*dziś* **SPORTOWY24**

● **Efektowne zwycięstwo** Motoru w Płocku z Wisłą **str. 18** ● **Trzecioligowa Avia Świdnik** pozostała w fotelu lidera **str. 18** ● **Górnik Łęczna** przegrał w stolicy z Polonią **str. 19** ● **Lubelskie szczypiornistki** bez Pucharu Polski **str. 21**

kurier lubelski

**Poniedziałek** 11.05.2026 I Nr. 55 (18.231) I Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) I **www. kurierlubelski.pl**

**Poszukiwany adwokat od „trumny na kółkach”** został ujęty pod Hrubieszowem **str. 5**

FOT. ARCHIWUM

**Co z drogą rowerową nad Bystrzycą?** Radny pyta o obietnice wyborcze prezydenta **str. 3**

**Już wiadomo od kiedy** będzie obowiązywał zakaz nocnej sprzedaży alkoholu **str. 4**

FOT. ARCHIWUM

FOT. PAP/ART SERVICE

# Siatkarze z Lublina zakończyli sezon ze srebrem

W decydującym, piątym meczu finału PlusLigi siatkarze Bogdanki LUK przegrali w Sosnowcu z Aluronem CMC Wartą Zawiercie 1:3 i zdobyli tytuł wicemistrza Polski **str. 21**

Nr ISSN 2353-6136 Nr indeksu 350-32X

**Bliski koniec wojny w Ukrainie?** Zaskakujące słowa Putina **str. 8**

**PUSZCZA SOLSKA** NA MIEJSCU PRACUJE JESZCZE 200 STRAŻAKÓW

# Po pożarze las długo będzie leczyć rany

**Jakub Sarek**
Lubelskie

**200 strażaków pracuje jeszcze przy dogaszaniu pożaru Puszczy Solskiej w pow. biłgorajskim. Działania mogą potrwać do końca tygodnia. Według wstępnych szacunków ogień strawił obszar ok. 300 hektarów.**

Rozpoczęła się siódma doba akcji w Puszczy Solskiej w pow. biłgorajskim. Pożar jest opanowany i nie rozprzestrzenia się. Działania koncentrują się obecnie wokół dogaszania pożarzyska. Na miejscu jest 200 strażaków, także druhów z OSP.

– Przeczesujemy teren lasu, monitorujemy, gdzie są jeszcze zarzewia ognia. Przekopujemy je, tam, gdzie trzeba, zalewamy wodą. Pogorzelisko jest przez nas dozorowane – mówił „Kurierowi” w niedzielę o godz. 13 kpt. Mateusz Małyszek, rzecznik Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej w Biłgoraju. – Teren naszych działań jest trudny. Znajduje się w strefie torfowisk, bagien. Jednakże nie planujemy włączenia do akcji samolotów i śmigłowców gaśniczych – uzupełnił kpt. Małyszek.

W piątek nadbryg. Sławomir Sierpatowski, zastępca komendanta głównego PSP mówił, że dogaszanie pożaru może zająć jeszcze nawet tydzień. – Jest takie prawdopodobieństwo. Dziś na pewno będziemy jeszcze dogaszać, w poniedziałek być może też. Co będzie dalej? Czas pokaże. Decyzje zapadają w ciągu dnia – wskazywał kpt. Małyszek.

Według wstępnych szacunków ogień objął powierzchnię ok. 300 ha. Działania operacyjne są natomiast prowadzone na obszarze 1200 ha.

Pożar w Puszczy Solskiej wybuchł 5 maja. W kulminacyjnym momencie w akcję gaśniczą zaangażowanych było nawet 1100 osób: strażacy z PSP, druhowie z OSP, policjanci, leśnicy, żołnierze WOT.

Śledztwo, które ma ustalić przyczyny pożaru, wszczęła Prokuratura Okręgowa w Zamościu. Toczy się w kierunku nieumyślnego spowodowania zdarzenia, które zagraża życiu lub zdrowiu wielu osób albo mieniu w wielkich rozmiarach. – Nie mamy żadnych obiektywnych dowodów, które przemawiałyby za tezami, że doszło do umyślnego działania osób trzecich – powiedział PAP prok. Rafał Kawalec, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Zamościu.

*Czytaj str. 4*

FOT. MAŁGORZATA GENCA

**Akcja dogaszania ognia i monitorowania terenu może potrwać jeszcze kilka dni**

eprasa.pl 4e0c4922c9

AUTOPROMOCJA 0111228868

Zamów **prenumeratę**
Kurier Lubelski 12 312 53 88
**bok.prenumerata@polskapress.pl**
**prenumerata.kurierlubelski.pl**

## W środę w Kurierze **Strefa Biznesu**

● Kiedy z fabryki wyjedzie pierwsze polskie auto elektryczne? ● Po tych studiach dostaniesz pensję jak marzenie

# O MYŚLENIU Z MINIONEJ EPOKI

**Krzysztof Cugowski**

Czy państwo powinno pomagać ofiarom Zondacrypto? Dotykamy bardzo ciekawego tematu. Nie chodzi bowiem tylko o tę sprawę, tylko ogólnie o różne doznane straty obywateli na skutek podjętych decyzji. Podobnie było z frankowiczami.

Zacznijmy od najważniejszego. To nie jest tak, że ci ludzie zostali zmuszeni do podjęcia takich działań, ponieśli straty i teraz państwo, czyli tak naprawdę społeczeństwo, powinno im dokładać pieniądze. To była trochę spekulacyjna sprawa.

Im po prostu się wydawało, że kredyt we frankach będzie dla nich bardziej korzystny niż płacenie w złotówkach. I tak na początku było. Jednak później sytuacja się zmieniła. Tak się dzieje. Podobnie jest, gdy się gra na giełdzie. Raz się wygrywa, trzy razy przegrywa. Czy w związku z tym państwo powinno pomagać tym co „umoczyli" na akcjach?

Jest wiele tego typu historii. Wielokrotnie nasi rodacy jechali na wakacje w rejony, delikatnie mówiąc, niezbyt stabilne, chociaż MSZ wydawało ostrzeżenia i oni o tym wiedzieli. Pamiętam taką scenkę sprzed lat jak reporter zapytał rozbawione panie na lotnisku dlaczego lecą do Egiptu, choć był komunikat, aby nie podróżować tam, bo jest wojna. Odpowiedziały wesoło: „A jaka tam wojna". Później, gdy dochodzi do eskalacji konfliktu, to zwykle takie panie chcą, aby rząd wysłał po nie specjalny samolot.

To jest przykład do czego nasze społeczeństwo zostało przyzwyczajone w minionej epoce. Z jednej strony mówi się, że człowiek powinien sam sobie radzić, ale z drugiej strony jest w tyle głowy postpeerelowskie myślenie, że państwo powinno nas wyciągać z tarapatów niezależnie od tego jaka głupotę zrobiliśmy. Taki jest mental. Przez tyle lat wbijało się to ludziom do głów, że nawet, ci którzy tamtych czasów nie pamiętają, myślą podobnie. To jest przekazywane z pokolenia na pokolenie. Niestety.

## ROZMOWA DNIA

# Nie godzimy się, by wojenny rabunek uznano za trwały stan

**Katarzyna Krzykowska**
PAP

**Rozmowa z Elżbietą Rogowską, z-cą dyr. departamentu w Ministerstwie Kultury i Dziedzictwa Narodowego, o tym jak odbywa się restytucja dóbr kultury.**

**Gdyby miała pani opisać swój zespół, byłaby to ekipa detektywów czy jednostka ds. cyberprzestępczości?**
Jesteśmy zespołem multidyscyplinarnym. Oprócz specjalistów od technologii cyfrowych mamy ekspertów od kwerend, którzy potrafią odnaleźć dokumenty w archiwach, muzeach czy zbiorach prywatnych. Są też historycy sztuki z doskonałą znajomością rynku kolekcjonerskiego, prawnicy oraz osoby odpowiedzialne za potwierdzanie tożsamości, negocjacje, współpracę ze służbami.

**Restytucja przypomina partię szachów z prawnikami czy dynamiczny thriller?**
W większości przypadków to połączenie partii szachów, filmu sensacyjnego oraz żmudnej pracy badawczej i urzędniczej. Sukces wymaga kreatywności i zaangażowania wielu osób o różnych kompetencjach. Musimy reagować błyskawicznie na każdym etapie.

**Czy zdarza się, że zgłasza się do was kolekcjoner świadomy, że ma obiekt pochodzący z grabieży wojennej, i chce się „pozbyć problemu", gdy zaczyna mu się palić grunt pod nogami?**
Zdarza się, choć niezbyt często. Zazwyczaj to my pierwsi kontaktujemy się z posiadaczami dzieł - zarówno świadomymi kolekcjonerami, jak i przypadkowymi osobami. Przykładem jest historia obrazu „Dzieci w lesie brzozowym nad fiordem Haiko" fińskiego malarza Alberta Edelfelta. Dzieło to nie figurowało w polskiej bazie strat. Gdy posiadacze zwrócili się do nas z pytaniem o ten obraz, informując, że znaleźli go zwinięty na strychu w domu pod Łodzią, odpowiedzieliśmy, że nie mamy o nim informacji. Jednak klasa dzieła i tajemnicze okoliczności jego odnalezienia skłoniły nas do poszukiwań. Otrzymaliśmy informacje od jednego z ekspertów – obraz przed wojną był w prezydenckiej rezydencji w Spale. Dowodem było niewyraźne zdjęcie wnętrza pałacu, na którym płótno widniało w tle. Późniejsza dokumentacja potwierdziła, że obraz został sprowadzony do Polski przez cara Aleksandra i zdobił jego letnią rezydencję w Spale. Następnie wyjechał do Rosji, potem wrócił w wyniku rewindykacji po traktacie ryskim i znów znalazł się w Spale, by ostatecznie zaginąć w czasie II wojny światowej.

**A gdyby nie było fotografii? Zdarza się negocjować w oparciu jedynie o poszlaki?**

FOT. FACEBOOK MKIDN

Oczywiście. Czasami dowodem staje się charakterystyczny kształt pieczątki lub fragment nalepki na odwrocie, które powiązane są z konkretną kolekcją. Niekiedy osoby, które chciały ukryć pochodzenie dzieła, próbują usunąć znaki własnościowe. Na to również są sposoby. Przykładem może być piękny obraz Berthy Wegmann zatytułowany „Lato", który wrócił do nas z Danii i obecnie znajduje się w Muzeum Narodowym we Wrocławiu. Dzieło w 1906 r. zakupiło Śląskie Towarzystwo Artystyczne i przekazało do zbiorów Śląskiego Muzeum Sztuk Pięknych we Wrocławiu. Nigdy nie odnaleźliśmy przedwojennej fotografii obrazu. Zgromadzenie poszlak i dowodów, które przekonałyby duńską rodzinę do zwrotu, wymagało ogromu pracy. Kluczowy okazał się precyzyjny opis w przedwojennym katalogu muzeum, który figurował w naszej bazie strat wojennych.

**Proces restytucji nie zakłada odkupowania dzieł sztuki przez państwo?**
Byłoby to sprzeczne z normami moralnymi i etycznymi. Nie ma zresztą takiej możliwości prawnej. (PAP)

## PRZYRODA

# Czarka bez smaku

Lubię żartobliwe opowieści z przyrodniczym kontekstem, ale wciskanie ciemnoty już mniej. Choćby proponowane w kilku portalach wiosenne grzybobranie. Po pierwsze, nie bardzo jest co zbierać, o czym niżej. Po drugie, proponowane do wiosennych zbiorów gatunki są albo chronione (jak smardze) lub lilipucich rozmiarów, jak wymieniane jednym tchem czarki szkarłatne czy austriackie. Nazwa czarki trafnie oddaje kształt delikatnego naczynia. Maksymalnie pięć centymetrów średnicy i tu najważniejsze - trzy milimetry grubości! Owszem, intensywnie karminowa zawartość rzuca się w oczy, ale uroda grzyba nie idzie w parze z właściwościami smakowymi. Owocniki czarek są co prawda jadalne, ale pozbawione smaku i zapachu. Zaś w medialnych opisach mówią o grzybowej rzodkiewce! I niech mi nikt nie mówi, że się mylę, bo niedawno spacerowałem po lesie i kilka czarek miałem w dłoni. I w ustach, jeśli już o organoleptycznym teście mowa. Uprzedzam też lojalnie, że widocznych z oddali owocników o czerwonym zabarwieniu jest nawet w wilgotnych miejscach tyle, co kot napłakał. Czarki są rzadko spotykane. Nie ma mowy, by zebrać garść grzybów. Zresztą po co, skoro są kulinarnie obojętne. Reasumując, jeśli na wiosenne czarkobranie zabierzecie koszyk na grzyby, będziecie wyglądali śmiesznie. Za to zdjęcia czarek są urocze!

**Grzegorz Tabasz**

## Pogoda w regionie

**Dzisiaj**
MAX **22°C** MIN **6°C**

Barometr
**1005 hPa**
Wiatr
**płd.- zach. 21 km/h**
Biomet
**korzystny**

**Jutro**
MAX **14°C** MIN **5°C**

**Pojutrze**
MAX **14°C** MIN **4°C**

**Popojutrze**
MAX **17°C** MIN **6°C**

Dziś imieniny obchodzą Iga i Ignacy

## PISALIŚMY W KURIERZE

**11.05.2010 r. Prawie jak mąż, tylko na godziny**
Zatkany zlew, brak światła w lodówce, nieskoszony trawnik, luźne gniazdko czy ciekający kran - to nie lada wyzwanie dla wielu lublinianek, które na próżno szukają pomocy u sąsiada albo swojej „drugiej połowy".
Z takimi problemami świetnie radzi sobie Kamil Czekirda.
Od niespełna miesiąca trudni się jako... mąż na godziny i ma już za sobą pierwsze poważne zlecenia. To już kolejna firma w naszym mieście, która świadczy usługi „złotej rączki" dla pań. W sierpniu 2009 r. na lubelski rynek przebojem weszli „Faceci z Wenus".
Od kilku tygodni działa u nas również „Mąż na godziny" - jak na razie tylko jeden. Kamil Czekirda ciężkiej pracy się nie boi. Przez ostatnie trzy lata tyrał na budowie w Finlandii.
Po powrocie do Lublina na próżno szukał ciekawego zajęcia, dlatego postanowił wykorzystać swoje umiejętności i świadczyć usługi dla pań.
Do tej pory naprawiał już luźne gniazdka i malował mieszkania. Za godzinę pracy takiego fachowca trzeba wydać 45 zł. Ale cennik jest ruchomy i zależy od trudności zadania. JS

## KALENDARIUM

**1573**
We wsi Kamień pod Warszawą, w pierwszej w Polsce wolnej elekcji został wybrany na króla Polski Henryk Walezy.

**1936**
Wybudowany we włoskiej stoczni transatlantyk „Batory" przypłynął do Gdyni. Pływał do 1969, a w 1971 r. został zezłomowany w Hongkongu.

