DZIŚ W SPORCIE

ZMARZLIK I WORYNA NA PODIUM IMP

ŻUŻLOWCY MOTORU ZE SREBREM I BRĄZEM, A ZŁOTO MA JANOWSKI

Nr ISSN 2353-6136
Nr indeksu 50-32X

www.kurierlubelski.pl

Nr 97 (18.273) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Poniedziałek, 17.08.2026

69 lat

kurier lubelski

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Lublin

Robot ratuje płuca. Wykonał już ponad 130 operacji

Robot pomaga lekarzom usuwać nowotwory płuc, guzy śródpiersia i wykonuje inne skomplikowane zabiegi

– Str. 3

Lublin

Zimą jest lodowisko, a przez większość roku „betonoza”

Dla sportowców uprawiających zimowe dyscypliny to jest duży problem. Czy Icemania może działać dłużej?

– Str. 4

Droga przeorana przez ciągnik. Rolnik orze tam, gdzie (nie) może. A potem trafia do aresztu

– Str. 9

Wyjątkowi czy tylko inni? Zaskakujące fakty o leworęczności. Jeszcze do niedawna była piętnowana, obecnie już nikogo nie dziwi

– Str. 12



FOT. FREEPIIK

Wypadek

W katastrofie autokaru zginęło dwanaście osób

Jakub Sarek

Do wypadku polskiego autokaru doszło w niedzielę w nocy na Węgrzech. Zginęło 12 osób, a co najmniej 10 zostało poważnie rannych. Jak ustalił portal nowiny24.pl, autokar kilka dni wcześniej wyruszył z Podkarpacia do Medjugorie. Teraz pielgrzymi wracali do kraju.

Autokarem podróżowało 59 polskich obywateli. Według węgierskiej policji pojazd zjechał z autostrady, wpadł do przydrożnego rowu i przewrócił się. Podkarpacki Urząd Wojewódzki potwierdził, że to była pielgrzymka z Podkarpacia.

– Str. 6



FOT. PAP/EPA

Lublin

Ratusz nie rezygnuje z inwestycji na Sławinie i skupuje nieruchomości

Jakub Sarek

– Nie rezygnujemy z budowy nowego cmentarza komunalnego przy ulicy Zelwerowicza – usłyszeliśmy w ratuszu. Inwestycja jest uwzględniona w projekcie Planu Ogólnego, ale kiedy ruszy? Tego nie wiadomo.

To jedna z największych planowanych inwestycji budowlanych w Lublinie. Chodzi o nowy cmentarz komunalny na Sławinie (tuż przy granicy z Czechowem), u zbiegu ul. Zelwerowicza i Bohaterów Września.

Jak pisaliśmy w „Kurierze” w lipcu 2023 r., ratusz unieważnił ostatni przetarg na projekt nekropolii. Tę decyzję argumentował chęcią samodzielnego przygotowania projektu koncepcyjnego cmentarza i przeprowadzenia nad nim konsultacji społecznych. Kolejne lata mijają, a o cmentarzu nic nie słychać. Ratusz, który wcześniej planami nowej nekropolii często dzielił się z dziennikarzami i mieszkańcami, o postępach przy powstawaniu inwestycji ostatnio wcale nie informuje. Zapadła – nomen omen – cmentarna cisza w tej sprawie. Zapytaliśmy zatem, na jakim etapie jest to zadanie.

– Plany budowy nowego cmentarza komunalnego pozostają aktualne i są sukcesywnie realizowane. Inwestycja jest uwzględniona zarówno w obowiązujących dokumentach planistycznych, jak i w projekcie Planu Ogólnego Miasta Lublin, w którym teren przeznaczono pod funkcję cmentarza. Obecnie prowadzimy działania związane z pozyskiwaniem nieruchomości niezbędnych do realizacji tego przedsięwzięcia. Miasto dysponuje już ponad 15-hektarowym terenem przeznaczonym pod przyszłą nekropolię – przekazała „Kurierowi” Monika Głazik z biura prasowego ratusza.

Jesienią 2022 r. magistrat zaprezentował wstępną koncepcję programowo-przestrzenną. Zgodnie z nią cały kompleks cmentarny miałby zajmować 62 hektary i pomieścić 120 tysięcy pochówków.

Miejsce do grzebania objęłoby teren o powierzchni 41 ha (zlokalizowany na wzniesieniach). Część o charakterze parkowym to 14 ha leżących w suchej dolinie i na jej zboczach. Zadanie ma być podzielone na trzy etapy.

– Str. 3

eprasa.pl 10e5118778

POLECAMY

Środa: Dla nich zarobki powyżej 15 tys. zł to standard. Rośnie popyt na tych fachowców

17.08.2026
Poniedziałek

Imieniny obchodzą: Jacek, Anita
Telefon alarmowy: 112

KURIER LUBELSKI

Redaktor naczelny
Krzysztof Nowacki
Z-ca redaktora naczelnego
Marek Podgajny
Wydawcy
Barbara Woźnica
Marek Podgajny

www.kurierlubelski.pl

Polska Press
Makroregion Wschód
Redakcja Krakowskie Przedmieście 10/1
20-002 Lublin, tel. 81 44-62-800
redakcja@kurierlubelski.pl
Prezes Makroregionu
Aureliusz Mikos
Dyrektor reklamy
Karolina Rudnicka
Biuro reklamy oddziału
tel. 504 058 040
reklama@kurierlubelski.pl
Druk
Drukarnia ZPR Media S.A.
04-190 Warszawa
ul. Jubilerska 10

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
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy
Elżbieta Żuraw
Redaktor naczelny Polska Press Grupy
Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG
Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG
biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

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

PISALIŚMY W „KURIERZE"

17 sierpnia 2011 r. Teściowa na liście, a Doda twarzą Palikota

Janusz Palikot ma nadzieję, że twarzą jego kampanii zostanie Doda, jedna z najbardziej elektryzujących postaci polskiego show-biznesu. Wszystko zależy jednak od decyzji piosenkarki. W oczekiwaniu na nią Palikot prezentuje kandydatów, których wystawia w zaplanowanych na 9 października wyborach parlamentarnych. W powiecie lubelskim stawia na mało znane twarze, na zachodzie Polski szansę daje własnej teściowej.

Ostatecznie, w okręgu nr 6 (lubelskim) otrzymali poparcie w wysokości 11,77 proc. i dwa poselskie mandaty (trafiły do Zofii Popiołek i Michała Kabacińskiego). W okręgu nr 7 (chełmsko-zamojskim) zagłosowało na nich 12,05 proc. uprawnionych, co pozwoliło na zgarnięcie jednego mandatu dla Marka Poznańskiego. JS

KALENDARIUM

1431
Krzyżacy wypowiedzieli Polsce wojnę i najechali trzema grupami ziemię dobrzyńską, Kujawy i Krajnę.

1943
Alianckie lotnictwo zbombardowało niemiecki poligon rakietowy w Peenemünde na wyspie Uznam, gdzie pracowano nad rakietami V-1 i V-2.

1989
Powstała koalicja OKP-SD-ZSL. Tadeusz Mazowiecki został zgłoszony na kandydata na premiera.

1998
W wypadku samochodowym zginęli mistrzowie olimpijscy w lekkoatletyce: kulomiot Władysław Komar i tyczkarz Tadeusz Ślusarski.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Kurier Lubelski"

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

POGODA

dziś
22°C/14°C

jutro
20°C/12°C

Krzysztof Cugowski: Jesteśmy bezradni wobec sił przyrody



Susza, powódź, gwałtowna burza. Jeżeli chodzi o siły przyrody, to w rzeczywistości jesteśmy bezradni. Za każdym razem, gdy pojawia się żywioł, mamy tego dowód – pisze Krzysztof Cugowski.

Co prawda bolszewicy, jak to zawsze oni, próbowali zmieniać wiele rzeczy, ale to było przysłowiowe zawracanie kijem Wisły. Wykonali parę szaleńczych ruchów, ale te różne eksperymenty kończyły się wiadomym skutkiem. Kompleta katastrofa ekologiczna.

Najlepszym przykładem jak jesteśmy „sprawczy" jest podbój kosmosu. Tutaj widać doskonale naszą bezradność. Jedynym obiektem w naszym polu jest księżyc, ziemska satelita. Tylko w tym przypadku możemy pozwolić sobie na eksperymenty. Czytałem, że na Marsa dolecieć by się i dało, ale z powrotem już jest gorzej. Oczywiście podbój księżyca związany jest z poszukiwaniem rzadkich metali. Każde państwo, które ma możliwość wysyłania rakiet o tym myśli. Tylko ten podbój też nie jest zaawansowany.

Teleskop Webba wysadził w powietrze nasze wyobrażenia o wszechświecie. Teraz naukowcy zastanawiają się co z tym wszystkim zrobić, aby tylko nie zburzyć obowiązujących doktryn. Ale to co wiedzieliśmy do tej pory możemy w zasadzie wsadzić sobie w buty.

Ale co tam kosmos. Człowiek na dobrą sprawę nawet matki Ziemi nie zna. Są na świecie regiony kompletnie niezbadane. Nie mamy też wiedzy o minionych cywilizacjach jak np. Inków. Nie wiemy jak się rozwinęła ich kultura i dlaczego nagle zgasła. A przecież w naszej historii takich boomów nie było dużo. Właściwie dopiero od początku XIX wieku mamy taki progres.

Człowiek jest zadufany w sobie. Wydaje nam się, że wszystko już wiemy, a my nic nie wiemy. Zajmujemy się rzeczami bzdurnymi, które dla ludzkości nie mają żadnego znaczenia. Dopiero gdy zdarzają się jakieś nieszczęścia, to zdajemy sobie sprawę ze swojego położenia.



FOT. 123RF.COM

Człowiek jest zadufany w sobie. Wydaje nam się, że wszystko już wiemy, a my nic nie wiemy

PRZYRODA

Walkę z szarańczą rozpoczynają dziś satelity

Grzegorz Tabasz

Oglądałem w Zwierzyńcu pamiątkowy postument poświęcony wygranej batalii z szarańczą w dawnej Rzeczpospolitej w sierpniu 1711 roku. Najazd odparto z trudem, gdyż dorosłe owady i ich jaja zbierano ręcznie i niszczono w ogniu.

Wedle inskrypcji na pomniku „użyto do tego robocizny pieszej dni 14 000". O pestycydach czy innej chemii nawet nikt nie marzył. Jeśli roje szarańczy, która przypomina powiększonego do dziesięciu centymetrów konika polnego, były zbyt liczne, ludzie tracili plony i marli z głodu.

W XXI w. do walki z szarańczą zaprzęgnięto satelity. Z orbity można wyśledzić zaczątki stada, tempo rozrodu i szybko reagować nim owady ruszą w makabryczną wędrówkę.

Jest o co powalczyć. Rój szarańczy, który zajmuje tylko jeden kilometr kwadratowy, liczy przynajmniej kilkadziesiąt milionów owadów. W ciągu doby mogą one pożreć zielone plony wystarczające na posiłek dla trzydziestu pięciu tysięcy osób. A to tylko stado przeciętnej wielkości. Bywają wielokroć liczniejsze hordy. Jak widać, od czasów biblijnej plagi zesłanej przez Boga na niepokornych Egipcjan, niewiele się zmieniło. Szarańcza wciąż jest groźna i jak dawniej pozostawia po sobie ziemię pozbawioną śladów zieleni.

eprasa.pl 10e5118778

LUBLIN

Robot ratuje płuca. Wykonał już ponad 130 operacji

Adrianna Romanek

Jeszcze niedawno takie operacje należały do rzadkości. Dziś w szpitalu przy Al. Kraśnickiej robot chirurgiczny pomaga lekarzom usuwać nowotwory płuc, guzy śródpiersia i wykonuje inne skomplikowane zabiegi.



FOT. SZPITAL WOJEWÓDZKI

W Centrum Edukacyjnym Robotyki Operacyjnej największą grupę leczonych stanowili chorzy z nowotworami płuc

Od momentu rozszerzenia działalności Centrum Edukacyjnego Robotyki Operacyjnej o torakochirurgię, w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Lublinie wykonano już 130 zabiegów z wykorzystaniem systemów chirurgii robotycznej. Dzięki temu ośrodek stał się liderem w makroregionie, osiągając wyniki ponad dwukrotnie lepsze niż inne placówki prowadzące podobne leczenie.

Największą grupę leczonych stanowili chorzy z nowotworami płuc, wymagający radykalnego leczenia operacyjnego. W ciągu ostatniego roku zespół przeprowadził 120 lobektomii, czyli zabiegów polegających na usunięciu płata płuca wraz z guzem i okolicznymi węzłami chłonnymi.

Miniony rok przyniósł także realizację procedur, które należą do najbardziej innowacyjnych osiągnięć polskiej torakochirurgii robotycznej. Jedną z nich była pneumonektomia robotyczna przeprowadzona przez dr. n. med. Mariusza Kędrę. Zabieg polegał na usunięciu całego płuca u 73-letniej pacjentki, u której położenie guza uniemożliwiało zastosowanie bardziej oszczędzającej metody leczenia

- Wprowadzenie techniki robotycznej w torakochirurgii pozwala zminimalizować dolegliwości bólowe u pacjentów, zmniejsza ryzyko powikłań i istotnie skraca czas pobytu w szpitalu. W wielu przypadkach umożliwia leczenie osób, które ze względu na obciążenia nie mogłyby zostać zoperowane metodą tradycyjną - mówi dr Kędra.

Średni czas hospitalizacji po operacjach wycięcia płata płuca wynosi obecnie około trzech dni, a część pacjentów opuszcza placówkę już w drugiej dobie od zabiegu. Dla porównania, w przypadku klasycznych operacji otwartych, wypis następuje zazwyczaj po 8-10 dniach.

- Konsekwentnie rozwijamy ofertę medyczną Centrum Edukacyjnego Robotyki Operacyjnej. Dobre wyniki leczenia oraz wysokie kwalifikacje zespołu operacyjnego potwierdzają, że inwestycja w nowoczesne technologie przekłada się na wymierne korzyści dla pacjentów z naszego regionu - podsumowuje Piotr Matej, dyrektor szpitala.

LUBLIN

Planowana nowa nekropolia ma zaspokoić potrzeby miasta na 55 lat

Dokończenie ze str. 1

Zapytaliśmy w magistracie kiedy mogłyby ruszyć pierwsze roboty budowlane na terenie, gdzie zaplanowano nowy cmentarz.

- Obecnie trwają prace związane z pozyskiwaniem kolejnych nieruchomości pod nową nekropolię. Po zakończeniu tego procesu będzie można ostatecznie określić wielkość terenu przeznaczonego pod cmentarz, dalszy harmonogram prac koncepcyjnych i termin ewentualnych konsultacji społecznych – tłumaczy Monika Głazik z ratusza.

Jak podawali wcześniej urzędnicy, nowa nekropolia na granicy Sławina i Czechowa zaspokoi potrzeby Lublina na kolejnych 55 lat.

- Wejście główne na nowy cmentarz wraz z placem zostanie zaprojektowane od strony wschodniej. Przy wyjściu powstanie strefa zaplecza gospodarczego i administracyjnego dostępna od zewnątrz oraz pawilon handlowy, w którym znajdą się kwiaciarnie i usługi pogrzebowe. Na cmentarzu, w wyeksponowanym punkcie, powinien zostać zaprojektowany dom pogrzebowy, z dwiema salami pożegnań. Naprzeciwko domu pogrzebowego przewidziano również trójkątny teren pod budowę kaplicy o podobnej wysokości – opisywał przed paru laty ratusz.

Aktualnie w Lublinie znajdują się dwa komunalne cmentarze: przy ul. Białej (tam możliwe są tylko tzw. dochówki do istniejących już grobów rodzinnych) oraz przy Drodze Męczenników Majdanka.

- Na tym ostatnim dostępnych jest około 2100 miejsc pod groby murowane przeznaczone do tradycyjnych pochówków. Dodatkowo pozostaje około 270 wolnych miejsc w grobach urnowych oraz około 750 wolnych nisz w kolumbarium, z których każda może pomieścić do czterech urn - podaje Głazik.

Według urzędników przy obecnym poziomie zapotrzebowania na pochówki tradycyjne, miejsc na nekropolii na Majdanku powinno wystarczyć na około 10 lat.

- Należy jednak uwzględnić rosnący udział pochówków urnowych, które stanowią już ponad 40 proc. wszystkich pochówków – zarówno dochowań do istniejących grobów, jak i pochówków w kolumbariach. W związku z tym rzeczywista rezerwa może być sporo większa – zastrzega Głazik.

Obecnie w Lublinie znajdują się cmentarze o łącznej powierzchni ponad 90 ha, oprócz wspomnianych dwóch komunalnych także cmentarze wyznaniowe (lub zespoły cmentarzy) przy ul. Lipowej, Unickiej, Głusk, Zemborzyckiej, Kalinowszczyzna, Ewangelickiej, Walecznych, Bazylianówka.

REKLAMA 0011550896



eprasa.pl 10e5118778

LUBLIN

Zimą jest lodowisko, a przez większość roku „betonoza". Czy Icemania może działać dłużej?

Kamil Wojdat

Rusza w październiku, a kończy się w marcu. Tak działa lodowisko na Icemanii. Dla sportowców uprawiających zimowe dyscypliny to problem. Czy lodowisko może być czynne dłużej, tak jak w innych polskich miastach?

– Przez lata rozmawialiśmy z wieloma prezesami MOSiR-u „Bystrzyca" i wielokrotnie słyszeliśmy od kierownictwa obiektu, że największym problemem lodowiska jest południowa, przeszklona fasada budynku. Faktem jest, że obiekt powstał w ekspresowym tempie, gdy hala Globus przestała pełnić funkcję lodowiska. Trudno dziś ocenić, kto podjął decyzję o wykonaniu południowej elewacji ze szkła, które w słoneczne dni znacząco się nagrzewa. Nie oznacza to jednak, że sezon lodowy musi kończyć się tak wcześnie. Przykład Białegostoku (tu sezon rusza 6 sierpnia – przyp. red.), gdzie są nawet dwie ściany ze szkła, pokazuje, że odpowiednie rozwiązania techniczne pozwalają na funkcjonowanie lodowiska nawet przy znacznie większych przeszkleniach – mówi nam Tomasz Janowski, prezes Lubelskiego Klubu Hokejowego.

Problemem w wydłużeniu działalności Icemanii ponoć nie jest przeszklenie fasady, ale niesprawny agregat chłodzący, którego zadaniem jest utrzymywanie odpowiedniej temperatury lodu.

– Obecnie jesteśmy na etapie przygotowywania dokumentacji niezbędnej do wszczęcia procedury zmierzającej do przywrócenia pełnej sprawności systemu. Decyzja o wydłużeniu zapadnie



FOT. NADESŁANE

Icemania jest dostępna od października do marca

po weryfikacji technicznej możliwości systemu chłodzenia lodu oraz warunków wynikających z parametrów termomodernizacyjnych budynku – przekazuje Bartosz Orłowski, rzecznik prasowy MOSiR „Bystrzyca" w Lublinie.

– Potrzeby zgłaszane przez klub traktujemy z pełną powagą i dążymy do wypracowania rozwiązania, które będzie możliwe zarówno pod względem technicznym, jak i organizacyjnym – zapewnia także Beata Pietryczuk z biura prasowego miejskiego ratusza.

– Liczyliśmy, że po marcowym spotkaniu z wiceprezydentem Tomaszem Fularą temat nabierze tempa. Usłyszeliśmy wówczas deklarację, że problem zostanie przeanalizowany. Do dziś nie widać jednak konkretnych działań, a kolejne miesiące mijają – uważa Janowski.

– Od kilku miesięcy prowadzone są rozmowy dotyczące funkcjonowania obiektu oraz możliwości wydłużenia sezonu lodowego z klubem Lublin Hockey Team. Dotychczas odbyły się cztery spotkania z przedstawicielami klubu: w marcu, kwietniu, czerwcu oraz lipcu. W pierwszym spotkaniu uczestniczył zastępca prezydenta miasta Lublin ds. inwestycji i rozwoju Tomasz Fulara, wraz z zarządem spółki MOSiR „Bystrzyca" oraz dyrektorem Wydziału Sportu i Turystyki. Kolejne rozmowy były koordynowane przez spółkę MOSiR „Bystrzyca", która jako zarządca lodowiska Icemania odpowiada za bieżącą współpracę z użytkownikami obiektu. W tym zakresie spółka pozostaje w stałym kontakcie z klubem Lublin Hockey Team. Ostatnie spotkanie odbyło się w piątek, 17 lipca – informuje Beata Pietryczuk.

– Patrząc na inne miasta, lodowiska działają średnio 9-10 miesięcy, ale są też takie otwarte przez cały rok – zauważa prezes LHT. – Na przykład w takim Nowym Targu trudno by było wynająć lodowisko na kilka godzin z marszu, bo jest już wynajęte, głównie przez kluby sportowe. I lubelski MOSiR też mógłby ściągać do Lublina takie kluby i na nich zarabiać – podkreśla Janowski.

Co się dzieje w Icemanii w pozostałych siedmiu miesiącach? – W okresie przerwy w funkcjonowaniu Icemanii, płyta lodowiska wykorzystywana jest przez łyżwiarskie kluby sportowe. Udostępniamy ją także na imprezy komercyjne. Betonowa płyta lodowiska w przerwach regularnie wykorzystywana jest również do jazdy na rolkach lub wrotkach – informuje MOSiR.

REKLAMA 0011566467

Lubelski Węgiel Bogdanka S.A. pozyskała warunki przyłączenia 400 MW do sieci przesyłowej PSE i poszukuje partnera strategicznego

Lubelski Węgiel Bogdanka S.A. – jedna z największych spółek wydobywczych w Polsce – uzyskała od Poskich Sieci Elektroenergetycznych S.A. Warunki Przyłączenia o mocy 400 MW do sieci przesyłowej 220 kV w stacji elektroenergetycznej Abramowice koło Lublina. Spółka poszukuje inwestorów i deweloperów OZE zainteresowanych wspólnym zagospodarowaniem wydanych przez PSE warunków przyłączeniowych.

Unikalna pozycja na rynku energetycznym
W lutym 2026 r. PSE S.A. wydały Lubelskiemu Węglowi Bogdanka S.A. Warunki Przyłączenia Systemu Dystrybucyjnego Bogdanka do sieci przesyłowej. Dokument określa moc przyłączeniową na poziomie 400 MW w kierunku wprowadzania energii elektrycznej do Krajowego Systemu Elektroenergetycznego, z punktem przyłączenia w rozdzielni GIS 220 kV stacji elektroenergetycznej 220/110 kV Abramowice.
Uzyskanie warunków przyłączenia tej skali – 400 MW w jednym punkcie sieci przesyłowej – jest na polskim rynku zdarzeniem wyjątkowym. Dostęp do sieci przesyłowej PSE stanowi jeden z kluczowych i najtrudniejszych do pozyskania zasobów dla każdego projektu wytwarzania energii elektrycznej ze źródeł odnawialnych.

Punkt przyłączenia – parametry techniczne
- Moc przyłączeniowa: 400 MW (wprowadzanie mocy do sieci przesyłowej)
- Napięcie przyłączenia: 220 kV
- Punkt przyłączenia: rozdzielnia GIS 220 kV, stacja elektroenergetyczna 220/110 kV Abramowice
- Możliwość przyłączenia instalacji fotowoltaicznych, farm wiatrowych oraz jednostek gazowych
- Ważność warunków: luty 2028 r.

Bogdanka poszukuje partnera
Spółka jest otwarta na różne formy współpracy z podmiotami sektora OZE, które poszukują dostępu do sieci przesyłowej lub planują realizację projektów energetycznych w regionie Lubelszczyzny. Rozważane modele współpracy obejmują w szczególności:
- nabycie Warunków Przyłączenia (cesja)
- długoterminową rezerwację mocy przyłączeniowej
- współwłasność infrastruktury GPO i wspólną realizację projektu
- inne formy partnerstwa inwestycyjnego

Bogdanka jest szczególnie zainteresowana nawiązaniem kontaktu z deweloperami i inwestorami posiadającymi zaawansowane projekty OZE – dysponującymi decyzją środowiskową, pozwoleniem na budowę lub własnymi warunkami przyłączenia od operatora dystrybucyjnego – którym brakuje dostępu do sieci przesyłowej wysokiego napięcia.
Informacje i zapytania proszę przesyłać na adres: atrubalski@lw.com.pl.

LUBLIN

Zbliża się Festiwal Re:tradycja. Będzie dużo muzyki i kultury ludowej

Adrianna Romanek

To będzie jedno z najważniejszych wydarzeń tegorocznej Re:tradycji – Jarmarku Jagiellońskiego w Lublinie.

Koncert „re:tradycja" od lat stanowi jeden z najważniejszych punktów programu festiwalu Re:tradycja – Jarmark Jagielloński. W tym roku za jego przygotowanie odpowiada Ewa Grochowska – muzykantka, śpiewaczka i filozofka, od trzech dekad zajmująca się muzyką tradycyjną.

Jubileusz 30-lecia jej działalności stał się inspiracją do stworzenia koncertu zatytułowanego „Horyzont: Ewa Grochowska i muzyczni wędrowcy". Jak podkreśla artystka, będzie to muzyczna opowieść o wspólnych podróżach, odkrywaniu zapomnianych melodii, miejsc i ludzi oraz wieloletniej współpracy z artystami, których połączyła pasja do tradycyjnej muzyki.



