w Krośnie pochodzi z drugiej połowy XV wieku. To cenny zabytek architektury sakralnej. Zachował oryginalną konstrukcję zrębową oraz wystrój wnętrza z XVII wieku. Położony na wzniesieniu, wśród zieleni, z dala od miejskiego zgiełku, tworzy wyjątkowe warunki do odbioru muzyki kameralnej.

Od baroku po współczesność

- Naturalna akustyka, historyczny charakter miejsca i bliskość wykonawców sprawiają, że każdy koncert nabiera szczególnego wymiaru - podkreśla Kaszczyszyn.

Tegoroczna edycja prowadzi słuchaczy przez różno-

rodne muzyczne światy. W programie znalazły się utwory od baroku po współczesność, zarówno kompozycje należące do kanonu muzyki europejskiej jak i dzieła rzadziej wykonywane.

- Różnorodność repertuaru, wysoki poziom wykonawczy i starannie przygotowane programy sprawiają, że każdy koncert staje się odrębną muzyczną opowieścią - podkreśla Agnieszka Kaszczyszyn.

Na strunach duszy

Pierwszy z koncertów, zatytułowany jest „Na strunach duszy - czas zatrzymania w dźwiękach”. Przyniesie chwilę wyciszenia i refleksji, łącząc klasyczne arcydzieła z muzyką tworzoną z myślą o kontemplacji.

Kolejny lipcowy koncert to „Hiszpańska dusza”

- Zabierze publiczność w pełną temperamento podróż przez brzmienia muzyki gitarowej, która spotyka się z energią muzyki kameralnej. W sierpniu na scenie pojawi się Neuma Quartet, prezentując dzieła Antonína Dvořáka i Szymona Laksa - kompozytorów, których twórczość łączy mistrzostwo formy z niezwykłą siłą emocji.

Finał cyklu należeć będzie do Finesis Trio, które w programie „Muzyka w dialogu z wiekami” połączy muzykę dawną i współczesną, pokazując, jak ponadczasowym językiem pozostaje sztuka dźwięku - mówi Agnieszka Kaszczyszyn. ©©

Praca

ZATRUDNIĘ

Drogowców oraz budowlanców do pracy w Niemczech. Tel. 739 432 889, 00 49 171 687 66 95

GOSPODARSTWO praca# 691512930

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwieranie kominów montaż wkładów i nasad - 17 8623831

UKŁADANIE płytek, remonty, wykończenia, 514 844 543

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

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

Różne

STARE książki skup, 881-934-948

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl

Know-how w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

REKLAMA

radio centrum
89.0 FM

Nastrajamy pozytywnie

radiocentrum.pl
facebook.com/radiocentrum

REKLAMA

TRENDY
RADIO 101.9, 95.2FM

WYBIJAMY TRENDY BRZMIENIE W REGIONIE NA 101,9 i 95,2 FM

“Twój region, Twoje radio - TRENDY”

trendyradio.pl

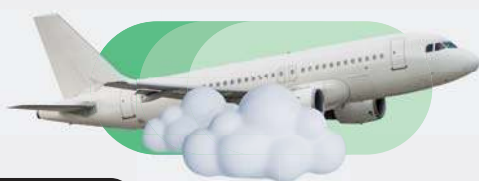
0011552418

AUTOPROMOCJA



Piąta strona świata

stronapodrozy.pl



REKLAMA

WÓJT GMINY SANOK woj. podkarpackie

Wójt Gminy Sanok informuje o wywieszeniu na tablicy ogłoszeń siedzibie Urzędu Gminy Sanok, w Sanoku ul. Kościuszki 23, wykazu lokalu użytkowego przeznaczonego do oddania w najem w trybie bezprzetargowym, lokal użytkowy składający się z jednego pokoju o powierzchni 12,60 m², mieszczący się w budynku na ul. Kościuszki 23 w Sanoku, położony w przyziemiu budynku po prawej stronie szybu windowego.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Sanok, w Sanoku ul. Kościuszki 23, pokój 402, tel. 134656574. Pełna treść wykazu dostępna jest na stronie internetowej Gminy Sanok i w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Sanok.