**1958**
W Parku Łazienkowskim w Warszawie odsłonięto zrekonstruowany po zniszczeniu w czasie wojny pomnik Fryderyka Chopina.

**2009**
Podejrzany o zbrodnie wojenne Ukrainiec Iwan Demianiuk został zatrzymany w USA. Był strażnikiem obozowym w Treblince, Sobiborze i Majdanku.

eprasa.pl 4e0c4922c9

*nasz*
REGION

**POWIAT LUBARTOWSKI**
**Chwila nieuwagi i doszło do karambolu**
W piątkowy poranek w Pałecznicy-Kolonia 72-letni kierowca BMW uderzył w poprzedzające auta z taką siłą, że zatrzymał się dopiero na ciężarówce jadacej z naprzeciwka. Badanie alkomatem wykazało, że wszyscy kierujący uczestniczący w zadarzeniu byli trzeźwi. Jedna osoba z Peugeotem została przetransportowana do szpitala, ale jej życiu nie zagraża niebezpieczeństwo. LUB

FOT. POLICJA

**POW. KRASNOSTAWSKI**
**Nie ma na niego sposobu?**
Policjanci zatrzymali do kontroli 50-letniego kierowcę Toyoty. Miał ponad 3 promile alkoholu. Ciążyły na nim trzy sądowe zakazy prowadzenia pojazdów, w tym dwa dożywotnie. A mimo to jeździ... LUB

# Radny pyta o obietnice wyborcze prezydenta

Artur Jurkowski
Lublin

**Droga dla rowerzystów prowadząca bulwarem wzdłuż Bystrzycy to najbardziej popularna trasa rekreacyjna w Lublinie. Miłośnicy jednośladów od lat dopominają się jej modernizacji. Ratusz zapowiada, że prace ruszą w 2027 r.**

Rowerowa droga wzdłuż Bystrzycy liczy ok. 12 kilometrów. Modernizacja trasy znalazła się wśród wyborczych obietnic Krzysztofa Żuka, prezydenta Lublina, podczas kampanii wyborczej w 2024 r.

O realizację tej deklaracji pyta w interpelacji do prezydenta Lublina Tomasz Gontarz, radny opozycyjnego PiS. - Jakie postępy w realizacji Pańskiej obietnicy wyborczej dotyczącej kompleksowej modernizacji ścieżki rowerowej wzdłuż Bystrzycy zostały poczynione od października 2024 r. do chwili obecnej (w szczególności w zakresie przygotowania dokumentacji projektowej)? - docieka radny Gontarz.

- Obecnie trwa proces szacowania całkowitego kosztu realizacji zadania i rozważana jest możliwości ewentualnego pozyskania dofinansowania przedsięwzięcia ze środków zewnętrznych - odpowiada Tomasz Fulara, zastępca prezydenta Lublina.

Miasto dodaje, że już „dokonano analizy stanu prawnego nieruchomości". Chodzi o cały odcinek trasy - od zapory przy Zalewie Zemborzyckim do ul. Zawilcowej.

W odpowiedzi na interpelację padły też terminy realizacji poszczególnych etapów inwestycji. - Realizacja kompleksowych prac projektowych wraz z uzyskaniem ostatecznych decyzji administracyjnych planowana jest w roku 2026 - 2027, natomiast realizacja robót budowlanych planowana jest w roku 2027 – 2029 – wskazuje Fulara.

FOT. ARCHIWUM/ŁUKASZ KACZANOWSKI

**Rowerowa droga wzdłuż Bystrzycy liczy około 12 kilometrów**

- To bardzo odległy horyzont czasu, jeśli weźmiemy pod uwagę fatalny stan nawierzchni, konieczność wymiany asfaltu i kostki oraz oczekiwania mieszkańców na bezpieczną, oświetloną i dobrze zaprojektowaną trasę rowerową - ocenia radny Gontarz.

### Co obejmą prace?

- W ramach planowanej inwestycji dążyć będziemy do zwiększenia bezpieczeństwa zarówno rowerzystów jak i pieszych korzystających z przeznaczonej dla nich części trasy, poprzez wymianę zdegradowanych nawierzchni asfaltowych oraz starej nawierzchni z kostki brukowej - wylicza Fulara. - W zależności od lokalnych uwarunkowań terenowych, planowana jest zmiana parametrów technicznych ścieżki oraz wprowadzenie separacji ruchu rowerowego od ruchu pieszego.

Ma też powstać oświetlenie.

- Cieszę się, że w odpowiedzi padają konkretne zapowiedzi poprawy komfortu jazdy, separacji ruchu rowerowego od pieszego i budowy nowego oświetlenia, ale obowiązkiem radnego jest patrzeć ratuszowi na ręce i przypominać, że obietnice wyborcze powinny być realizowane w rozsądnym czasie. Będę dalej monitorował tę inwestycję i informował mieszkańców o każdym kolejnym etapie prac - zapowiada radny Gontarz.

### Partole już w akcji

Tymczasem funkcjonariusze Straży Miejskiej mają do dyspozycji już 12 rowerów. W tym roku patrole wyjechały na ulicę w marcu.

- Co roku przed rozpoczęciem sezonu rowerowego przeprowadzamy kontrolę stanu tras rowerowych. W tym roku odnotowaliśmy 16 uwag, najwięcej dotyczyło zapiaszenia tras po sezonie zimowych. Na liście znalazły się też m.in. zwisające lub złamane gałęzie zagrażające pieszym i rowerzystom, uszkodzone ławki, zaśmiecenia - wylicza Robert Gogola, rzecznik prasowy Straży Miejskiej. Te uwagi dotyczyły m.in. ścieżki wzdłuż Mazowieckiego, Północnej, Solidarności, Jana Pawła II, rejonu Mostu 700-lecia Lublina (ul. Muzyczna).

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJI ZIEMIA I LUDZIE
0011346482

PRAWDZIWE HISTORIE CZYSTEGO POWIETRZA

Czyste Powietrze Jest OK

# Dzięki dotacji zachowali rodzinny dom

**Pani Danuta z Ludziska (okolice Inowrocławia) odziedziczyła dom, który budował jeszcze jej dziadek. Budynek był zniszczony i od dawna wymagał generalnego remontu, a palenie w starym kopciuchu było już nawet niebezpieczne. Korzystając z programu Czyste Powietrze, wymieniła piec na nowoczesny kocioł na pellet. Teraz znów chce skorzystać z Czystego Powietrza – tym razem, by sfinansować ocieplenie budynku.**

UWAGA, KONKURS!
Jesteś beneficjentem Czystego Powietrza?
Podziel się z nami swoją prawdziwą historią i przekonaj innych do inwestycji w zdrowie i ciepło.
Wejdź na czystepowietrzejestok.pl
Co miesiąc do wygrania hulajnoga elektryczna!

Pani Danuta całe życie mieszkała w domu wybudowanym jeszcze przez dziadka. Potem dom odziedziczyli jej rodzice, a po ich śmierci – ona sama. Mieszka w nim z mężem i dwoma synami. Niestety dom, który niszczał przez lata, wymagał generalnego remontu. Budynek jest nieocieplony, a w ścianach pojawiała się wilgoć.

– Sami nigdy nie dalibyśmy rady go wyremontować. Byliśmy bliscy decyzji o sprzedaży domu i kupnie mieszkania w mieście. Jednak to nie byłoby to samo – tu mamy przestrzeń, zieleń i ogród. Byłam zdeterminowana, żeby zostać w Ludzisku – mówi pani Danuta.

### O włos od tragedii

Ogromnym wysiłkiem finansowym wymienili okna i drzwi na energooszczędne. Mieli nadzieję, że stary piec na drewno i węgiel jeszcze trochę popracuje, ale sprawił im przykrą niespodziankę.

– Piec stał w oddzielnym budynku gospodarczym, który jest połączony z domem. Okazało się, że się rozszczelnił i pewnego dnia woda się zagotowała, a piec stanął w ogniu. Nie pozwoliłam mężowi wejść do kotłowni. Piec piszczał, wszędzie było pełno dymu. Szybko zadzwoniłam po straż pożarną. Strażak powiedział mi potem, że gdyby mąż otworzył drzwiczki pieca, doszłoby do wybuchu. Mąż zginąłby na pewno! – opowiada.

Małżeństwo stanęło więc także przed koniecznością wymiany pieca. Jednak – jak wie każdy właściciel domu jednorodzinnego – to naprawdę spora inwestycja, a im oszczędności już się skończyły.

– Koleżanka z urzędu gminy opowiedziała mi o programie Czyste Powietrze. Pomogła wypełnić wniosek i go rozliczyć. Mieliśmy wtedy bardzo małe dochody i dostaliśmy około 70 proc. dotacji do nowego źródła ciepła, komina i całej instalacji. Zdecydowaliśmy się na piec na pellet – wyjaśnia pani Danuta. Od razu odczuliśmy różnicę — w domu zrobiło się ciepło, sucho i przytulnie – dodaje. Ludziskowianka opowiada, że rachunki za ogrzewanie spadły. Nie muszą się martwić, gdzie kupić drewno i węgiel. W domu jest czysto, bez pyłu i popiołu. Nie trzeba już też ciągle dokładać do pieca.

– Poprzednio, jak się nie poszło w nocy, żeby dołożyć opału, to temperatura w domu od razu spadała. Teraz kocioł ma programator, można ustawić odpowiednią temperaturę na dzień i na noc. To ogromna wygoda – wyjaśnia pani Danuta.

**Jaka więc powinna być kolejność prac?**

1. PRACE TERMOIZOLACYJNE • stolarka okienna i drzwiowa • termoizolacja ścian zewnętrznych • termoizolacja dachu lub stropodachu • strop nad nieogrzewaną piwnicą, podłoga na gruncie.
2. INSTALACJE WEWNĘTRZNE • wentylacja mechaniczna z odzyskiem ciepła (rekuperacją) • modernizacja c.o. i c.w.u.
3. WYMIANA ŹRÓDŁA CIEPŁA I ZASTOSOWANIE OZE • wymiana kopciucha na energooszczędne i odnawialne źródła energetyczne, program Czyste Powietrze w obecnej edycji dopuszcza: pompy ciepła (Uwaga! wykorzystują energię elektryczną), kotły zgazowujące drewno, kotły na pellet drzewny, ogrzewanie elektryczne, np. kocioł elektryczny, maty grzewcze, podłączenie budynku do istniejącej sieci ciepłowniczej.

### Paliwo naturalne i ekologiczne

Pellet przypomina kukurydziane chrupki. Ma 2–3 cm długości i kilka milimetrów średnicy. Produkuje się go z biomasy – odpadów drzewnych, uprawianych w tym celu roślin oraz odpadów i produktów ubocznych rolnictwa. Uwaga! W programie Czyste Powietrze dofinansowane są kotły na pellet drzewny. Pellet uznawany jest za paliwo ekologiczne (o ile jest odpowiednio certyfikowany) – spalany emituje bardzo mało dwutlenku węgla, zaś nowoczesne kotły pozwalają dodatkowo ograniczyć emisję pyłów, dwutlenku siarki i tlenków azotu o kilkadziesiąt procent w porównaniu do węgla.

– Nie ma już tego paskudnego osadu na szybach okien. Mamy poczucie, że oddychamy czystszym powietrzem i dokładamy swoją cegiełkę do ochrony środowiska – komentuje Ludziskowianka. W tym roku znów zamierza skorzystać z programu Czyste Powietrze. Tym razem chce ocieplić dom.

– Sami nigdy byśmy tego budynku nie wyremontowali. A tak możemy mieszkać w moim rodzinnym domu, na wsi. Synowie mogą dorastać w bezpiecznym miejscu. Czuję też satysfakcję, że udało nam się przywrócić życie budynkowi, który od pokoleń należy do mojej rodziny – podsumowuje pani Danuta. Namawia też do skorzystania z programu sąsiadów, którzy przymierzają się do wymiany pieca czy termomodernizacji budynku.

### Najpierw termomodernizacja, potem źródło ciepła

Pani Danuta, niestety, nie przeprowadziła prac w kolejności, jaką rekomenduje program Czyste Powietrze. Warto się do tej kolejności zastosować, bo zapewni to najbardziej efektywne ogrzewanie. Najwięcej ciepła z domu ucieka przez zewnętrzne ściany budynku, dach oraz okna i drzwi wejściowe. Najpierw tym się trzeba zająć, by zmniejszyć zapotrzebowanie domu na energię, a dopiero potem odpowiednio dobrać źródło ciepła. Takie działanie zapewni komfort cieplny i jednocześnie zmniejszy

Fundacja Ziemia i Ludzie
czyste powietrze zdrowy wybór
NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

Niniejszy materiał został dofinansowany ze środków Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej. Za jego treść odpowiada wyłącznie Fundacja Ziemia i Ludzie.

eprasa.pl 4e0c4922c9

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 11.05.2026

# Od sobotniej nocy 23 maja będzie obowiązywał zakaz nocnej sprzedaży alkoholu

**Artur Jurkowski**
Lublin

**Od godz. 23 do 6 rano w Lublinie nie kupimy alkoholu w sklepie ani na stacji benzynowej. Nocną prohibicję uchwalili radni 30 kwietnia.**

Od 23 maja w Lublinie będzie obowiązywał zakaz nocnej sprzedaży alkoholu - jak głosi uchwała - „przeznaczonego do spożycia poza miejscem sprzedaży". Uchwała w tej sprawie przyjęta przez lubelskich radnych 30 kwietnia została opublikowana 8 maja w Dzienniku Urzędowym Województwa Lubelskiego. To kluczowy moment dla obowiązywania zakazu. Dlaczego?

- Uchwała wchodzi w życie po upływie 14 dni od dnia ogłoszenia w Dzienniku Urzędowym Województwa Lubelskiego – czytamy w treści uchwały.

Zakaz ma objąć sklepy oraz stacje benzynowe. Nie będzie dotyczył punktów gastronomicznych np. restauracji, pubów czy dyskotek.

Z inicjatywą wprowadzenia nocnej prohibicji wyszli członkowie klubu Radnych Prezydenta Krzysztofa Żuka. Ostatecznie zakaz będzie wchodził w życie w dwóch fazach.

Od 23 maja ma obowiązywać w godz. od 23:00 do 6:00. I tak będzie do końca roku. Z ok. 600 sklepów, które mają koncesję na sprzedaż alkoholu, zakaz w pierwszym okresie obowiązywania dotknie ok. 70 placówek.

Od 1 stycznia 2027 r. nastąpi zmiana godzin, zakaz zostanie wydłużony i będzie obowiązywał od godz. 22:00 do 6:00.

Za wprowadzeniem nocnej prohibicji głosowało 26 radnych (klub prezydencki oraz opozycja z PiS), nikt nie był przeciwko, a czworo wstrzymało się od głosu (z PiS Justyna Budzyńska, Marcin Jakóbczyk, Radosław Skrzetuski, a z klubu prezydenckiego Bartosz Margul).