FOT. ARCHIWUM

Festiwal Re:tradycja jest obecną nazwą festiwalu Jarmark Jagielloński, trwać będzie od piątku do niedzieli

– To koncert życzeń, marzeń, tęsknot i fascynacji brzmieniowych. Jest efektem przyjaźni i twórczej współpracy przy nagraniach terenowych i studyjnych, koncertach i projektach artystycznych realizowanych przez wiele lat – zapowiada Ewa Grochowska.

Twórcy zabiorą publiczność w muzyczną podróż po Polsce i Ukrainie. W programie znajdą się utwory inspirowane tradycjami Lubelszczyzny, Kielecczyzny, Mazowsza, Kujaw i Pałuk, Wielkopolski oraz Małopolski. Nie zabraknie także muzycznych odniesień do miejscowości związanych z dawnymi tradycjami, takich jak Przystałowice Małe, Glina, Mchowice, Radziejewo, Zagórzyce czy Wólka Ratajska, a także okolic Lublina i Zamościa.

Koncert odbędzie się 21 sierpnia w godz. 20.30–22.00 na Scenie Głównej na placu Dominikańskim. Wstęp na wydarzenie jest bezpłatny.

eprasa.pl 10e5118778

LUBLIN

Kościół przy ul. Ewangelickiej przechodzi renowację

Jakub Sarek

Ogrzewanie podłogowe, konserwacja detali architektonicznych wnętrza świątyni - to wykonano podczas prac remontowych w kościele ewangelicko-augsburskim w Lublinie. To jedyna taka świątynia w naszym regionie.



FOT. WOJ. URZĄD KONSERWACJI ZABYTKÓW

Obiekt figuruje w rejestrze zabytków woj. lubelskiego

Trwa modernizacja wnętrz kościoła ewangelicko-augsburskiego pw. św. Trójcy przy ul. Ewangelickiej w Lublinie. Świątynia powstała w latach 1785-1788. Obiekt figuruje w rejestrze zabytków woj. lubelskiego jako cenny przykład architektury klasycystycznej z końca XVIII stulecia.

- Wykonano prace konserwatorskie przy detalach architektonicznych wnętrza świątyni, przy ambonie i w znaczącej części ołtarza głównego. Wykonano także ogrzewanie podłogowe (obwodowe przyścienne z kanałowymi grzejnikami posadzkowymi). W trakcie znajdują się prace związane przełożeniem istniejącej posadzki z wapienia olandzkiego i ułożeniem w części nowej posadzki z tego samego kamienia (pod ławkami, które zajmowały znaczną część wnętrza kościoła posadzki kamiennej nie było) - wylicza na Facebooku Lubelski Wojewódzki Konserwator Zabytków.

Jak już pisaliśmy, remont świątyni ruszył w sierpniu 2021 r. W pierwszym etapie zakończono prace przy elewacjach, pokryciu dachowym, drzwiach wejściowych oraz zewnętrznych do zakrystii i kruchty, rekonstrukcji jednej z waz na elewacji frontowej oraz malowaniem wnętrza.

Wspólnota ewangelicko-augsburska w Lublinie liczy ponad 230 osób. Parafia św. Trójcy jest jedyną w całym województwie lubelskim.

KRÓTKO

Warszawa

Awanse generalskie dla dwóch oficerów z regionu

Prezydent RP Karol Nawrocki mianował płk. Zbigniewa Krzyszczuka, dowódcę 2 Lubelskiej Brygady Obrony Terytorialnej, na stopień generała brygady. Taki sam awans otrzymał też płk. pil. Krzysztof Szymaniec, rektor – komendant Lotniczej Akademii Wojskowej w Dęblinie. Nominacje zostały wręczone w sobotę podczas Święta Wojska Polskiego. **JS**

Gmina Strzyżewice

Autobusy linii 28 powracają do Osmolic

Po ponad roku przerwy mieszkańcy Osmolic znów będą mogli korzystać z komunikacji miejskiej i połączeń z Lublinem. Jak potwierdziła Barbara Zdybel, wójt gminy Strzyżewice, od 1 września wznowione zostanie kursowanie linii nr 28. Jej funkcjonowanie zostało zawieszone w związku z przebudową drogi powiatowej nr 2268L na odcinku Nowiny – Osmolice Pierwsze. Po wznowieniu, linia nr 28 będzie kursowała w zbliżonym zakresie jak przed zawieszeniem. Samorząd zdecydował się na utrzymanie sześciu par kursów. ZDiTM przypomina, że komunikacja miejska poza granicami Lublina działa na podstawie porozumień zawieranych między miastem a zainteresowaną gminą. Dokumenty te określają m.in. przebieg trasy, liczbę kursów oraz udział samorządu w kosztach funkcjonowania linii. **AR**

Lublin

Będzie ciąg dalszy sprawy Redbad Klynstra kontra marszałek województwa

Władze woj. lubelskiego zaskarżyły do Naczelnego Sądu Administracyjnego niekorzystny dla siebie wyrok WSA w sprawie odwołania Redbada Klynstry z funkcji dyrektora Teatru im. Juliusza Osterwy w Lublinie. Przypomnijmy, zarząd województwa lubelskiego uchwałę w tej sprawie podjął w kwietniu ub.r. Cztery miesiące później WSA orzekł, że Klynstrę z funkcji szefa teatru zwolniono z istotnym naruszeniem przepisów prawa, a uchwałę zarządu uznał za nieważną. Ponadto, nakazał władzom województwa zwrot ponad 1,8 tys. zł kosztów sądowych na rzecz Klynstry. **JS**

MATERIAŁ INFORMACYJNY ZCK

0011567643

MUZYKA I TANIEC PROSTO Z SERCA GÓR ŚWIATA.

Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich w Zakopanem czas zacząć

Są wydarzenia, które wraz z upływem lat stają się nie tylko częścią kalendarza kulturalnego, ale także symbolem miejsca, jego tożsamości i wartości. Do takich bez wątpienia należy Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich w Zakopanem – najważniejsze wydarzenie folklorystyczne regionu, jeden z najbardziej prestiżowych góralskich festiwali w Polsce i Europie, a zarazem rozpoznawalna na całym świecie wizytówka Zakopanego. Od 21 do 27 sierpnia zapraszamy na Dolną Równię Krupową w Zakopanem. Tam poznamy „Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii".

Wyjątkowa muzyka, taniec, stroje, rzemiosło i gwara

Od dziesięcioleci festiwal pozostaje wierny swojej idei. Choć świat wokół zmienia się niezwykle dynamicznie, a współczesność przynosi nowe wyzwania i nowe formy komunikacji, Zakopane niezmiennie staje się miejscem spotkania kultur górskich z różnych stron globu. To wyjątkowa przestrzeń dialogu tradycji i współczesności, w której najważniejsze pozostają autentyczność, szacunek dla dziedzictwa oraz przekazywanie wartości kolejnym pokoleniom.

Dla Zakopanego kultura rodzima jest czymś więcej niż tylko elementem lokalnej tradycji. To fundament tożsamości miasta, jego rozpoznawalny znak i powód do dumy. Góralska muzyka, taniec, stroje, rzemiosło i gwara od pokoleń budują wyjątkowy charakter stolicy polskich Tatr. To właśnie dlatego pielęgnowanie i prezentowanie tego dziedzictwa ma tak ogromne znaczenie – zarówno dla mieszkańców, jak i dla tysięcy osób, które każdego roku odwiedzają nasze miasto.

Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii

Motywem przewodnim tegorocznej edycji festiwalu, który będzie trwał od **21 do 27 sierpnia**, będzie **„Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii".** To fascynująca podróż do świata dawnych wyobrażeń, rytuałów, symboli i wierzeń obecnych w kulturze ludowej od wieków. Góralska tradycja pełna jest opowieści o siłach natury, wierzeń związanych z cyklem życia człowieka, świętami dorocznymi, ochroną domostwa czy przekonaniami dotyczącymi szczęścia i pomyślności. Nierozerwalnie splatają się w niej elementy religijności, duchowości i ludowej magii, tworząc niezwykle bogaty obraz kultury, która przez stulecia kształtowała codzienne życie mieszkańców rejonów górskich.

Temat ten stanie się osią tegorocznego festiwalu – od seminarium naukowego, podczas którego badacze kultury, etnografowie, folkloryści i pasjonaci tradycji podejmą refleksję nad duchowym dziedzictwem społeczności górskich, po bogaty program warsztatowy inspirowany światem ludowych wierzeń, symboliki i obrzędowości. Będzie to okazja do odkrywania znaczeń dawnych obrzędów, zwyczajów i praktyk, które mimo upływu czasu wciąż pozostają żywe w pamięci zbiorowej i lokalnej kulturze.

Organizatorzy przygotowują liczne spotkania, zajęcia i działania edukacyjne, pozwalające uczestnikom nie tylko poznać dziedzictwo przodków, ale także doświadczyć go w sposób aktywny i inspirujący.

Nie zabraknie również wydarzeń, które od lat stanowią serce festiwalu. Publiczność będzie mogła uczestniczyć w koncertach konkursowych zespołów folklorystycznych z Polski i świata, podziwiać prezentacje kultur górskich reprezentujących różne kontynenty oraz kibicować uczestnikom Międzynarodowego Konkursu Kapel, Instrumentalistów i Śpiewaków Ludowych.

Gwiazdy Międzynarodowego Festiwalu Folkloru Ziem Górskich

Program wzbogacą koncerty gwiazd, wśród których znajdą się m.in. **Roby Lakatos** oraz Štefan Štec, artyści cenieni za niezwykłą umiejętność łączenia tradycji z nowoczesną interpretacją muzyki ludowej. Festiwalowi towarzyszyć będą ponadto Dni Narodowe, prezentujące kulturę zaproszonych krajów, kiermasz sztuki ludowej, pokazy rzemiosła, animacje dla dzieci i rodzin oraz liczne wydarzenia plenerowe.

To właśnie atmosfera sprawia, że Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich pozostaje wydarzeniem wyjątkowym. Przez siedem dni Zakopane staje się miejscem spotkania ludzi różnych języków, tradycji i doświadczeń, których łączy wspólny szacunek dla kultury i dziedzictwa swoich przodków.

Serdecznie zapraszamy do Zakopanego od **21 do 27 sierpnia**. Przyjdźcie, aby usłyszeć muzykę płynącą prosto z serca gór, zobaczyć barwny świat folkloru, odkryć tajemnice dawnych wierzeń i poczuć niezwykłą energię spotkania górali z całego świata. To wydarzenie, którego nie można przegapić – najważniejsze święto folkloru w regionie, jedno z najcenniejszych w Polsce i wyjątkowe w skali międzynarodowej. Zakopane po raz kolejny stanie się miejscem, gdzie tradycja żyje, inspiruje i łączy ludzi ponad granicami.



eprasa.pl 10e5118778

FOKUS

• **ZUS wypłaci czternaste emerytury** 1, 6, 10, 15, 20 i 25 września. Pełna kwota dodatkowego świadczenia wyniesie 1978,49 zł brutto

WYPADEK

Tragiczny wypadek polskiego autokaru z pielgrzymami na Węgrzech

W niedzielę około godziny 1 na węgierskiej autostradzie M3 doszło do wypadku autokaru z polskimi turystami z Podkarpacia. Zginęło 12 osób, dziesięć jest w stanie bardzo ciężkim

Karolina Wrońska

Premier Węgier Peter Magyar poinformował w niedzielę na Facebooku o wypadku polskiego autokaru na autostradzie M3, która łączy Budapeszt z północno-wschodnią częścią kraju. Pojazd, jak poinformował szef węgierskiego rządu, wpadł do przydrożnego rowu.

Autokarem podróżowało 59 polskich obywateli. 12 z nich zginęło, dziesięcioro kolejnych jest w stanie bardzo ciężkim i przebywa w szpitalach na Węgrzech. Pozostałe 40 osób odniosło lekkie obrażenia.

Komenda Główna Policji w okręgu Borsod-Abaúj-Zemplén poinformowała na stronie police.hu, że według aktualnych informacji kierowca prawdopodobnie zasnął za kierownicą. Został zatrzymany przez węgierską policję.



FOT. PAP/EPA/ZOLTAN MATHE

W autokarze było 57 pasażerów i dwóch kierowców. Pielgrzymi z Podkarpacia wracali z Bośni i Hercegowiny

Pielgrzymi z Podkarpacia

Jak informował Podkarpacki Urząd Wojewódzki, autokarem wracała z Bośni i Hercegowiny pielgrzymka z Podkarpacia, a organizatorem wyjazdu było biuro z Iwonicza-Zdroju. W związku z wypadkiem wojewoda podkarpacka Teresa Kubas-Hul zwołała sztab kryzysowy z udziałem służb. Jak podała Kubas-Hul, poszkodowani w wypadku zostali przewiezieni do szpitali w Egerze i Miskolcu.

Infolinia dla rodzin poszkodowanych

Ambasada w Budapeszcie uruchomiła specjalną infolinię +36 20 472 9502. Rzecznik resortu dyplomacji Maciej Wewiór podkreślił, że infolinia jest dla bliskich ofiar. „Apelujemy o odpowiedzialne korzystanie z tego numeru" – napisał na X. Wewiór podkreślił, że „konsul jest w stałym kontakcie z lokalnymi służbami oraz szpitalami", a na placówce działa zespół kryzysowy. „O kolejnych zweryfikowanych ustaleniach będziemy informować na bieżąco" – dodał przedstawiciel MSZ.

„Służba konsularna działa. Jesteśmy w kontakcie z władzami węgierskimi" – napisał w portalach społecznościowych wicepremier, szef MSZ Radosław Sikorski.

Kondolencje dla bliskich ofiar wypadku

„Składam najgłębsze kondolencje Radosławowi Sikorskiemu oraz narodowi polskiemu w związku z tragicznym wypadkiem na Węgrzech" – napisała w niedzielę na X minister spraw zagranicznych Węgier Anita Orban. „Nasze myśli są z ofiarami, ich rodzinami oraz osobami poszkodowanymi. Węgry solidaryzują się z naszymi polskimi przyjaciółmi i udzielają wszelkiej możliwej pomocy oraz wsparcia" – zapewniła szefowa węgierskiej dyplomacji.

Kondolencje rodzinom i bliskim ofiar wypadku składają politycy. „Z głębokim bólem przyjąłem tragiczną wiadomość o wypadku polskiego autokaru na Węgrzech, w którym zginęło tak wielu naszych Rodaków" – napisał prezydent Karol Nawrocki na X. „W obliczu tej niewyobrażalnej tragedii, która dotknęła nas wszystkich, łączę się w modlitwie i głębokim współczuciu z rodzinami oraz bliskimi ofiar" – dodał prezydent.

„Składam najgłębsze wyrazy współczucia rodzinom i bliskim ofiar. Dziękujemy węgierskim służbom za akcję ratunkową" – napisał na X premier Donald Tusk. Swoje wyrazy współczucia przekazał także wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz. Podkreślił w swoim wpisie na X, że „węgierskie służby ratunkowe i medyczne robią wszystko, by pomóc tym, którzy ucierpieli w tragicznym wypadku".

WARSZAWA

Wielka defilada z okazji Święta Wojska Polskiego

Karolina Wrońska

W sobotniej defiladzie na warszawskiej Wisłostradzie uczestniczyło około 2 tysięcy żołnierzy. Zaprezentowano ok. 300 sztuk sprzętu wojskowego.

Kulminacyjnym punktem sobotnich obchodów Święta Wojska Polskiego była defilada wojskowa w Warszawie i parada morska w Gdyni. W defiladzie w stolicy wzięli udział m.in. prezydent Karol Nawrocki, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz oraz najważniejsi oficerowie Wojska Polskiego.

Prezydent Nawrocki w przemówieniu zaznaczył, że polski naród doskonale zna cenę płaconą za niepodległość, za wolność i prowadzone wojny oraz że z historii i ze zwycięstwa w roku 1920 można wyczytać to, co jest ważne dla przyszłości Polski. Podkreślił, aby nie zapominać, że jesteśmy jednym narodem, a jego bezpieczeństwo jest ważniejsze niż polityczne spory.

KONOTOPIE

Poświęcenie gigantycznego pomnika

Karolina Wrońska

Pomnik Matki Bożej Miłosiernej został w sobotę poświęcony w miejscowości Konotopie (woj. kujawsko-pomorskie) przez bp. Krzysztofa Wętkowskiego.

Monument został wzniesiony na polu we wsi Konotopie koło Lipna, przy drodze krajowej nr 10 Szczecin – Warszawa. Inicjatorami i fundatorami pomnika są Grażyna i Roman Karkosikowie, którzy ofiarowali go jako „osobiste wotum wdzięczności za powrót do zdrowia i życia".

Na dzień poświęcenia pomnika wybrano 15 sierpnia, który w Kościele katolickim jest obchodzony jako święto Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny. Poświęcenia pomnika, jak i znajdującej się we wnętrzu jego cokołu tablicy pamiątkowej, dokonał biskup włocławski w towarzystwie Grażyny Karkosik.

Po ceremonii poświęcenia nad pomnik nadleciały dwa śmigłowce, z pokładu których zrzucano płatki czerwonych róż.

KRÓTKO

Podkarpackie

Pożar w skansenie w Sanoku

W nocy z soboty na niedzielę wybuchł pożar na terenie Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku. Ogień strawił drewniany kościół pw. św. Mikołaja wraz z wyposażeniem. Uszkodzone zostały również dwa znajdujące się w pobliżu budynki. Z ogniem walczyło 27 jednostek i prawie 140 strażaków.
W związku z pożarem skansen został zamknięty do odwołania.

Małopolskie

Dwie osoby zginęły w pożarze domu

Kilkudziesięciu strażaków walczyło z pożarem drewnianego budynku mieszkalnego, do którego doszło w niedzielę (16 sierpnia) po północy w Dąbrówce Szczepanowskiej (powiat tarnowski). Akcja gaśnicza trwała do rana, a w zgliszczach znaleziono dwa zwęglone ciała. Drewniany budynek spłonął doszczętnie. Przyczyny pożaru i okoliczności śmierci dwóch osób ustalają służby.

Łódzkie

Katastrofa samolotu pod Łowiczem

Do katastrofy ultralekkiego samolotu doszło w sobotę przed południem w rejonie Łowicza. Samolot spadł na teren leśny w okolicach wsi Bobrownik. - Ze wstępnych ustaleń wynika, że podczas wykonywania lotu, z nieustalonych na chwilę obecną przyczyn, maszyna spadła na teren leśny. Samolotem podróżował 50-letni mieszkaniec Warszawy. Mężczyzna jest przytomny, doznał jednak obrażeń, w związku z tym został przetransportowany do szpitala - powiedziała nadkomisarz Edyta Machnik, rzeczniczka komendanta wojewódzkiego policji w Łodzi.



FOT. PAP/A.JACKOWSKI

Nie chcemy już bitew, jeśli już - to zwycięskie, ale chcemy uniknąć wojny, a uniknie wojny tylko ten, kto jest silny, dobrze przygotowany, rzeczywiście niepodległy i suwerenny

DONALD TUSK
premier RP

eprasa.pl 10e5118778

UKRAINA

Rosja i Ukraina przeprowadziły ataki. Zabici są po obu stronach

Tomasz Dereszyński

W weekend Ukraina i Rosja atakowały się wzajemnie przy użyciu dronów i rakiet.

W nocy z soboty na niedzielę Rosja kolejny raz zaatakowała pociskami balistycznymi stolicę Ukrainy, Kijów. Ukraińskie media, powołując się na źródła wojskowe, poinformowały o rosyjskich nocnych atakach powietrznych również na inne miasta i regiony kraju.

W komunikacie opublikowanym w niedzielę nad ranem na platformie Telegram burmistrz Kijowa Witalij Kliczko poinformował o trzech pożarach wywołanych upadkiem szczątków zestrzelonych rosyjskich dronów. Między innymi w dzielnicy Obołoń w wyniku ataku zapaliły się dwa budynki niemieszkalne, spłonęło też kilka zaparkowanych w pobliżu samochodów. Duży pożar wybuchł na targowisku Pietrowka.

Rosyjskie siły dokonały zmasowanego ataku rakietami balistycznymi i dronami uderzeniowymi również na inne regiony i miasta Ukrainy.

Z kolei ukraińskie siły zaatakowały obszar, w którym stacjonowała rosyjska jednostka rakietowa wykorzystywana do ostrzeliwania Ukrainy, a także most kolejowy, magazyny oraz przedsiębiorstwo kompleksu wojskowo-przemysłowego. „Uderzono w obszar, na którym stacjonowała wroga jednostka rakietowa w miejscowości Rezerwne, położonej na terytorium tymczasowo okupowanego ukraińskiego Krymu. Ponadto zniszczono most kolejowy w rejonie Switłodołynskego w obwodzie zaporoskim, z którego okupanci korzystają w celu zapewnienia logistyki wojskowej i przemieszczania personelu" – napisał Sztab Generalny w komunikatorze Telegram.

Ukraińscy żołnierze zniszczyli także magazyny zaopatrzenia i amunicji rosyjskiej w obwodzie donieckim.

Siły Morskie Sił Zbrojnych Ukrainy przeprowadziły atak na stanowiska przybrzeżnego kompleksu rakietowego Bastion na okupowanym Krymie.



FOT. PAP/VLADYSLAV MUSIIENKO

W nocy z 15 na 16 sierpnia Rosja przeprowadziła kolejny atak rakietami balistycznymi na Kijów

IRAN/USA

Trump chce przyłączyć cieśninę Ormuz do USA

Anna Nagel

Donald Trump ogłosił, że po pokonaniu Iranu ogłosi cieśninę Ormuz terytorium Stanów Zjednoczonych.

Prezydent USA Donald Trump zapowiedział w piątek w Nowym Jorku, że niedługo ogłosi cieśninę Ormuz częścią terytorium Stanów Zjednoczonych. Poinformował też, że przeprowadzi mocny atak gospodarczy na Iran.

– Gdy już skończymy pokonywać Iran, który pokonujemy bardzo mocno... Wkrótce ogłoszę cieśninę Ormuz terytorium Stanów Zjednoczonych – oświadczył Trump podczas przemówienia w Nowym Jorku. Przypomniał, że amerykańskie siły utrzymują blokadę irańskich portów.

Prezydent w ostatnim czasie wielokrotnie mówił, że Amerykanie mają „całkowitą kontrolę" nad cieśniną Ormuz i zapowiedział, że ją utrzymają.

Strona irańska utrzymuje z kolei, że cieśnina pozostanie zamknięta, dopóki USA nie spełnią warunków Teheranu, w tym nie zakończą wojny i nie odmrożą irańskich aktywów zagranicznych.

Trump zapowiedział też w piątek w rozmowie z Fox News, że przeprowadzi mocny atak gospodarczy na Iran.

Wcześniej minister finansów (skarbu) USA Scott Bessent zapowiedział, że Iran zostanie poddany izolacji gospodarczej, „jakiej świat nigdy wcześniej nie widział". Nowe środki mają zostać wprowadzone „w przyszłym tygodniu", niezależnie od trwającej blokady cieśniny Ormuz – przekazała agencja Reutera.



YUKI IWAMURA/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Donald Trump zapowiedział w piątek w Nowym Jorku, że niedługo ogłosi cieśninę Ormuz częścią terytorium Stanów Zjednoczonych

Iran zapowiada, że nie ulegnie zastraszaniu

Wiceminister spraw zagranicznych Iranu Kazem Gharibabadi oświadczył w nocy z piątku na sobotę, że Teheran nie ulegnie zastraszaniu ani demonstracjom siły ze strony USA.

Komentując wypowiedzi Trumpa, Gharibabadi napisał w serwisie X, że decyzja o otwarciu lub zamknięciu strategicznej cieśniny należy wyłącznie do Iranu.

Nie ma decyzji w sprawie wznowienia rozmów

Władze w Teheranie nie podjęły decyzji o powrocie do negocjacji ze Stanami Zjednoczonymi. Irański minister spraw zagranicznych Abbas Aragczi oświadczył, że wymiana wiadomości przez pośredników nie jest równoznaczna z prowadzeniem dialogu.

– Żadne negocjacje nie są obecnie prowadzone między nami a Ameryką. Katar i Pakistan wymieniają wiadomości między stronami i są z nami w kontakcie, ale to nie oznacza negocjacji – powiedział Aragczi w rozmowie z portalem Shahrara News.

Szef irańskiej dyplomacji podkreślił, że oddzielne rozmowy z Omanem mają charakter techniczny i dotyczą szlaków morskich w cieśninie Ormuz. Ewentualne ponowne otwarcie tego kluczowego akwenu minister uzależnił od wcześniejszego spełnienia przez Waszyngton określonych warunków. Jednocześnie zaznaczył, że memorandum z Islamabadu przewidywało jedynie 60 dni na negocjacje, a nie rozejm.

Cieśnina Ormuz jest kluczowym szlakiem eksportu ropy i skroplonego gazu wydobywanych w państwach Zatoki Perskiej. Iran zablokował ten szlak, gdy pod koniec lutego został zaatakowany przez Stany Zjednoczone i Izrael.