PIŁKA NOŻNA

Hiszpania i Belgia. La Furia Roja chce podtrzymać serię

Jakub Jabłoński

Dzisiaj dojdzie do pierwszego europejskiego hitu w ćwierćfinale mistrzostw świata. Hiszpania zmierzy się w Los Angeles z Belgią, która przed koncertowym występem przeciwko gospodarzom turnieju – USA – w 1/8 finału niemiłosiernie męczyła się z niższymi rywalami.

Hiszpania też się rozkręcała. Rozpoczęła turniej w Ameryce Północnej niepozornie, bo od sensacyjnego bezbramkowego remisu z debiutującą Republiką Zielonego Przylądka. La Furia Roja została zatrzymana przez 40-letniego Vozinhe. Następnie przyszedł już gładkie wygrane z Arabią Saudyjską (4:0) i Urugwajem (1:0). W fazie pucharowej podopieczni Luisa de la Fuente również utrzymywali się na zwycięskiej ścieżce: w 1/16 finału w imponującym stylu poradziła sobie z Austrią, a w późniejszym hicie pozabawili złudzeń samego Ronaldo...

Kluczowymi zawodnikami okazali się ci, którzy weszli na boisko z ławki rezerwowych. – Powiedziałem Merino, żeby grał tak jak zawsze. Jego rolą jest wspieranie pomocników i napastników. Miał pomóc nadać drużynie rytm i energię, których potrzebowała. Wpływ zawodników z ławki był mistrzowski, ale to dlatego, że mamy 26 zawodników na bardzo wysokim poziomie – mówił selekcjoner Hiszpanii o roli zmienników – Mikela Merino i Ferrana Torresa – którzy przyczynili się do awansu.

Co istotne, przed meczem z Belgią mistrzowie Europy nie stracili jeszcze ani jednego gola (!) w USA, Kanadzie i Meksyku. Czerwone Diabły z kolei na tym turnieju niemiłosiernie się męczyły i były dwukrotnie o krok od od-



Thibaut Courtois, bramkarz Belgów i Realu Madryt, doskonale zna hiszpańskich piłkarzy. Uważa, że jego zespół może pokonać Hiszpanię

padnięcia. Najpierw w fazie grupowej, gdy do ostatniej kolejki nie były pewne awansy do fazy pucharowej. Ostatecznie podopieczni Rudy'ego Garcii efektownie rozprawili się z Nową Zelandią, a następnie w 1/16 finału przeżyli dramatyczne chwile w starciu z Senegalem. Przegrywali 0:2 aż do 86. minuty, ale później wniebły sposób wrócili do meczu i po dogrywce zameldowali się w najlepszej szesnastce turnieju. W 1/8 finału Belgowie z niezwykłą łatwością poradziła sobie już z gospodarzami turnieju – USA.

Co łączy Belgię oraz Hiszpanię? Bramkarz reprezentacji z Beneluksu Thibaut Courtois, który doskonale zna hiszpańskich piłkarzy. Belg występował bowiem w Atlético Madryt, a od 2018 roku reprezentuje barwy Realu Madryt. Belgijski golkipier uważa, że jego zespół może sprawić niespodziankę i pokonać Hiszpanię na najważniejszej imprezie.

– Myślę, że mamy silny skład z atutami, które Hiszpania będzie musiała

wziąć pod uwagę. Na każdym turnieju zdarzają się niespodzianki i my możemy sprawić jedną z nich – podkreślił. – Mieszkam w Hiszpanii w sumie 11 lat, to oczywiście długi czas. Życie płynie tam nieco wolniej, a pogoda jest lepsza. Ale ostatecznie pozostaję Belgiem.