- Przyczyni się znacznie do ograniczenia przypadków popełniania czynów zabronionych (zakłócanie porządku i bezpieczeństwa publicznego, ciszy nocnej oraz aktów wandalizmu) – przekonywali w uzasadnieniu inicjatorzy wprowadzenia zakazu nocnej sprzedaży alkoholu.

Straż Miejska w 2025 r. wystawiła 1150 mandatów za spożywanie alkoholu w miejscach publicznych. Opiewały na 115 tys. zł.

W latach 2018 - 2024 tzw. nocną prohibicję wprowadziło ok. 180 gmin w Polsce.

**Zakaz nocnej sprzedaży alkoholu ma ograniczyć przypadki zakłócania porządku ciszy nocnej oraz aktów wandalizmu**

## LUBLIN

FOT. MG

**W piątek ozpoczęły się Lubelskie Dni Kultury Studenckiej 2026. Spod ratusza wyruszył tradycyjny korowód studencki, który oficjalnie otworzył tegoroczne juwenalia. Wieczorem na terenach zielonych Politechniki Lubelskiej odbyły się pierwsze koncerty.**

**W przyszły weekend 15-16 maja odbędzie się wspólna impreza studentów UMCS, KUL, Uniwersytetu Medycznego i Uniwersytetu Przyrodniczego. Na terenie Browaru Perła wystąpi 12 artystów, m.in. T.Love i raperzy Grubson, Miü i Smolasty.**

# Pożar ugaszony, ale Puszcza Solska długo będzie leczyć rany

**Adrianna Romanek**
Lubelskie

**W Puszczy Solskiej wciąż pracują służby, a mieszkańcy mówią wprost, że skutki pożaru region będzie odczuwał przez lata.**

FOT. MAŁGORZATA GENCA

**Dym. To on podczas pierwszych dni gaszenia pożaru najbardziej dawał się we znaki mieszkańcom okolicznych wsi i pobliskiego Józefowa**

Byliśmy w ub. tygodniu na miejscu tragedii. Rozmawialiśmy z mieszkańcami okolicznych wiosek i pobliskiego Józefowa, z pracownikami służb. W powietrzu nadal czuć zapach spalenizny. Nad lasem co chwilę przelatują śmigłowce nabierające wodę do kolejnych zrzutów. Na drogach policyjne blokady, a strażacy nieprzerwanie prowadzą działania w terenie. W weekend sytuacja trochę się unormowała, ale mimo zmęczenia i napięcia, wciąż widoczna jest duża mobilizacja.

Na jednej z wież widokowych spotkaliśmy mieszkańca miejscowości oddalonej o ok. 20 kilometrów od miejsca pożaru. Przyjechał zobaczyć skalę zniszczeń i sytuację z góry. Jak mówił, skutki pożaru są odczuwalne nawet tak daleko. - Zadymienie jest straszne. Wjeżdżając do Józefowa, to jest nie do wytrzymania. Znajomy mówił mi, że musiał wywieźć teściową do Zamościa, bo źle się poczuła przez ten dym - relacjonował.

Jak podkreślał, mimo trudnych warunków mieszkańcy szybko ruszyli z pomocą dla strażaków. W jego miejscowości, która liczy 48 domów, zorganizowano spontaniczną zbiórkę potrzebnych rzeczy.

- W ciągu może dwóch godzin uzbieraliśmy 2300 złotych. Kupiliśmy wodę, energetyki i jedzenie. Ludzie przynosili też to, co mieli w domach - przetwory czy inne produkty. Wszystko zawieźliśmy potem do Osuch - opowiadał.

Mieszkańcy liczyli na deszcz, który mógłby pomóc w walce z ogniem. Opady okazały się jednak zbyt małe. -To była bardziej rosa niż deszcz. Kropla w morzu, tu powinno porządnie lunąć i na to wszyscy liczymy - podsumował.

Spotkaliśmy także posła na Sejm RP Sławomira Ćwika, który od początku śledzi sytuację i pozostaje w kontakcie ze służbami oraz administracją rządową. Polityk zwracał uwagę przede wszystkim na ogromne zagrożenie pożarowe związane z suszą i nieostrożnością ludzi. Przypomniał również o zmianach w przepisach dotyczących kar za spowodowanie zagrożenia pożarowego.

- Przez 24 lata maksymalna grzywna za spowodowanie zagrożenia pożarowego wynosiła 500 złotych. Od 2 stycznia obowiązują już wyższe kary - do 5 tysięcy złotych, a w przypadku recydywy nawet 6 tysięcy - mówił poseł. - Wystarczy rzucony niedopałek, pozostawiona butelka czy wjechanie rozgrzanym samochodem w suchą trawę i pożar jest gotowy - zaznaczał.

Wokół objętych pożarem terenów widać ogromną mobilizację straży pożarnej, pracowników Lasów Państwowych i innych formacji. - Przy drodze pracowały harvestery, które wycinały część drzew, by ogień nie przeniósł się na kolejny kompleks leśny. Wszędzie widać wozy bojowe, cysterny, pompy i rozciągnięte węże. Służby wykonały ogrom pracy - mówił.

### „Straty środowiskowe będą odczuwalne przez długie lata"

Na miejscu rozmawialiśmy także z Andrzejem Bondyrą, twórcą internetowej społeczności „Kochane Roztocze - Kochana Polska", który przyjechał obserwować sytuację i zbierać informacje o skali pożaru.

- Gdy pojawiło się zarzewie ognia, użyto zbyt małych sił i środków. Później pożar wymknął się spod kontroli, szczególnie, gdy pojawił się ogień w koronach drzew. Przy takim wietrze bardzo trudno było go zatrzymać - mówił Bondyra.

**W faunie i florze to są straty praktycznie nie do odtworzenia przez wiele lat. Sam drzewostan będzie odbudowywał się nawet sto lat**

FOT. MAŁGORZATA GENCA

**Pożar został opanowany jeszcze w ub. tygodniu, ale cały obszar pozostaje pod kontrolą strazaków**

Jego zdaniem straty środowiskowe będą odczuwalne przez długie lata. - W faunie i florze to są straty praktycznie nie do odtworzenia przez wiele lat. Sam drzewostan będzie odbudowywał się nawet sto lat - podkreślał.

Rozmawialiśmy również z bryg. Tomaszem Ważnym z Państwowej Straży Pożarnej w Chełmie, który dowodzi jednym z odcinków bojowych w rejonie Józefowa. Jak podkreślał, sytuacja wciąż wymaga ogromnego zaangażowania.

- Próbujemy utrzymać ten odcinek tak, żeby pożar się nie rozprzestrzeniał. Przez te kilka dni cały czas trwa dogaszanie i dowożenie wody, bo nie ma możliwości doprowadzenia magistrali wodnej bezpośrednio do frontu pożaru - mówił bryg. Ważny.

Dodatkowym utrudnieniem był wiatr, który ponownie zaczął się wzmagać. - To nam nie pomaga, bo rozdmuchuje zarzewia ognia i pożar pojawia się w miejscach, które wcześniej były już ugaszone - tłumaczył.

Strażacy wciąż liczą na opady. - Deszcz, który w czwartek spadł, na początku wyglądał obiecująco. Ale po piętnastu minutach praktycznie wyparował. Tak jakby go nie było - przyznał bryg. Ważny.

Na dowodzonym przez niego odcinku w ub. tygodniu około stu strażaków. Sam obszar objęty działaniami gaśniczymi miał, jak ocenił, około dziesięciu kilometrów kwadratowych. Z każdym dniem powinno być lepiej, aż w końcu sytuacja wróci do normy.

eprasa.pl 4e0c4922c9

# Poszukiwany adwokat od „trumny na kółkach" został ujęty pod Hrubieszowem

Jakub Sarek, Wiesław Pierzchała
Lubelskie

**Paweł K., łódzki adwokat, był poszukiwany przez organa ścigania, bo uciekł przed odbyciem kary więzienia. W ub. tygodniu specjalna grupa policjantów zatrzymała go pod Hrubieszowem.**

8 maja policjanci przetransportowali go do zakładu karnego w Hrubieszowie. 46-letni adwokat Paweł K. był skazany prawomocnie w marcu 2026 r. na 1,5 roku za spowodowanie wypadku drogowego, w którym życie straciły dwie kobiety. Jednak nie stawił sie do odbycia kary. Policja rozpoczęła poszukiwania, które zakończyły się zatrzymaniem w pow. hrubieszowskim.

- Mężczyzna ukrywał się w jednym z domów, był całkowicie zaskoczony wizytą mundurowych - nie stawiał oporu podczas zatrzymania. Był przekonany, że częste zmiany miejsca pobytu pozwolą mu pozostać nieuchwytnym - przekazała nadkom. Anna Kamola z Komendy Wojewódzkiej Policji w Lublinie.

Paweł K. trafił do celi przejściowej hrubieszowskiego zakładu karnego. Jak podaje RMF FM, będzie w niej przebywał do 14 dni. Wtedy ma zapaść decyzja, gdzie będzie odbywał resztę kary.

### Tragiczny wypadek

Do śmiertelnego wypadku doszło we wrześniu 2021 roku w województwie warmińsko-mazurskim. Z ustaleń śledczych wynikało, że Paweł K., kierując Mercedesem, naruszył zasady bezpieczeństwa w ruchu drogowym.

Według aktu oskarżenia kierowca przekroczył podwójną linię ciągłą i zjechał na przeciwległy pas ruchu, doprowadzając do czołowego zderzenia z Audi 80 jadącym z naprzeciwka. W wyniku wypadku kierująca Audi oraz jej pasażerka poniosły śmierć na miejscu.

Sprawa odbiła się szerokim echem w całej Polsce po publikacji nagrania autorstwa Pawła K.

FOT. ARCHIWUM

**Paweł K. znajduje się obecnie w zakładzie karnym w Hrubieszowie**

Krótko po wypadku adwokat opublikował w internecie film, w którym określił starsze samochody mianem „trumien na kółkach". Sugerował, że różnica w poziomie bezpieczeństwa pojazdów była jedną z przyczyn tragedii. Wypowiedź wywołała falę oburzenia i spotkała się z ostrą krytyką opinii publicznej. Z jego wypowiedzi wynikało, że kobiety, które zginęły w wypadku, same sobie są winne, bowiem jechały „trumną na kółkach", czyli marnym samochodem. O frazie tej, która spotkała się z powszechnym potępieniem, stało się głośno w całej Polsce.

Na adwokata posypały się gromy. Swoją - mówiąc bardzo delikatnie - niefrasobliwą wypowiedzią popsuł wizerunek łódzkiej palestry. Nic więc dziwnego, że Paweł K. decyzją prawomocną Wyższego Sądu Dyscyplinarnego w Warszawie został zawieszony na dwa lata w pełnieniu czynności zawodowych, co dla adwokata jest karą wyjątkowo dotkliwą.

### Zdradził tajemnice śledztwa?

To nie jedyna taka kara. Otóż prokuratura zarzuciła mu, że zdradził tajemnice śledztwa członkowi gangu fałszywych policjantów, za co wziął pieniądze. Sprawa trafiła do Sądu Rejonowego Łódź - Śródmieście, gdzie odbył się proces.

Podczas mów końcowych prokurator Wiesław Łatkowski nie miał wątpliwości, że mecenas jest winny. Opisał sytuację, jak Adrian M. zwrócił się do oskarżonego o pomoc. Miała ona polegać na tym, że prawnik zostanie obrońcą Wiktora K., członka gangu oszustów wyłudzających pieniądze metodą „na policjanta", który niedawno został zatrzymany i objęty śledztwem prokuratury. Jako obrońca Wiktora K. adwokat miał się dowiedzieć, czy nie „sypie" w śledztwie i czy nie mówi o swoich przełożonych w strukturach przestępczych. I tak się stało. W ten sposób Paweł K. miał uzyskać informacje ze śledztwa, które przekazał Adrianowi M. Wyrok nieprawomocny zapadł w październiku 2025 roku. Mecenas K. został skazany na rok i 10 miesięcy ograniczenia wolności. Ponadto dostał 3-letni zakaz wykonywania zawodu.

### Pomógł dilerom ukryć narkotyki?

Na tym kłopoty K. nie kończą się, bowiem - według śledczych - jest zamieszany w kolejne przestępstwo. Chodzi o sprawę w kontekście „nalotu" policji na przestępców narkotykowych. Śledczy przypuszczają, że Paweł K. działając wspólnie i w porozumieniu z żoną, która też jest adwokatem - dowiedział się od informatora o spodziewanej akcji policji, w porę ostrzegł dwóch dilerów i pomógł im przenieść narkotyki - kokainę, mefedron i marihuanę - do innej kryjówki.

Dlatego oboje prawnicy w łódzkiej prokuraturze usłyszeli zarzuty pomocnictwa do udzielania substancji psychotropowych i odurzających. Ponadto stróże prawa podczas przeszukania ich mieszkania w Łodzi znaleźli 45 gramów marihuany. Stąd kolejne zarzuty. Śledztwo w tej sprawie, dla zachowania pełnej bezstronności, przeniesiono z Łodzi do Szczecina.

©℗

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJA ORŁY SPORTU 0011516815

# Z Orlika na wielkie stadiony – rusz po swoje piłkarskie marzenia!

**Trwają zapisy do trzeciej edycji Turnieju „Z Orlika na Stadion" – jednego z największych projektów piłkarskich dla dzieci i młodzieży w Polsce. To inicjatywa, która daje młodym zawodnikom realną szansę na rozwój, sportową rywalizację i przeżycie wyjątkowej przygody – od lokalnego boiska aż po ogólnopolski finał.**

### Marzenia zaczynają się na Orliku

Każdy, kto choć raz kopnął piłkę na szkolnym boisku, wie, jak łatwo ponieść się marzeniom o dalszej karierze. Wystarczy chwila – jeden udany drybling, gol strzelony w ostatnich sekundach – i nagle wyobraźnia przenosi nas na największe stadiony świata. Turniej „Z Orlika na Stadion" powstał właśnie po to, by tę dziecięcą wizję przekuć w coś realnego. To przestrzeń, w której pasja spotyka się z możliwościami. Młodzi zawodnicy mogą tu sprawdzić swoje umiejętności, nauczyć się rywalizacji i – co najważniejsze – uwierzyć, że ich marzenia są w zasięgu ręki.

**Rekrutacja wystartowała 15 kwietnia i potrwa do końca maja**. Projekt jest finansowany ze środków budżetu państwa, których dysponentem jest Minister Sportu i Turystyki. Partnerem strategicznym turnieju jest ORLEN.