HISZPANIA

Trzęsienie ziemi. Turyści uciekali z hoteli w słynnej Granadzie

Tomasz Dereszyński

Trzęsienie ziemi o magnitudzie (sile) 5 st. w skali Richtera w pobliżu słynnego miasta Granada wstrząsnęło w nocy niemal całą Andaluzją i było odczuwalne aż w Madrycie. To już kolejne wstrząsy w Hiszpanii.

Mieszkańcy niemal całej Andaluzji, a także wielu innych miejsc w Hiszpanii, odczuli chwile grozy po godzinie 1 w nocy z piątku na sobotę. Przyczyną było trzęsienie ziemi o sile 5 stopni w skali Richtera na głębokości dwóch kilometrów, zarejestrowane w gminie Alhendín w Granadzie.

Dla wielu turystów przebywających w Grenadzie to była niespokojna noc. Z wielu budynków musieli zostać ewakuowani w obawie przed ich zniszczeniem.

Oficjalne dane zebrane przez National Geographic Institute są jednoznaczne. O godzinie 1:04 w nocy zarejestrowano trzęsienie ziemi o magnitudzie 5, którego epicentrum znajdowało się w gminie Alhendín.

Granada to prowincją, w której trzęsienie ziemi było odczuwalne w największej liczbie gmin, a konkretnie w 191; Malaga zajęła drugie miejsce, gdzie mieszkańcy aż 66 różnych miejscowości – zarówno na wschodnim, jak i zachodnim wybrzeżu oraz w głębi lądu – odczuli drżenie ziemi.

Według danych National Geographic Institute było to już piąte trzęsienie ziemi odnotowane w prowincji Granada w ciągu 24 godzin.

KANADA

Milionowe odszkodowania dla ofiar molestowania

Anna Nagel

Sąd w prowincji Quebec zatwierdził ugodę w pozwie zbiorowym ofiar molestowania przeciwko katolickiej archidiecezji miasta Quebec na kwotę 31,5 mln dolarów kanadyjskich.

Dwaj mężczyźni, do których pozwu dołączyło ok. 200 osób, mieli 12 i 14 lat, gdy w latach 50. i 60. byli molestowani przez księży w parafiach. Jeden z tych mężczyzn ma obecnie 86 lat. Wśród ofiar są zarówno kobiety, jak mężczyźni, molestowani tak przez księży, jak też świeckich pracowników – opisywały kanadyjskie media.

Odszkodowania będą wypłacane wspólnie przez archidiecezję miasta Quebec, seminarium Quebecu, College François-de-Laval oraz towarzystwo ubezpieczeń wzajemnych specjalizujące się w ubezpieczaniu miejsc kultu i organizacji religijnych – L'Assurance Mutuelle des Fabriques de Quebec. Ponadto pozwani będą pokrywać inne koszty związane z wypłatami ugody, takie jak np. poszukiwanie dokumentacji medycznej.

W komunikacie na stronie archidiecezji przypomniano wcześniejszą wypowiedź biskupa pomocniczego Jeana Tailleura, który podkreślał w lipcu w sądzie, że „wobec cierpień, które niesiecie, mało jest rzeczy, w których moje słowa mogą ulżyć lub nieść uzdrowienie. Jednak coś musi zostać powiedziane. W imieniu Kościoła katolickiego Quebecu chcę wam przedstawić nasze najszczersze przeprosiny".

eprasa.pl 10e5118778

KULTURA

Kuna: Mam dobre zdanie o terapii. Korzystałam z różnych jej form

Znamy ją jako utalentowaną aktorkę, ale jest też pisarką. Ma w dorobku dwie książki: „Klara" i „Klara jedzie na pogrzeb". Stały się kanwą serialu, którego pierwszy sezon oglądaliśmy dwa lata temu. Obecnie na platformie HBO Max pojawiła się kontynuacja. Nam Izabela Kuna zdradziła, ile jest w niej z jej książkowej i serialowej bohaterki

Paweł Gzyl

Dwa lat temu obejrzeliśmy pierwszy sezon serialu „Klara", teraz przed nami drugi. To najważniejsze przedsięwzięcie w pani karierze?

Na pewno jedno z najważniejszych. Splotło się tu bowiem kilka moich ról: napisałam książkę, na podstawie której nakręcono serial, zostałam jego producentką kreatywną i zagrałam w nim główną rolę. Stąd to dla mnie bardzo przejmujące i ukochane przedsięwzięcie, bo mogłam w jego ramach ogarnąć wiele funkcji. Zależy mi bardzo, by mieć jak największy wpływ na to, co robię. I tutaj były takie możliwości. Jestem więc przejęta tym projektem i mam do niego dużo serca. Lubię ten serial – i mówię to jako aktorka, producentka i partnerka życiowa scenarzysty.

Serial powstał na podstawie pani książki, w której stworzyła pani postać Klary – singielki w średnim wieku z dużego miasta, która przeżywa miłosne perypetie. Wiele kobiet odnalazło siebie w tej bohaterce.

Mam wrażenie, że to, co napisałam w tej książce, jest tym, co wiem o sobie i o ludziach, którzy ze mną żyli i żyją, tym, co wiem o swojej rodzinie. Bo rodzina to źródło najbliższych mi historii i kopalnia inspiracji: charakterów, związków, traum, smutków, radości i imprez. Tak zostałam wychowana, tak kształtowała się moja wrażliwość, to ma wpływ na moje pisanie i moje granie. Rodzinne historie mnie interesują i przejmują. Takie opowieści najbardziej lubię oglądać na ekranie i sama je tworzyć. Lubię obserwować innych, przyglądać się im i ich słuchać. Dzięki temu ludzie przeglądają się w tej książce i w tym serialu. Bardzo wiele osób mówi: „Jestem Klarą". Ale wiele mówi też: „Kuna, to jest moja matka". Co ciekawe, znam matki tych osób i moim zdaniem są one zupełnie różne od siebie, ale jak widać wszystkie są takie, jak pani Ala z mojej książki. (śmiech) Czyli czepiające się, wiecznie niezadowolone z potomstwa i ich wyborów. Tak jak matka Klary. To jest więc trochę tak, jakbym stworzyła matkę (prawie) wszystkich matek.

Czytelników i widzów przekonuje więc do „Klary" prawda pokazanych postaci i opisanych wydarzeń.

Jestem szczera, więc zależy mi, żeby moje historie też takie były. Dzięki temu ludzie je lubią i odnajdują się w nich. To do prawdy odwołuję się w mojej pracy i w moim życiu. Klara, jej matka, ojciec, Aleks, Piotr czy Wronka to bardzo wrażliwi i pogubieni ludzie, popełniający błędy, słabi w swoim poszukiwaniu miłości, szczęścia i bliskości. Jest w nich smutek przemijania i niespełnienia, ale i łapczywe trzymanie się życia i chęć spełniania marzeń, czasem za wszelką cenę i z marnym skutkiem.

W wywiadzie powiedziała pani: „Klara nie jest mną, ani ja nie jestem Klarą, ale ma wiele moich cech". Jakie?

Nie jestem Klarą, ale nią bywam, a zwłaszcza bywałam kiedyś. Moja bohaterka ma podobne poczucie humoru jak ja, ma w sobie również dużą niezależność, ale jest ode mnie odważniejsza i bardziej przebojowa. Mogłybyśmy się ze sobą kolegować.

Drugi sezon „Klary" czerpie z treści pani książki czy to autonomiczna historia?

Drugi sezon czerpie z książki „Klara jedzie na pogrzeb" tylko niewielkie fragmenty i jest autorskim projektem Marka Modzelewskiego z zachowaniem charakteru i temperatury mojego pisania. Marek jest już bardziej w „Klarze" niż ja. (śmiech) Czuje ją i rozumie, jej dowcip, relacje z rodzicami i przyjaciółmi.

Jeszcze przed premierą pierwszego sezonu „Klary" powiedziała pani, że tylko Marek Modzelewski mógł napisać scenariusz tego serialu. Dlaczego?

Po pierwsze wiele osób próbowało to zrobić przed nim – i nie udało im się. Po drugie Marek jest najlepszy w swym fachu. Świadczą o tym jego scenariusze i sztuki teatralne. Ale najważniejsze jest to, że Marek lubi i czuje Klarę.

Wcześniej ponoć nie wtrącała się pani do jego pracy. Jak było teraz?

Marek czasami prosił mnie o napisanie sceny albo dialogu, ale to on jest autorem scenariusza i to jest najlepsze, co mogło Klarę spotkać. Jesteśmy zadowoleni z tego, co powstało.

Tym razem zgodnie z podtytułem oglądamy całkowitą rewolucję w życiu bohaterów serialu. Skąd pomysł na taki wywracający wszystko do góry nogami zabieg fabularny?

Drugi sezon nie jest wywróceniem wszystkiego do góry nogami, tylko przeprowadzeniem rewolucji w życiu bohaterów. Po kilkudziesięciu latach nieobecności do Klary wraca jej ojciec, po wielu próbach wprowadza się do niej Aleks, a to tylko początek. Są tutaj sceny historyczne, musicalowe, jest horror, są wizje i sny. Jednym słowem drugi sezon „Klary" to kino pełne emocji.



FOT. WARNER BROS. DISCOVERY

Izabela Kuna: Jestem szczera, więc zależy mi, żeby moje historie też takie były. Dzięki temu ludzie je lubią i odnajdują się w nich

Punktem zwrotnym drugiego sezonu jest pojawienie się w życiu pani bohaterki „ojca marnotrawnego". Władysław miał być martwy, a okazuje się, że ma się całkiem dobrze. Dlaczego Klara wpuszcza go do domu?

A pan by nie wpuścił swojego ojca do domu?

Wcale nie ma pewności, że to jej ojciec.

To prawda. No, ale wie pan: „Gość w dom, Bóg w dom". Nieznajomy puka do drzwi, trzeba go więc napoić i nakarmić. To zawsze jest ciekawe. Poza tym Klara lubi dym. I jestem pewna, że od razu wie, że to jej tatuś.

Władysław to symbol tych wszystkich nieobecnych ojców, którzy opuszczają swe żony i dzieci.

To prawda. Mówią, że idą po włoszczyznę, a wracają po dwóch tygodniach albo w ogóle.

Co sprawia, że mężczyźni tak często okazują się takimi draniami?

Nie wiem. Ale matka Klary też nie jest najłatwiejszą osobą we współżyciu. W pierwszym sezonie mówi we śnie: „Odszedł ode mnie, bo miał dosyć mojego paskudnego charakteru. Byłam nie do zniesienia, poszedł do takiej, która była do zniesienia". Czyli jak to mówi Marek Modzelewski: „Co chatka, to zagadka". Ale nie zaprzeczam – Władysław jest draniem.

Brak ojca na pewno odcisnął się poważnie na osobowości Klary. To dlatego wikła się w skomplikowany związek z żonatym facetem?

O to należałoby zapytać doktor Pucię, która jest w serialu psychoterapeutką. Cóż: ludzie wikłają się w różne związki, nie będąc wcześniej zostawionymi przez któreś z rodziców. Klara ma potrzebę miłości, akceptacji, ciepła. Matka jej nie rozpieszczała. Jest raczej surowa niż łagodna. Ojca natomiast nie ma. Jedyną osobą, która okazuje jej miłość jest Aleks i w nim znajduje matkę i ojca, a nawet dzieci, których nie ma. I tu zaczyna się problem, bo nasz Aleks sam ma żonę i dwójkę dzieci.

Mimo, że Władysław zranił najbliższe mu osoby, budzi jednak naszą sympatię, leżąc nieustannie na kanapie i popijając koniaczek. Jak to możliwe?

Nie musimy bronić bohaterów, żeby ich lubić. Władysław to też ci ojcowie, którzy bywają szarmanccy, błyskotliwi, dowcipni, zabawni, mają gest. Lubi się takich drani, mimo ich wad. Nawet bardzo. (śmiech)

Jak pani wspomniała, matka jest dla Klary surowa i złośliwa. To dlatego, że Władysław zostawił ją z dzieckiem?

To kwestia charakteru. Gdyby jej nie zostawił, to zatrułaby mu życie.

Wszystkie frustracje Klara wylewa na terapii u doktor Puci. Jakie pani ma doświadczenia z psychoterapeutami?

Mam jak najlepsze zdanie o terapii. Korzystałam z różnych jej form. Teraz też jestem w terapii.

Czyli to pani służy?

Czuję się dobrze, więc chyba mi służy.

Mówiła pani kiedyś, że napisanie książek o Klarze było dla pani autoterapią. Zagranie tej postaci w serialu również?

Nie. Jestem aktorką i granie jest moją pracą. Klara jest taką sama postacią jak każda inna, którą gram. W pisaniu mogę sobie pozwolić na więcej, bo nikt mnie nie kontroluje. Pisanie daje mi większą wolność. Dlatego bardzo chciałabym dalej pisać.

Klara jest zakochana w żonatym facecie i marzy, by zostawił dla niej żonę. Kiedy tak się dzieje w drugim sezonie serialu, okazuje się, że to żadna sielanka. Widziała pani takie sytuacje w prawdziwym życiu?

No pewnie! To nie jest nic nadzwyczajnego. Z reguły tak się dzieje. Kiedy mamy już coś, o czym marzymy, to przestajemy o to walczyć albo zaczyna nam się to nudzić. Poza tym rzadko który związek jest sielanką od początku do końca. (śmiech)

Aleks nie jest typowym przystojniakiem i notorycznie okłamuje Klarę. Właściwie za co ona go kocha?

Absolutnie za wszystko. (śmiech)

Ponoć pani zależało, żeby Aleksa zagrał Adam Woronowicz. Dlaczego?

Bo go uwielbiam.

Tworzycie państwo równie barwną parę w „Teściach", którzy też trochę zamienili się w serial. Te wspólne doświadczenia z tamtego cyklu pomagały wam na planie „Klary"?

My się bardzo lubimy prywatnie z Adamem. Ale praca jest pracą. Tu nie ma więc znaczenia, że gramy razem w „Teściach", potem w „Klarze", a później jeszcze gdzie indziej. Każda historia jest inna, więc my też jesteśmy inni, a tacy sami jesteśmy tylko w przerwach.

Planuje pani trzeci sezon „Klary"?

Bardzo bym chciała. Zobaczymy, jak zostanie przyjęty drugi sezon – i wtedy zapadną decyzje.

eprasa.pl 10e5118778

REPORTAŻ

Rolnik orze tam, gdzie (nie) może. A potem trafia do aresztu

Ostropa przywykła do ciszy, spokoju i sąsiedzkich sporów, które zwykle nie wychodzą poza dzielnicę. Kiedy Józef M. w ubiegłym tygodniu zniszczył położony przez miasto asfalt, już cicho tu nie jest. Okazuje się, że spór trwa od dawna

Julia Muc

Ostropa to dzielnica Gliwic. Pola dochodzą tu niemal pod zabudowania, między domami wciąż widać ślady dawnej wsi i wiejski charakter dzielnicy nie zniknął. Rolnictwo nie jest tutaj wspomnieniem, tylko częścią codzienności.

Ursusem po asfalcie

Dokładnie tydzień temu, 7 sierpnia, 60-letni rolnik, Józef M. wjechał Ursusem na świeżo wykonaną nawierzchnię ulicy Rybackiej, opuścił pług i przeorał około 200 metrów drogi razem z jej podbudową. Dalsze niszczenie asfaltu zatrzymali pracownicy budowy, blokując ciągnik ciężkim sprzętem. Józef M. od początku przekonywał, że nie niszczy cudzej własności. Twierdził, że grunt należy do niego. Miasto odpowiada jednoznacznie: nie należy. I właśnie ten spór sprawił, że historia przestała być wyłącznie o człowieku, który wjechał pługiem na nowy asfalt, bo miał taką fantazję.

Kilka dni później ślady po pługu nadal wyznaczają miejsce, od którego zaczęło się całe zamieszanie. W internecie dyskusja szybko podzieliła komentujących. Dla jednych sprawa jest oczywista: zniszczona została miejska inwestycja, a sprawca powinien ponieść konsekwencje. Inni zaczęli szukać drugiego dna. Pojawiły się archiwalne zdjęcia, mapy działek i pytania o to, czy asfalt rzeczywiście znalazł się na gruncie należącym do miasta.

Sąsiedzi mają wątpliwości

W Ostropie ten spór nie wywołuje jednak aż tak jednoznacznych reakcji. Jedna z mieszkanek, Dagmara Malinowska, Józefa M. zna z widzenia.

– Kiedy mijamy się gdzieś na drodze, mówimy sobie „dzień dobry" i właściwie na tym nasz kontakt się kończy – mówi. O ocenę tego, co zrobił, nie jest jej łatwo. – Kiedy zamieszkałam tutaj 25 lat temu, ten konflikt z miastem już istniał. Z tego co wiem, od początku dotyczył tej działki, którą ten pan nadal uważa za swoją.

Szczegółowej genezy konfliktu nie zna. Podobnie jak inni mieszkańcy. W lokalnych rozmowach od dawna pojawia się jednak temat działki, granice i przekonania rolnika, że droga „wkroczyła" na teren, do którego on ma prawa.



FOT. MARZENA BUGAŁA-ASTASZOW

Droga przeorana przez ciągnik ma zostać naprawiona

Inna z mieszkanek dzielnicy zwraca uwagę, że problemy z przebiegiem granic nieruchomości nie są w tej części Gliwic czymś nowym.

– W tej okolicy podobnych historii związanych z granicami działek jest więcej. My sami jesteśmy w sporze z gminą o zasiedzenie fragmentu nieruchomości. Przez lata płoty i granice działek nie zawsze odpowiadały temu, co wynikało z dokumentów, dlatego do dziś zdarzają się tutaj różne niejasności – mówi. Jej zdaniem, bez poznania dokumentów obu stron trudno ferować wyroki tylko na podstawie tego, co można zobaczyć w terenie.

– Żeby jednoznacznie ocenić, kto w tym sporze ma rację, należałoby zobaczyć pełną dokumentację obu stron. Bez dokładnych map, zapisów w księgach wieczystych i dokumentów dotyczących podziału działek trudno wyciągać wnioski – zaznacza.

To ważne zastrzeżenie, bo właśnie dokumenty stały się najważniejszym elementem drugiego aktu tej historii.

Urzędnicy mówią: to własność gminy od 25 lat

Zarząd Dróg Miejskich w Gliwicach zdecydował się opublikować specjalne oświadczenie dotyczące własności gruntu. Miasto przekonuje, że sytuacja prawna działek nie pozostawia wątpliwości. Według ZDM gmina Gliwice jest właścicielem spornego terenu od 25 lat, a stan ten ma być potwierdzony wpisami w księdze wieczystej. Nieruchomość miała przejść na własność gminy w 2001 roku z mocy prawa, w następstwie podziału dokonanego na wniosek ówczesnego właściciela, zgodnie z art. 98 ustawy o gospodarce nieruchomościami. – Należy podkreślić, że wnioskującym o podział dwóch działek i wydzielenie gruntów przeznaczonych pod drogę był ten sam rolnik, który kilka dni temu zakwestionował prawo gminy do tego terenu i zaorał fragment świeżo wykonanej nawierzchni – poinformował Zarząd Dróg Miejskich w Gliwicach.

Według miasta, pojawiające się w internecie zdjęcia i mapy nie dowodzą, do kogo należy grunt.

– Ortofotomapy pokazują jedynie faktyczny sposób użytkowania terenu w dniu wykonania zdjęć. W przypadku działek nr 803 i 804 w Ostropie nie odzwierciedlają więc stanu prawnego gruntu. Pas gruntu należący do gminy jest szerszy niż teren faktycznie zajęty pod drogę – wyjaśnił ZDM. To stanowisko miasta. Rolnik, jak wynika z informacji przekazywanych przez służby po jego zatrzymaniu, nadal utrzymuje, że miał prawo do gruntu.

„Przyzwyczailiśmy się, że tej drogi może już nie być"

Asfaltowanie ulicy Rybackiej nie była inwestycją, która pojawiła się nagle i bez znaczenia dla okolicy. Mieszkańcy mówią, że na poprawę jej stanu czekali sporo czasu. – Na tę drogę czekaliśmy naprawdę długo. Kiedy w końcu rozpoczęły się prace, byliśmy wręcz zaskoczeni, bo zdążyliśmy się już przyzwyczaić do myśli, że być może ten remont nigdy nie dojdzie do skutku – opowiada Dagmara Malinowska.

Jak relacjonuje, roboty drogowe trwały od końca lipca. W tym czasie nie zauważyła żadnych prób ich blokowania. – Prace trwały tutaj od końca lipca i wcześniej nie dochodziło do żadnych podobnych incydentów. Sytuacja zmieniła się dopiero w momencie, gdy na drodze pojawiła się świeża warstwa asfaltu.

Dla części mieszkańców samo poszerzenie i wyremontowanie drogi jest po prostu rozwiązaniem praktycznym.

– Szersza i bezpieczniejsza droga służy wszystkim mieszkańcom, a nie tylko jednej osobie. Ja sama nigdy nie zdecydowałabym się na taki krok. W takich sytuacjach trzeba przede wszystkim zachować rozsądek i pamiętać, że żyjemy obok siebie – powiedziała nam inna mieszkanka Ostropy. Ale nawet ci, którzy chcieli remontu, dostrzegają drugą stronę zmiany. Nowy asfalt oznacza wygodniejszy dojazd, lecz może też przynieść coś, czego w Ostropie dotychczas było mniej: szybszy ruch. – Cieszymy się, że droga w końcu powstaje, ale z drugiej strony pojawia się obawa, że kierowcy zaczną jeździć tędy znacznie szybciej. To spokojna okolica i chcielibyśmy, żeby taka pozostała – mówi pani Dagmara. Bo kiedy pyta się mieszkańców, jak żyje się w tej części Gliwic, odpowiedź pada natychmiast.

– Dobrze. Spokojnie. I właśnie za tę ciszę najbardziej lubimy Ostropę.

Areszt dla rolnika z Gliwic. „Dosyć tego medialnego przedstawienia"

Przez ostatnie dni spokojna na co dzień Ostropa znalazła się w centrum zainteresowania całej Polski. Nie wszyscy mieszkańcy dobrze znoszą nagły rozgłos i kolejne pytania o sprawę rolnika.

– Mam już dosyć tego medialnego przedstawienia – mówi z przekąsem jeden z mieszkańców. To spór między człowiekiem, którego mijali od lat, a miastem, w którym mieszkają.

Sąd Rejonowy w Gliwicach zdecydował o jego tymczasowym aresztowaniu na trzy miesiące. Mężczyzna usłyszał prokuratorski zarzut zniszczenia mienia o znacznej wartości. Grozi mu od roku do 10 lat pozbawienia wolności. Według informacji przekazywanych po zatrzymaniu decyzja o wystąpieniu o areszt miała związek m.in. z obawą, że po ponownym wykonaniu nawierzchni może dojść do kolejnego zniszczenia drogi. W chwili zatrzymania 60-latek był trzeźwy. Jego ciągnik nie posiadał obowiązkowego ubezpieczenia OC i został odholowany na policyjny parking.

Zbyt surowy wyrok? Są wątpliwości

Decyzja o trzymiesięcznym areszcie również budzi wątpliwości. Mec. Łukasz Kowalski w komentarzu dla „Dziennika Zachodniego" zwraca uwagę, że sąd sięgnął po najsurowszy ze środków zapobiegawczych, choć do dyspozycji miał także m.in. dozór, zakaz opuszczania kraju czy poręczenie majątkowe.

– Mam ogromne wątpliwości, czy w tej sprawie tymczasowy areszt był rzeczywiście konieczny. Mamy nagrania, świadków i ustalonego podejrzanego, dlatego trudno na podstawie dostępnych informacji dostrzec realną obawę matactwa czy ucieczki – ocenia mec. Łukasz Kowalski.

Prawnik zastrzega przy tym, że nie zna pełnego materiału dowodowego, którym dysponował sąd. Z informacji medialnych wynika, że pełnomocnictwem pana Józefa zajmuje się anonimowy adwokat ze Śląska, który zdecydował się nie pobierać honorarium. Tymczasem miasto chce możliwie szybko zakończyć drogowy rozdział całej historii. Zarząd Dróg Miejskich zapowiedział, że do usuwania szkód na ulicy Rybackiej zamierza przystąpić lada dzień. Wcześniej magistrat informował, że rozpoczęcie prac uzależnione jest od formalnej zgody policji i prokuratury.

Skorygowano także pierwsze informacje dotyczące wartości szkód. Początkowo pojawiała się kwota około 400 tys. zł. Jak później wyjaśniło miasto, była to wartość całej inwestycji drogowej, a nie wyłącznie zniszczeń dokonanych przez rolnika. Ponowne wykonanie zniszczonej nawierzchni i podbudowy ma kosztować do 300 tys. zł.