Hiszpania naturalnie tanio skóry nie sprzeda i podejdzie do meczu jako murowany faworyt. – Naszym celem jest nie tylko awans do półfinału. Chcemy wygrać mundial, a pierwszym krokiem będzie mecz z Belgią – zapowiadał krótko piłkarz FC Barcelony Dani Olmo na konferencji prasowej.

Drugi ćwierćfinał odbędzie się w Los Angeles na SoFi Stadium w piątek, 10 lipca. Początek od godziny 21:00. Sędzią spotkania, decyzją FIFA, będzie Anglik Michael Oliver. Transmisja dostępna na dwóch ogólnodostępnych kanałach: TVP 1 i TVP Sport. W internecie mecz można obejrzeć na stronie oraz w aplikacji sport.tvp.pl.

SIATKÓWKA

Polki pokonały Amerykanki w Lidze Narodów siatkarek na turnieju w Osace

Jacek Kmiecik

Reprezentacja Polski wygrała z drużyną USA 3:2 (20:25, 25:20, 25:23, 18:25, 15:12) na ostatnim turnieju fazy wstępnej Ligi Narodów siatkarek w Osace i jest już o krok od awansu do finałów VNL.

Pojedynek miał różne oblicza, zespoły miały też swoje lepsze i gorsze momenty, a zacięty i wyrównany był jedynie tie-break.

Pięć setów i zwrotów akcji

Biało-Czerwone po środkowej porażce z Turcją 1:3 przystąpiły do spotkania z Amerykankami nieco spięte. Po wyrównanym początku podopieczni Stefano Lavariniego oddały inicjatywę rywalom, które wygrały pierwszego seta 25:20.

Drugą odsłonę Polki zaczęły doskonale, doprowadzając do stanu 12:2. Potem Amerykanki odrobiły straty, dochodząc do wyniku 17:15. Na szczęście Paulina Damaske i Magdalena Stysiak wzięły sprawy w swoje ręce i zakończyły seta 25:20.

Na początku trzeciej partii Stysiak kontynuowała dobrą grę. Znakomicie w defensywie prezentowała się kapitan Aleksandra Szczygłowska. Polki grały pewnie i z dużym wyczuciem, utrzymując przewagę nad przeciwniczkami. W końcówce partii w kadrze zadebiutowała Julia Orzoł, zawodniczka Chemika Police. Lavarnini po kilku straconych punktach musiał poprosić o przerwę na żądanie (21:21). To pomogło. Pięknie akcje po kontrach zakończyły Damaske i Julita Piasecka (24:22). I to właśnie ta druga z przyjmujących zapewniła Polkom prowadzenie 2:1.

Polki mogły zakończyć spotkanie w czterech setach, ale prowadząc 10:5 oddały inicjatywę i straciły siedem punktów z rzędu. Przewaga siatkarek Stanów Zjednoczonych była już później wyraźna, a Biało-Czerwone popełniały zbyt dużo błędów, by dogonić rywalki.

Decydujący set zaczął się od kilku autowych ataków Polek, ale przeciwniczki tego nie wykorzystały, choć prowadziły już 7:4. Ważne punkty zdobyła Damaske, która zastąpiła Monikę Lampkowską, także Stysiak nie wstrzymywała ręki w ataku. Polki zdobyły pięć kolejnych punktów i objęły prowadzenie 12:9. Trzy ostatnie akcje to popis Piaseckiej, która była nie do zatrzymania w ataku.

Niezawodna Stysiak

Najwięcej punktów dla Polski zdobyły w czwartek Stysiak (34) i Piasecka (25); dla USA – Simone Lee Wank (16).

– Jestem szczęśliwa i dumna. Zawsze z Amerykankami jest trudno. Mają świetną obronę. Wiemy, że potrzebujemy punktów, aby zagrać w finałach – skomentowała Stysiak.

Biało-Czerwone po wygranej 3:2 z Amerykankami są już bardzo blisko awansu do turnieju finałowego. W ubiegłym roku siedem zwycięstw wystarczyło do tego, by wziąć udział w decydującej fazie rozgrywek.