### Ogólnopolska skala, lokalne emocje

Projekt realizowany przez Fundację Orły Sportu ma imponujący zasięg. W poprzedniej edycji wzięło udział około 72 tysięcy uczestników z całej Polski, tworzących ponad 8 tysięcy drużyn. Rozegrano tysiące turniejów lokalnych, które stały się areną pierwszych sportowych sukcesów, ale też lekcji sportowego współzawodnictwa oraz współpracy.

To właśnie połączenie ogólnopolskiej skali z lokalnym charakterem sprawia, że ten turniej jest wyjątkowy. Z jednej strony daje możliwość rywalizacji na wysokim poziomie, z drugiej – pozostaje bliski uczestnikom, bo zaczyna się dokładnie tam, gdzie rodzi się pasja: na Orliku.

### Przemyślana droga do finału

Struktura turnieju została zaplanowana w taki sposób, by każdy etap był naturalnym krokiem naprzód. Rozgrywki rozpoczynają się we wrześniu na poziomie lokalnym, gdzie drużyny mierzą się z zespołami z najbliższej okolicy. Następnie najlepsi awansują do etapów regionalnych i dalej do makroregionalnych (które odbywają się w październiku), gdzie poziom rywalizacji stopniowo rośnie.

Kulminacją jest listopadowy finał ogólnopolski na wielkim piłkarskim stadionie. Tam właśnie spotkają się najlepsze drużyny z całego kraju. Dla młodych zawodników to nie tylko szansa na zwycięstwo, ale przede wszystkim możliwość doświadczenia atmosfery dużego wydarzenia sportowego – takiej, jaką znają z telewizji.

### Turniej dla każdego

Jednym z najważniejszych założeń turnieju „Z Orlika na Stadion" jest jego dostępność. Otwarty jest dla różnych środowisk – mogą w nim uczestniczyć zarówno drużyny szkolne, zespoły amatorskie, jak i kluby czy akademie piłkarskie. To, co się tu liczy, to zaangażowanie i chęć gry.

Podział na ścieżki Junior i Junior Pro pozwala wyrównać poziom rywalizacji. Dzięki temu zarówno początkujący, jak i bardziej doświadczeni zawodnicy mogą czerpać radość z gry i rozwijać swoje umiejętności w odpowiednim tempie. Uczestnicy rywalizują w trzech kategoriach wiekowych: U-13, U-14 i U-15.

### Inspiracja, która daje „kopa"

Szczególną wartością trzeciej edycji jest obecność młodych ambasadorów – zwycięzców poprzedniego turnieju. Ich historie są najlepszym dowodem na to, że udział w projekcie może być początkiem czegoś większego.

Jeszcze niedawno grali na tych samych boiskach, w tych samych warunkach. Dziś inspirują innych, pokazując, że sukces nie jest kwestią przypadku, lecz odwagi, pracy i determinacji. To przekaz, który trafia do młodych ludzi znacznie mocniej niż jakiekolwiek hasła promocyjne.

### Nagrody i bezcenne doświadczenie

Turniej to nie tylko emocje sportowe, ale także konkretne nagrody. Jedną z nich jest możliwość udziału w zagranicznym zgrupowaniu piłkarskim – doświadczeniu, które pozwala zobaczyć, jak wygląda trening i rywalizacja na międzynarodowym poziomie.

Jednak dla wielu uczestników najważniejsze są nie nagrody materialne, lecz to, co zostaje z nimi na dłużej. Nowe przyjaźnie, umiejętność pracy w zespole, radzenie sobie z presją i emocjami. To wszystko buduje charakter i procentuje także poza boiskiem.

### Sport, który rozwija

Turniej „Z Orlika na Stadion" wpisuje się w szerszą ideę promowania aktywnego stylu życia wśród dzieci i młodzieży. W czasach, gdy coraz więcej czasu spędzamy przed ekranami, takie inicjatywy mają szczególne znaczenie. Dzięki nim młodzi ludzie mają okazję oderwać się od codzienności, zadbać o zdrowie i odkryć radość płynącą z ruchu. Sport uczy także odpowiedzialności, systematyczności i współpracy – umiejętności, które przydają się w każdej dziedzinie życia.

**TERAZ TWÓJ RUCH**
**Zapisy do trzeciej edycji turnieju trwają do 31 maja i odbywają się online na stronie**
**ZOrlikaNaStadion.pl**
To moment, w którym wszystko zależy od jednej decyzji – czy spróbować.

Może to być początek pięknej przygody! Być może to Twój pierwszy krok w stronę ambitnych celów? A może po prostu niezapomniane doświadczenie, które zostanie na całe życie. Jedno jest pewne – nie dowiesz się, jak daleko możesz zajść, dopóki nie wyjdziesz na boisko.

eprasa.pl 4e0c4922c9

# POLSKA *i* ŚWIAT

## KRÓTKO

**NOMINACJA**

### Nowy szef BBN

FOT. LESZEK SZYMAŃSKI

**Prezydent Karol Nawrocki wyznaczył Bartosza Grodeckiego na nowego szefa Biura Bezpieczeństwa Narodowego. Obsadzenie funkcji szefa BBN stało się konieczne, po tym jak z tej funkcji pod koniec kwietnia zrezygnował Sławomir Cenckiewicz. Nowy szef BBN wcześniej pracował m.in. w MSZ i w MSWiA.**

**MEWIA ŁACHA**

### Martwy wieloryb na plaży

**Na plaży na terenie rezerwatu przyrody Mewia Łacha w pobliżu miejscowości Mikoszewo (Pomorskie) odnaleziono w sobotę martwego wieloryba. Jak poinformował Jan Wilkanowski z Błękitnego Patrolu WWF, zwłoki zwierzęcia są w zaawansowanym rozkładzie. Badania DNA mają pomóc ustalić jego gatunek. Wilkanowski powiedział PAP, że martwe zwierzę, o długości około 5 metrów, mogło dryfować w Bałtyku od kilku tygodni, zanim zostało wyrzucone na brzeg.**

**Na razie nie udało się jeszcze określić jego gatunku. Według wstępnych hipotez może to być przedstawiciel fiszbinowców – grupy waleni żywiących się planktonem i drobnymi rybami.**

**ŻEGLUGA**

**– Po 30 latach polska bandera znowu będzie mogła wrócić na polskie statki handlowe. W przyszłym miesiącu ustawa trafi do Sejmu, a przepisy podatkowe, które będą atrakcyjne dla armatorów, zaczną obowiązywać od stycznia – podkreślił wiceminister infrastruktury Arkadiusz Marchewka. Dodał, że jeśli polskie firmy mają konkurować globalnie, muszą mieć warunki zbliżone do tych, jakie oferuje Cypr, Malta czy Portugalia.**

> *Nie będziemy zabiegać o to, żeby osłabiać obecność amerykańską w Niemczech. To nie jest w naszym interesie*
>
> **Ignacy Niemczycki**, wiceszef MSZ

# Prezydent Karol Nawrocki. Dużo słów, mało efektów

**Dorota Kowalska**
Warszawa

**Karol Nawrocki zapowiadał, że chce być prezydentem sprawczym i aktywnym. Póki co jego aktywność sprowadza się głównie do wetowania ważnych dla rządu ustaw i wychodzenia z inicjatywami, które z góry skazane są na porażkę.**

Karol Nawrocki w ostatnich tygodniach robi wokół siebie sporo szumu. Tylko trudno nie oprzeć się wrażeniu, że z tego szumu nikt nie ma żadnego pożytku. Może poza prezydentem.

I tak, prezydent postanowił ostatnio zmieniać konstytucję, wprawdzie mówił o tym od dłuższego czasu, ale teraz powołał Radę Nowej Konstytucji przy Prezydencie RP. Weszli do niej prawnicy i politycy. – Zaczynamy pracę nad konstytucją nowej generacji roku 2030. Bardzo dziękuję profesjonalistom, dziękuję ludziom odważnym. Dziękuję za to, że reprezentujecie państwo różne środowiska. Dzięki wam, dzięki temu, że jesteście różni, Pałac Prezydencki stanie się właśnie miejscem debaty. Debaty w odpowiedzialności politycznej i społecznej, debaty w odpowiedzialności za ciągłość państwa – powiedział prezydent podczas uroczystości na Placu Zamkowym. – Wasza różnorodność i różny światopogląd gwarantują, że będzie to uczciwa debata, do której zapraszam wszystkich – podkreślił Karol Nawrocki.

FOT. ADAM JANKOWSKI

**Karol Nawrocki w ostatnich tygodniach robi wokół siebie sporo szumu. Pytanie tylko, w jakim celu?**

Problem polega na tym, że póki co żadnemu ugrupowaniu obecnemu w Sejmie na zmianie konstytucji nie zależy, a jeśli już miałoby komuś zależeć, to Koalicji Obywatelskiej.

Kolejny pomysł Karola Nawrockiego – prezydent podjął decyzję o skierowaniu wniosku do Senatu o przeprowadzenie ogólnokrajowego referendum w sprawie wdrażania założeń polityki klimatycznej Unii Europejskiej.

„Czy jesteś za realizacją unijnej polityki klimatycznej, która doprowadziła do wzrostu kosztów życia obywateli, cen energii i prowadzenia działalności gospodarczej i rolniczej?" – tak ma brzmieć pytanie, które w ramach ogólnokrajowego referendum 27 września chce zadać Polakom prezydent.

Podczas gdy politycy prawicy podkreślają, że Polacy „mają prawo się wypowiedzieć" w tej kwestii, przedstawiciele obozu rządzącego zarzucają prezydentowi, że to próba zatuszowania „kryptoafery".

A właśnie a propos rynku kryptowalut. Prezydent Nawrocki już po pierwszym zawetowaniu ustawy regulującej w Polsce ten rynek zapowiadał, że złoży do Sejmu swój projekt ustawy w tej sprawie i złożył go po drugim wecie.

Ruch ten skomentował minister Radosław Sikorski. – Co prezydent w ogóle ma do zgłaszania ustaw o kryptowalutach? Przecież to są bardzo skomplikowane, trudne kwestie. Mówimy o ustawie, która jest wdrożeniem dyrektywy europejskiej. Wdrażanie dyrektyw europejskich jest zadaniem rządu – mówił w TVP Info.

I jeszcze koniec tego tygodnia: rząd podpisał w piątek umowę SAFE, w ramach której Polska otrzyma od Unii Europejskiej pożyczkę w wysokości 43,7 miliarda euro na wzmocnienie sektora zbrojeniowego.

Donald Tusk zapewnił przy okazji, że rząd znajdzie sposoby – mimo weta prezydenta Karola Nawrockiego do ustawy o SAFE – by z funduszy europejskich mogły w dużo większym stopniu korzystać polskie służby, w tym straż graniczna, straż pożarna, policja czy obrona cywilna.

– Chociaż, powiem szczerze, nadal nie rozumiem, jak można było w tym samym czasie promować Zondacrypto i jednocześnie blokować 180 miliardów złotych dla Polski, dla polskiej armii, dla polskich firm zbrojeniowych. Nigdy tego nie zrozumiem – stwierdził premier.

Polska pieniądze z unijnego programu SAFE dostanie, mimo że prezydent Nawrocki zrobił wszystko, żeby tak się nie stało. To tak a propos sprawczości.

0011521047

*Śpieszmy się kochać bliskich,*
*tak szybko odchodzą.*

Szanownej Pani

lek. med. Martynie Porębie

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Ś † P

Taty

składają
*Pracownicy Kliniki Położnictwa*
*i Patologii Ciąży USK Nr 1 w Lublinie*

# Koło Bartoszyc znaleziono prawdopodobnie wojskowy dron. Urządzenie zabezpieczono i przekazano do badań

**Oprac. Alina Wrońska**
Warmińsko-Mazurskie

**Niezidentyfikowany obiekt latający znaleziono w sobotę w okolicach Bartoszyc (woj. warmińsko-mazurskie) – poinformowała Żandarmeria Wojskowa.**

Jak przekazała policja, obiekt został znaleziony w polu koło wsi Osieka. To około 20 km od polsko-rosyjskiej granicy z obwodem królewieckim.

„Pierwsze czynności na miejscu zdarzenia wskazują, iż jest to prawdopodobnie dron pochodzenia wojskowego, przeznaczony do obserwacji, nieposiadający cech bojowych" – poinformował w komunikacie rzecznik prasowy komendanta głównego ŻW ppłk Dariusz Rozkosz. Zaznaczył, że postępowanie w tej sprawie prowadzi Żandarmeria Wojskowa pod nadzorem Prokuratora 8. Wydziału do spraw Wojskowych Prokuratury Okręgowej w Olsztynie.

Zgłoszenie od osoby, która w okolicach wsi Osieka znalazła przedmiot przypominający drona, dostała w sobotę rano policja z Bartoszyc. – Policjanci potwierdzili, że taki przedmiot leży na polu. Zabezpieczyliśmy miejsce zdarzenia. Powiadomiliśmy inne służby, w tym wojsko i prokuraturę – powiedziała podkom. Marta Kabelis z bartoszyckiej policji. Pytana o to, czy na odnalezionym obiekcie znajdują się rosyjskie napisy, nie potwierdziła ani nie zaprzeczyła. – Za wcześnie, żeby mówić na ten temat – stwierdziła.

Rzecznik Prokuratury Okręgowej w Olsztynie Daniel Brodowski powiedział PAP, że na miejsce zdarzenia został skierowany prokurator z 8. wydziału ds. wojskowych tej prokuratury. – Potwierdzam, że jest to niewielki obiekt latający, nie stwarza zagrożenia dla ludności cywilnej. Kraju pochodzenia nie wskazujemy. Urządzenie zostanie zabezpieczone i przekazane do dalszych badań. PAP

eprasa.pl 4e0c4922c9

REKLAMA

0011519430

Generali, z myślą
o Rolnikach

ŚPIJ SPOKOJNIE,
GDY UPRAWY
BUDZĄ SIĘ DO ŻYCIA

Nie obawiaj się czarnych chmur –
wybierz ubezpieczenie upraw Generali
z dopłatą z budżetu państwa.

Niniejszy materiał ma wyłącznie charakter reklamowy i informacyjny oraz nie stanowi oferty w rozumieniu art. 66 § 1 ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeks cywilny. Szczegółowe warunki ubezpieczenia, w tym ograniczenia i wyłączenia odpowiedzialności z nimi związane, jak również informacje na temat zasad działania produktu określone są w obowiązujących Ogólnych Warunkach Ubezpieczenia Upraw Rolnych oraz Klauzul Szczególnych, przekazywanych klientowi przed zawarciem Umowy ubezpieczenia, dostępnych na stronie generali.pl, u poszczególnych dystrybutorów lub w siedzibie Generali Towarzystwa Ubezpieczeń Spółka Akcyjna przy ul. Senatorskiej 18, 00-082 Warszawa.