Z ostatniej chwili

W piątek PAP podała, że prokuratura uchyliła areszt tymczasowy rolnikowi. Śledczy ustalili, że wbrew wstępnym szacunkom szkody wyrządzone przez podejrzanego nie stanowiły mienia znacznej wartości, co oznacza, że grozi mu łagodniejsza kara. Mężczyzna opuścił areszt.

eprasa.pl 10e5118778

PODRÓŻE

Ślad głębszy niż kanion. Historia polskiego odkrycia Colki

W 1981 roku kilku młodych Polaków zmierzyło się z rzeką Colca, przecinającą jeden z najgłębszych wąwozów świata. Dzięki nim poznaliśmy niezwykły kanion w południowym Peru



FOT. ARCHIWUM JACKA PAŁKIEWICZA

Kanion rzeki Colca został „odkryty" w 1981 roku przez grupę polskich kajakarzy. Dziś stanowi on drugą największą atrakcję turystyczną w Peru – po Machu Picchu, starożytnym mieście Inków

Jacek Pałkiewicz

Są miejsca, których nie da się zapomnieć. Nie dlatego, że zachwycają niezwykłym pięknem, lecz dlatego, że pozostawiają w człowieku ślad głębszy od własnych przepaści. Do takich miejsc należy peruwiański kanion Colca.

Kiedy po raz pierwszy stanąłem na jego krawędzi, długo nie mogłem oderwać wzroku od ogromu skalnej rozpadliny. Z wysokości kilku tysięcy metrów rzeka wyglądała jak srebrna nić zagubiona gdzieś na dnie ziemi, a krążące nad przepaścią kondory wydawały się większe od ludzkich marzeń. W takich chwilach człowiek uświadamia sobie, że natura nie potrzebuje monumentalnych budowli ani architektów. Od milionów lat tworzy dzieła, wobec których milkną nawet najbardziej doświadczeni podróżnicy.

Dzisiaj Colca jest jednym z obowiązkowych punktów każdej podróży po Peru. Nowoczesne drogi, punkty widokowe, hotele i restauracje sprawiają, że każdego roku przyjeżdżają tu dziesiątki tysięcy turystów z całego świata. Zachwycają się lotem kondorów, fotografują prekolumbijskie tarasy uprawne i wracają do domu przekonani, że odkryli jedno z najpiękniejszych miejsc Ameryki Południowej. Niewielu z nich wie jednak, że jeszcze czterdzieści pięć lat temu kanion pozostawał niemal nieznany, a jego dno uchodziło za przestrzeń nieprzystępną, tajemniczą i budzącą respekt nawet wśród mieszkańców Andów.

Rok 1981 zapisał się w historii eksploracji Peru wydarzeniem, które z perspektywy czasu trudno przecenić. Kilku młodych Polaków postanowiło zmierzyć się z rzeką Colca, przecinającą jeden z najgłębszych kanionów świata. Były to czasy, kiedy nie istniały satelitarne mapy dostępne w telefonach, drony pokazujące każdy zakręt rzeki ani ratownictwo gotowe w ciągu godziny dotrzeć śmigłowcem w najtrudniej dostępne miejsce. Wyprawy planowano na podstawie skąpych informacji, starych map i własnej intuicji. Każdy kilometr mógł przynieść niespodziankę, a każdy próg skalny okazać się pułapką bez odwrotu.

Nie była to pogoń za rekordem ani próba zdobycia rozgłosu. Była to eksploracja w najczystszym znaczeniu tego słowa – chęć poznania świata tam, gdzie wcześniej nikt nie dotarł. Pamiętam tamtą atmosferę doskonale, bo należeliśmy do pokolenia, które rozumiało, że prawdziwa przygoda zaczyna się tam, gdzie kończą się pewność i wygoda. Nasze wyprawy nie rodziły się przy komputerach ani w gabinetach specjalistów od marketingu. Powstawały z marzeń, odwagi i gotowości zaakceptowania ryzyka. Była to epoka, kiedy eksplorator wracał z podróży bogatszy przede wszystkim o doświadczenie, a nie o liczbę obserwujących w mediach społecznościowych.

Spływ Colką okazał się sukcesem, który odbił się szerokim echem w środowisku ludzi gór i rzek. Świat dowiedział się o niezwykłym kanionie ukrytym w południowym Peru, a z czasem zaczęli przybywać tam kolejni podróżnicy, kajakarze, alpiniści i turyści. Nie będzie przesadą

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

AKCJA CHARYTATYWNA 0211543660



eprasa.pl 10e5118778

stwierdzenie, że tamta wyprawa otworzyła Colkę dla światowej turystyki przygodowej. Dzisiaj trudno to sobie wyobrazić, ale zanim pojawiły się foldery reklamowe i kolorowe przewodniki, pierwszą wizytówką tego miejsca była odwaga kilku Polaków płynących przez rwący nurt między pionowymi ścianami kanionu.

Jednym z nich był Jerzy Majcherczyk. W historii podobnych ekspedycji często zdarza się, że wielka przygoda staje się pięknym wspomnieniem młodości. Ludzie wracają do codzienności, zmieniają zawody, zakładają rodziny, a fotografie z wypraw pokrywają się kurzem. W przypadku Jerzego stało się dokładnie odwrotnie – dla niego Colca nie była zakończeniem pewnego etapu życia, była jego początkiem.

Od tamtej wyprawy minęło już czterdzieści pięć lat, a on nadal wraca do Peru z tym samym entuzjazmem. Nie jako zdobywca szukający kolejnych sukcesów, lecz jako człowiek związany z miejscem i ludźmi, których przed laty spotkał na swojej drodze. Wielokrotnie obserwowałem podobne historie podczas własnych ekspedycji i wiem, że najtrwalsze więzi rodzą się nie podczas oficjalnych uroczystości, lecz przy wspólnym pokonywaniu trudności.

Jerzy zrozumiał to doskonale, dlatego jego działalność nie zakończyła się wraz z dopłynięciem do mety historycznego spływu. Zaczął wracać do Colki regularnie, poznając coraz lepiej mieszkańców doliny, ich codzienne troski, marzenia i potrzeby. Z czasem stał się nie tylko przewodnikiem po tym niezwykłym zakątku Peru, lecz także jego ambasadorem. Dzięki jego książkom tysiące ludzi po raz pierwszy usłyszały o kanionie Colca, o andyjskich wioskach i kulturze regionu Arequipa. Pisał z pasją człowieka, który nie opisuje egzotycznej ciekawostki, lecz miejsce, z którym związał znaczną część swojego życia.

Najpiękniejszym symbolem tej więzi jest szkoła imienia św. Jana Pawła II, której powstanie zawdzięczają właśnie jego determinacji mieszkańcy regionu. Ktoś mógłby powiedzieć, że to tylko budynek. Nic bardziej mylnego. W krajach rozwijających się szkoła jest inwestycją w przyszłość całej społeczności. To miejsce, w którym dzieci uczą się nie tylko pisać i liczyć, ale także wierzyć, że ich życie może wyglądać inaczej niż życie ich rodziców. Widziałem podobne szkoły w Amazonii, na Nowej Gwinei czy w afrykańskim buszu. Zawsze uderzało mnie jedno – tam gdzie pojawia się edukacja, rodzi się nadzieja. Budynek z cegły czy kamienia można wznieść w kilka miesięcy, ale jego znaczenie mierzy się dopiero po wielu latach, kiedy kolejne pokolenia opuszczają szkolne mury bogatsze o wiedzę i poczucie własnej wartości.

To zresztą cecha charakterystyczna ludzi naprawdę wielkiego formatu. Jadąc przez świat, nie ograniczają się do robienia zdjęć. Zostawiają po sobie trwały ślad. Przypomina mi się Ernest Malinowski, którego kolej transandyjska do dziś budzi podziw inżynierów. Myślę o Ignacym Domeyce, którego nazwisko znają wszyscy chilijscy uczniowie. Widzę Benedykta Dybowskiego poświęcającego życie mieszkańcom Kamczatki. Żaden z nich nie wyjeżdżał z Polski po to, by szukać własnej chwały. Wszyscy chcieli przede wszystkim coś zbudować, czegoś nauczyć, komuś pomóc. Jerzy Majcherczyk wpisuje się w tę samą tradycję. Może nie budował kolei przez Andy ani uniwersytetów, ale zbudował coś równie cennego – zaufanie i przyjaźń ludzi, którzy po czterdziestu pięciu latach nadal witają go jak członka własnej rodziny.

Peruwiańczycy potrafili to dostrzec. Państwo odznaczyło go za zasługi dla kraju, a wyróżnienie nadane przez prezydenta Peru nie było kurtuazyjnym gestem wobec zagranicznego podróżnika. Było wyrazem autentycznej wdzięczności za dziesięciolecia pracy wykonywanej z dala od kamer i oficjalnych uroczystości.

Kiedy dziś słyszę dyskusje o promocji Polski za granicą, często odnoszę wrażenie, że zbyt wiele uwagi poświęcamy kampaniom reklamowym, a zbyt mało ludziom, którzy od dziesięcioleci wykonują tę pracę bez rozgłosu. Dobry wizerunek kraju nie rodzi się podczas jednego kongresu ani konferencji prasowej. Powstaje z tysięcy drobnych gestów życzliwości, z uczciwości, profesjonalizmu i pamięci o drugim człowieku. Powstaje dzięki takim osobom, jak Jerzy Majcherczyk, które nie pytają, co mogą otrzymać od państwa, lecz zastanawiają się, co same mogą dać innym.

Dlatego z pewnym zdziwieniem obserwuję, że ludzie tego formatu nie zawsze znajdują należne miejsce w zbiorowej pamięci własnego kraju. Od lat funkcjonuje u nas niepisana kategoria ludzi określanych pół żartem, pół serio jako „nie nasi". Nie należą do żadnego wpływowego środowiska, nie zabiegają o obecność w telewizji, nie uczestniczą w salonowych sporach. Po prostu pracują. Cicho i konsekwentnie. Paradoks polega na tym, że często szybciej dostrzegają ich obcy niż rodacy.

Ministerstwo Spraw Zagranicznych ustanowiło przed laty odznaczenie Bene Merito dla osób szczególnie zasłużonych w budowaniu dobrego imienia Polski poza granicami kraju. Trudno o piękniejszą ideę. Zawsze uważałem, że największymi ambasadorami ojczyzny nie są ci, którzy najgłośniej o niej mówią, lecz ci, dzięki którym obcokrajowcy zaczynają Polskę po prostu lubić i szanować. Mam wrażenie, że życiorys Jerzego Majcherczyka doskonale wpisuje się w sens tego odznaczenia. Nie dlatego, że przepłynął jeden z najtrudniejszych kanionów świata, lecz dlatego, że przez czterdzieści pięć lat potrafił zamieniać przygodę w odpowiedzialność, a fascynację Peru w trwałą przyjaźń między dwoma narodami.

Kiedy dziś staję nad krawędzią Colki, nie myślę wyłącznie o jej imponującej głębokości ani o kondorach majestatycznie szybujących nad przepaścią. Myślę przede wszystkim o ludziach. O młodych Polakach, którzy w 1981 roku mieli odwagę wpłynąć tam, gdzie inni widzieli jedynie niebezpieczeństwo. I o jednym z nich, który po zakończeniu wyprawy nie zamknął tego rozdziału życia, lecz pisał go dalej przez kolejne cztery i pół dekady. To właśnie dlatego uważam, że najgłębszy ślad w Colce nie został wyżłobiony przez rzekę. Pozostawił go człowiek, który zrozumiał, że prawdziwa wielkość podróży polega nie na tym, dokąd się dotarło, ale na tym, co dobrego zostawiło się po sobie.

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

MIESZKANIE własnościowe 94 m^2, 4 pokoje z kuchnią i balkonem, jeden lokator, 2 piętro, stych, przy deptaku, sprzedam lub zamienię na 2 mieszkania 2 pok.; do uzgodnienia t. 691-636-371

Praca

ZATRUDNIĘ

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

NA pomocnika z mieszkaniem 509 986 080

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

MALOWANIE i inne prace/693-051-624

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

MYCIE, malowanie dachów, elewacji, szkła, kostki brukowej itp., 514-299-106

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

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

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

OGRODNICZE

WYCINKA drzew, podcinanie, porządkowanie działek, koszenie, usuwanie karp, wywóz gałęzi, zakładanie trawników, ogrodzenia z siatki, 514-299-106

PORZĄDKOWE

SPRZĄTANIE piwnic, strychów, garaży, działek, domów po lokatorach i zmarłych, wywóz rzeczy, ubrań, gruzu, kucie, prace rozbiórkowe,, 887-069-855

WYWÓZ złomu, sprzętu agd, rtv, gruzu, sprzątanie działek, piwnic, inne, rozbiórki domów, szklarni itp,, 514-299-106

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus 7dniowy od 1250zł. Ful opcja, cisza, spokój, natura, miodowyraj.pl 501642492.

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

KRAJ - MORZE

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

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

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

Towarzyskie

ATRAKCYJNA 40-latka, 663-941-059

SANDRA, 885-213-554

EKSPRESOWE OGŁOSZENIA z dnia na dzień

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

BIAŁY montaż hydrauliczny, malowanie, gładź, glazura, panele, cykliniowanie, lakierowanie, zabudowa k-g, elektryka, nietypowe zlecenia, 883-211-674

REKLAMA 0011568510

PP.6722.2.2025 Chrzanów, dnia 17 sierpnia 2026 r.

OGŁOSZENIE

o rozpoczęciu konsultacji społecznych projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko

Na podstawie art. 17 pkt 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz.U. z 2026 r., poz. 538) w związku z art. 67 ust. 3 pkt 2 ustawy z dnia 7 lipca 2023 r. o zmianie ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz niektórych innych ustaw (Dz. U. z 2023 r., poz. 1688), art. 6e ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 20 maja 2016 r. o inwestycjach w zakresie elektrowni wiatrowych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 317), art. 39 w związku z art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz.U. z 2026 r., poz. 670 ze zm.), oraz uchwały Rady Gminy Chrzanów nr XIII/60/2025 z dnia 31 stycznia 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla fragmentu obrębu Łada, zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych oraz o możliwości składania uwag i zapoznania się z niezbędną dokumentacją projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, na podstawie którego mają być lokalizowane elektrownie wiatrowe, w dniach od 31 sierpnia 2026 r. do 30 października 2026 r. (włącznie), w siedzibie Urzędu Gminy Chrzanów, w godzinach urzędowania, oraz na stronie BIP www.chrzanow.e-biuletyn.pl/.

Spotkanie otwarte nad przyjętymi w projekcie planu miejscowego rozwiązaniami odbędzie się w dniu 14 września 2026 r. o godz. 16.00 w siedzibie Urzędu Gminy Chrzanów, Chrzanów Trzeci 112, 23-305 Chrzanów. Spotkanie otwarte odbędzie się również za pomocą środków porozumiewania się na odległość w dniu 14 września 2026 r. o godz. 16.00, umożliwiających zabieranie głosu, zadawanie pytań i składanie uwag przez jednoczesną transmisję obrazu i dźwięku oraz zadawanie pytań i składanie uwag w formie zapisu tekstowego, za pośrednictwem platformy komunikacyjnej, udostępnionej pod adresem: https://meet.google.com/dqq-sjak-azb. Dyżur projektanta odbędzie się po spotkaniu otwartym oraz w dniach 15 i 16 września 2026 r. w godz. 15.00-17.00, pod nr tel. 533 339 102.
Równocześnie w związku trwającym postępowaniem w sprawie strategicznej oceny oddziaływania na środowisko zainteresowani mogą składać uwagi do prognozy oddziaływania na środowisko sporządzonej na potrzeby planu. Zgodnie z art. 8g ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, uwagę do projektu aktu planowania przestrzennego składa się na piśmie utrwalonym w postaci papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, na formularzu w postaci papierowej udostępnionym na ww. stronie BIP lub w formie dokumentu elektronicznego. Składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą, oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu. Uwagi należy składać na adres: Urząd Gminy Chrzanów, Chrzanów Trzeci 112, 23-305 Chrzanów lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w tym na adres e-mail: gmina@chrzanow.eurzad.eu, w terminie do dnia 30 października 2026 r. Organem właściwym do rozpatrzenia złożonych uwag jest Wójt Gminy Chrzanów.
Informacja o przetwarzaniu danych osobowych znajduje się na stronie internetowej Biuletynu Informacji Publicznej Gminy Chrzanów: www.chrzanow.e-biuletyn.pl/.

Wójt Gminy Chrzanów
Marcin Sulowski

eprasa.pl 10e5118778

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Syndrom SMS-owej szyi może naprawdę boleć. Skąd się bierze, jak go wyleczyć i jak mu zapobiegać?

NEUROLOGIA

Wyjątkowi czy tylko inni? Zaskakujące fakty o leworęczności, o których nie miałeś pojęcia

Leworęczność, jeszcze do niedawna piętnowana, obecnie już nikogo nie dziwi. Z badań natomiast wynika, że osoby preferujące lewą rękę są bardziej kreatywne i spostrzegawcze od praworęcznych

Monika Góralska



FOT. FREEPIK

Leworęczność wynika głównie z czynników genetycznych lub kulturowych, ale można ją też wyćwiczyć. Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała

Leworęczność, dawniej nazywana mańkuctwem, to używanie do pisania, jedzenia czy wykonywania precyzyjnych czynności głównie lewej ręki. Większość osób na świecie jest praworęczna – leworęczni stanowią zaledwie 10-15 proc. całej populacji.

Tendencja do używania lewej ręki wynika z silniejszego rozwoju prawej półkuli mózgu (ponieważ półkule odpowiadają za przeciwległe strony: lewa za prawą stronę ciała, a prawa za lewą). Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała.

Naukowcy uważają, że leworęczność jest dziedziczna. Jednak większość leworęcznych dzieci (około 80 proc.) ma praworęcznych rodziców. Natomiast w przypadku gdy oboje rodzice są leworęczni, prawdopodobieństwo, że ich dziecko będzie leworęczne, wynosi aż 46 proc. Ta skłonność ujawnia się już w życiu płodowym, nasila się stopniowo wraz z rozwojem dziecka i utrwala około 2. roku życia.

Krótka historia leworęczności

Leworęczność wynika także z wpływu czynników kulturowych. Istniała bowiem od zawsze. Już w prehistorycznych jaskiniach archeolodzy odkryli malowidła wykonywane przez osoby leworęczne. Jednak przez wieki osoby preferujące lewą rękę były postrzegane inaczej niż praworęczne.

W starożytności leworęczność uważano za dar od bogów. Natomiast w czasach średniowiecza uznawana była za domenę magów, czarownic, a nawet samego diabła, który miał chrzcić swoich wyznawców lewą ręką. Jeszcze do lat 80. XX wieku leworęczne dzieci były strofowane za pisanie lewą ręką i zmuszane do posługiwania się tylko ręką prawą.

Wiem to z autopsji, bo wychowywałam się w tamtych czasach jako osoba leworęczna. Na szczęście moi rodzice nigdy nie „przestawiali" mnie na prawą rękę tak jak np. rodzice mojej koleżanki, która z tego powodu umie pisać teraz obiema rękoma, ale preferuje lewą, bo tak jest jej znacznie wygodniej.

Musiałam jednak dostosować się, aby funkcjonować w świecie przystosowanym do osób praworęcznych, co nie było do końca łatwym zadaniem. To, co dla innych naturalne,mnie początkowo sprawiało trudność. Wykonywanie niektórych czynności siłą rzeczy musiałam opanować także za pomocą prawej ręki, np. obsługę skrzyni biegów w samochodzie czy myszki komputerowej. Do dziś mam jednak problem z jedzeniem sztućcami (w której nóż, a w której widelec?), a czasem także mylą mi się strona prawa z lewą, chociaż nigdy za kierownicą, co jest zaskakujące.

Z badań wynika, że leworęczne dzieci, które były zmuszane do pisania prawą ręką, miały gorsze wyniki nauki w szkole, nie chciały do niej chodzić, a nawet miały zaburzenia nerwicowe takie jak tiki, lęki i jąkanie.

Na szczęście obecnie nikt już nie uważa leworęczności za wadę i nie próbuje jej usilnie naprawiać. Można już kupić nożyczki, zeszyty czy inne przybory szkolne, a nawet narzędzia czy przybory kuchenne zaprojektowane specjalnie dla osób leworęcznych.

Cechy osób leworęcznych

Wbrew teoriom z początku lat 80. XX w. nowsze badania udowodniły, że osoby leworęczne nie są pod żadnym względem „gorsze" od praworęcznych, a wręcz przeciwnie. W niektórych dziedzinach wyróżniają się nieprzeciętnymi umiejętnościami. Może to wynikać z faktu, że leworęczność jest „trudniejsza" dla mózgu i wiąże się z większym wysiłkiem umysłowym. Leworęczni są bardziej spostrzegawczy i kreatywni, mają większą zdolność do nieszablonowego myślenia. Lepiej radzą sobie z rozwiązywaniem trudnych problemów, mają też większą zdolność do nauki języków obcych oraz większy zasób słownictwa niż osoby praworęczne.

Leworęczność występuje u około 10-12% populacji na całym świecie, co oznacza, że jest to stosunkowo rzadka preferencja manualna. Częstość ta może się różnić w zależności od kraju i kultury

Z badań neuropsychologów wynika, że połączenia między lewą i prawą półkulą mózgu działają u nich szybciej. Dzięki temu leworęczni myślą szybciej, bo obie półkule mózgowe dzielą się zadaniami po równo. Szybciej też przetwarzają i interpretują dużą ilość informacji oraz większa ilość osób leworęcznych ma IQ (iloraz inteligencji) znacznie powyżej przeciętnej. Z innych badań natomiast wynika, że osoby posługujące się sprawniej lewą ręką częściej cierpią na alergie, choroby autoimmunologiczne i choroby tarczycy.

Nowe badanie naukowców z Max Planck Institute wykazało, że leworęczność może być uwarunkowana genetycznie. Badacze zidentyfikowali rzadką kombinację genów zaangażowaną w kontrolowanie kształtu komórek i zarejestrowali ją aż 2,7 razy częściej u osób, które deklarują leworęczność. Wariant ten, nazwany genem TUBB4B, dotyczy jednak niewielkiej liczby wszystkich leworęcznych osób. Zauważono go tylko u około0,1 proc. badanych, jednak naukowcy są zgodni, że TUBB4B może grać istotną rolę w generalnym rozwoju asymetrii mózgowej, która determinuje wybór ręki dominującej.

– Przykładowo u większości ludzi lewa półkula dominuje w przypadku umiejętności językowych, a prawa w przypadku zadań, które wymagają orientacji w przestrzeni – tłumaczy neurobiolog Clyde Francks z holenderskiego wydziału psycholingwistyki Instytutu Maxa Plancka, autor badania opublikowanego w piśmie naukowym „Nature". – Zwykle lewa półkula dominuje nad prawą dłonią. Łączący je nerw przechodzi z lewej na prawą przez niższe struktury mózgu. U leworęcznych zaś to prawa półkula dominuje nad dłonią dominującą.

Leworęczni mają swoje święto

Wśród znanych i wybitnych osób w historii znajduje się wielu leworęcznych, m.in. Arystoteles, Napoleon, Leonardo da Vinci, Maria Skłodowska-Curie, Newton, Charlie Chaplin, Steve Jobs, Bill Gates, Lady Gaga, Ronald Reagan, Barack Obama, Andrzej Wajda czy Albert Einstein.

Międzynarodowy Dzień Osób Leworęcznych – święto osób leworęcznych – obchodzone jest 13 sierpnia. Organizuje je od 1992 roku międzynarodowa organizacja „Klub Leworęcznych" (ang. The Left Handers Club) powstała w 1990 roku, której siedziba znajduje się w Wielkiej Brytanii. W Polsce po raz pierwszy obchodzono jew 2006 roku.

eprasa.pl 10e5118778

U STOMATOLOGA

Dentysta może może ci zadać bardzo dziwne pytania. To nie przypadek

Rozmowa z dentystą może obejmować kwestie dotyczące jakości snu, poziomu stresu, chrapania, a także stosowania różnych leków

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Okazuje się, że sen ma ze zdrowiem jamy ustnej znacznie więcej wspólnego, niż mogłoby się wydawać. Nie chodzi jedynie o sny, w których wypadają zęby. W końcu około jednej trzeciej życia spędzamy śpiąc, a w tym czasie jama ustna wcale nie jest całkowicie „wyłączona".

– Przede wszystkim w czasie snu spada wydzielanie śliny, co może sprzyjać rozwojowi próchnicy, jeśli zapomnieliśmy o wieczornym umyciu zębów, ponadto suchość nasila oddychanie przez usta. Dentysta może zapytać o chrapanie, w którym niemałą rolę odgrywa obecność wad zgryzu, ale co więcej, dentysta może także zalecić szynę minimalizującą tę dolegliwość i poprawiającą utrzymanie właściwego toru oddechowego. Także dentysta, pytając o sen, może zasugerować wizytę u laryngologa, podejrzewając bezdech senny – opisuje lek. dent. Paulina Moczyńska z VIVADENTAL Medicover Stomatologia w Gdańsku.

Specjaliści zwracają również uwagę, że popularne ostatnio zaklejanie ust lub nosa na noc za pomocą specjalnych plastrów nie jest rozwiązaniem problemów z oddychaniem podczas snu. Tego typu metody nie mają potwierdzonej skuteczności, a wszelkie trudności z drożnością nosa powinny być konsultowane z lekarzem.

Podczas wizyty stomatolog może więc dopytywać nie tylko o samo chrapanie, lecz także o inne objawy mogące świadczyć o zaburzeniach snu. Wśród nich są m.in. poranny nieświeży oddech, uczucie suchości w ustach wymagające nocnego popijania wody, epizody przerw w oddychaniu czy brak poczucia wypoczynku po przebudzeniu. Cennym źródłem takich informacji bywa nie tylko partner śpiący obok, ale również aplikacje monitorujące sen i rejestrujące nocne zaburzenia oddechu.