W Osace Polki zagrają jeszcze z Brazylijkami (piątek, 10 lipca, godzina 12.20) oraz Japonkami (niedziela 12 lipca, godzina 12.20).

Do turnieju finałowego, który odbędzie się w Makau w dniach 22-26 lipca, awans wywalczy siedem najlepszych reprezentacji po fazie zasadniczej i gospodynie, czyli Chinki.

PIŁKA NOŻNA

Gwiazdy dadzą koncert wszech czasów w finale mundialu. FIFA odkryła karty

Jakub Jabłoński

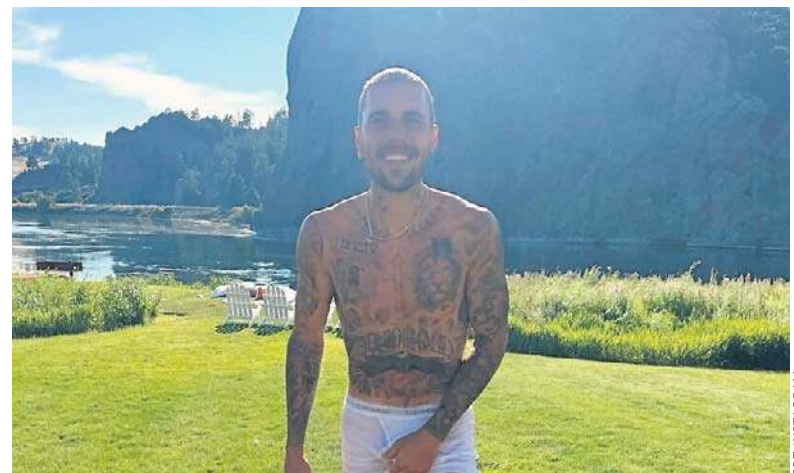
Poznaliśmy kolejną gwiazdę muzyczną, która uświetni nam wielki finał mistrzostw świata 2026. Do grona artystów występujących w przerwie meczu dołączy Justin Bieber.

Kanadyjski wokalista pojawi się na scenie obok Burna Boya, Ma-

donny, Shakiry oraz koreańskiego zespołu BTS.

Szef FIFA Gianni Infantino niezwykle cieszy się z tego przedsięwzięcia i zapowiada wydarzenie w przerwie najważniejszego meczu turnieju z wielką pompą. Według niego ma to być „największa scena wszech czasów”. Koncert, w którym wystąpi również gwiazdorski dyrygent, Wenezuelczyk Gustavo Dudamel, potrwa około 11 minut.

Przepisy FIFA stanowią, że przerwa nie powinna przekraczać 15 minut. Oczekuje się, że ta informacja rozwieje obawy podsycane spekulacjami, że koncert może trwać do 25 minut. Są one uzasadnione, gdyż podczas zeszłorocznego finału Klubowych Mistrzostw Świata na tym samym stadionie przerwa trwała nieco ponad 24 minuty, aby umożliwić podobny występ.



Justin Bieber pojawi się na scenie obok Burna Boya, Madonny, Shakiry oraz koreańskiego zespołu BTS

KOSZYKÓWKA | 1 LIGA MĘŻCZYZN | ROZMOWA

W grę wchodziła tylko gra w Resovii

Oleksandr Mishula wraca na parkiet po ciężkiej kontuzji kolana, która wyeliminowała go z gry na wiele miesięcy. Ukraiński zawodnik zapewnia, że czuje się dobrze i już teraz ciężko pracuje, by być w jak najlepszej formie

Michał Czajka

- Liczyłem na to, iż wrócę na parkiet w drugiej połowie sezonu 2025/2026 - mówi zawodnik Resovii Oleksandr Mishula.

Z powodu kontuzji w ogóle nie zagrałeś w sezonie 2025/2026 - spodziewałeś się, że twoja przerwa potrwa aż tak długo?