GENERALI

eprasa.pl 4e0c4922c9

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 11.05.2026

# Koniec wojny w Ukrainie już niedługo? Zaskakujące słowa Władimira Putina

**Oprac. Anna Nagel**
Rosja

**Rosyjski przywódca powiedział, że, jego zdaniem, wojna Rosji z Ukrainą zbliża się do końca. Zaproponował też, by negocjatorem z Europą był... były kanclerz Niemiec Gerhard Schröder.**

Po paradzie z okazji Dnia Zwycięstwa, czyli zakończenia II wojny światowej w Europie (obchodzonego przez Moskwę 9 maja), Władimir Putin wystąpił na konferencji prasowej. Powiedział, że jego zdaniem „specjalna operacja wojskowa", czyli wojna w Ukrainie, ma się ku końcowi. Jednocześnie zaatakował władze w Kijowie i Zachód, który je wspiera. Określił także Ukrainę jako „agresywną siłę", a sam konflikt jako „sprawiedliwy". Spytany o możliwość spotkania z Wołodymyrem Zełenskim, przyznał, że tego nie wyklucza, ale tylko po uzgodnieniu trwałego pokoju. Otrzymał on wiadomość od ukraińskiego prezydenta, którą przekazał mu premier Słowacji Robert Fico, który był w Moskwie 9 maja.

Zełenski wyklucza podróż do Rosji. Putin powiedział, że jest możliwe, by takie spotkanie odbyło się w „kraju trzecim". Dziękował także USA za to, że działają na rzecz rozmów pokojowych, ale podkreślił, że jest to sprawa między Rosją a Ukrainą.

Rosyjski dyktator został także zapytany o możliwość negocjacji z Europą. Tu wskazał na potencjalnego mediatora - miałby nim być były kanclerz Niemiec Gerhard Schröder. PAP

FOT. PAP/EPA

**Putin powiedział, że jego zdaniem „specjalna operacja wojskowa", czyli wojna w Ukrainie, ma się ku końcowi**

# Po zaprzysiężeniu Magyara Węgrzy świętowali do późna

**Oprac. Alina Mazurska**
Węgry

**Wielotysięczny tłum świętował w sobotę na placu Kossutha przed siedzibą węgierskiego parlamentu zaprzysiężenie nowego premiera Petera Magyara.**

Na placu Kossutha w Budapeszcie przed gmachem parlamentu od godz. 10 rano transmitowano inauguracyjną sesję nowego parlamentu, który pod koniec posiedzenia wybrał Magyara na nowego premiera. Nad Dunajem zebrały się dziesiątki tysięcy osób, z których wiele przyszło z flagami Węgier, Unii Europejskiej oraz symbolami partii TISZA Magyara, która zwyciężyła w wyborach parlamentarnych z 12 kwietnia.

Po zamknięciu sesji na maszt przed parlamentem wciągnięto flagę narodową i unijną, a przed gmachem przemaszerowała parada wojskowa.

- Spójrzcie sobie w oczy, rozejrzyjcie się po tym pięknym mieście, po tym kraju. Od dawna nie widziałem tylu uśmiechów i nadziei, co po ogłoszeniu wyników wyborów z 12 kwietnia - powiedział Magyar. - Dziękuję, dziękuję, dziękuję - zwrócił się do tłumu.

- To wy daliście światu przykład, że nie ma się czego bać. W podręcznikach historii będą uczyć, że światło zwycięża ciemność - powiedział w odniesieniu do sukcesu wyborczego Tiszy.

FOT. PAP/EPA

**– Od dawna nie widziałem tylu uśmiechów i nadziei, co po ogłoszeniu wyników wyborów z 12 kwietnia – powiedział Magyar do tłumów zgromadzonych przed parlamentem**

Premier przypomniał, że w ciągu ostatnich dwóch lat - odkąd przejął kierownictwo nad Tiszą - odwiedził ponad 700 miejscowości w całym kraju. - To, co otrzymałem i czego się od was nauczyłem, będzie mi towarzyszyć przez całe życie. Zmieniliście nie tylko kraj, ale i mnie - powiedział Magyar.

Poprosił też swoich sympatyków, aby nie osądzali tych, którzy głosowali inaczej, ale z nimi rozmawiali. - Nie ma prawicy i lewicy, są tylko Węgrzy - podkreślił.

- Oczekiwania są duże, ale wiemy, że stojące przed nowym rządem zadania nie są łatwe - mówili zgromadzeni nad Dunajem Węgrzy.

- Myślę, że to ważne - powiedziała jedna z uczestniczek zgromadzenia, 30-letnia Nori. - Słusznie zaatakował poprzedni rząd i prezydenta, ale przestrzegł przed atakowaniem zwolenników (Viktora) Orbana. Musimy ponownie myśleć o sobie jako o narodzie. Cieszę się, że Magyar tak silnie to podkreślił - tłumaczyła.

**Magyar zobowiązał się do budowy kraju, w którym wszyscy mogą cieszyć się przynależnością do tej samej ojczyzny**

- Wiemy, że pozbyliśmy się naprawdę szkodliwego reżimu i musimy uzbroić się w cierpliwość. Ale zmiana nadeszła, wierzymy, że zmiana na lepsze. To nam na razie wystarczy, żeby dziś się cieszyć - mówili młodzi mieszkańcy Budapesztu.

Zabawa trwała do późnych godzin nocnych. PAP

# Zamach na posterunek policji. 14 osób nie żyje

**Oprac. Anna Nagel**
Pakistan

**Do 14 wzrosła liczba ofiar śmiertelnych zamachu bombowego na posterunek policji oraz starć między policjantami a grupą pakistańskich talibów w Bannu w północno-zachodnim Pakistanie.**

Wskutek ataku budynek posterunku policji zawalił się.

- Zamachowiec-samobójca wjechał samochodem wypełnionym materiałami wybuchowymi w posterunek policji, po czym kilku bojowników szturmowało placówkę - przekazał agencji AFP jeden z funkcjonariuszy policji w Bannu.

Jak informowała wcześniej agencja Reutera, trzech funkcjonariuszy odnaleziono żywych i przewieziono do szpitala. Do ataku przyznała się w oświadczeniu wysłanym do dziennikarzy grupa bojowników dżihadystycznych znana jako Ittehad-ul-Mujahideen, utworzona w kwietniu 2025 roku.

W ostatnich latach Pakistan doświadczył gwałtownego wzrostu przemocy ze strony bojowników, za którą w dużej mierze obwinia pakistańską grupę zbrojną Tehrik-i-Taliban Pakistan (TTP), uważaną za sojusznika afgańskich talibów, którzy powrócili do władzy w Afganistanie w 2021 roku.

W lutym br. Afganistan rozpoczął ataki transgraniczne w odpowiedzi na pakistańskie naloty, w których - według władz w Kabulu - zginęli cywile. Walki od tego czasu osłabły, choć sporadycznie dochodziło do starć wzdłuż granicy, ale nie doszło do oficjalnego zawieszenia broni. PAP

# Statek MV Honduras przybył na Teneryfę. Pasażerowie zostali ewakuowani

**Oprac. Alina Mazurska**
Teneryfa

**Statek wycieczkowy MV Hondius, na którym stwierdzono przypadki hantawirusa, przybył wczoraj rano do portu Granadilla na Teneryfie - poinformowała hiszpańska agencja EFE.**

Na statku należącym do holenderskiej firmy Oceanwide Expeditions znajduje się około 150 osób z ponad 20 krajów. Proces zejścia na ląd będzie nadzorowany przez trzech hiszpańskich ministrów, w tym minister zdrowia Monikę Garcię i ministra spraw wewnętrznych Fernando Grande-Marlaskę, a także szefa Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) Tedrosa Adhanoma Ghebreyesusa. W nocy z soboty na niedzielę Garcia ponownie zapewniła, że cała operacja jest w pełni przygotowana zarówno pod względem sanitarnym, jak i bezpieczeństwa. Statek pozostanie na kotwicy, a transport na ląd odbędzie się łodziami. Po zejściu na ląd pasażerowie zostaną poddani badaniom lekarskim.

FOT. PAP/EPA

**Pierwsi statek opuścili Hiszpanie**

W niedziele przed południem jako pierwsi opuścili statek Hiszpanie. Dwie grupy po siedem osób zostały przewiezione dwoma łodziami z zakotwiczonego statku do portu Granadilla de Abona na południu Teneryfy, a następnie autobusami specjalnej jednostki wojskowej ds. nadzwyczajnych (UME) na lotnisko Tenerife Sur. Stamtąd zostaną przetransportowani do szpitala w Madrycie. W następnej kolejności będą to obywatele m.in. Niemiec, Francji, Belgii, Wielkiej Brytanii czy USA, na których będą czekać wcześniej przygotowane samoloty.

Państwowy nadawca RTVE poinformował w niedzielę, że Stany Zjednoczone wysłały na Wyspy Kanaryjskie zespół epidemiologów w celu zbadania 17 obywateli amerykańskich podróżujących na pokładzie statku. Po przybyciu na terytorium USA zostaną oni poddani kwarantannie w szpitalu specjalistycznym w Nebrasce.

Hantawirusy przenoszą się zazwyczaj przez kontakt z odchodami, moczem lub śliną gryzoni. Niektóre szczepy przenoszone są też z człowieka na człowieka. Patogeny mogą być niebezpieczne dla zdrowia i życia ludzi poprzez wywołanie ciężkich chorób układu oddechowego.

Jak poinformował w niedzielę wiceminister zdrowia Javier Padilla, ryzyko, że jakiś gryzoń dopłynie z zakotwiczonego statku do wybrzeża Teneryfy, jest „zerowe". Sprzeciw wobec całej operacji ewakuacji pasażerów na Teneryfie wyrażały regionalne władze Wysp Kanaryjskich.
PAP

eprasa.pl 4e0c4922c9

# Tu rodzą się przyszli Łukasiewicze

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

**Hitem PCN „Łukasiewicz" jest symulator lotów, samolotowy kokpit, wolant, zegary, kontrolki i wszelkie takie urządzenia**

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

**Zgiełk dzieciarni na obu piętrach kompleksu taki, jak podczas długiej przerwy w podstawówce**

**Andrzej Pleś**
Kraj

**Jakie odgłosy wydaje żubr? - pyta opiekunka grupę wycieczkową kilkulatków. Cisza... Wreszcie z ust jednego z dzieciaków dobywa się: PSSSSSSS. Po czym zupełnie poważnie i z dumą chłopiec wyjaśnia, że tak się dzieje, kiedy tatuś otwiera butelkę z piwem.**

Podkarpackie Centrum Nauki „Łukasiewicz" działa w podrzeszowskiej Jasionce zaledwie trzy lata, a już obrosło podobnymi anegdotami. Bo też reakcje zwiedzających, dużych i małych, bywają zaskakujące. Reakcje na osiągnięcia nauki, z którymi na co dzień mają do czynienia, ale dotychczas nie wiedzieli, na jakiej zasadzie działają, na zjawiska fizyczne, z którymi nieraz się stykali, ale bez świadomości mechanizmów ich powstawania, na rzeczy oczywiste (dlaczego spływająca w umywalce woda wiruje w prawo, a nie w lewo). Zadziwień tu nie brakuje, toteż zgiełk na obu piętrach PCN dzieciarni taki, jak podczas długiej przerwy w podstawówce.

Ofiarą tej fascynacji padł właśnie żubr, który stoi w towarzystwie m.in. niedźwiedzia naturalnej wielkości i niewiele mniejszego krokodyla. Żubr miał kiedyś piękne rzęsy, dziś błyska wielkimi, smutnymi oczyma, bo rzęsy dzieciaki powyrywały sobie na pamiątkę.

Jednak to nie dział przyrodniczy jest hitem PCN. Najbardziej oblegany jest wielki, prostokąty stół, na którego blacie widnieje obrazkowa instrukcja obsługi budowy samolotu z kartki papieru. I kartki, z których można te samoloty budować, więc dzieciaki z zapamiętaniem budują i ruszają na pierwsze obloty swoich aeroplanów do tunelu aerodynamicznego. Dla współpracujących z dziećmi instruktorów PCN wciąż zadziwiające jest, że obecnie młodsza i starsza młodzież kiepsko radzi sobie z pracami manualnymi.

- Coś, co przed 30 - 40 laty potrafił każdy dzieciak w szkole, bez względu na płeć, dziś jest dla kilku-, kilkunastolatków doświadczeniem odkrywczym i absolutnie fascynującym - mówi jeden z instruktorów o czasach, kiedy takie samolociki fruwały stadami po klasach szkolnych.

Nie tylko dla nich, co potwierdza Maria Różycka-Dąbrowska, kierownik Zespołu Rozwoju i Współpracy PCN.

- Gościliśmy jakiś czas temu delegację samorządowców z Niemiec, a niektórzy byli w słusznym wieku - opowiada. - Nie sposób było ich od tej zabawy oderwać. Trzeba było dyskretnie przypominać, że delegacja ma swój program i harmonogram, że gospodarze na nich czekają, że są inne zaplanowane miejsca wizyt.

### Odlatujemy z „Łukasiewiczem"

Kilkunastoosobowa grupka przedszkolaków czeka karnie w kolejce do „bramki" lotniskowej. I detektora prześwietlającego bagaż. Kładą plecaczki na taśmę, detektor nie wariuje, bo niczego nagannego w nich nie dostrzega, ale pokazuje, jakie swoje skarby w środku dzieciak ukrywa. Spokój, dopóki nie podsunąć mu specjalnie przygotowanej walizeczki. Nagle ożywa, pobłyskuje alarmująco, dzieciaki przetrząsają walizkowe „kukułcze jajo", a kiedy jeden z nich wyciąga imitację pistoletu, z kilkuletnich gardeł dobywa się zbiorowe „łaaaaał!". Pewnego razu jedna z opiekunek takiej dziatwy odzyskała kolczyk, lata temu zgubiony. Wystarczyło, że przepuściła swoją torebkę przez skaner w „Łukasiewiczu".

Hitem jest symulator lotów, samolotowy kokpit, wolant, zegary, kontrolki i wszelkie inne takie urządzenia, jak w prawdziwym załogowcu, od Cesny, przez wielkie liniowce, po myśliwce wielozadaniowe. Ogromny ekran, na którym pilot widzi przed sobą i pod sobą świat, który napowietrznie przemierza, ruchoma podłoga kokpitu przechyla się w tył i przód. I na boki, kiedy prowadzony przez pilota statek powietrzny wznosi się, opada lub skręca. Ponoć ta zabawa do złudzenia przypomina wrażenia z rzeczywistego lotu, nienawykłym do akrobacji lotniczych błędnik szaleje. A w słuchawkach, podczas kołowania i startu, komendy z wieży kontroli lotów.

- Regularnie bywają tu czynni piloci, którzy chcą „na sucho" sobie poćwiczyć, regularnie pojawia się dwóch chłopców, którzy uparli się, że chcą zostać pilotami, więc już przygotowują się na symulatorze do kariery - opowiada Katarzyna Janda-Boczar, specjalista ds. marketingu PCN.