Żyjesz w stresie? To pytanie może paść w gabinecie

Na pierwszy rzut oka pytanie o poziom stresu może wydawać się mało związane z wizytą u stomatologa. Coraz więcej badań i doświadczeń klinicznych pokazuje jednak, że przewlekłe napięcie psychiczne potrafi bardzo wyraźnie odbijać się na zdrowiu jamy ustnej, wpływając zarówno na stan zębów, jak i tkanek otaczających.

– U niektórych osób przewlekły, nasilony stres objawia się rozwinięciem bruksizmu, czyli nieświadomego, nadmiernego zaciskania i zgrzytania zębami. Może on wystąpić zarówno nocą, jak i za dnia, podczas zwiększonego napięcia. Ma całkiem poważne skutki, jak na przykład pojawianie się ubytków przyszyjkowych, ścieranie i kruszenie szkliwa, rozchwianie zębów oraz zaburzenia stawów skroniowo-żuchwowych objawiających się trudnymi do zdiagnozowania bólami w obrębie żuchwy, uszu, oczu, głowy i karku – wyjaśnia dentystka i dodaje: – Mało tego! U osób odczuwających przewlekłe napięcie może dojść do rozwinięcia aftoz w wyniku reakcji układu odpornościowego. Pamiętajmy, że stres nie jest pojęciem abstrakcyjnym, a jest to szereg reakcji fizjologicznych naszego organizmu w odpowiedzi na odczuwane zagrożenie.

Czy przyjmuje pani leki na cukrzycę?

Jeszcze niedawno pytanie o leki stosowane w leczeniu otyłości lub cukrzycy trudno byłoby uznać za element standardowego wywiadu stomatologicznego. Dziś jednak analogi GLP-1 są tak powszechnie stosowane, że informacja o ich przyjmowaniu może mieć znaczenie również dla zdrowia jamy ustnej i przebiegu leczenia dentystycznego.

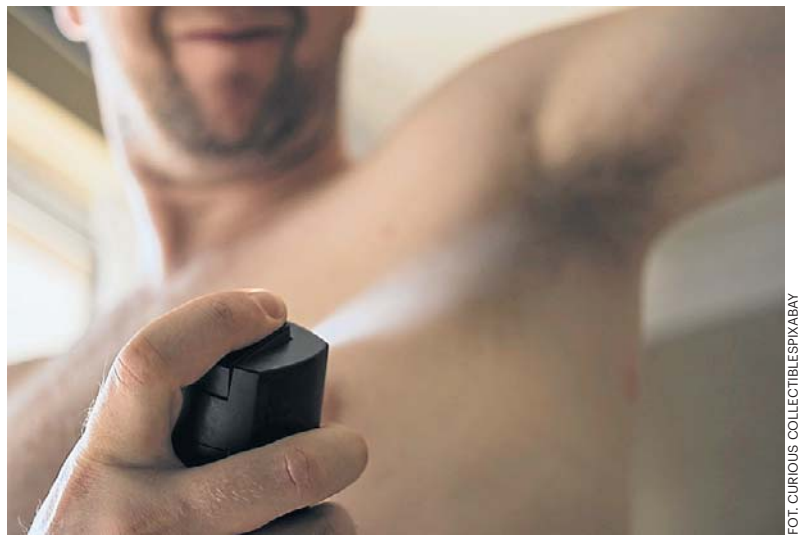
– Leki stosowane w terapii choroby otyłościowej oprócz łaknienia mogą zmniejszać odczuwanie pragnienia i takie głosy pacjentów do nas dochodzą, że zapominają pić. A jeśli mało pijemy, wracamy do pierwotnego problemu, czyli zbyt małej ilości śliny w jamie ustnej. Przez to ryzyko próchnicy i chorób dziąseł znacząco rośnie.

Sprawą poważną są też refluks żołądkowo-przełykowy i wymioty. Te czynniki obniżają pH w jamie ustnej, a więc zwiększają kwasowość, co z kolei skutkuje rozwojem kwasowej erozji szkliwa, a to obserwujemy m.in. po charakterystycznych zmianach na odjęzykowej stronie koron – przestrzega ekspertka z VIVADENTAL Medicover Stomatologia.



FOT. MAGNIFIC

Wywiad, jaki z pacjentem przeprowadza stomatolog, może być bardzo szczegółowy i dotyczyć nie tylko jamy ustnej



FOT. CURIOUS COLLECTIBLESPIXABAY

Zastosowanie dezodorantu na noc po kąpieli może zachować przyjemny zapach skóry do poranka, a nawet dłużej

HIGIENA

Rano, a może wieczorem? Wiemy, kiedy najlepiej stosować antyperspirant

Gabriela Fedyk

Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu? Jedni robią to po kąpieli przed położeniem się spać, inni czekają z aplikacją do rana. Kto ma rację?

Codziennie myjesz zęby, twarz, ciało i nakładasz dezodorant. Niektórzy tę ostatnią czynność robią wieczorem, przed pójściem spać, inni przy porannej toalecie. Co na to ekspertka? Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu?

– Najpierw warto wspomnieć o tym, że dezodorant i antyperspirant to są różne preparaty dla osób o różnych potrzebach – mówi dr Karolina Kozera-Wojtan, dermatolożka, lekarka medycyny estetycznej grupy LUX MED.

Na czym polega różnica?

– Dezodorant niweluje nieprzyjemny zapach i minimalnie zmniejsza ilość tworzących się bakterii, natomiast antyperspirant jest preparatem specjalistycznym dla osób z nadpotliwością skóry, który ma ograniczać pracę gruczołów potowych – wyjaśnia ekspertka.

Jak podkreśla dr Kozera-Wojtan, aplikowanie antyperspirantu na noc powoduje lepsze wchłanianie się i zwiększa jego efektywność.

– W nocy praca gruczołów potowych jest mniejsza, mniejsza wilgotność sprzyja również wchłanianiu – dodaje.

Dr Karolina Kozera-Wojtan mówi, że nakładanie antyperspirantów na noc sprzyja osiągnięciu najlepszych efektów działania. W przypadku dezodorantów nie ma ani takich wskazań bezpośrednich, ani przeciwwskazań.

– Praca gruczołów potowych jest mniejsza i też mniejsze zapotrzebowanie na dezodorant. Z drugiej strony mniej, ale nadal pracują i po zastosowaniu dezodorantu na noc po kąpieli możemy zachować przyjemny zapach skóry tej okolicy do poranka albo i dłużej – dodaje dermatolożka.

Dlaczego lepiej nakładać antyperspirant wieczorem?

W nocy temperatura twojego ciała spada, a to oznacza, że mniej się pocisz. Gdy gruczoły potowe są mniej aktywne, kanaliki potowe mogą lepiej wchłaniać substancję czynną z antyperspirantu. To właśnie w nocy produkt ma czas, aby wniknąć i skutecznie zablokować kanaliki potowe.

Rano gruczoły potowe są bardziej aktywne, a substancje czynne mogą mieć trudności z wniknięciem w skórę i dotarciem do miejsc, w których powinny się znaleźć.

Co ważne, nie rób tego od razu po kąpieli. Dlaczego? Antyperspiranty są najskuteczniejsze, gdy są stosowane na bardzo suchą skórę. Jeśli powierzchnia skóry jest wilgotna, antyperspirant nie dotrze do wnętrza porów, co jest konieczne, aby blokować pot. Najlepiej nakładaj go po wytarciu ręcznikiem i całkowitym wyschnięciu pach.

Warto pamiętać, że pocenie reguluje temperaturę ciała i chroni organizm przed przegrzaniem. Za ten proces odpowiadają głównie gruczoły ekrynowe rozmieszczone na całej skórze.

Z kolei gruczoły apokrynowe (m.in. pod pachami) produkują pot, który w połączeniu z bakteriami może powodować nieprzyjemny zapach. Dlatego tak ważna jest nasz codzienna higiena.

eprasa.pl 10e5118778

W GABINECIE SPECJALISTY



FOT. GETTY IMAGES

Nie można bagatelizować pierwszych sygnałów, które mogą świadczyć o problemach z naczyniami krwionośnymi. Teraz łatwiej jest umówić się na pierwszą wizytę

Chirurg naczyniowy w centralnej e-rejestracji. Łatwiej o pierwszą wizytę

Od niedawna pacjenci mogą łatwiej umówić się na pierwszą wizytę u chirurga naczyniowego i angiologa. Warto z tego skorzystać.

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Żylaki to jeden z najczęstszych problemów zdrowotnych współczesnych Polaków. Z przewlekłą niewydolnością żylną zmaga się niemal połowa dorosłej populacji, a schorzenie to występuje częściej niż takie choroby przewlekłe, jak cukrzyca czy nadciśnienie tętnicze. Kluczowe znaczenie dla skutecznego leczenia ma wczesna diagnostyka oraz konsultacja z odpowiednim specjalistą.

Od 1 sierpnia 2026 r. pacjentom ma to ułatwić rozszerzona centralna e-rejestracja, która obejmuje kolejne specjalizacje, w tym angiologię i chirurgię naczyniową.

Czym różni się chirurg naczyniowy od angiologa?

Do systemu zostali włączeni także endokrynolodzy, nefrolodzy, neonatolodzy, pulmonolodzy, specjaliści chorób zakaźnych, hepatolodzy oraz lekarze zajmujący się chorobami układu odpornościowego.

Choć zarówno angiolog, jak i chirurg naczyniowy zajmują się chorobami naczyń krwionośnych i układu limfatycznego, zakres ich pracy jest nieco inny.

Angiolog koncentruje się przede wszystkim na diagnostyce oraz leczeniu zachowawczym – dobiera odpowiednią farmakoterapię, zaleca profilaktykę i monitoruje przebieg choroby.

Chirurg naczyniowy również diagnozuje schorzenia naczyń, jednak jego specjalnością jest leczenie zabiegowe i operacyjne.

Jak zapisać się do angiologa lub chirurga naczyniowego?

Od 1 sierpnia pierwszą wizytę u angiologa lub chirurga naczyniowego można umówić łatwiej niż dotychczas – bez wychodzenia z domu i bez konieczności kontaktu z rejestracją placówki. Wszystko można załatwić online, korzystając z Internetowego Konta Pacjenta lub aplikacji mojeIKP.

Dla osób, które wolą tradycyjne rozwiązania, nadal pozostanie możliwość rejestracji telefonicznej lub bezpośrednio w poradni. W takiej sytuacji pracownik placówki wprowadzi zgłoszenie do systemu w imieniu pacjenta.

Nowe rozwiązanie ma przede wszystkim ułatwić znalezienie dogodnego terminu i ograniczyć czas spędzony na poszukiwaniu wolnych miejsc. System pozwoli nie tylko sprawdzić dostępne wizyty, ale także je przełożyć lub odwołać. Pacjenci otrzymają również przypomnienia SMS i e-mail, dzięki czemu łatwiej będą pamiętać o zaplanowanej konsultacji.

Warto wspomnieć też o funkcji poczekalni, która „pilnuje" wolnych terminów za pacjenta. Gdy zwolni się wizyta odpowiadająca jego oczekiwaniom, system może automatycznie zaproponować zapisanie się na konsultację. Nie warto bagatelizować pierwszych sygnałów, które mogą świadczyć o problemach z naczyniami krwionośnymi. Do wizyty u angiologa lub chirurga naczyniowego powinny skłonić przede wszystkim żylaki kończyn dolnych, uczucie ciężkości nóg, obrzęki, przebarwienia skóry, a także drętwienie, mrowienie czy ból kończyn. Konsultacja ze specjalistą jest wskazana również wtedy, gdy pojawiają się nawracające duszności lub ból w klatce piersiowej, zwłaszcza jeśli promieniuje do innych jej części. Takie objawy mogą świadczyć o poważnych schorzeniach naczyniowych i wymagają szybkiej diagnostyki.

Dostęp do specjalisty zależy od miejsca zamieszkania

Różnice między województwami są znaczące.

W woj. łódzkim na pierwszą wizytę czeka się średnio 91 dni, w małopolskim kolejka wynosi średnio aż 479 dni. W lubelskim to 111 dni, w kujawsko-pomorskim 235 dni, a w dolnośląskim 309 dni.

DIETA

Nie chodzi o to, co jesz, lecz jak to jesz. Zacznij jeść uważnie, a poczujesz się lepiej i schudniesz

Emil Hoff

Drobna zmiana w sposobie spożywania posiłków może odmienić twoje życie. Polski naukowiec, prof. Wojciech Kolanowski, tłumaczy, dlaczego każdy powinien jeść uważnie.

Nie tylko to, co jemy, ma wpływ na nasze zdrowie, kondycję i sylwetkę, ale także to, w jaki sposób spożywamy nasze posiłki – wynika z badań prof. Wojciecha Kolanowskiego, eksperta ds. żywienia z Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Przemyślu.

Jedzenie jest złożonym procesem

– Jedzenie to złożony proces biopsychospołeczny. Oznacza to, że posiłek nie tylko dostarcza organizmowi energii, ale reguluje wiele układów: hormonalny, nerwowy, metaboliczny i emocjonalny – mówi prof. Kolanowski w rozmowie z PAP, komentując swoją najnowszą publikację napisaną razem z dr Robertą Foligni z Uniwersytetu San Rafaele w Rzymie.

Według autorów kluczowe dla naszego zdrowia jest uważne jedzenie, które powinno stanowić podstawę higieny żywienia. Uważne jedzenie powoduje, że pokarm lepiej się trawi, następuje lepsza odpowiedź insulinowa, wydzielane są odpowiednio wcześnie hormony odpowiedzialne za poczucie sytości.

Dzięki temu lepiej przyswajamy substancje odżywcze i szybciej czujemy się nasyceni, a więc nie przejadamy się. Uważne jedzenie wiązane jest – według prof. Kolanowskiego – także z tzw. osią jelito-mózg.

Kto je uważnie, u tego sygnały sytości przekazywane są sprawniej nerwem błędnym, dzięki czemu łatwiej nam kontrolować porcje i w konsekwencji masę ciała.

Uważne jedzenie to koncepcja kładąca nacisk – jak można się domyślić po nazwie – na skupianiu uwagi na posiłku. Kiedy skupiamy się na jedzeniu, nasze ciało przeprowadza szereg reakcji, które mają przygotować organizm na przyjęcie pokarmu i wchłonięcie zawartych w nim substancji odżywczych. Dobrze przygotowany do jedzenia organizm lepiej trawi i nasyca się szybciej, dzięki czemu możemy wyciągnąć więcej z każdego posiłku, a jednocześnie jeść mniej.

Jak jeść uważnie?

Prof. Wojciech Kolanowski udziela wskazówek:

- nie spiesz się. Jedz przez 20-30 minut, rób krótkie przerwy między kolejnymi kęsami;
- dokładnie gryź i przeżuwaj. To ułatwia trawienie, a także dodatkowo spowalnia jedzenie;
- nie rozpraszaj się. Odłóż telefon, nie oglądaj telewizji przy obiedzie. Skup się na posiłku – jego smaku, zapachu, fakturze;
- staraj się odprężyć. Myśl o jedzeniu, nie o pracy czy obowiązkach. Oddychaj głęboko i spokojnie;
- skończ, gdy poczujesz sytość. To kluczowe – uczucie sytości sygnalizuje, że organizm ma już dość pokarmu i możesz przestać jeść;
- jedz o regularnych porach. Odpowiedź hormonalna, metaboliczna, nerwowa i emocjonalna na jedzenie jest najlepsza wtedy, gdy przyzwyczaimy ciało do posiłków o stałych porach. Wtedy organizm sam nastraja się do jedzenia.



FOT. PIXABAY

Codzienne nawyki związane z jedzeniem mają ogromny wpływ na nasze zdrowie i kondycję. Warto jeść uważnie – zaleca naukowiec

eprasa.pl 10e5118778

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Czy warto jeść grzyby?

Jakie wartości odżywcze posiadają grzyby?

Grzyby posiadają zaskakująco wysoką gęstość odżywczą, a tak określa się wskaźnik jakości jedzenia. Na liście ANDI, która określa gęstość odżywczą produktu, zajmują one wysokie miejsce, deklasując takie produkty jak cukinia, sałata lodowa, pomidor czy truskawki.
W zależności od gatunku zawierają około 70%-90% wody, a sucha masa to głównie białka, w skład których wchodzą prawie wszystkie aminokwasy (w tym egzogenne). Zawierają dużą ilość witamin (witamina A, witaminy z grupy B: B1, B2, B3, B9, B12 oraz witaminę C, D i E oraz minerałów, głównie potasu, fosforu, wapnia i magnezu a także naturalny, silny antybiotyk, aby zwalczać inwazje bakterii (penicylina, streptomycyna i tetracyklina pochodzą właśnie z ekstraktu grzybów).

Są także sposobem na super odporność, ponieważ zawierają złożone substancje o silnym działaniu przeciwbakteryjnym, przeciwwirusowym, antyalergicznym, immunomodulującym, przeciwzapalnym i przeciwmiażdżycowym.

Dlaczego borowik zachwyca grzybiarzy i smakoszy?

Borowik szlachetny, czyli prawdziwek, to nie tylko jeden z najsmaczniejszych, ale również najbardziej wartościowych grzybów jadalnych. Składa się głównie z wody, dlatego jest niskokaloryczny – 100 g świeżych owocników dostarcza zaledwie około 50–70 kcal.
Jednocześnie wyróżnia się na tle wielu innych grzybów stosunkowo wysoką zawartością białka, a także dostarcza niewielkich ilości zdrowych tłuszczów i węglowodanów. Grzyby te są również cennym źródłem składników mineralnych, takich jak potas, fosfor, magnez, selen, cynk i żelazo. Zawierają ponadto witaminy z grupy B, witaminę D (zwłaszcza po ekspozycji na światło słoneczne) oraz niewielkie ilości witaminy C. Dzięki obecności selenu i innych związków o właściwościach przeciwutleniających pomagają chronić komórki przed stresem oksydacyjnym i wspomagają prawidłową pracę układu immunologicznego.

Co naprawdę kryje się w kurkach?

Kurki to nie tylko wyjątkowy smak, ale też prawdziwa skarbnica naturalnych związków bioaktywnych. Naukowcy znaleźli w nich m.in. karotenoidy, związki fenolowe i polisacharydy, substancje, które zwracają uwagę ze względu na swoje właściwości przeciwutleniające. To właśnie one pomagają chronić komórki przed stresem oksydacyjnym, czyli niekorzystnym działaniem nadmiaru wolnych rodników. Złocista barwa kurek nie jest przypadkowa. Odpowiadają za nią karotenoidy, znane również z tego, że wspierają prawidłowe funkcjonowanie wzroku i pomagają utrzymać dobrą kondycję skóry. Kurki dostarczają także błonnika, który sprzyja prawidłowej pracy jelit oraz cennych minerałów, takich jak potas, fosfor, magnez, żelazo czy cynk. Ciekawostką jest również obecność ergosterolu. Ten związek może pod wpływem promieniowania UV przekształcać się w witaminę D2 – jedną z witamin ważnych dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Dlaczego warto jeść boczniaka?

Boczniak ostrygowaty to prawdziwy skarb natury, który łączy wyjątkowy smak z imponującym składem odżywczym. Choć wielu osobom kojarzy się głównie z kuchnią wegetariańską, zdecydowanie zasługuje na większą uwagę także jako element zdrowej, codziennej diety. Boczniaki są lekkie, niskokaloryczne i jednocześnie pełne wartościowych składników. W 100 g dostarczają około 40 kcal, a przy tym zawierają białko, błonnik, witaminy z grupy B oraz związki bioaktywne, które od lat interesują naukowców. Jednym z największych atutów boczniaków są beta-glukany, czyli naturalne polisacharydy, które wspierają prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego. Grzyby te dostarczają również antyoksydantów pomagających chronić komórki przed stresem oksydacyjnym oraz błonnika, który sprzyja zdrowiu jelit. Boczniaki można smażyć, dusić, grillować, a nawet wykorzystywać jako zamiennik mięsa w popularnych potrawach.



FOT. GETTY IMAGES

Oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk

ZIOŁA

Rośnie niemal wszędzie, a Polacy ją wyrywają. Ta roślina pomoże na wiele dolegliwości

Choć często rośnie tuż pod naszymi nogami, niewiele osób wie, że gwiazdnica pospolita jest rośliną jadalną. Wykazuje ona szereg właściwości zdrowotnych. Pomoże przy problemach skórnych i kaszlu.

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Codziennie mijamy dziesiątki roślin, które uznajemy za zwykłe chwasty i nie zwracamy na nie większej uwagi. Tymczasem wiele z nich od wieków znajduje zastosowanie w kuchni, ziołolecznictwie czy medycynie ludowej.

Niepozorna i łatwo dostępna

Do takich niepozornych gatunków należy gwiazdnica pospolita, powszechna roślina jednoroczna z rodziny goździkowatych. Alternatywna nazwa tego zioła to mokrzyca.

Gwiazdnica najlepiej rozwija się przy łagodnej pogodzie i może rosnąć niemal przez cały rok. Najbardziej bujna bywa zimą oraz na przedwiośniu, kiedy inne dzikie rośliny dopiero zaczynają kiełkować. Tworzy niskie, gęste kobierce, które szybko pokrywają ziemię w ogrodach i na polach.

To jedna z pierwszych jadalnych roślin, które można zbierać już w lutym, gdy większość grządek pozostaje pusta.

Rozpoznać ją można po drobnych, białych kwiatach przypominających małe gwiazdy oraz delikatnie owłosionych łodygach. Charakterystyczną cechą jest elastyczne włókno wewnątrz łodygi, które nie pęka po przełamaniu. Dodatkową wskazówką jest cienka linia drobnych włosków biegnąca wzdłuż pędu.



FOT. GETTY IMAGES

Jej młode pędy i liście można dodawać do sałatek, kanapek, twarożków, zup oraz koktajli i smoothie

Jest źródłem wielu witamin

Gwiazdnica pospolita jest naturalnym źródłem łatwo przyswajalnej witaminy C, prowitaminy A, kwasów tłuszczowych, flawonoidów (m.in. rutyny), saponin, fitosteroli oraz cennych związków roślinnych wspierających naturalne procesy regeneracyjne organizmu. Wykazuje właściwości przeciwzapalne, przeciwświądowe, moczopędne i oczyszczające. Wspomaga naturalną równowagę organizmu oraz procesy odbudowy tkanek.

Dzięki działaniu łagodzącemu gwiazdnica bywa stosowana jako wsparcie pielęgnacji skóry skłonnej do podrażnień, zmian trądzikowych czy objawów przypominających atopowe zapalenie skóry.

Może również pomagać w pielęgnacji cery tłustej — ograniczając nadmierne wydzielanie sebum i wspierając oczyszczanie porów. Badania wskazują, że świeży sok z tej rośliny może wykazywać aktywność hamującą wobec niektórych wirusów, m.in. wirusa zapalenia wątroby typu B (HBV) oraz wirusa opryszczki typu 2 (HSV-2).

Za to działanie odpowiada m.in. naturalne białko zwane stellarmedyną. Warto również wspomnieć, że zawarte w gwiazdnicy saponiny mogą pobudzać wydzielanie śluzu w drogach oddechowych, dzięki czemu pomagają rozrzedzać zalegającą wydzielinę i ułatwiają jej odkrztuszanie. Jest to szczególnie istotne przy suchym, męczącym kaszlu, gdy śluzówka jest podrażniona, a odkrztuszanie utrudnione.

Jak stosować gwiazdnicę pospolitą?