Nie, w ogóle nie brałem tego pod uwagę. Zdaję sobie sprawę z tego, że czas leczenia i rehabilitacji po kontuzji jest dla każdego inny, ale byłem tak skoncentrowany na szybkich rezultatach leczenia, że naprawdę liczyłem na to, iż wrócę na parkiet w drugiej połowie sezonu 2025/2026.

Były jednak takie momenty, w których wierzyłeś, że ta przymusowa przerwa może potrwać krócej?

Oczywiście - tak bywało zawsze, kiedy robiłem postępy w ćwiczeniach albo rehabilitacji. Wtedy próbowałem np. przyspieszenia albo skakania i zdawałem sobie sprawę z tego, że niestety moje kolano nie jest jeszcze w pełni gotowe do gry.

Teraz wszystko jest w porządku i czujesz, że jesteś w dobrej formie?

Czuję się naprawdę dobrze i już teraz bardzo ciężko pracuję nad tym, by być w jak najlepszej formie.

Ponownie zagrasz w barwach Resovii. Brałeś



Nie, nie uważam, że poprzedni sezon powinien być traktowany jako rozczarowanie. Oczywiście zgadzam się z tym, że Resovia miała w jego trakcie wloty i upadki. Rzeszowski zespół doświadczył również kilku bolesnych porażek na początku rozgrywek, które później kosztowały go miejsce w fazie play-off. Jednak patrząc na całokształt, zespół zagrał dużo naprawdę dobrych meczów i uważam, że przy odrobinie szczęścia, zwłaszcza w tych kluczowych momentach, Resovia mogła nawet zakończyć sezon w czołowej szóstce.

W takim razie w nowym sezonie głównym celem musi być awans do upragnionej fazy play-off.

Cóż... Głównym celem na nowy sezon tak jak zwykle będzie wygrać tak wiele meczów jak to możliwe i walczyć o każde kolejne zwycięstwo.

Oleksandr Mishula pojawił się w zespole Resovii w trakcie sezonu 2024/2025 i w pełni przyczynił się wtedy do utrzymania rzeszowskiej drużyny na 1-ligowym poziomie. Zagrał w 15 meczach resoviaków, w których rzucił średnio 23,9 punktu oraz zaliczył 3,3 zbiórki i 2 asysty. 34-letni Ukraińczyk gra na pozycji rozgrywającego lub rzucającego. Niestety w minionym sezonie nie mógł wystąpić w żadnym spotkaniu z powodu kontuzji kolana, której uległ jeszcze w końcówce rozgrywek 2024/2025. Konieczna była operacja i powrót będzie możliwy dopiero teraz.

©©

Oleksandr Mishula w sezonie 2024/2025 dał się poznać jako świetny gracz - jak zaprezentuje się teraz?

w ogóle pod uwagę jakieś inne opcje?

Miałem operację w Rzeszowie i potem rehabilitację, przy której bardzo dużo pomógł mi klub. Od dawna mamy już umowę z prezesem rzeszowskiego klubu, więc odpowiadając na twoje pytanie - nie, nie brałem w ogóle pod uwagę żadnej innej opcji niż pozostanie w Resovii.

Przed nami nowy sezon, ale i diametralnie inny zespół Resovii - znasz zawodni-

ków, z którymi teraz będziesz grał?

W zeszłym sezonie widziałem wszystkie mecze Resovii, więc znam zawodników. Wielu z nich znam również jeszcze z sezonu 2024/2025. Uważam, że teraz będziemy mieli bardzo dobry i doświadczony zespół.

W Resovii pojawił się nowy trener - miałeś już okazję z nim porozmawiać; wiesz jaki będzie miał pomysł na ciebie?

Tak, trener zadzwonił do mnie niedługo po tym, jak został oficjalnie przedstawiony. Podczas naszej rozmowy przedyskutowaliśmy pomysły na zespół, moją w nim rolę i ogólnie rozmawialiśmy o planie na nowy sezon.

Czy myślisz, że poprzedni sezon dla Resovii może być uznany za rozczarowujący? Po raz kolejny bowiem rzeszowski zespół nie zdołał zakwalifikować się do fazy play-off.