Na ekranie można wyświetlić sobie teren realny, polatać nad swoim domem, ulicą, tylko niektórzy uczniowie uparcie kończą lot uderzeniem w budynek swojej ukochanej szkoły. Przypadek?

### Robale i pachnący kosmos

Fizyki tu mnóstwo, ale nie takiej szkolnej, z pozycji ławki i tablicy. Jest trochę optyki, więc młodzi ludzie (na ogół kilkunastolatkowie) zgłębiają tajemnice działania lustra weneckiego na zasadzie: widzę - nie widzę - (nie)jestem widziany i dlaczego tak się dzieje. W „sali kolorów" można przekonać się, że obraz oświetlany różnymi barwami może być różnymi obrazami.

Dwa wielkie, ustawione w odległości kilku metrów naprzeciwko siebie talerze też robią wrażenie. Wrażenie, że akustyka może być fascynująca. Siedzący twarzami do nich ludzie słyszą się, szepcząc do siebie zaledwie. I słyszą się wzajemnie doskonale w zgiełku dzieciarni, nie będąc słyszanymi przez innych.

Jest hydrostatyka, a w specjalnym urządzeniu można wywołać wir wodny, postrzelać z „hydrokarabinka". A zjawisk przyrodniczych też jest tu mnóstwo, tych żywych i tych nieożywionych. Blat z wizerunkiem euglery zielonej ściąga tłumki dzieciarni, choć euglena w wydaniu szkolnych nie jest tak interesująca. A tu jest, tu można ją nawet polubić: „gdybym tu był przed klasówką..." - zwierzył się bardzo młody człowiek, zapatrzywszy się w euglenę.

- Tych najmłodszych najbardziej interesuje „pierwsze piętro", czyli przyroda i technologie kosmiczne - zapewnia pani Katarzyna. - Nastolatków interesuje dział związany z ciałem człowieka i - o dziwo - akustyka. Czasem do specjalnej kapsuły ustawia się kolejka, bo można się w niej „wydzierać" do woli i w dodatku bezkarnie.

A są jeszcze spec-pracownie. W biologicznej może być emocjonująco, kiedy otrzyma się do spreparowania karalucha madagaskarskiego, największego z karaczanów na Ziemi. Początkowy wstręt do cięcia owada przeradza się w szał krojenia i sprawdzania. Zabawa tylko dla dużych dzieci.

W pracowni chemicznej bywają dorośli, często wycieczki seniorów, jeszcze częściej pary.

- Nawet na randki tu się umawiają - zapewnia pani opiekująca się pracownią. - Pewnego razu pojawiła się grupa panów, by tu samodzielnie wykonać „fanty" dla swoich pań. Bo można tu samodzielnie skomponować perfumy, samodzielnie wykonać mydło z własną kompozycją zapachową. A zdarzyło się, że mężczyzna kupił bilet również dla swojej żony, nie przyznając się, dokąd zabiera ją na randkę z okazji 50. urodzin. Weszła do pracowni pełnej kwiatów i perfum. Była w szoku.

Dodaje, że nauka bywa tu międzypokoleniowa, jak wtedy, gdy w pracowni lab - tech dziadek z wnuczkiem budowali roboty (każdy swój), po czym urządzili między nimi zawody sprawnościowe.

- Często bywa, że przychodzą do nas ojcowie z dziećmi i jeśli po kilku godzinach dzieci już są nieco zmęczone zabawą w naukę i ciągną ojców do wyjścia, to ci opierają się, łapiąc dla siebie choćby jeszcze kilka chwil - opowiada pani Maria. - A bezcenne jest, że na kilka godzin jedni i drudzy odrywają się od smarfonów, wręcz o nich zapominają.

### To więcej niż szkoła

Tu rodzą się przyszli Łukasiewicze - wynalazcy, konstruktorzy, odkrywcy. Tu już w kilkulatkach buduje się zainteresowanie: jak to działa i dlaczego, tu skłania się do szukania odpowiedzi i rozwiązań, a wszystko przez zabawę. Zresztą pytania „a dlaczego", „a jak", „a po co" padają tu nieustannie i od nich zaczyna się postęp naukowy.

Rzeszowskiemu „Łukasiewiczowi" daleko popularnością do warszawskiego „Kopernika", ale coraz częściej bywają w Jasionce mieszkańcy Małopolski, świętokrzyskiego i lubelskiego. Raz, że mają tu bliżej, dwa, że PCN ma coś, czego nie ma żaden inny taki ośrodek w kraju: sekcję kosmiczno-lotniczą.

eprasa.pl 4e0c4922c9

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 11.05.2026

# Jack Weatherford: Współczesna Rosja jest jak Mongolia Czyngis-chana

Agaton Koziński
Rozmowa

**– Rosja przed Czyngis-chanem nie miała swojej tożsamości. Dlatego właśnie uważam, że ten kraj ma więcej wspólnego z dawnym imperium mongolskim – mówi Jack Weatherford, amerykański antropolog specjalizujący się w historii czasów Czyngis-chana.**

**Gdyby miał Pan sporządzić listę największych wojowników w historii świata, to kogo by Pan umieścił na czołowych miejscach?**
Na pierwszym miejscu z pewnością umieściłbym Czyngis-chana.

**A Aleksander Wielki chociażby? Juliusz Cezar?**
Za nim. Cezar czy Aleksander Wielki byli dobrzy, do dziś cieszą się dużą popularnością na Zachodzie, ale terytorium, które podbili, to około jednej czwartej ziem, które zdobył Czyngis-chan. Imperium Aleksandra rozpadło się zaraz po jego śmierci, a w przypadku Czyngis-chana przetrwało kolejne 150 lat po jego śmierci. Dlatego właśnie uważam, że osiągnięcia innych przywódców nawet się nie zbliżają do jego sukcesów.

**Największe imperium w historii stworzył Cyrus Wielki z Persji.**
Tak, ale to były przede wszystkim podboje regionalne. Cyrus najdalej dotarł do Grecji. Tymczasem Mongołowie podbili również cały obszar, nad którym panował Cyrus – z wyjątkiem Grecji. Przedostali się wprawdzie przez Bałkany i przeprowadzili tam kilka najazdów, ale ostatecznie Grecji nigdy nie podbili. Zresztą Czyngis-chan nie był jedyny. Koczownicze ludy kilka razy przemierzały Azję w drodze do Europy, wcześniej na przykład Attyla, później Rosjanie.

**Dlaczego ludy azjatyckie były w stanie regularnie pustoszyć Europę?**
Cywilizacje ludów osiadłych mają tendencję do upadku. One przechodzą okresy rozkwitu, ale potem wpadają w regres. A kiedy ulegają rozkładowi, wówczas ludy koczownicze, które mają o wiele więcej wigoru, determinacji, siły, to wykorzystują. To zresztą nie moja teza. Taką obserwację przedstawił żyjący na przełomie XIV i XV w. arabski filozof Ibn Chaldun, który jako jeden z pierwszych opisywał relacje między ludami plemiennymi a cywilizacjami osiadłymi. Ibn Chaldun obserwował Beduinów, Turków wkraczających do Europy, pod koniec życia spotkał się z Tamerlanem. W jego czasach kolejne cywilizacje podupadały – Chiny były wtedy słabe, Europa pod koniec średniowiecza była zdezorganizowana, skupiona na nieudanych krucjatach przeciwko islamowi. Także w świecie muzułmańskim nie działo się najlepiej, kalifat Abbasydów, mający swoją stolicę w Bagdadzie, był mocno osłabiony. Wszystkie stały się łatwym celem dla Mongołów.

**Czyngis-chan i później Złota Orda mogły ruszać we właściwie dowolnym kierunku. Czemu więc wybrali Europę?**
Czyngis-chan podbił północne Chiny, ale południowa część tego kraju była poza jego zasięgiem. Dlatego całkowicie zmienił kierunek działań. Skierował się na zachód, gdyż cele w Azji Środkowej stały się znacznie łatwiejsze do zdobycia. Następnie wkroczył na Bliski Wschód, a potem do Europy. Zresztą z jego perspektywy wcale to nie był taki dziwny wybór. Mówiąc językiem współczesnym: z Ułan Bator do Warszawy jest daleko, ale do Bangkoku również.

**Jednak dystans do Europy jest o połowę dłuższy.**
Owszem, ale prowadzą do niej w dużej części płaskie stepowe tereny. Natomiast kiedy Czyngis-chan ruszył na południe, napotkał wielkie rzeki: Huang-ho oraz Jangcy. Mongołowie mieli duże trudności z przeprawianiem się przez rzeki, które nie zamarzały, byli w tym bardzo słabi. Ale od Mongolii aż do Węgier ciągnie się wielka równina, która jest bardzo łatwa do pokonania dla ludów koczowniczych.

**Dużych rzek jednak po drodze nie brakuje.**
Tak, tyle że większość z nich zamarza zimą, a Mongołowie są bardzo dobrzy w pokonywaniu lodu. Dla nich one stawały się superautostradą biegnącą z Azji Wschodniej do Europy Zachodniej. Podobnie zresztą jak dla innych ludów, od Attyli począwszy.

**Jak Czyngis-chan postrzegał wtedy Europę? Czym ona dla niego była?**
Nie ma żadnej wzmianki o tym, jaką miał wiedzę o Europie. Ale też o innych obszarach zdobytych przez niego jest podobnie. Wiadomo, że lubił Afganistan – gdy go podbił, bardzo docenił tamtejszy klimat. Kiedy podbił ten obszar, wysłał swoją armię pod dowództwem Subedaja przez Iran, a następnie przez Kaukaz, aż do Europy Wschodniej, na tereny dzisiejszej Rosji. Mongołowie odnieśli tam sukces, podbijając ten obszar. Ale później nie ruszyli dalej na zachód, tylko skręcili z powrotem – uznali, że są daleko od domu i trzeba wracać. Nie wiemy, jaką wiedzę o Europie przywieźli Czyngis-chanowi – ale wiemy, że on sam nigdy nie podjął żadnego wysiłku, by podbić Europę.

**W Polsce do dziś pamiętamy bitwę pod Legnicą z 1241 roku. Często jest ona przedstawiana jako starcie, które uniemożliwiło dalszy marsz Mongołów po Europie – choć też w jej trakcie zginął książę Henryk II Pobożny. Jaka była prawda o tej bitwie? Jak ważna ona była?**

**Kampania Mongołów w Polsce w 1241 r. miała na celu jedynie powstrzymanie Polaków przed udzieleniem wsparcia Węgrom**

Doszło do niej już po śmierci Czyngis-chana, imperium dowodził wtedy jego drugi syn Ugedej. Jako Wielki Chan zaraz po objęciu władzy w 1229 r. zorganizował naradę, na której miała zapaść decyzja o dalszych planach ekspansji. Długo nie udawało się osiągnąć porozumienia – czy lepiej ruszyć w stronę Europy, czy w stronę Iranu i Bliskiego Wschodu, czy też w stronę Chin. Długo brakowało jasnej decyzji i ostatecznie Ugedej zdecydował, że ruszą jednocześnie we wszystkich trzech kierunkach. Powstały trzy różne armie, a każda armia miała innego dowódcę. Na czele wyprawy w stronę Polski stanął Baidar, wnuk Czyngis-chana, któremu towarzyszył inny wnuk Büri.

**Ich celem była naprawdę Polska?**
Większość badaczy uważa, że kampania w Polsce miała na celu jedynie powstrzymanie Polaków przed udzieleniem wsparcia w obronie Węgier. Bo to ten kraj był ich głównym celem.

**Czego Mongołowie szukali nad Dunajem?**
Węgry to bardzo dogodny z ich perspektywy teren – duże równiny pokryte połaciami trawy ułatwiającymi karmienie koni. Poza tym ich głównym celem był wtedy Wiedeń, zajęcie Węgier stanowiło krok w jego stronę. I nie chcieli, żeby Polacy pospieszyli mu z odsieczą – dlatego uderzyli na ten kraj, aby temu zapobiec.

**Wcześniej Pan powiedział, że Mongołowie nie mieli pojęcia o Europie, a teraz Pan opisał bardzo zniuansowane postrzeganie naszego świata. Skąd czerpali tę wiedzę?**
Proszę pamiętać, że rozmawiamy o zdarzeniach, które miały miejsce prawie 20 lat po śmierci Czyngis-chana. Przez ten czas sytuacja zmieniła się diametralnie. Mongołowie stali się mistrzami w pozyskiwaniu informacji, czerpali je ze wszystkich dostępnych źródeł. Tu dawała znać o sobie specyfika imperium, które stworzyli. Jedną z jego cech były gwarancje wolności i ochrony dla wszystkich wysłanników. Szczególnie chętnie korzystali z nich kupcy, którzy okazywali się cennym źródłem informacji. Mongołowie traktowali ich właściwie jak dyplomatów, nawet jeśli oficjalnie nimi nie byli. Poza tym zbierali informacje wywiadowcze o poszczególnych krajach. To było ważne przy ich stylu zarządzania, bo oni celowali w nastawianiu jednych grup przeciwko drugim. To była część mongolskiego stylu działania.

**Dlaczego ostatecznie Mongołowie nie zdołali zdobyć Wiednia? Dlaczego dziś cała Europa nie mówi po mongolsku?**
Przede wszystkim Mongołowie nigdy nie narzucali podbitym ludom swojego języka. To było wręcz zabronione – także nawet gdyby zajęli całą Europę, to i tak pod względem języka nic by się nie zmieniło. Ale też przyczyny, dla których Wiedeń nie został zdobyty, były inne. Mówimy o kampanii w 1241 r. Wiosną Mongołowie byli w Polsce i na Węgrzech. Ale w grudniu tamtego roku zmarł Ugedej. Mongołowie właśnie co zajęli większość Węgier razem z Budapesztem, gdy nadeszła wiadomość o jego śmierci. Wtedy podjęli decyzję o szybkim wycofaniu się i powrocie do domu. W kierunku Wiednia zdążono wysłać tylko jedną małą grupę zwiadowczą, która miała na celu jedynie sprawdzić sytuację na miejscu – zresztą ta grupa została pokonana. To wszystko. Reszta wróciła do Mongolii.

**Nie chcieli sobie podporządkować Europy Środkowej?**
Takie kraje jak Polska stanowiły dla nich trudność. To był obszar w dużej mierze rolniczy z wieloma drogami wodnymi i zaoranymi polami. Mongołowie nie lubili takich terenów. Nie lubili dróg, zaoranych pól. Woleli przemieszczać się po terenach wiejskich. Dlatego generalnie uważam, że Mongołowie prawdopodobnie mieliby wielkie trudności z podbojem Europy – dlatego też do niej już nie wrócili. Uznali, że bogactwa Europy są zbyt małe w porównaniu z bogactwami Bagdadu, Persji czy Turcji. Skupili się więc na tych terenach oraz na południowych Chinach, a o Europie zapomnieli. Złota Orda operowała na terenie dzisiejszej Rosji, ale później już nie było ani jednej dużej kampanii wojskowej skierowanej przeciwko Europie.