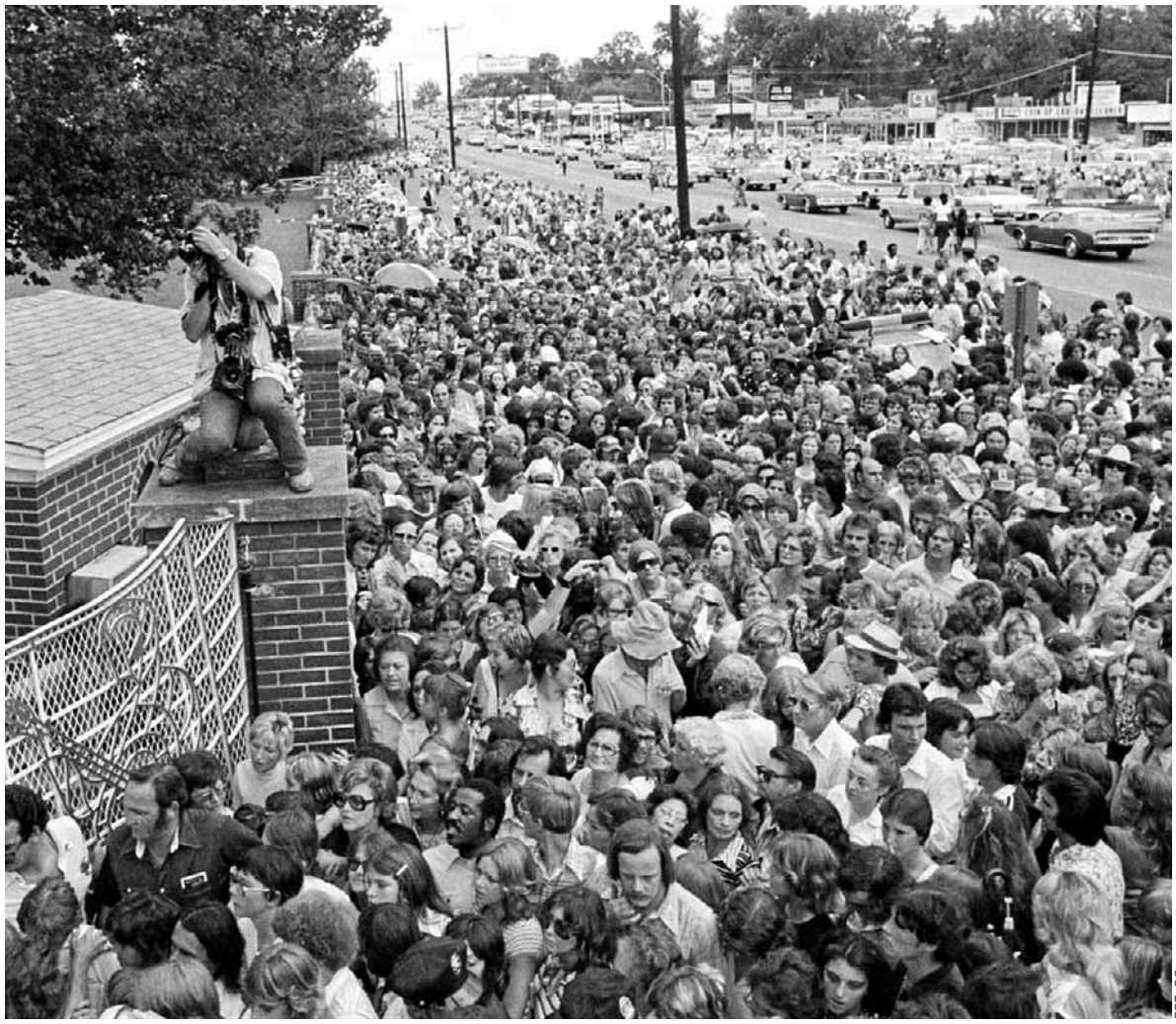
Młode pędy i liście można dodawać do sałatek, kanapek, twarożków, zup oraz koktajli i smoothie. Dzięki delikatnemu, lekko ziołowemu smakowi dobrze komponuje się z wieloma potrawami. W zielarstwie wykorzystuje się ją także do przygotowywania naparów, a zewnętrznie, w formie okładów lub przemywań skóry.

Choć gwiazdnica pospolita jest uznawana za roślinę jadalną, jej stosowanie wymaga rozwagi. Do zbioru warto wybierać wyłącznie okazy rosnące w czystym środowisku, z dala od ruchliwych dróg, zakładów przemysłowych czy terenów poddawanych chemicznym opryskom. Roślina łatwo gromadzi bowiem zanieczyszczenia obecne w otoczeniu.

Należy również pamiętać o umiarze. Spożywana w dużych ilościach może powodować dolegliwości ze strony układu pokarmowego, co wiąże się z obecnością naturalnych związków zwanych saponinami. Szczególną ostrożność powinny zachować kobiety w ciąży i karmiące piersią, osoby z wrażliwym przewodem pokarmowym.

eprasa.pl 10e5118778

HISTORIA POPKULTURY



FOT. CC

W pogrzebie Elvisa Presleya w 1977 r. wzięło udział ok. 100 tys. osób

Prawdziwie królewski pogrzeb Elvisa Presleya

Pogrzeb Króla Rocka 18 sierpnia 1977 r. w Graceland i w Memphis wywołał ogólnoamerykańską histerię. Tylko podczas samej uroczystości odnotowano śmierć dwóch jej uczestniczek

Mariusz Grabowski

Wedle danych policji do Memphis w Tennessee zjechało owego sierpniowego dnia blisko 100 tys. ludzi. Tłumy przyjeżdżają zresztą do dziś, oddając hołd legendzie spoczywającej dziś w przypominającym Disneyland Gracelandowym Ogrodzie Medytacji.

Ameryka żegna

Śmierć i pogrzeb Elvisa to temat niekończących się plotek, legend i teorii spiskowych. Czasem wręcz nieprawdopodobnych, co tylko dowodzi, jak wielkie piętno muzyk odcisnął na amerykańskiej kulturze masowej.

Czy faktycznie zamiast muzyka pochowano figurę woskową, a on sam dożywa starości na Hawajach jako pastor nazwiskiem Bob Joyce? A jeśli zmarł, to dlaczego jego ciało w otwartej trumnie przypominało ciało młodzieńca? Twarz nie pasowała do kogoś, kto przed śmiercią ważył blisko 150 kilo i stanowił katalog chorób i dolegliwości. Nawet trumna muzyka budziła podejrzenia. Była wykonana z miedzi i niosło ją aż 14 żałobników. Czy w środku faktycznie było urządzenie chłodzące, żeby figura z wosku się nie roztopiła? Wielu faktów dowiemy się w 2027 r., gdy akta sekcji zwłok Presleya zostaną odtajnione.

Pewne jest, że 18 sierpnia 1977 r. Ameryka zamarła. Rozgłośnie radiowe i stacje telewizyjne rozpoczęły nadawanie programów poświęconych Presleyowi, a gazety publikowały informację o śmierci artysty na pierwszych stronach. Tłumy reporterów koczowały przed posiadłością muzyka, aby relacjonować odbywające się tam wydarzenia funeralne.

Tragedia w tragedii

Pogrzeb, a właściwie starannie wyreżyserowane pogrzebowe teatrum rozpoczęło się o godz. 14 w Graceland. Zostało zorganizowane przez Vernona Presleya, ojca artysty, wspólnie z płk. Tomem Parkerem, menadżerem. Od początku było też nacechowane tragedią: oto ok. godz. 14.30 doszło do śmiertelnego wypadku, który spowodował 18-letni pijany kierowca, wjeżdżając w ciągnący z Memphis tłum. Jak się później okazało, dwie kobiety zginęły, a trzecia doznała poważnych obrażeń.

O godz. 15, po wysłuchaniu krótkiego koncertu ku czci Presleya (piosenki zaśpiewali Kathy Westmoreland, J.D. Sumner w towarzystwie The Stamps i gospelowy The Statesmen Quartet), orszak żałobny skierował się na cmentarz Forest Hill w Memphis, gdzie Presley został pochowany.

Oblicza się, że przez kolejne kilka dni miejsce pochówku artysty odwiedziło ok. ćwierć mln fanów. 26 sierpnia do krypty, w której został pochowany Presley, przeniesiono zwłoki jego matki, a zaraz potem odnotowano nieudaną próbę kradzieży zwłok obojga (jednym ze złodziei był – co ciekawe – agent FBI). Stąd decyzja familii o przeniesieniu ich doczesnych szczątków do Graceland.

Pogrzeb artysty, z racji jego konfesji, odbył się w rycie protestanckim. Ceremonię poprowadził pastor C.W. Bradley z organizacji Church of Christ, a krótkie emocjonalne kazanie wygłosił popularny ewangelista telewizyjny Rex Humbard.

Czy Elvis Presley był człowiekiem religijnym? Na pewno wychowano go w wartościach chrześcijańskich, regularnie uczęszczał do kościoła zielonoświątkowego Zborów Bożych w rodzinnym Tupelo w stanie Missisipi i do szkółki niedzielnej. Kościelne śpiewy były też jego pierwszą edukacją muzyczną.

Wiadomo, że, jak przystało na protestanta, czytał Pismo Święte i aż do śmierci nanosił odręczne uwagi na egzemplarzu Biblii, który otrzymał od wujostwa na pierwsze Boże Narodzenie w Graceland. Byli tacy, co twierdzili, że muzyk był w stanie cytować z pamięci całe fragmenty Starego i Nowego Testamentu.

Nagrał też trzy płyty z pieśniami gospel, powracając w ten sposób do swych korzeni muzycznych i duchowych. Między rockandrollowe hity: „Jailhouse Rock" czy „Hound Dog" na koncertach wplatał m.in. „How Great Thou Art", hymn o wielkości Boga i Jego stworzenia i piosenkę-modlitwę „Take my Hand Precious Lord".

„Płakaliśmy"

Wróćmy do pogrzebu. Podczas wystawienia trumny w Graceland, między pokojem muzycznym a salonem, widać było, że ciało Presleya ubrane było w elegancki biały garnitur. Przy trumnie ojca czuwała 9-letnia Lisa Marie. Emocje gości były tak silne, że kilkakrotnie do akcji musieli wkroczyć ochroniarze. Wiele szlochających fanek chciało wymienić ze zmarłym ostatni pocałunek, urwać fragment jego garderoby na pamiątkę, a jedna próbowała ściągnąć z jego palca sygnet.

Wokół posiadłości i wzdłuż trasy do Memphis porządku pilnowała nie tylko policja, ale też 300 żołnierzy Gwardii Narodowej. Mnóstwo roboty mieli sanitariusze – w ciżbie odnotowano kilkaset omdleń i zasłabnięć. Flagi w całym stanie Tennessee zostały opuszczone do połowy masztu.

Wśród żałobników znaleźli się nie tylko rodzina i fani, ale także najbliżsi przyjaciele. W pogrzebie wzięła udział m.in. Ann-Margret, dawna partnerka Elvisa, która miała z nim głośny romans podczas kręcenia filmu „Viva Las Vegas". W swoich wspomnieniach zaznaczyła, że podczas ceremonii trzymała mocno rękę Vernona Presleya. „Było tak wiele do powiedzenia, do opowiedzenia. Ale zamiast tego płakaliśmy" – napisała.

Niezależnie od tego czy Elvis zmarł, czy żyje w ukryciu, albo czy został adoptowany przez kosmitów, wciąż jest wokół nas. I to dosłownie - wedle badań Instytutu Gallupa blisko 40 proc. Amerykanów jest bliskich dania wiary temu, że w wieku 91 lat Presley nadal stąpa po terytorium USA. Dodajmy do tego, że ostatni raz Elvis był „widziany" w 2016 r. i uwieczniony na filmiku, który zrobił furorę w sieci. Pojawił się na nim siwy mężczyzna w pomarańczowym t-shircie, który przechodząc obok kamery, podnosi dwa palce trzymane w symbolu V.

Pośmiertnie muzyk dostępuje nowej roli – świętego. 15 sierpnia 2017 r. odbyło się 39. nocne czuwanie, w trakcie którego fani Elvisa Presleya tradycyjnie ze świecami zbierają się u jego grobu w Graceland. Te uroczystości były jednak szczególne. Po raz pierwszy w tym wydarzeniu wzięło udział ponad 50 tys. osób z całego świata. Pochód ze świecami miał ok. 2 km długości, ostatni fani byli przy grobie Elvisa ok. 3 nad ranem.

Na koniec głos zabrała przedstawicielka Ogólnokrajowego Fan Clubu Elvisa Presleya w Stanach Zjednoczonych: „Elvis ciągle pomaga nam we wszystkim, co robimy. Dla wielu, był z nami przez większość naszego życia, dla niektórych przez całe życie. I jest ciągle z nami przez swoją muzykę, i zawsze będzie" – mówiła wzruszona.

Elvis zarabia

Posiadłość Graceland jest, po Białym Domu, najczęściej odwiedzanym muzeum w Stanach (ok. pół mln ludzi rocznie), zaś on sam jest jednym z najlepiej zarabiających nieżyjących artystów na świecie. Według „Forbesa" z rocznym dochodem szacowanym na 35-45 mln dol. w 2021 r. i z ze 110 mln w rok później. Tak gwałtowny wzrost „Forbes" tłumaczy głównie filmem „Elvis" Baza Luhrmanna, ale też biletami na trasy koncertowe z muzyką Presleya, sprzedażą płyt, pamiątek i gadżetów, a także odwiedzinami w miejscach pamięci w Graceland, Tupelo i Memphis.

Firma Elvis Presley Enterprises, organizująca obchody śmierci swego patrona i ma wyłączność na sprzedaż jego wizerunku, notuje rekordowe zyski. Bilety wstępu do Graceland przynoszą połowę z rocznych wpływów firmy, sięgających 150 mln dolarów.

Mimo blisko półwiecza od śmierci Presley jest zatem jednym z marketingowo-biznesowych skarbów Stanów Zjednoczonych. W listopadzie 2018 r. znalazł się wśród siedmiu osób zasłużonych dla USA, które zostały uhonorowane przez Donalda Trumpa Prezydenckim Medalem Wolności. To prestiżowe wyróżnienie może być przyznawane osobom, które w sposób szczególny zasłużyły się dla bezpieczeństwa lub interesów narodowych Stanów, pokoju na świecie, w dziedzinie kultury lub na innych płaszczyznach.

eprasa.pl 10e5118778

S24 sportowy24.pl

sport

PIŁKA NOŻNA

Popis Górnika
Łęcznianie odnieśli efektowne zwycięstwo w Betclic 2. lidze
str. 18

KOSZYKÓWKA



FOT. ARCHIWUM

Start wraca do pracy
Lubelscy koszykarze w mocnym składzie zaczynają treningi
str. 20

ŻUŻEL

Zmarzlik wygrał, ale... przegrał
Wygrana w trzecim turnieju IMP nie wystarczyła, aby sięgnąć po tytuł mistrza Polski
str. 20

Motor Lublin ma za sobą czwarty mecz w sezonie i pierwsze zwycięstwo na koncie



FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Karol Czubak bohaterem Motoru Lublin!

Jego trafienie z 86. minuty przesądziło o zwycięstwie w meczu z GKS-em Katowice *str. 18*

eprasa.pl 10e5118778

PIŁKA NOŻNA

Górnik rozbił Podhale. Trener: Jestem zadowolony z około 80 procent naszej gry

Marcin Puka

Górnik Łęczna odniósł pierwsze domowe zwycięstwo w drugoligowym sezonie 2026/27. Zielono-czarni prowadzili z Podhalem Nowy Targ pięcioma trafieniami, ale ostatecznie wygrali 5:2.

Górnik Łęczna	5 (3)
Podhale Nowy Targ	2 (0)

Bramki: Deja 11, Janaszek 39, Jaroszyński 42, Hołownia 67, Rogala 79 – Marcinho 80, 86
Górnik: Matysek – Kruk (78 Osipiuk), Jaroszyński, Hołownia – Quainoo (68 Stadnicki), Deja (73 Tkacz), Walski, Korbecki (73 Ahmedov), Myszor – Janaszek (68 Rogala), Antkowiak. Trener: Jurij Szatałow
Podhale: Frątczak – Seweryn, Seweryś, Łukasz – Lipień (46 Kurzeja), Mikołajczyk, Bród (61 Surzyn), Kołtański (76 Rachwał), Gozdecki (46 Baniowski), Talar – Sobczak (61 Marcinho). Trener: Tomasz Kuźma
Sędziował: Dawid Wiśniewski (Olsztyn)

W piątek Łęcznianie chcieli przed własnym kibicami zrehabilitować się za dwie ostatnie porażki. Domową, w derbach Lubelszczyzny z Avią Świdnik (0:1) i wyjazdową ze Śląskiem II Wrocław (0:2). Pomóc miał w tym powracający po kontuzji, jeden z najbardziej doświadczonych zawodników w zespole, Adam Deja. Urazy natomiast wyeliminowały z gry Rafała Kobrynia i Wiktora Niewiarowskiego. Jurij Szatałow, trener Górnika dokonał kilku zmian w podstawowym składzie. Chociażby do pierwszej jedenastki powrócił Bartłomiej Korbecki.

Początek spotkania był nerwowy i brakowało konkretów pod obiema bramkami. Jednak nie trwało to długo. W 11. minucie Górnik objął prowadzenie. Michał Walski zacentrował piłkę z kornera, od razu dopadł do niej Deja i kapitalnym strzałem z woleja umieścił futbolówkę w siatce.

Następnie miejscowi się trochę cofnęli, ale i też parę razy gościli w polu karnym rywala. W 35. min na uderzenie zza szesnastki zdecydował się Alan Bród. Z problemami, ale skutecznie interweniował Adam Matysek.

Za chwilę akcja przeniosła się na stronę Podhala i od razu udało się ją zamienić na kolejnego gola. W 39. min Korbecki strzelał, ale wyszło mu zagranie do Fryderyka Janaszka, który z bliskiej odległości podwyższył wynik.

W 42. min piłkarze Podhala zasmucili się w tym dniu po raz trzeci. Tym razem przerzut Jakuba Myszora głową przedłużył Kamil Kruk, a tam z około pięciu metrów tą samą częścią ciała trafienie zaliczył kapitan zielono-czarnych Paweł Jaroszyński. I ekipa z Lubelszczyzny do szatni schodziła raczej pewna drugiego triumfu w trwającej kampanii, chyba że wydarzyłby się jakiś niewyobrażalny kataklizm. Ten nie nastąpił, a wręcz przeciwnie.

Na dziesięć minut przed końcem Górnik wygrywał już 5:0. Dopiero w końcówce rywale nieco przypudrowali wynik dwoma golami.

– Przede wszystkim cieszę się z trzech punktów. Jestem zadowolony z około 80 procent naszej gry, bo w dużej mierze zrealizowaliśmy to, co sobie założyliśmy przed meczem. Jednocześnie wciąż bardzo wyraźnie widać, że nasz zespół nie jest jeszcze w pełni zgrany. Potrzebujemy czasu, aby tych dobrych fragmentów było coraz więcej i trwały zdecydowanie dłużej. Z tego względu nie mogę powiedzieć, że jestem w pełni usatysfakcjonowany naszą grą – wyjawia Jurij Szatałow, trener ekipy z Łęcznej.



FOT. KACPER PACOCHA/GÓRNIK ŁĘCZNA

Po czterech kolejkach Betclic 2. ligi Górnik ma na koncie 6 punktów

PIŁKA NOŻNA

Doczekali się! Motor wygrał pierwszy raz w tym sezonie

Trafienie Karola Czubaka z 86. minuty przesądziło o zwycięstwie Lublinian we wczorajszym spotkaniu z GKS-em Katowice

Kamil Wojdat

Motor Lublin	1 (0)
GKS Katowice	0 (0)

Bramka: Czubak 86
Motor: Popa – Santos, Bartos (78 Lukoszek), Bereszyński, Luberecki, Bourhane, Simon, Łęgowski (93 Meyer), N'Diaye (93 Haxha), Ronaldo (66 Aiko), Czubak (93 Gregorski). Trener: Mariusz Misiura
GKS: Kobylak – Czerwiński (46 Resta), Jędrych, Klemenz, Łukasiak, Wolski, Jirka (70 Wasielewski), Wdowiak (70 Galan), Wędrychowski (46 Bartlewicz), Nowak (90 Marković), Shkuryn. Trener: Rafał Górak
Sędziował: Patryk Gryckiewicz (Toruń)
Widzów: 13016



FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Karol Czubak zdobył swojego drugiego gola w rozgrywkach 2026/27

Czekający na pierwszy triumf w sezonie gospodarze od początku starali się przejąć kontrolę nad meczem. I to oni sprawiali dużo lepsze wrażenie. Ciągle czegoś jednak brakowało, jak w 13. minucie, gdy dobrze przyjął i zastawił piłkę Karol Czubak, a następnie wypuścił Mbaye Jacques'a N'Diaye. Senegalczyk w sytuacji sam na sam trafił jednak tylko w boczną siatkę.

Popularny Jacek był jedną z aktywniejszych postaci swojej drużyny, natomiast nie zawsze podejmował dobre wybory. W 20 min. łamiąc akcję do środka pola karnego, miał obok świetnie ustawionego Czubaka, który tylko czekał na piłkę. Ale się nie doczekał, bo N'Diaye postanowił sam kończyć akcję – bezskutecznie.

– Mamy swoje okazje i chcemy wygrać, bo brakuje nam zwycięstwa. Nieważne czy strzelę ja czy ktoś inny, ważne żebyśmy wygrali – mówił Czubak podczas rozmowy w przerwie z Canal+ Sport.

„Czubi" w 49. minucie trafił do pustej siatki, po tym jak strzał N'Diaye odbił bramkarz GieKSy Gabriel Kobylak. Radość jednak zamieniła się w zawód. Sędziowie w centrum VAR trzy i pół minuty sprawdzali, finalnie uznając, że snajper gospodarzy był na spalonym.

Zawód przeżyli też rywale, ale tam sędziowie szybciej podjęli decyzję. W ich przypadku spalił jednak nie ten, który skierował piłkę do bramki – Shkuryn, ale asystujący mu – Bartosz Nowak.

Poza tym i jedni i drudzy stwarzali sytuacje, chociąż z biegiem czasu pachniało wynikiem 0:0. Wtedy rajd na prawej stronie przeprowadził N'Diaye, które następnie zewnętrzną częścią stopy zagrał na dalszej słupek, gdzie formalności z bliska dopełnił Czubak.

PIŁKA NOŻNA

Misiura wierzy, że będą jeszcze dwa transfery

Kamil Wojdat

Kadra zespołu nadal może zostać wzmocniona. – Wiemy, że na jednej albo na dwóch pozycjach potrzebujemy większej rywalizacji i bardzo mocno nad tym pracujemy – mówił Mariusz Misiura, trener Motoru.

Tymczasem Tomasz Włodarczyk z portalu Meczyki poinformował, że Motor interesuje się pozyskaniem pozostającego bez klubu napastnika Łukasza Zwolińskiego. Ten zdaniem Włodarczyka trafić może jeszcze do GieKSy, Wieczystej Kraków czy Polonii Warszawa.

33-letni Zwoliński przed rokiem przeniósł się z Wisły Kraków do Turcji, gdzie jednak zmagał się problemami zdrowotnymi. Po sezonie napastnik rozstał się z Sakaryasporem, gdzie zagrał łącznie 25 meczów.



FOT. ARCHIWUM: MG

Mariusz Misiura prowadzi Motor od 18 czerwca

– Mamy dwa tematy bardzo zaawansowane, które mam nadzieję, że pójdą w dobrą stronę. Ale podoba mi się to, że my dzisiaj nie reagujemy nerwowo, tylko chcemy ściągnąć zawodnika, który naprawdę realnie nam pomoże przez kolejne miesiące. Nie tylko teraz, dzisiaj czy jutro – wyjaśniał Misiura.

Czy Zwoliński takim zawodnikiem mógłby być? Zapewne tak, wszak jego CV jest bogate. A są w nim aż 243 występy na poziomie Ekstraklasy, co by było wielką wartością w linii ataku Motoru, o sile której stanowi aktualnie Karol Czubak. Co prawda na rezerwie są jeszcze młodzi: Dominik Gregorski i Kacper Plichta, z tym że oni są dopiero na początku swojej drogi. Realnie więc „Czubi" gra wszystko od 1. do 90. minuty. W przypadku jego urazu, Lublinianie mieliby poważny problem. Kłopot mają w linii pomocy, po tym, jak kontuzji doznał Portugalczyk Ivo Rodrigies. A przecież środek pola w odróżnieniu do linii ataku jest obsadzony lepiej...

– Wierzę, że zrobimy jeszcze dwa transfery – komentował trener podkreślając, że to ma dać poczucie równej, szerokiej kadry bez względu na urazy w zespole.

eprasa.pl 10e5118778

PKO BP EKSTRAKLASA

Korona ma patent na Widzew, natomiast Legia była bezlitosna

Legia Warszawa nie dała najmniejszych szans Radomiakowi. Wieczysta dokonała rzeczy historycznej – to powinien był przełom dla Krakusów

Jakub jabłoński

W 4. kolejce PKO BP Ekstraklasy działo się naprawdę bardzo dużo! Nie zabrakło niesamowitych zwrotów akcji i sensacyjnych wyników. Warto przy tym zauważyć, że po raz kolejny nie rozegrano kompletu spotkań. Piłkarze Jagiellonii i Pogoni oraz Lecha i Wisły Płock nie wybiegli na murawy ze względu na udział Jagi i Lecha w eliminacjach europejskich pucharów.



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Ile znaczy dobry trener w PKO BP Ekstraklasie, pokazuje Marek Papszun

Absolutna dominacja zespołu Papszuna

Kolejkę rozpoczęliśmy od absolutnej dominacji Legii Warszawa nad Radomiakiem. Na trybunach przy Łazienkowskiej była przyjaźń, na boisku natomiast krwawa rzeź. Idący jak burza podopieczni trenera Marka Papszuna rozprawili się z niżej notowanym rywalem niczym bandyci w najokrutniejszy możliwy sposób. Odarli ze wszelkich złudzeń niegotową na rywalizację na najwyższym ligowym poziomie drużynę Tomasza Kaczmarka, która zmaga się z kilkoma istotnymi problemami. Efekt? Finalnie skończyło się to i tak najniższym wymiarem kary – wygraną Legii aż 5:0.

Trzeba przyznać, że w ostatnich miesiącach nie było drużyny w Ekstraklasie, która aż tak mocno dałaby się we znaki Widzewowi. Korona Kielce pod koniec poprzedniego sezonu, w przedostatniej kolejce, sięgnęła po arcyważne trzy punkty w kontekście utrzymania. Bohaterem został wówczas na Exbud Arenie Dawid Błanik, który trafił z rzutu wolnego. Ostatecznie obie ekipy utrzymały się w lidze.