PIŁKA NOŻNA

Wisłoka sparowała z Pogonią-Sokołem; beniaminek 4. ligi już trenuje

Tomasz Ryzner, Tomasz Paryś

W środę Wisłoka zagrała kolejny sparing; rywalem był ligowy przeciwnik z Lubaczowa. Przygotowania do sezonu rozpoczęła Pogoń Leżajsk.

WISŁOKA DĘBICA - POGOŃ SOKÓŁ LUBACZÓW 1:1 (0:1)

Bramki: Feret - testowany.

Kacper Grzesik, trener lubaczowian, testował w Dębicy ośmiu zawodników. Jeden z nich zdobył

bramkę po tym, gdy Wisłoka straciła piłkę na swojej połowie.

Gola dla Wisłoki zdobył Szymon Feret, który najlepiej odnalazł się w polu karnym lubaczowian po rzucie rożnym. - Jeśli chodzi o testowanych, pojawiło się ich na boisku siedmiu. Z kilkoma jesteśmy po rozmowach, ale teraz trzeba dojść do porozumienia z ich klubami - mówił Bartosz Zołotar, coach Wisłoki, który w nowym sezonie nadal będzie miał w zespole Karola Czuchrę, bocznego pomocnika, który właśnie

przedłużył umowę z macierzystym klubem.

Kilka godzin przed sparingiem Pogoń Sokół poinformował o pozyskaniu Dawida Czernego, 18-letniego golkipera, zawodnika Broni Radom, który w minionym sezonie w rozegrał komplet 34 spotkań Betclic 3 Lidze. Dawid podpisał dwuletnią umowę z opcją przedłużenia o rok. Jednocześnie klub z Lubaczowa ogłosił, że żegna się z Adrianem Kostrzewskim. Wcześniej umowę z Pogonią Sokołem podpi-

sał Kajetan Nowak, 19-letni defensywny pomocnik, wychowanek Akademii Lecha Poznań, ostatnio zawodnik Unii Swarzędz. W poprzednim sezonie zaliczył 27 spotkań w 3. lidze, zdobył trzy bramki, do czego dołożył dwie asysty. spędzając na boisku ponad 1300 minut. Podpisał kontrakt w formule 1+1.

Tymczasem przygotowania do sezonu rozpoczął już beniaminek 4. ligi Pogoń Leżajsk. Na pierwszym treningu pojawiło się 20 zawodników, którzy przed rozpoczę-

ciem ćwiczeń złożyli gratulacje Jakowi Flisowi z okazji narodzin dziecka.

Wśród obecnych na pierwszych zajęciach zawodników było czterech testowanych piłkarzy. Wiadomo, że w nowym sezonie w niebiesko-żółto-czerwonych barwach nie zobaczymy: Adama Zacharyasza, Kacpra Kisielewicz, Jakuba Szpili, Krystiana Głodowskiego oraz Radosława Chmury. Pierwszy sparing Pogoń zagra 18 lipca z Ładą Biłgoraj. ©©

Sport

ŻUŻEL | METALKAS 2. EKSTRALIGA.

Mecz o być w play-off! Żurawie kontra Rekiny

Marek Bluj

W niedzielę żużlowcy Dakar Development Stali Rzeszów zmierzą się z Innpro ROW-em Rybnik. To strasznie ważne starcie w rywalizacji o pierwszą czwórkę sezonu i jazdę w fazie play-off. Stalowców zadowolili wyłącznie zwycięstwo, najlepiej za trzy punkty. Muszą pojechać świetny mecz, by pokonać Rekiny.

Stal ma 10 punktów na koncie i zajmuje piąte miejsce w tabeli Metalkas 2. Ekstraligi. ROW zgromadził 12 i jest czwarty. Oba zespoły muszą gonić znajdującą się na medalowych pozycjach Polonię Bydgoszcz. Orła Łódź i PSŻ Poznań, przy czym Bydgoszczanie są już poza zasięgiem wszystkich. Nawet zamykające stawkę Cellfast Wilki Krosno marzą jeszcze o czołowej czwórce. Bez dyskusji, pojedynek przy H69 urasta do miana jednego z najważniejszych meczów nie tylko rundy zasadniczej sezonu. Zwycięzca zrobi ważny krok do play-off.