**Wróćmy do Czyngis-chana. Skąd on właściwie się wziął? Przed nim świat o Mongołach właściwie nie słyszał, a on podbił niemal cały świat wokół siebie. Co było w nim takiego wyjątkowego?**
O Czyngis-chanie wiadomo sporo, ale tak naprawdę nie wiadomo, co sprawiło, że osiągnął tak ogromne sukcesy. Po tylu dekadach badań nad nim te pytania ciągle nie znalazły odpowiedzi. Wiadomo o nim, że miał okropne dzieciństwo pod każdym względem. Wyrósł w nędzy, był oddzielony od rodziny, własnej grupy. Właściwie nie miał szans – ale jakoś się z tego podniósł. Wyciągnął wiele wniosków ze swoich porażek w młodości i ostatecznie udało mu się podbić świat. Ale co o tym przesądziło? To sekret. Nie wiem.

**Na pewno Pan ma jakieś hipotezy.**
Niektórzy uważają, że to jego duchowa moc. Inni myślą, że to jego zdolności zarządzania. Czyngis-chan miał niesamowitą zdolność przyciągania wybitnych ludzi do siebie. Widać to choćby po jego generałach. Oni nimi nie byli, nie pochodzili nawet z arystokratycznych klanów stepowych. Byli zwykłymi, biednymi ludźmi, tak jak on. Ale okazali się niezwykle utalentowani i bardzo lojalni. Natomiast Czyngis-chan wykazywał się świetną

eprasa.pl 4e0c4922c9

FOT. DOMENA PUBLICZNA

**Do naszych czasów nie przetrwał żaden portret Czyngis-chana. Tak wygląda jego podobizna sporządzona w XVI w.**

intuicją w doborze ludzi do poszczególnych zadań. Na przykład Subedaj, który dowodził podbojem Europy, a następnie południowych Chin. Sposób, w jaki to robił, jest niedościgniony. Był on największym strategiem w historii świata – a to Czyngis-chan go znalazł. Bo on nie bał się ludzi lepszych od niego w jakichś dziedzinach. Jego młodszy brat był lepszym zapaśnikiem, jego przybrany brat Belgütej był bardziej bystry intelektualnie, potrafił czytać i pisać. Czyngis-chanowi nigdy to nie przeszkadzało. Umiał wykorzystywać umiejętności innych. Jego umiejętność oceny ludzi i zdolność do wzbudzania w nich lojalności były ogromne.

**Podobnie jak Napoleon – on również umiał znajdować utalentowanych ludzi znikąd i przyciągać ich do siebie.**
Tak, pod tym względem byli dość podobni do siebie.

**Tyle że Francja to także dziś ważny kraj – natomiast Mongolia to obecnie mały kraj gdzieś w środku Azji. Dlaczego nie udało się utrzymać tej pozycji z czasów potęgi? Nie pozostały nawet jakieś trwałe pamiątki – jak piramidy w Egipcie czy „kodeks Napoleona".**
Mongołowie to naród wojowników. Przez wiele pokoleń skupiali się na walce. Potrafili żyć na koniu, szybko pokonując duże odległości. Czyngis-chan nie pozwalał na nic, co mogłoby go gloryfikować. Nie zezwalał na wznoszenie żadnych posągów, obrazów, świątyń ani pałaców. Powtarzał tylko: „Moja chwała to mój naród". Ale też nie jest tak, że nic po nim nie zostało. Wpływ, jaki wywarł na świat, był znacznie większy, niż się przypuszcza. Proszę spojrzeć na dzisiejszą mapę świata, ona została w dużej części ukształtowana przez nich. Choćby Rosja – to, że ona zajmuje tak duży obszar, to konsekwencja mongolskich podbojów. To Czyngis-chan zjednoczył te tereny. Podobnie z Chinami. Ich panowanie w Pekinie doprowadziło do tego, że ten kraj ma dziś takie, a nie inne rozmiary. Zjednoczyli też trzy królestwa Korei w jedno państwo istniejące obecnie. Jeśli to wziąć pod uwagę, to jego wpływ na mapę świata jest większy niż Napoleona czy Aleksandra Wielkiego. Ale to nie wszystko. Pozostało po nim także dziedzictwo, które jest prawie niewidoczne – a to jedna z najważniejszych rzeczy, jakie stworzył.

**Na czym polega wyjątkowość tego rozwiązania?**
Za czasów Czyngis-chana powstało prawo imperium mongolskiego zwane Jasa. W tym Wielkim Prawie mieszkańcy imperium mieli zagwarantowaną wolność wyznania. Czyngis-chan jako pierwszy ustanowił prawo, zgodnie z którym każda osoba miała prawo wybrać religię, jaką chciała, i nikt nie mógł jej uniemożliwić dokonania tego wyboru. To była przełomowa decyzja. Na to prawo do wolności powoływali się później ojcowie-założyciele Stanów Zjednoczonych. Thomas Jefferson nie ukrywał, że był pod silnym wpływem Czyngis-chana, Benjamin Franklin też. Już choćby to dowodzi, że jego wpływ na współczesność jest znacznie większy, niż powszechnie sądzimy.

**Co przesądziło o tym, że imperium mongolskie się rozpadło?**
To samo, co umożliwiło jego powstanie: konie. Proszę zauważyć, że właściwie całe imperium było pokryte trawą. Ona nie ma zbyt wielu zastosowań, ale w jednej kwestii jest kluczowa – przy hodowli tych zwierząt. Udomowienie konia pozwoliło przekształcić trawę w mięso i mleko. Dało także ogromną swobodę przemieszczania się tam i z powrotem. Napoleon mawiał, że żołnierze nie maszerują na nogach, tylko na brzuchach. Mongołowie nie wozili ze sobą jedzenia. Nie musieli – mieli pewność, że ich konie zawsze mają gdzie paść się po drodze, a oni mogli pić mleko i krew oraz mogli żywić się tym, co dawała im ziemia. To dawało im ogromną przewagę. Ale kiedy na polu bitwy pojawiły się armaty, jeźdźcy na koniach przestali być najlepszymi wojownikami świata. Ta era dobiegła końca. Można powiedzieć, że zakończyła się ona wraz z podbojem Konstantynopola przez Turków w 1452 r. Od tamtej pory wojny wygrywali ci, którzy skuteczniej korzystali z artylerii i prochu strzelniczego.

**Dlaczego Mongołowie byli tak brutalni?**
A byli?

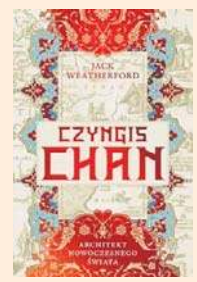
**Powszechnie przedstawia się ich jako okrutnych brutali.**
Armia Czyngis-chana nie liczyła więcej niż 100 tys. żołnierzy, może trochę więcej. To nigdy nie była wielka armia, ale była w stanie rozbijać milionowe armie na całym świecie. Udawało im się to, bo byli niezwykle utalentowani. I nie szło to w parze z brutalnością – pod tym względem daleko im było do Europejczyków. Mongołowie walczyli, każda armia walczyła. Ale oni nie torturowali ludzi. Nie stosowali takich metod, jakich używali Europejczycy. Prawdę mówiąc myślę, że to Europejczycy należą do najbardziej brutalnych narodów w historii świata aż do XX wieku. Mongołowie nie byli bardziej lub mniej brutalni niż inne nacje w tamtych czasach. To po prostu była brutalna epoka.

**Podkreśla Pan, że współczesne Rosja i Chiny zostały stworzone przez Mongolię Czyngis-chana. Które z tych państw należy dziś traktować jako kontynuatora tradycji imperium mongolskiego? Które z nich ma w sobie DNA Czyngis-chana?**
Nie wiemy, gdzie jest grób Czyngis-chana, więc nie mamy próbek jego DNA. Ale oczywiście nie chodzi tutaj dosłownie o kod genetyczny. Z tej perspektywy, o którą pan pyta, powiedziałbym, że Chiny i Rosja są bliźniakami urodzonymi z tych samych rodziców.

**Chiny jako państwo istniały dużo wcześniej, to ukształtowana cywilizacja mająca ponad 3 tysiące lat.**
Owszem, ale to Mongołowie nadali jej współczesny kształt, dzisiejsze rozmiary. Rosja to z kolei cywilizacja słowiańska, która jako państwo została ukształtowana przez Mongołów. Zanim się pojawili, istniała państwowość na terenach Rusi Kijowskiej, czyli dzisiejszej Ukrainy – dopiero potem przeniosła się ona w rejon Wołgi i Moskwy.

**Chiny trzymają się swoich historycznych terenów – Rosja z kolei ciągle próbuje przesunąć swoje zachodnie granice. Największa różnica między tymi „bliźniakami". Którego z nich Czyngis-chan kochałby bardziej?**
Rodzice kochają wszystkie swoje dzieci, w tym sensie trudno wybrać. Aczkolwiek gdybym miał wskazać, to wydaje mi się, że Mongolię Czyngis-chana bardziej przypomina współczesna Rosja. Chiny jednak – przez fakt, że już wcześniej były samodzielną cywilizacją – mają więcej cech własnych. Tymczasem Rosja przed Czyngis-chanem nie miała swojej tożsamości. Dlatego właśnie uważam, że ten kraj ma więcej wspólnego z dawnym imperium mongolskim.

**KSIĄŻKA**




Jack Weatherford „Czyngis-chan. Architekt nowoczesnego świata", wyd. Rebis, Poznań 2026

eprasa.pl 4e0c4922c9

*strona*
ZDROWIA
stronazdrowia.pl

**W NUMERZE:**

**Katastrofalny błąd Polaków w wieku przedemerytalnym**

**Nowy raport IPiPS dotyczący Polek i Polaków w wieku przedemerytalnym pokazuje wyraźnie: starość wciąż traktujemy bardziej jako abstrakcję niż realny etap życia, do którego trzeba się przygotować podobnie jak do rodzicielstwa czy emerytury. Problem polega na tym, że realne przygotowania do niesamodzielnej starości podejmuje zaledwie co dziesiąta osoba.**

**ZA TYDZIEŃ:**

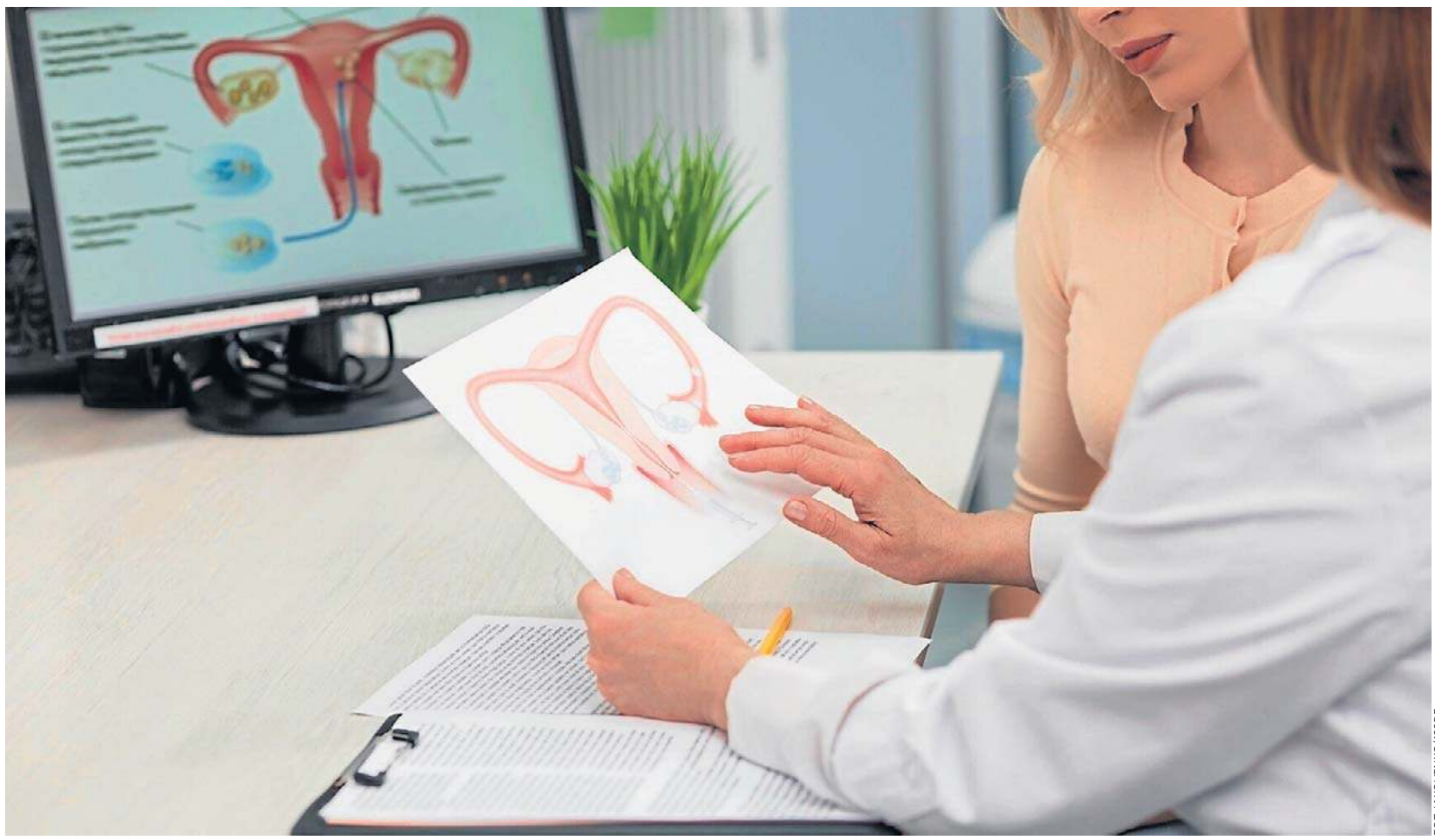
- **Przychodzi pacjent do apteki i pyta... Dziesięć najdziwniejszych sytuacji**
- **Z tymi chorobami nie pojedziesz na wymarzony turnus do sanatorium. Lista jest bardzo długa**

FOT. FREEPIK

# „Cichy zabójca" atakuje coraz młodsze kobiety. Te objawy mogą oznaczać raka

**oprac. Monika Góralska**
redakcja@stronazdrowia.pl

**Rak jajnika najczęściej dotyka kobiety między 50. a 70. rokiem życia, jednak coraz częściej rozpoznaje się go u młodych kobiet. Podpowiadamy, jakie dolegliwości mogą świadczyć o jego rozwoju.**



FOT. IAKOVENKO/123RF

Rak jajnika to podstępna choroba, która może nie dawać żadnych objawów

Rak jajnika to nowotwór złośliwy, na którego co roku zapada ok. 3,8 tys. Polek. Niestety, początkowo nie daje żadnych objawów, dlatego często nazywany jest „cichym zabójcą". Na raka jajnika najczęściej chorują kobiety między 50. a 70. rokiem życia, jednak coraz częściej odnotowuje się przypadki młodych kobiet, szczególnie z rodzinnymi predyspozycjami do tego typu nowotworu.