Serce Łodzi nie pomogło drużynie Vukovicia

W 4. kolejce nowego sezonu znów stanęły naprzeciw siebie – tym razem w Sercu Łodzi, gdzie gospodarze nie zwykli przegrywać od styczniowego spotkania z Jagiellonią Białystok. Od tamtej pory wszystkie porażki podopiecznych trenera Aleksandara Vukovicia zdarzały się wyłącznie w delegacji. Dom pozostawał twierdzą nie do zdobycia aż do ostatniej soboty... Kibice, którzy tradycyjnie wypełnili stadion do ostatniego miejsca, dopisali. Pogoda również. Przez chwilę Widzew był nawet w siódmym niebie, po otwierającym trafieniu Steve'a Kapuadiego.

Korona nie czekała jednak długo z odpowiedzią. Morgan Fassbender wziął sprawy w swoje ręce. Nowy skrzydłowy, sprowadzony ze spadkowicza – BrukBetu Termaliki Nieciecza – zdobył swoje dwie pierwsze bramki w drużynie trenera Jacka Zielińskiego i potwierdził, że znajduje się ostatnio w świetnej dyspozycji.

Beniaminek pokazał jakość

Wieczysta Kraków natomiast sięgnęła po pierwsze trzy punkty w PKO BP Ekstraklasie. Tegoroczny beniaminek osiągnął to w trzecim swoim meczu. Najpierw cierpliwie zbierał doświadczenie i podpatrywał ligowych rywali. W ostatnich spotkaniach z Lechem Poznań i Radomiakiem nieznacznie przegrywał, by tym razem sam wcielić się w rolę egzekutora.

Podopieczni Kazimierza Moskala prowadzili z Piastem Gliwice już 4:0, ale w końcówce gospodarze przy Okrzei odpowiedzieli trzema golami. Na więcej zabrakło czasu. W tym meczu w Ekstraklasie zadebiutował sędzia Mateusz Jenda.

4. KOLEJKA EKSTRAKLASY

LEGIA WARSZAWA - RADOMIA 5:0
Bramki: Sevcik 7, Augustyniak 10, Adamski 17, Kapustka 44, 51

ZAGŁĘBIE LUBIN - ŚLĄSK WROCŁAW 2:1
Bramki: Corluka 52, Szabo 85 - Samiec-Talar 34

PIAST GLIWICE - WIECZYSTA KRAKÓW 3:4
Bramki: Maziarz 87, Czerwiński 90, Sanca 90+2 - Christensen 6, 62, 71, Miki Villar 64

WIDZEW ŁÓDŹ - KORONA KIELCE 1:2
Bramki: Kapuadi 8 - Fassbender 22, 26

MOTOR LUBLIN - GKS KATOWICE 1:0
Bramka: Czubak 86

TABELA PKO BP EKSTRAKLASY

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

Program 5. kolejki:

Piątek 21.08
Cracovia - Wieczysta Kraków (godz. 20.30)

Sobota 22.08
Korona Kielce - Motor Lublin (godz. 14.45)
Piast Gliwice - Legia Warszawa (godz. 17.30)
Śląsk Wrocław - Widzew Łódź (godz. 20.15)

Niedziela 23.08
Radomiak Radom - Zagłębie Lubin (godz. 14.45)
GKS Katowice - Wisła Płock (godz. 17.30)
Pogoń Szczecin - Wisła Kraków (godz. 20.15)

Lech Poznań - Jagiellonia Białystok i Raków Częstochowa - Górnik Zabrze przełożone na 3 września

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

4 gole
Jordi Sanchez Ribas (Wisła Kraków)
3 gole
Tobias Christensen (Wieczysta Kraków)
2 gole
Marko Bozić (Wisła Kraków), Piotr Samiec-Talar (Śląsk Wrocław), Rafał Adamski (Legia Warszawa), Sebastian Bergier (Widzew Łódź), Bartosz Kapustka (Legia Warszawa), Peter Federico (Górnik Zabrze), Nik Prelec (Jagiellonia Białystok), Leandro Sanca (Piast Gliwice), Allahyar Sayyadmanesh (Lech Poznań), Łukasz Zjawiński (Legia Warszawa), Morgan Fassbender (Korona Kielce)

BOHATER WEEKENDU

Tobias Christensen
(Wieczysta Kraków)
Jeśli strzelasz hat tricka w meczu PKO Ekstraklasy, musisz trafić do najlepszej jedenastki kolejki. Niemal w pojedynkę dał beniaminkowi z Krakowa pierwsze historyczne zwycięstwo w najwyższej klasie rozgrywkowej.



FOT. PAP

PIŁKA NOŻNA

Trener Śląska nie rozumie sędziowania. Papszun zaszalał w szatni

Jakub Jab łoński

Zupełnie odmienne nastroje panowały w szatniach Legii Warszawa po zwycięstwie w „meczu przyjaźni" nad Radomiakiem (5:0) i Śląska Wrocław po przegranych derbach Dolnego Śląska z Zagłębiem Lubin (1:2).

Trener Wrocławian Ante Simundza przyznał na pomeczowej konferencji, że... nie rozumie kryterium decyzji sędziego.

Odniósł się do sytuacji z końcówki derbowego meczu, kiedy musiał zdjąć z boiska kontuzjowanego Przemysława Banaszaka. – Widzieliście państwo tę sytuację, po której Przemek doznał urazu kolana. Nie do końca rozumiem, że ten atak zawodnika Zagłębia nie skończył się żółtą kartką. Nie sugeruję, że przez to przegraliśmy, absolutnie nie, ale nie rozumiem kryterium decyzji sędziego – przyznał słoweński szkoleniowiec po derbowym meczu.

Śląsk nie mógł liczyć na doping swoich kibiców z sektora gości. To efekt kary nałożonej za ich zachowanie z listopada 2024 roku, gdy odpalili masę środków pirotechnicznych i zadymili cały stadion.

Zagłębie strzeliło jednego gola więcej i wygrało. – Nie zagraliśmy na takim poziomie, jakiego oczekuję, zwłaszcza w pierwszej połowie. W pierwszych dziesięciu minutach brakowało nam intensywności, ale później, gdy uspokoiliśmy grę, wyglądało to lepiej. Nie graliśmy jednak z piłką przy nodze – grzmiał trener WKS-u na konferencji prasowej.

Zupełnie inne nastroje panowały w stolicy. Trener Marek Papszun odmienił drużynę i jego Legia pozostaje niepokonana w tym sezonie, a najgorszym wynikiem jest remis z Koroną Kielce (1:1). Po szczególnym meczu z zaprzyjaźnionym Radomiakiem szkoleniowiec nie ukrywał radości. Wojskowi rozgromili rywala i po końcowym gwizdku, gdy tylko wszedł do szatni, nie mógł powstrzymać emocji. Nie zabrakło głośnych śpiewów, radości i celebrowania faktu, żeLegia będzie samodzielnym liderem Ekstraklasy.

Pojawił się też trudny temat. Kibice stracili cierpliwość do najdroższego piłkarza, sprowadzonego za 3 mln euro napastnika Milety Rajovicia, którego przeraźliwie wygwizdali. Na pomeczowej konferencji Papszun stanął po stronie zawodnika. – Nie jest to komfortowa sytuacja, dlatego prosiłem kibiców o wstrzemięźliwość. Mileta jest naszym zawodnikiem i się stara. Rozumiem krytykę, ale trzeba zachować w tym umiar. Czy to są jakieś sygnały? Trudno powiedzieć, bo to nie są proste tematy – zaznaczył.

eprasa.pl 10e5118778

KOSZYKÓWKA

Urlopy zakończone. Start wraca dziś do zajęć

W kadrze będzie póki co brakować trzech zawodników, którzy otrzymali powołania do drużyn narodowych, to: Estończycy Janari Joesaar (skrzydłowy) i Matthias Tass (center) oraz Łotysz Anrijs Miska (skrzydłowy/środkowy)

Kamil Wojdat

Przygotowania do nowego sezonu zaczynają dziś koszykarze Startu. Przed nimi prawie siedem tygodni treningów przed zaplanowanym na początek października startem Polskiej Ligi Koszykówki.

– Intensywny okres, który będzie się wiązał i z przygotowaniem motorycznym, taktycznym, a także z wieloma sparingami – mówi Michał Sikora, asystent trenera Wojciecha Kamińskiego. – Będziemy testować różne ustawienia, w zależności od tego też, kogo będziemy mieli dostępnego, bo wiadomo, że trzech zawodników przebywa na kadrze, a dodatkowo musimy jeszcze zobaczyć jak ten zespół będzie wyglądał w różnych konfiguracjach – dodaje.

Kontrakty ze Startem przed nowym sezonem podpisali: Lucas Williamson (USA) – rzucający obrońca, Laizec Lottie (USA) – rozgrywający, Janari Joesaar (Estonia) – skrzydłowy, Matthias Tass (Estonia) – center, Anrijs Miska (Łotwa) – skrzydłowy/środkowy, Courtney Ramey (USA – przedłużenie kontraktu) – rozgrywający/rzucający obrońca, Grzegorz Kulka – skrzydłowy, Cezary Siergiej – skrzydłowy i Bartosz Ciechociński (skrzydłowy). Wciąż ważne umowy mają Filip Put (center) i Bartłomiej Pelczar (rozgrywający). Z klubem pożegnał się natomiast skrzydłowy Michał Krasuski, który występował w Lublinie cztery lata. A Wiktor Kępka zawiesił karierę.



FOT. ARCHIWUM

Filip Put, kapitan Startu, występuje w Lublinie od sezonu 2023/24

– Wydaje mi się, że ten skład jest dobrze dobrany. Oczywiście wszystko zweryfikuje boisko, ale ogólnie jesteśmy zadowoleni z tego, kogo udało nam się zakontraktować. Mamy troszkę mieszankę młodości i doświadczenia. I mamy też takiego zawodnika jak Courtney Ramey, będącego z nami kolejny sezon – podkreśla Sikora, który zapytany czy udało się podpisać wszystkie pierwsze wybory, odpowiada:

Na każdej pozycji zawsze mamy przygotowaną listę kilku zawodników, ale o tym czy go podpiszemy decydują różne kwestie.

– Mieliśmy już dogranego zawodnika na pozycję numer jeden, ale w ostatniej chwili dostał super ofertę z Chin, przewyższającą naszą powiedzmy dwa razy. Prosta decyzja. Wiadomo, że zawodnicy chcą zarabiać pieniądze i idą tam, gdzie dostają największe – posługuje się przykładem.

Na rozegraniu występować ma natomiast Lottie. Sikora wierzy, że to właśnie ten transfer okaże się objawieniem sezonu.

– To zawodnik dosyć młody, ale już ograny na europejskich parkietach. Grał w EuroCupie, w Niemczech, więc myślę, że to może być najlepszy strzał. Aczkolwiek zobaczymy – mówi.

Sezon do zapomnienia i nowy początek

Rozgrywki 2024/25 oraz 2025/26 na wykresie można przedstawić jak sinusoidę. Przed dwoma laty Start został wicemistrzem Polski, a od tytułu dzieliło go zaledwie jedno zwycięstwo, wręcz sekundy ostatniego spotkania z Legią Warszawa. Rok później bliżej niż walka o medale, była jednak walka o utrzymanie. Finalnie czerwono-czarni nie weszli nawet do fazy play-off, ani nawet play-in.

– Zdecydowało wiele czynników, które się złożyły na troszeczkę słabszy sezon. Graliśmy na dwóch frontach, a skład na to mieliśmy zbyt ubogi. Doszły też kontuzje czy błędy w doborze zawodników – analizuje Sikora.

– Teraz Start ma być przede wszystkim drużyną mądrzejszą niż w poprzednim sezonie. Wtedy mieliśmy bardzo dużo młodych zawodników, którzy albo dopiero co wchodzili do europejskiej koszykówki, albo byli po jednym sezonie w europejskiej koszykówce. Nie jest to prosta sprawa. I robili mniejsze postępy niż się spodziewaliśmy. W tym roku mamy bardziej doświadczonych graczy, w tym kadrowiczów, więc myślę, że na pewno Start będzie mądrzejszy – dodaje.

KOSZYKÓWKA

Mistrzynie Polski będą trenować w polskim składzie i z lubelską młodzieżą

Kamil Wojdat

Mistrzynie Polski z LOTTO AZS UMCS Lublin spotkają się dziś po raz pierwszy w letnim okresie przygotowawczym. Na razie w polskim składzie. – Z pierwszego zespołu będzie sześć zawodniczek. Na pewno zaprosimy do współpracy naszą lubelską młodzież U19 – mówi Marek Lebiedziński, trener akademiczek.

– Na początku czekają nas testy medyczne, siłowe i motoryczne. Chcemy sprawdzić, jak zawodniczki przygotowały się do okresu przygotowawczego na podstawie planów, które otrzymały od naszego sztabu – wyjaśnia szkoleniowiec.

Pierwszy mecz o stawkę czeka Lublinianki 19 września, kiedy to we Wrocławiu zmierzą się ze Ślęzą. Stawką spotkania będzie Superpuchar Polski.

– Być może dopiero na około dziesięć dni przed tym starciem wszystkie koszykarki będą z nami w Lublinie. Robimy wszystko, aby dołączyły do zespołu jak najwcześniej, jednak procedury związane z uzyskaniem wiz nie zawsze da się przyspieszyć – mówi trener Lebiedziński, który w lipcu zastąpił w roli pierwszego trenera Karola Kowalewskiego.

Zmian w klubie było więcej. Odeszło sześć zawodniczek: Dominika Ullmann, Markeisha Gatling (USA), Robbie Ryan (USA), Brooque Williams (USA), Kamila Borkowska i Klaudia Wnorowska. Jak dotychczas dołączyło sześć: Matea Tadić (Chorwacja), Dominika Harańczuk, Catherine Reese (USA), Amalia Rembiszewska, Agata Stępień oraz Laura Weber.



FOT. ARCHIWUM

AZS UMCS jest aktualnym mistrzem Polski, ale sezon 2026/27 to duża niewiadoma. Zmienił się trener, zmieniła się drużyna

– Na pewno ogłosimy jeszcze dwa transfery: wszystkie szczegóły zostały już dopięte. Pracujemy również nad trzecim wzmocnieniem. Nietrudno się domyślić, że dołączą do nas jeszcze dwie zawodniczki zagraniczne – jedna z Europy i jedna z USA. Wiążemy z tymi transferami duże nadzieje – zdradza Lebiedziński.

W jego drużynie, podobnie jak w poprzednim sezonie, dalej będą występowały Julia Rakowska, Aleksandra Wojtala oraz Nikola Pogorzelska.

Euroliga wraca do Lublina

W sezonie 2026/27 LOTTO AZS UMCS drugi raz w historii (wcześniej były to rozgrywki 2023/24) wystąpią w Eurolidze. Rywalkami Lublinianek w grupie D będą Tango Bourges Basket (Francja) i ZVVZ USK Praga (Czechy) oraz zespół z kwalifikacji.

eprasa.pl 10e5118778

PIŁKA NOŻNA

Bogdanka LUK musi sobie radzić w okrojonym składzie

Poniedziałek to pierwszy dzień treningów wicemistrzów Polski. W zajęciach uczestniczyć będzie tylko sześciu zawodników zespołu

Kamil Wojdat



FOT. ARCHIWUM: WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Sezon 2026/27 rozpocznie się 17 października

– Ale spokojnie, trwają rozmowy też z innymi zawodnikami, którzy w tym czasie będą z nami pracować gościnne, dzięki czemu będzie opcja na sensowne treningi – podkreśla Maciej Krzaczek, wiceprezes klubu z Lublina.

Jeśli chodzi o szóstkę siatkarzy Bogdanki LUK, którzy są w klubie, to: Jakub Wachnik, Paweł Rusin. Mikołaj Sawicki, Maciej Zając, Rafał Prokopczuk i Mateusz Malinowski.

– Pierwsi zawodnicy, których aktualnie z nami nie ma, będą docierać do nas po 20 września – mówi Krzaczek.

Ich absencja wynika z sezonu reprezentacyjnego. Właśnie zakończyła się Liga Narodów, a po niej przyszedł czas na mistrzostwa poszczególnych kontynentów.

W samej kadrze Polski, która przebywa na zgrupowaniu w Zakopanem, jest obecnie trzech graczy z Lublina: Wilfredo Leon, Marcin Komenda i Kewin Sasak.

Pozostali zagraniczni gracze Bogdanki LUK to: Daenan Gyimah (Kanada), Aleks Grozdanov (Bułgaria), Tomohiro Ogawa (Japonia), Ren Takahashi (Japonia) oraz Mousse Gueye (Francja).

– Kiedyś patrzyliśmy na to z boku, jak inne czołowe kluby muszą się z tym mierzyć. Teraz, po czasie, nas to dotyka – mówi Maciej Krzaczek. – Ale to normalny proces, kiedy drużyna chce sięgać po najwyższe laury, trofea klubowe. To dla nas kolejny taki sezon, więc powoli do tego przywykamy – dodaje Krzaczek, który razem z prezesem Krzysztofem Skubiszewskim zakładał klub w 2013 roku.

Od tego czasu ten przemierzył drogę z trzeciej ligi do krajowej elity, został mistrzem i wicemistrzem Polski, zdobył Puchar Polski i Superpuchar Polski, a także sięgnął po europejski Puchar Challenge.

Znowu w gronie najlepszych

Drugi rok z rzędu lubelska drużyna poza Tauron Ligą, rywalizować będzie na arenie europejskiej, w Lidze Mistrzów (początek 8 grudnia).

Żółto-czarni, prowadzeni przez trenera Stephane'a Antigę, trafili do grypy E, gdzie ich przeciwnikami będą Rana Verona (Włochy), Tours VB (Francja) i zespół eliminacji.

Celem Bogdanki LUK ma być poprawienie wyniku z poprzedniej kampanii, kiedy to dotarli do fazy ćwierćfinału.

ZAMIAST FELIETONU - „KRÓTKA PIŁKA"

ADAM GODLEWSKI
szef sportu w Polska Press



Jagiellonia to dziś klub wzorcowy. Nawet dla Lecha, Legii i Rakowa. Lider powtarzalności

Ileż to razy kibice w Warszawie i Poznaniu słyszeli, że po kolejnym tytule mistrza Polski, czy udanej pucharowej edycji Legia i/lub Lech odjedzie ligowej konkurencji? Oczywiście - wielokrotnie. Po czym okazywało się, że brakuje powtarzalności, że następny sezon - i kolejne - nie były już tak udane. Brakowało konsekwencji, powtarzalności, trafionych inwestycji. I nawet duża kasa potrafiła się szybko rozpłynąć, a całą zabawę w odjazd krajowym rywalom trzeba było zaczynać od nowa...

Jagiellonia nie jest tak wielkim klubem, jak oba wspomniane, nie funkcjonuje w tak dużym mieście, nie ma tak pojemnego stadionu, a co za tym idzie - także rekordowego budżetu, ba - w Białymstoku nie ma nawet lotniska, które znacząco ułatwiłoby/skróciło podróże na mecze wyjazdowe; nawet mimo wspomnianych ograniczeń, to ludzie zarządzający Jagą wiedzą jednak najlepiej w Polsce, jak utrzymywać się na ścieżce wzrostu.

Na mecie sezonu 2023-24 klub, który pod wodzą Cezarego Kuleszy bezskutecznie przez lata bił się o tytuł, wreszcie sięgnął po mistrzostwo. Od tamtego momentu Jaga nie zeszła z ligowego podium, zaliczyła ćwierćfinał Ligi Konferencji, następnie po raz kolejny poradziła sobie w fazie ligowej europejskich pucharów. A teraz - pokonując w dwumeczu Rangersów - zdobyła swój najcenniejszy skalp i już wiadomo, że po raz kolejny będzie jesienią zarabiała w międzynarodowych rozgrywkach.

A jakby tego było mało, trener Adrian Siemieniec, który wywindował klub na zupełnie inny poziom, umiejętnie wprowadza i promuje wychowanków akademii, czego efektem są transfery Oskara Pietuszewskiego do FC Porto, a Bartosza Mazurka do RB Salzburg. Intratne, przyniosły przecież Jagiellonii ponad 60 milionów złotych. Kibice nie mają jednak obaw, że te zyski zostaną przejedzone, bo ponad jedną trzecią sumy uzyskanej ze sprzedaży dwóch uzdolnionych młodzieżowców już zainwestowano w działkę pod budowę kolejnej bazy treningowej. I naprawdę nic nie wskazuje, że Jaga miałaby teraz wyhamować; nawet po odejściu dyrektora sportowego uważanego za jednego z ojców sukcesu. Można? Oczywiście!

ŻUŻEL

Zmarzlik wygrał w Ostrowie, ale to Janowski został mistrzem Polski

Zbigniew Czyż

Maciej Janowski (Betard Sparta Wrocław) wywalczył w Ostrowie Wielkopolskim czwarty w karierze tytuł IMP. Srebro zdobył Bartosz Zmarzlik, a brąz Kacper Woryna (obaj ORLEN OIL Motor Lublin).

Decydująca runda o indywidualne mistrzostwo kraju zaczęła się fatalnie dla Patryka Dudka, który po dwóch turniejach zajmował trzecią lokatę w klasyfikacji generalnej i miał realną szansę na złoty medal. Żużlowiec PRES Grupa Deweloperska Toruń w drugim wyścigu na pierwszym okrążeniu został podcięty przez Bartosza Zmarzlika i z impetem uderzył w bandę. Zmarzlik został wykluczony z powtórki i tym samym ograniczył swoje szanse na mistrzowski tytuł. Dudek z kolei po upadku był niezdolny do jazdy i w karetce opuścił stadion. W powtórce wystąpili tylko dwaj zawodnicy – Piotr Pawlicki pokonał Krzysztofa Buczkowskiego.

W tej sytuacji w grze o złoty medal pozostali Woryna, Maciej Janowski oraz Piotr Pawlicki. Janowski (Betard Sparta Wrocław)wygrał swój bieg, podobnie jak Pawlicki, z kolei Woryna w swoim pierwszym starcie się pogubił. W drugiej serii Woryna był drugi, a Janowski zanotował kolejne trzy punkty i w tymczasowej klasyfikacji generalnej obaj zrównali się punktami. Z kolei Pawlicki przyjechał ostatni i oddalił się od złotego medalu.

Nieco w tle rozgrywki o medale z powodzeniem rywalizowali zawodnicy, którzy w ostrowskim turnieju zastępowali kontuzjowanych żużlowców. Świetnie spisywał się zwłaszcza 16-latek Maksymilian Pawełczak z Abramczyk Polonii Bydgoszcz, który po czterech startach miał na koncie 10 punktów. Jakub Krawczyk z pierwszoligowej Moonfin Magnus Ostrovii jako rezerwowy zawodów startował w miejsce Dudka i wygrał trzy biegi, czym mocno ucieszył ostrowską publiczność.

Ostatnia seria turnieju przyniosła pierwsze rozstrzygnięcia. Zmarzlik i Janowski ponownie wygrali swoje biegi i zapewnili sobie udział w finale i miejsce na podium IMP. Z kolei Woryna z siedmioma punktami zakończył zawody, ale dorobek z trzech turniejów (33 pkt.) zapewnił mu co najmniej brązowy medal. W biegu barażowym zwyciężył Pawełczak przed Krawczykiem, który o grubość opony wyprzedził na mecie Dominika Kuberę. Czwarty był Mateusz Cierniak.

Przed finałem Janowski miał dwa punkty przewagi nad Zmarzlikiem i mógł z nim przegrać, ale musiał też linię mety minąć tuż za nim. I tak się stało – sześciokrotny mistrz świata znów okazał się niezwykle szybki i z wyraźną przewagą finiszował na pierwszej pozycji. Janowski musiał najpierw stoczyć zaciętą walkę o drugie miejsce z Pawełczakiem, a na finiszu o mały włos, a zostałby wyprzedzony przez Krawczyka. Ostatecznie minął linię mety jako drugi i mógł się cieszyć z czwartego w karierze tytułu. Wcześniej wygrywał w 2015, 2020 i 2024 roku, a łącznie 10-krotnie stawał na podium. Dla Zmarzlika był to dziewiąty medal w Indywidualnych Mistrzostwach Polski.

Liderem klasyfikacji wszechczasów jest Tomasz Gollob, który zdobył aż 16 medali (8 złotych, 5 srebrnych i 3 brązowe). Drugie miejsce zajmuje Zenon Plech, a na trzecie awansował Janowski (10 medali).



FOT. PAP/TOMASZ WOJTASIK

Zmarzlik na Indywiudalne Mistrzostwo Polski czeka od 2023 roku

eprasa.pl 10e5118778

LEKKA ATLETYKA

Dziewczyny lubią srebro. Panie nadały kolorytu naszej reprezentacji. Męski rodzynek na płotkach

Paweł Wiśniewski

Przed 27. edycją lekkoatletycznych mistrzostw Europy w Birmingham, branżowy magazyn „Athletics Weekly" wyliczył, że Polska zdobędzie sześć medali. Pomylił się, bo przed ostatnią sesją (wczoraj po zamknięciu wydania) było ich siedem.

Najbardziej udanym dniem na „Alexander Stadium" w Perry Barr na przedmieściach Birmingham była dla Biało-Czerwonych sobota.