Sytuację i plany gospodarzy bardzo mocno skomplikowało zawieszenie przez rodzimą federację Rasmusa Jensena, lidera drużyny. W związku z tym w awizowanym składzie



FOT. H69 SPEEDWAY SA / FACEBOOK

Żużlowcy rzeszowskiej drużyny, aby pokonać mocną i wyrównaną ekipę rybnickiego ROW-u muszą pojechać na maksimum swoich możliwości. Zapowiada się emocjonujące widowisko i twarda jazda

w miejsce Duńczyka znalazł się Krzysztof Sadurski. Dodatkowy ciężar walki muszą wziąć na swoje barki pozostali zawodnicy. Krzysztof Kasprzak - Bez Rasmusa siła drużyny Stali na pewno znacząco spada. Sytuacja jest ciężka. Cóż zrobić? Wiem, że klub działa w jego sprawie, będzie to trudne zadanie. W każdym meczu będzie ciężko. Jeżeli chodzi o ligę, to

bardzo wiele może się jeszcze wydarzyć. To najciekawsza liga od lat. Oprócz Polonii Bydgoszcz, którą mało kto może pokonać, to myślę, że w innych meczach każdy z każdym jest w stanie wygrać. Niewątpliwie dla układu tabeli bardzo istotny mecz odbędzie się w niedzielę, w którym Stal zmierzy się z Rybnikiem. Wielu menedżerów, trenerów będzie patrzeć

na to, co wydarzy się w Rzeszowie - twierdzi Paweł Piskorz, menedżer szóstej w klasyfikacji (10 pkt.) Polonii Piła, były menedżer Stali, który wybiera się na rzeszowski stadion i będzie dopingował Stal.

Liderem gości jest Czech Jan Kvech. W sobotę wystartuje on na torze w Malilli, w Grand Prix Szwecji. W dobrej dyspozycji znajduje się Ja-

kub Jamróg, który lubi startować w Rzeszowie. Rekiny wyraźnie się ożywiły, kiedy w połowie maja dołączył do nich Nicolai Klindt, który w tamtym roku bronił barw Stali. Ważne punkty zdobywa Patryk Wojdyło, wychowanek Stali. Do tego dochodzą dobrzy juniorzy. Nie można zapominać o szybkim na starcie i trasie Jesperze Knudsenie. Rybniczanie po słabszym początku, poukładali swoją jazdę. Stal stanie przed niezwykle trudnym wyzwaniem. W sobotę wszyscy jej zawodnicy będą na akcji kibiców i klubu, na stadionie (godz. 9-14) „Oddajemy krew bez hamulców”. Każdy kto pomoże potrzebującym, wróci z biletem na niedzielne starcie.

DAKAR DEVELOPMENT STAL RZESZÓW - INNPRO ROW RYBNIK

Stal: 9. Mateusz Szczepaniak; 10. Joshua Pickering; 11. Francis Gusts; 12. Krzysztof Sadurski; 13. Oskar Fajfer; 14. Adrian Przybyło; 15. Franciszek Majewski. Menedżer Krzysztof Kasprzak.

ROW: 1. Nicolai Klindt, 2. Patryk Wojdyło, 3. Jakub Jamróg, 4. Jesper Knudsen, 5. Jan Kvech, 6. Jakub Żurek, 7. Kacper Tkocz. Trener Robert Mikołajczak.

Rzeszów, niedziela, 12.07, godz. 14. Sędzia Artur Kuśmierz. **W pierwszym meczu** 47:42 wygrał ROW. Na żywo: Canal+ Sport 5.