Na największym stadionie lekkoatletycznym na Wyspach Brytyjskich nasi zawodnicy sięgnęli aż po cztery medale - srebrne zdobyły Katarzyna Zdziebło (chód na dystansie maratonu), Natalia Bukowiecka (400 m) i Maria Żodzik (wzwyż), a brązowy sztafeta pań 4x100 metrów (Krystina Cimanouska, Pia Skrzyszowska, Magdalena Stefanowicz, Ewa Swoboda, w eliminacjach biegała Wiktoria Gajosz - AZS UMCS Lublin).

Wcześniej na podium stawali - Swoboda (druga na 100 metrów), Skrzyszowska (druga na 100 metrów przez płotki) i Jakub Szymański (trzeci na 110 metrów przez płotki).

Natalia Bukowiecka broniła tytułu, który dwa lata temu zwyciężyła w Rzymie. W 2024 roku była w życiowej formie - w Londynie poprawiła rekord Polski Ireny Szewińskiej (na 48.90) i wywalczyła brązowy medal na paryskich Igrzyskach XXXIII Olimpiady.

Tym razem podopieczna trenera Marka Rożeja musiała uznać wyższość silnej, masywnej Norweżki Henriette Jæger, która czasem 49.04 ustanowiła rekord kraju i najlepszy tegoroczny wynik w Europie. Polka była wolniejsza o... sekundę!

Natalia Bukowiecka wywalczyła już trzeci medal, podobnie jak przed laty Niemki - Marita Koch i Grit Breuer oraz Włoszka Libania Grenot.

Dla Polski to szósty medal ME w biegu na dystansie 400 metrów, po brązie Ireny Szewińskiej (1978, Praga), złocie Justyny Święty-Ersetic (2018, Berlin), srebrze i brązie Natalki wówczas Kaczmarek i Anny Kiełbasińskiej (2022, Monachium) oraz złocie (2024, Rzym) Bukowieckiej.

- Trzeba się cieszyć z tego, że jest medal - wyjaśniła rekordzistka Polski w biegu na dystansie jednego okrążenia. - Norweżka była lepsza i nie ma co ukrywać. Trochę warunki były pod nią. Miałam dużo pewności siebie po półfinale. Było mnie stać na lepszy wynik, nawet na okolice „życiówki", ale sądzę, że warunki na to nie pozwoliły. Jæger była lepsza, ale gdyby było cieplej... Nie mówię, że bym wygrała, ale wyniki byłyby lepsze. Nie chcę powiedzieć, że jest mi smutno, bo to jest mój kolejny medal do kolekcji. Czuję pewien niedosyt, bo czuję, że jestem najlepiej przygotowana w życiu. Jest mi troszkę szkoda, bo nigdy w życiu mnie nie odcięło tak jak w finale, co pokazuje, że dałam z siebie 110 procent.



FOT. PAP/ADAM WARŻAWA

Natalii Bukowieckiej nie udało się obronić tytułu mistrzyni Europy w biegu na 400 metrów, który wywalczyła dwa lata temu w Rzymie

Ciekawą sytuację mieliśmy w rzucie oszczepem panów - otóż Dawid Wegner zajął 4. miejsce z wynikiem 82.96 m, przegrywając brązowy medal z Łotyszem Patriksem Gailumsem o... centymetr. Bezapelacyjnie najlepszy był Niemiec Julian Weber, który rzutem na odległość 90.40 m ustanowił rekord ME.

W 1974 roku, na Stadionie Olimpijskim w Rzymie, Norweg Terje Thorslund wyprzedził reprezentanta ZSRR Nikołaja Griebniewa o 2 centymetry.

Siedem medali to lepszy wynik niż dwa lata temu w Rzymie. Wówczas był to najsłabszy występ naszych reprezentantów od 2012 roku, gdy w Helsinkach wywalczyli cztery krążki.

LEKKA ATLETYKA

Brytyjska sprinterka wyrównała rekord Ireny Szewińskiej. Włosko-kubański kangur

Paweł Wiśniewski

Za nami 27. edycja mistrzostw Europy. Na „Alexander Stadium" w Birmingham działy się rzeczy niezwykłe i epokowe. Niestety, czasami wiało również nudą... Oto najciekawsze momenty z tej imprezy.

Nie tylko ładna i szybka, ale i mądra (po University of Cambridge). Brytyjka Amy Hunt - królowa sprintu, triumfatorka 100 (11.00) i 200 metrów (22.19) oraz filar sztafety 4x100 metrów (druga zmiana i 42.05).

Na pierwszej zmianie zwycięskiej, brytyjskiej sztafety 4x100 metrów pań, biegła z kolei Dina Asher-Smith, która zdobyła dziesiąty medal w historii swoich występów na mistrzostwach Europy. To wyrównany rekord Ireny Szewińskiej... Siódme złoto to również wyrównany rekord chorwackiej dyskobolki Sandry Elkasević z domu Perković i fenomenalnego biegacza z Norwegii - Jakoba Ingebrigtsena.

Mało znana Finka Alisa Vainio wygrywa maraton w czasie 2:22:26 - to nie tylko rekord mistrzostw Europy, poprawiony o prawie 3 minuty.



FOT. PAP/EPA

Rekordzistka świata 18-latek na 200 metrów (22.42), Brytyjka Amy Hunt, to królowa sprintu na tegorocznych mistrzostwach Europy

4 minuty i 55 sekund przewagi nad drugą na mecie Węgierką Lili Anna Vindics-Tóth to największa różnica w historii mistrzostw Europy.

Kubańczyk Andy Díaz Hernández (od 23 lutego 2023 roku obywatel Włoch) zakończył finałowy konkurs trójskoku z czwartym wynikiem w historii i trzecim w Europie - 18.15 m!

Wiele kontrowersji wzbudził występ Niemca Owena Ansaha. Otóż sprinterowi grozi 4-letnia dyskwalifikacja za mataczenie z badaniami podczas kontroli antydopingowej.

Ojciec 25-letniego Ansaha pochodzi z Ghany. Urodził się w Hamburgu i jest pierwszym niemieckim sportowcem, który w biegu na 100 metrów uporał się z barierą 10 sekund. 6 czerwca br. w Ratyzbonie ustanowił rekord kraju - 9.98. W Birmingham wygrał 200 metrów, a na „setkę" był trzeci (pierwszy medal ME dla Niemiec na tym dystansie od 40 lat)!

LEKKA ATLETYKA

„Kocioł Czarownic" przebija nawet mistrzostwa świata...

Paweł Wiśniewski

Jeszcze nie umilkł gwar „Alexander Stadium" w Birmingham i emocje związane z mistrzostwami Europy, a już czeka nas kolejne – miejmy nadzieję – niezwykłe wydarzenie. I to u nas, na rodzimym obiekcie, z galaktyczną obsadą.

„Silesia Memoriał Kamili Skolimowskiej" to impreza zaliczana do najbardziej elitarnej grupy mityngów lekkoatletycznych – „Wanda Diamond League", sponsorowanej przez Chińczyków.

To trzynaste tegoroczne zawody z cyklu „Diamentowej Ligi" (pozostałe to legendarne „Weltklasse" w Zurychu – 27 sierpnia i finałowe „Memorial Van Damme" w Brukseli – 4-5 września).

Co ciekawe, będzie to event dwudniowy: pierwszego dnia (22 sierpnia – sobota) sportowcy „wyjdą" do miasta – na katowicki rynek (skok w dal i kula pań plus skok wzwyż panów).

Następnego dnia (23 sierpnia – niedziela) zawodnicy spotkają się już na Stadionie Śląskim, gdzie odbędzie się klasyczny mityng lekkoatletyczny.

Wielu kibiców „królowej sportu" dowcipkuje, że tegoroczny „Silesia Memoriał Kamili Skolimowskiej" przebije jakością mistrzostwa świata, nie mówiąc o mistrzostwach Europy...

I rzeczywiście coś w tym jest. Na starcie zawodów zobaczymy największe gwiazdy zakończonego właśnie czempionatu Starego Kontynentu, z fenomenalnymi – szwedzkim tyczkarzem Armandem „Mondo" Duplantisem, Norwegami – niezwykłym biegaczem Jakobem Ingebrigtsenem i płotkarzem Karstenem Warholmem czy charyzmatycznym skoczkiem wzwyż z Włoch – Gianmarco Tamberim.

Większość konkurencji rozgrywanych tak w plenerze, jak i w „Kotle Czarownic", zapowiada się kosmicznie. I, co ważne, z udziałem naszej lekkoatletycznej elity.

Ewa Swoboda zmierzy się m.in. z dwiema najszybszymi sprinterkami globu: mistrzynią świata Amerykanką Melissą Jefferson-Wooden i mistrzynią olimpijską Julien Alfred z maleńkiej wyspy karaibskiej St. Lucia. Ponadto na starcie staną m.in. medaliści ME w Birmingham: Natalia Bukowiecka, Pia Skrzyszowska i Jakub Szymański. Będzie się działo!

eprasa.pl 10e5118778

PROGRAMOWO

G. 13:45

Agenci NCIS

FX

Opowieść o pracy zespołu śledczego rządowej agencji NCIS, który prowadzi dochodzenia w sprawie przestępstw mających związek z amerykańską marynarką wojenną i piechotą morską. Grupie przewodzi charyzmatyczny Leroy Jethro Gibbs, który jest gotowy naginać oficjalny regulamin, by doprowadzić śledztwo do końca, zaś przestępców przed oblicze sprawiedliwości. Agenci zajmują się nie tylko sprawami morderstw, ale również tymi związanymi ze szpiegostwem, terroryzmem czy uprowadzeniami. W 1. odcinku nowego sezonu podczas misji dla sekretarza marynarki wojennej USA Tony zostaje ostrzelany, doznaje wstrząsu mózgu i zdobywa zakrwawioną odznakę innego agenta NCIS. Później jednak nic nie pamięta.

G. 14:00

Splątane losy

TVP 1

Münevver zauważa, że Mine tęskni za matką i Yasemin. Podejrzewa, że jej starsza wnuczka przed kimś ucieka, dlatego prosi Halila o odnalezienie obu kobiet. W tym czasie Burak cierpi z powodu nieodwzajemnionej miłości do Yasemin. Zżera go także zazdrość o kolegę z pracy, a dokładnie – o Kerema. Wyznaje też wreszcie Serhatowi, że jego ostatnie zachowanie wynika z tego, że się zakochał, a obiekt jego westchnień trzyma go na dystans. Halil, obciążony tajemnicą dotyczącą Pakize oraz Yasemin, postanawia jak najszybciej odnaleźć kobiety. Leman zdradza Ayfer plany dewelopera, który chce wykupić okoliczne nieruchomości. Żona Halila rozważa sprzedaż domu swojego i willi Münevver.



G. 13:00

Czarodziejki

Paramount

Siedem miesięcy po śmierci swojej babci Prue, Piper i Phoebe spotykają się pod tym samym dachem, gdy młodsza, Phoebe, powraca do rodzinnego domu w San Francisco. Jeszcze tego samego dnia odkrywa na dotąd zamkniętym strychu Księgę Cieni. Czytając z niej inkantacje, bezwiednie uruchamia prastarą przepowiednię. Wkrótce siostry odkrywają, że nie tylko posiadały nadnaturalne dary, ale i pochodzą z prastarego rodu czarownic – Warrenów. Pierwsza z rodu, Melinda Warren, została spalona na stosie podczas procesów czarownic w Salem. Nim umarła przepowiedziała, że moc z każdym pokoleniem będzie rosła, a punktem kulminacyjnym będzie pojawienie się trzech sióstr. Z czasem odkrywają, iż mają przyrodnią siostrę Paige. Serial „Czarodziejki" stworzony przez Constance M. Burge zdobył pięć nagród oraz był nominowany do 20 wyróżnień.



G. 19:00

MŁODE GLINY

TVN 7



Serial kryminalny „Młode gliny" skupia się na pracy funkcjonariuszy, którzy dopiero zaczynają służbę. Każdy odcinek to nie tylko nowa sprawa. To również etyczne dylematy, trudne moralnie decyzje, chęć pomocy i wykazania się. W świecie niepisanych zasad mogą liczyć na wsparcie doświadczonych kolegów. Pod okiem Szymona Deca (Robert Koszucki), naczelnika Wydziału Kryminalnego Komendy Powiatowej, policjanci – Agata (Zofia Zborowska-Wrona) i Monika (Katarzyna Gałązka), Sandra (Dominika Kryszczyńska) i Olek (Marcel Opaliński), Michalina (Mayu Gralińska-Sakai) i Kacper (Henryk Simon) i dzięki wsparciu kolegów z komendy – Basi (Wiktoria Gąsiewska) i Jurka (Michał Węgrzyński), skutecznie prowadzą śledztwa i stawiają czoła codziennym wyzwaniom. Nad ich pracą czuwa także komendant Izabela Muszyńska (Anna Dereszowska) . Ważną rolę w prowadzonych sprawach odgrywa Laura, patolog sądowa (Aleksandra Domańska), której precyzyjne analizy często dostarczają kluczowych dowodów w śledztwach.



G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Do Smolnych wpada Andrzej błagając Krzysztofa, by nie wypuszczał artykułu o handlu dyplomami. Smolny mówi mu, że ma miesiąc, bo Gwiazdowie nie odpuszczą! Basia zaś radzi, żeby powiedział o wszystkim synom zanim dowiedzą się z mediów . Lew prosi pacjentkę – ofiarę przemocy – żeby przychodziła na kontrole ze swoim partnerem. Tymczasem Greg straszy przerażoną żonę, że wyśle ją na leczenie zamknięte. Zwierza się też Nalepie, że Ewelina przestała brać leki na depresję i odwołuje wizyty u terapeuty... Zmartwiona Weronika dzwoni do Kalskiej, ale odbiera Greg. Olszewska spotyka się w sprawie swojego nastoletniego klienta z jego kuratorką,. Agnieszka prosi o szansę dla chłopaka. W domu Olszewską nachodzi brat Tomka. Twardo żąda, by przekonał brata do resocjalizacji i wzorowego zachowania.

eprasa.pl 10e5118778

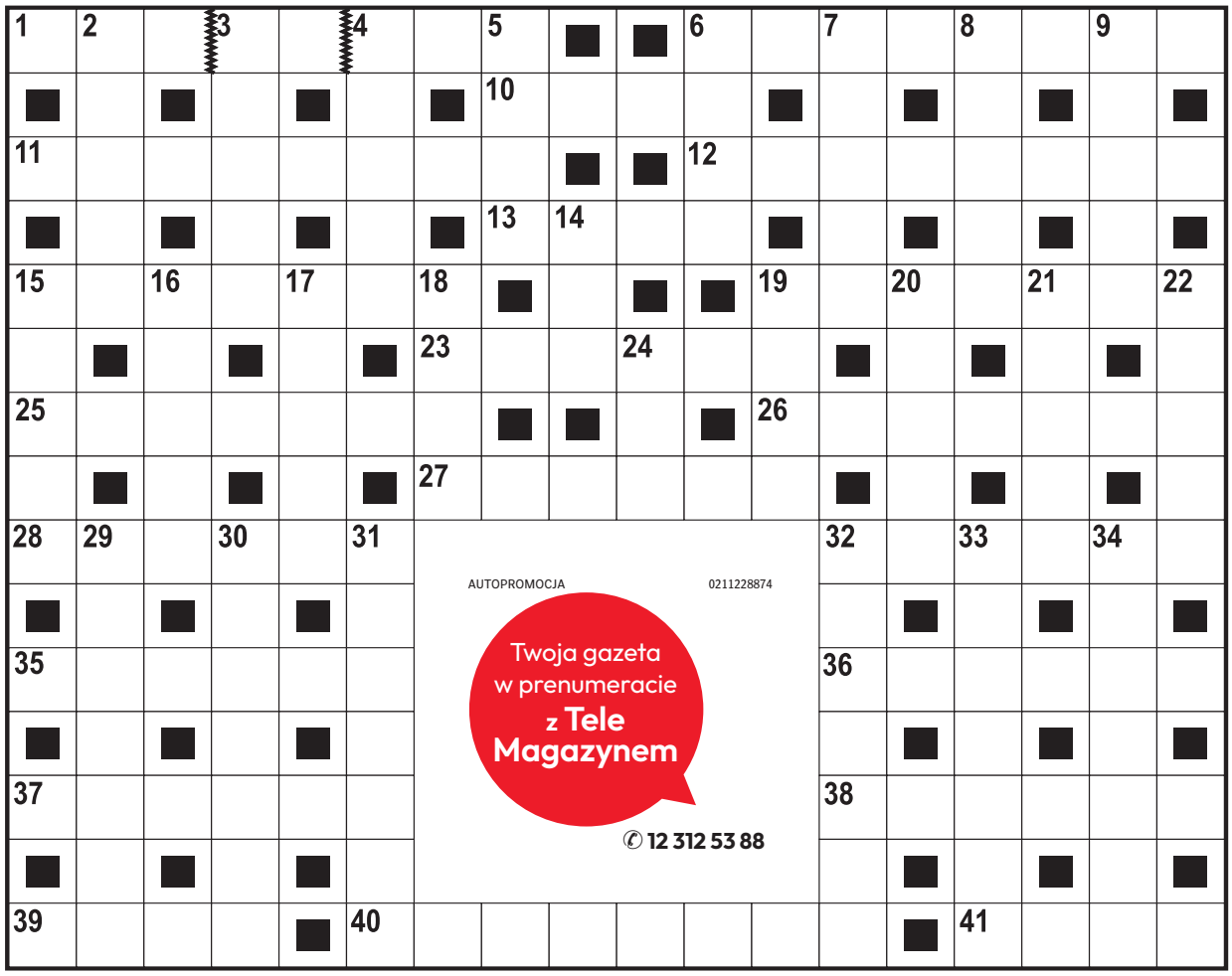
KRZYŻÓWKA NR 125

Poziomo:

1) Pyralgina lub Opokan,
6) składnik zup lub sosów,
10) imię Karewicza, aktora („Stawka większa niż życie"),
11) konkurent Volkswagena,
12) uczy się prawniczej profesji,
13) dolna ścianka słoika,
15) rycerz Świętego Floriana,
19) turystyczny kajak lub rower,
23) lewy dopływ Sanu,
25) imituje wybuch granatu,
26) świętowanie rocznicy państwowej,
27) chrząszcz żyjący pod korą drzew,
28) śląski taniec ludowy,
32) okres dziesięciu dni,
35) subtelna przymówka,
36) doceniane przez estetę,
37) uczucie towarzyszące oglądaniu horrorów,
38) człowiek o odpowiedniej wiedzy, ekspert,
39) popielata papuga z zachodniej Afryki,
40) przynosi chlubę, honor,
41) gruba warstwa gruzu.

Pionowo:

2) wynik działania, rezultat,
3) grupa ludzi mająca poczucie odrębności etnicznej,
4) … Suflera, polski zespół rockowy,
5) skała do produkcji klinkieru,
6) polski serial sensacyjno-kryminalny,
7) potocznie o drzewie ze szpilkami,
8) roślina warzywna z Afryki,
9) starorzymska pieśń żałobna,
14) słucki na kontuszu,
15) zapalenie stawu skokowego konia, włogacizna,
16) moda naszych przodków,
17) dawne urządzenie do mielenia ziarna,
18) dawne urządzenie do mielenia ziarna,
18) kultowe, belgijskie piwo górnej fermentacji,
19) w dal lub o tyczce,
20) kablowe lub telewizyjne,
21) prosta zawsze najlepsza,
22) wysoki, marszczony kołnierz,
24) zagon obsiany zbożem,
29) judaizm lub chrześcijaństwo,
30) Śniardwy lub Mamry,
31) handlowiec na jarmarku,
32) biżuteria w bankowej skrytce,
33) leczy schorzenia kręgosłupa,
34) darowizna uczyniona przez fundatora.

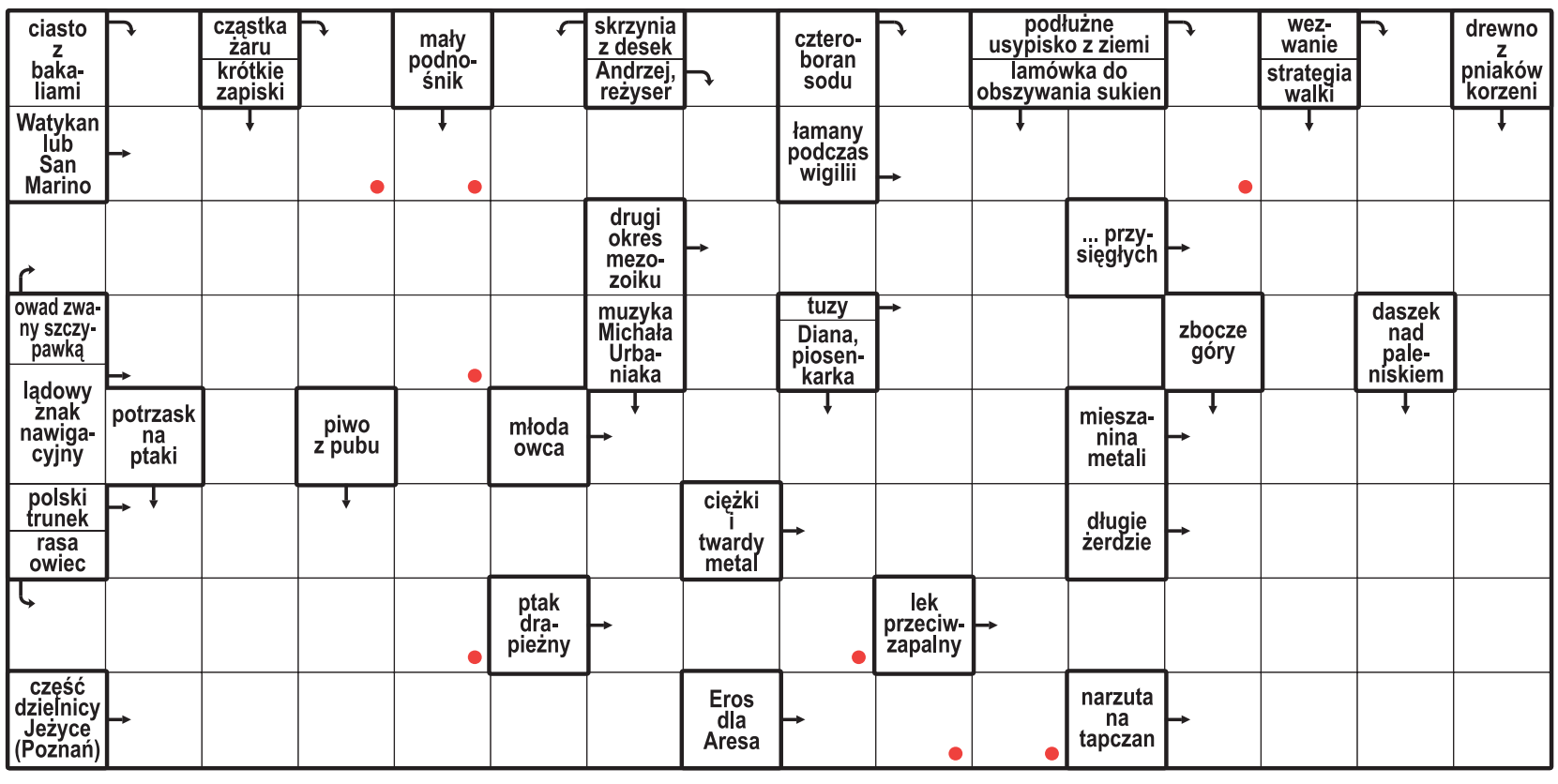


AUTOPROMOCJA 0211228874
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
12 312 53 88

ROZWIĄZANIE NR 124

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KLAWESYN.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, lecz nie spiesz się. Horoskop dzienny mówi, że spokojna rozmowa przyniesie Ci korzyść.

Ryby (19.02 - 20.03)
Zaufaj intuicji i wybierz spokój. Horoskop na dziś wróży, że mały gest bliskiej osoby poprawi Ci nastrój.

Baran (21.03 - 19.04)
Horoskop dzienny na poniedziałek zapowiada, że nowa wiadomość otworzy przed Tobą kolejne drzwi.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj o swoje samopoczucie. Horoskop dzienny mówi, że szczera rozmowa przyniesie Ci ulgę i spokój.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Odważnie pokaż swoje talenty, ale zostaw miejsce innym. Horoskop na dziś radzi pójść na współpracę.

Rak (22.06 - 22.07)
Uporządkuj sprawy, które odkładasz. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że poczujesz satysfakcję.

Lew (23.07 - 22.08)
Wybierz harmonię zamiast sporów. Horoskop dzienny wróży, że miłe spotkanie przyniesie Ci inspirację.

Panna (23.08 - 22.09)
Zachowaj cierpliwość. Horoskop na dziś przypomina, że to, na czym Ci zależy, wymaga czasu.

Waga (23.09 - 22.10)
Podejmiesz ważną decyzję. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że odwaga otworzy nowe możliwości.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja zaprocentuje. Horoskop dzienny radzi nie rezygnować z planów, nawet jeśli pojawią się trudności.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Postaw na kreatywność. Horoskop na dziś wróży, że nietypowy pomysł pomoże Ci rozwiązać problem.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Słuchaj serca. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że spokojny krok pomoże Ci uniknąć emocji.

eprasa.pl 10e5118778