W drugim meczu: Polonia Bydgoszcz - Moonfin Magnus Ostrów (n. 15.15); **w rozegranych już meczach 11. kolejki:** Polonia Piła - Cellfast Wilki Krosno 40:49; Orzeł Łódź - PSŻ Poznań 51:39. © ©

SPORTOWY ROZKŁAD JAZDY

Będzie coraz więcej sparingów

Michał Czajka

Ligowych emocji jeszcze jak na lekarstwo, ale piłkarze grają coraz więcej sparingów. Będzie też kilka ciekawych wydarzeń biegowych i boks.

BIEGI

Charytatywny Bieg dla Krystianka (n. 10; w Dwerniku). Głogowski Potwór (n. 10; w Zabaje). II Galicyjska 10 (n. 10; w Urzejowicach).

BOKS

Bitwa o Dziedziniec III (s. 11; w Mielcu).

PIŁKA NOŻNA

Sparingi: GKS Katowice - Stal Rzeszów (s. 16, w Katowicach); Stal Mielec - Puszcza Niepołomice (s. 11, w Mielcu); Korona II Kielce - Resovia (s. 10, w Kielcach); Stal Stalowa

Wola - Avia Świdnik (s. 11, w Stalowej Woli); Sokół Kolbuszowa Dolna - JKS Jarosław (s. 11, w Kolbuszowej Dolnej); Wisłoka Dębica - Siarka Tarnobrzeg (s. 10, w Dębicy); Błękitni Ropczyce - Radomyślanka Radomyśl Wielki (s. 11); Wolania Wola Rzędzińska - Igloopol Dębica (s. 10.30, w Woli Rzędzińskiej); Włóknarz Rakszawa - Stal Łańcut (s. 10, w Rakszawie); Tomasovia Tomaszów Lubelski - KS Wiązownica; Pogon-Sokół II Lubaczów - Błazowianka Błazowa; Pogoń-Sokół Lubaczów - Hutnik Kraków (godziny w trakcie ustalania).

TRIATHLON

IX Triathlon Sokoła (s. 10.30; w Sokołowie Małopolskim).

ŻUŻEL

Metalkas 2. Ekstraliga: Dakar Development Stal Rzeszów - Innpro ROW Rybnik (n. 14). © ©

TRIATHLON | NASZ PATRONAT

Ignaczak zaprasza na Triathlon Sokoła

Tomasz Ryzner

Nad Zalewem Turza w Sokołowie Małopolskim odbędzie się w sobotę IX Triathlon Sokoła. W jednej z konkurencji wystartuje m.in. Krzysztof Ignaczak, legenda siatkówki.

Triathloniści powalczą na dystansie sprinterskim 750 m pływania, 20 km jazdy rowerem i 5 km biegu. Przed rokiem rywalizowało 119 zawodników. Najlepsi okazali się Anna Twardowska z Rzeszowa i Maciej Brzyski z Krakowa.

Dodatkową atrakcją 9. edycji będzie obecność wyjątkowego gościa specjalnego - w Sokołowie Małopolskim pojawi się Krzysztof Ignaczak - mistrz świata, olimpijczyk, jedna z legend polskiej siatkówki. „Igå” zapowiedział, że weźmie udział w jednej z konkurencji. Start zawodów zaplanowano na 11:00.



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Na początek triathloniści popłyną w Sokołowie na dystansie 750 m

- Triathlon Sokoła to jedna ze sztandarowych imprez sportowych organizowanych przez nasz ośrodek i jedno z największych wydarzeń tego typu w regionie. Uczestnicy wysoko oceniają organizację, atmosferę i trasę zawodów. Wielu żartuje, że w Sokołowie zawsze zamykamy dobrą pogodę. Zachęcam

do aktywnego udziału, ale także do kibicowania zawodnikom - mówi Tomasz Dec, dyrektor Miejsko Gminnego Ośrodka Kultury, Sportu i Rekreacji.

Zgłoszenia do triathlonu będą też możliwe w sobotę w biurze zawodów. Partnerem imprezy jest Województwo Podkarpackie. © ©