Jakie są przyczyny rozwoju raka jajnika? Wśród głównych czynników predysponujących wymienia się:

- wiek powyżej 50. roku życia,
- występowanie mutacji genetycznej BRCA 1 i BRCA 2,
- otyłość,
- dietę ubogą w antyoksydanty,
- późną menopauzę,
- niepłodność,
- endometriozę,
- częste stany zapalne miednicy mniejszej lub układu moczowego.

Rozpoznanie raka jajnika nie jest trudne, ponieważ często już podczas badania ginekologicznego aparatem do USG można zaobserwować niepokojące zmiany. Niestety, jak wynika z najnowszego raportu „Profilaktyka zdrowia kobiet", regularnie raz na rok do ginekologa chodzi tylko 21 proc. ankietowanych, a co czwarta Polka odwiedza specjalistę rzadziej niż raz na trzy lata.

Dodatkowo aż 13 proc. respondentek wcale nie chodzi do specjalisty. To stanowi poważny problem, ponieważ wczesna diagnostyka i włączenie odpowiedniego leczenia zwiększa szanse na dłuższe przeżycie.

Jak wykryć raka jajnika? Wśród najpowszechniejszych metod rozpoznawania tego typu nowotworu wymienia się:

- USG ginekologiczne,
- USG jamy brzusznej,
- tomografię komputerową,
- rezonans magnetyczny,
- badanie w kierunku mutacji CA 125 i HE4.

W momencie, gdy ginekolog zauważy anomalię w jednym z powyższych badań, może zlecić wykonanie laparoskopii zwiadowczej, czyli zabiegu polegającego na niewielkim nacięciu powłok brzusznych i wprowadzeniu specjalnego sprzętu z kamerą.

Leczenie raka jajnika zależy przede wszystkim od stopnia zaawansowania choroby, jednak najczęściej polega na usunięciu jajnika lub całych narządów rodnych (w zależności od wieku pacjentki i tego, czy chciałaby w przyszłości mieć dzieci), a następnie poddaniu chemioterapii.

- **Wodobrzusze lub powiększenie obwodu brzucha**

Jednym z nietypowych objawów raka jajnika jest wodobrzusze, czyli nadmierne gromadzenie się wody w jamie brzusznej. Ta dolegliwość może dotyczyć nawet 30 proc. pacjentek z nowotworem przydatków.

Dodatkowo u większości kobiet z tego typu nowotworem obserwuje się znaczne powiększenie obwodu brzucha, które często mylone jest z wzdęciami, spowodowanymi niestrawnością.

**Rak jajnika to nowotwór złośliwy, na którego co roku zapada ok. 3,8 tys. Polek. Niestety, początkowo nie daje żadnych objawów**

- **Ból nogi, przypominający rwę kulszową**

Pacjentki z rakiem jajnika mogą odczuwać ból, który promieniuje od uda i sięga czasem nawet do kostki.

Kobiety często mylą ten objaw raka jajnika z rwą kulszową, która nasila się szczególnie przy długotrwałym siedzeniu w jednej pozycji. Najczęściej ból pojawia się po stronie chorego jajnika.

- **Parcie na pęcherz i częste oddawanie moczu**

Guz jajnika rozrasta się w dość szybkim tempie i może naciskać na pęcherz moczowy, co wywołuje uczucie ciągłego parcia.

Pacjentki z tym typem nowotworu częściej muszą chodzić do toalety, a w zaawansowanym stadium choroby mikcja może powodować silny ból.

- **Krwawienia śródcykliczne**

Nietypowym objawem raka jajnika jest również pojawienie się krwawienia lub plamienia w środku cyklu.

Ten symptom może również oznaczać nadżerki, polipy, torbiele endometrialne, a także infekcję intymną.

Jeśli krwawieniu towarzyszą ból lub skurcze brzucha, warto niezwłocznie udać się do lekarza ginekologa, w celu wykonania badania USG.

- **Ból podczas wypróżniania**

Pacjentki z rakiem jajnika często obserwują u siebie uczucie ciężkości i przepełnienia brzucha, a także spadek apetytu.

W momencie, gdy nowotwór zaczyna się rozrastać może również dojść do pojawienia się silnego bólu podczas wypróżniania, który mija zaraz po defekacji. Ten objaw można łatwo pomylić z zaparciami lub zaburzeniem trawienia, spowodowanym przez stosowanie diety ubogiej w błonnik pokarmowy.

- **Ból pleców w okolicy lędźwiowej**

Ból jajnika często promieniuje do pleców, a najbardziej odczuwalny jest w okolicy lędźwiowej. Im większy jest guz, tym ból pleców występuje częściej.

Zaobserwowano, że u pacjentek z nowotworem przydatków ból lędźwi zazwyczaj występuje przez cały dzień i nie mija po odpoczynku nocnym.

Ten objaw bardzo łatwo pomylić z nieprawidłową pracą nerek lub przeciążeniem kręgosłupa.

Im szybciej rak jajnika zostanie wykryty, tym większe szanse na dłuższe życie.

eprasa.pl 4e0c4922c9

# Katastrofalny błąd popełnia prawie 70 proc. Polaków w wieku przedemerytalnym

**Ola Głowacka**
redakcja@stronazdrowia.pl

**Nowy raport IPiSS, dotyczący Polek i Polaków w wieku przedemerytalnym, pokazuje wyraźnie: starość wciąż traktujemy bardziej jako abstrakcję niż etap życia, do którego trzeba się przygotować.**

FOT. GETTY IMAGES

Polacy nie przygotowują się do starości i to poważny błąd

Większość z nas wyobraża sobie starość w jednym, dość optymistycznym scenariuszu: we własnym domu, możliwie długo samodzielni, z pomocą bliskich wtedy, gdy będzie to potrzebne. Problem polega na tym, że choć takie oczekiwania deklaruje ogromna część Polaków, realne przygotowania do niesamodzielnej starości podejmuje zaledwie co dziesiąta osoba.

### Rodzina jako fundament opieki. I jednocześnie największe ryzyko

Blisko 76 proc. badanych uważa, że opieka nad starszym, niesamodzielnym rodzicem jest obowiązkiem dzieci. To pokazuje, jak silnie zakorzeniony jest w Polsce rodzinny model opieki. Instytucje – domy pomocy społecznej, opieka całodobowa – są akceptowane raczej niechętnie i głównie wtedy, gdy nie ma już innego wyjścia.

Ten schemat myślenia ma swoje dobre strony: bliskość emocjonalna, chęć niesienia pomocy, odpowiedzialność za rodziców. Ale ma też poważną słabość, która z wiekiem populacji będzie coraz bardziej widoczna: rodzin zdolnych do długotrwałej opieki będzie coraz mniej. Z najnowszego raporty Instytutu Pracy i Spraw Socjalnych wynika, że:

- prawie 78 proc. osób w wieku przedemerytalnym nigdy nie opiekowało się niesamodzielnym bliskim,
- ci, którzy takie doświadczenie mają, pomagali głównie w domu, wykonując codzienne czynności, wspierając emocjonalnie, organizacyjnie i finansowo.

To oznacza, że ogromna część przyszłych seniorów i ich rodzin nie wie, z czym naprawdę wiąże się wieloletnia niesamodzielność – fizycznie, psychicznie i logistycznie.

### „Chcę zostać w swoim domu" – najczęstsze marzenie przyszłych seniorów

Zapytani o to, jak wyobrażają sobie życie w wieku 80 lat w sytuacji ograniczonej sprawności, ponad 68 proc. respondentów wskazuje własne mieszkanie lub dom i doraźną pomoc bliskich.

To bardzo spójna, ale też wymagająca wizja, bo żeby starość w domu była możliwa, muszą być spełnione trzy warunki:

- zdrowie i sprawność – przynajmniej częściowa,
- rodzina lub sieć wsparcia, która faktycznie jest dostępna,
- odpowiednie warunki mieszkaniowe i finansowe.

Raport pokazuje jednak, że tylko 11,5 proc. badanych podejmuje dziś jakiekolwiek działania, by przygotować się na scenariusz niesamodzielności. Oznacza to ogromną lukę między oczekiwaniami a realnymi przygotowaniami.

### Dlaczego nie chcemy się przygotowywać?

Najczęściej wymieniane powody związane są z tym, że:

- starość kojarzy się z czymś odległym i nieprzyjemnym,
- niesamodzielność jest tematem tabu,
- wierzymy, że „jakoś to będzie", a rodzina pomoże,
- brakuje jasnych wzorców i wiedzy, od czego w ogóle zacząć.

Ci, którzy się przygotowują, robią to głównie w trzech obszarach:

- ćwiczą umysł (krzyżówki, nauka, aktywność intelektualna),
- dbają o aktywność fizyczną,
- odkładają pieniądze.

To ważne kroki – ale nie wyczerpują listy realnych potrzeb w niesamodzielnej starości.

### Największe wyzwania, o których rzadko myślimy

- **Opiekun też się starzeje**

Najczęściej jako przyszłe źródło pomocy wskazujemy współmałżonka lub partnera (61 proc.). Problem w tym, że on również będzie seniorem – często z własnymi ograniczeniami zdrowotnymi.

- **Dzieci mogą nie być dostępne**

Migracje, praca w innych miastach lub krajach, własne problemy zdrowotne czy finansowe sprawiają, że opieka dzieci nie zawsze będzie możliwa, nawet przy najlepszych chęciach. Tymczasem 28 proc. badanych uważa, że to właśnie dzieci zajmą się nimi w razie konieczności.

- **Brak planu = kryzys w momencie choroby**

Bez wcześniejszych ustaleń nagłe pogorszenie zdrowia oznacza chaos decyzyjny: kto pomoże, gdzie, za jakie pieniądze i kosztem czyjego zdrowia.

### Na co powinien zwrócić uwagę dzisiejszy senior i jego rodzina?

- **Rozmawiać zawczasu**

Rozmowa o starości, chorobie i opiece nie jest „czarnowidztwem". To element odpowiedzialności – wobec siebie i bliskich.

- **Dbać o sprawność jak o kapitał**

Ruch, dieta, aktywność społeczna i intelektualna realnie opóźniają niesamodzielność. To inwestycja, która się zwraca – latami.

- **Przygotować mieszkanie**

Brak progów, bezpieczna łazienka, dobre oświetlenie, możliwość wezwania pomocy – te rzeczy warto planować, zanim staną się koniecznością.

- **Odkładać środki – nawet niewielkie**

Prywatna opiekunka, pomoc domowa czy usługi wspomagające kosztują. System rodzinny potrzebuje finansowego wsparcia, by nie przeciążyć jednego opiekuna.

- **Poznać dostępne formy wsparcia**

Usługi sąsiedzkie, dzienna opieka, pomoc czasowa czy tzw. opieka wytchnieniowa to rozwiązania, które będą w Polsce coraz ważniejsze – i coraz bardziej potrzebne.

**WARTO WIEDZIEĆ**

**Starość to proces. Można się na nią przygotować**
Polacy liczą na rodzinę, ale prawie nikt nie przygotowuje się systemowo na niesamodzielność.
Dobra wiadomość jest taka, że przygotowanie do starości nie musi oznaczać rezygnacji z życia ani straszenia się chorobą. To racjonalne planowanie: zdrowia, relacji, pieniędzy i przestrzeni. Im wcześniej zaczniemy – tym większa szansa, że starość rzeczywiście będzie taka, jaką sobie dziś wyobrażamy: u siebie, bezpieczna i możliwie samodzielna.

FOT. 123RF/PIXABAY

W maju najbardziej uciążliwe dla alergików są pyłki dębu i traw

# Te dwa rodzaje roślin w maju pylą najsilniej

**Monika Góralska**
redakcja@stronazdrowia.pl

**W maju zaczynają pylić trawy, których pyłki wywołują bardzo silne objawy alergii, takie jak katar sienny, łzawienie oczu, a nawet duszności.**

Maj to miesiąc, w którym pylenie wielu roślin osiąga wysokie stężenie, co może być uciążliwe dla alergików.

W maju zmniejsza się pylenie brzozy, za to zaczyna intensywnie pylić dąb. Rozpoczyna się też okres pylenia traw, których pyłki utrzymują się w powietrzu bardzo długo. Zaczynają też pylić chwasty, takie jak szczaw i babka, a stężenie zarodników grzybów w powietrzu osiąga wysoki poziom.

### Kalendarz pylenia roślin na maj

- dąb – pyli intensywnie przez cały maj,
- brzoza – pylenie kończy się na początku maja,
- sosna – pyli od maja do czerwca, ale rzadko powoduje silne alergie,
- wierzba i topola – pylenie może jeszcze trwać na początku maja, ale nie jest już tak intensywne jak w kwietniu,
- buk – pylenie rozpoczyna się na przełomie maja i czerwca,
- trawy – pylenie traw rozpoczyna się w maju i trwa aż do jesieni, osiągając szczyt w czerwcu i lipcu. Do najczęściej uczulających traw należą: tymotka łąkowa, kostrzewa łąkowa, kupkówka pospolita i wiechlina łąkowa. Pyli również żyto i inne zboża,
- szczaw – pyli w maju i czerwcu,
- babka lancetowata – pylenie rozpoczyna się w drugiej połowie maja,
- pokrzywa – pylenie rozpoczyna się w połowie maja,
- grzyby – zarodniki grzybów pleśniowych z rodzajów Cladosporium i Alternaria osiągają wysokie stężenie w maju.

W maju najbardziej dokuczliwe dla alergików są pyłki dębu i traw. Śledź aktualne kalendarze pylenia dla swojego regionu, ponieważ intensywność i czas trwania pylenia poszczególnych roślin mogą się różnić w zależności od warunków pogodowych i lokalizacji.

### Czym jest alergia?

Alergia na pyłki roślin, zwana również pyłkowicą lub katarem siennym, to nadmierna reakcja układu odpornościowego na pyłki roślin wiatropylnych, takich jak drzewa, trawy i chwasty. U osób z alergią układ odpornościowy błędnie identyfikuje nieszkodliwe pyłki jako zagrożenie i zaczyna wytwarzać przeciwciała IgE. Przy ponownym kontakcie z tym samym alergenem dochodzi do uwolnienia histaminy i innych substancji chemicznych, które wywołują charakterystyczne objawy alergiczne.

Najczęstsze objawy alergii na pyłki roślin to:

- katar sienny – wodnista, przezroczysta wydzielina z nosa, kichanie, świąd i zatkanie nosa,
- alergiczne zapalenie spojówek – świąd, pieczenie, zaczerwienienie i łzawienie oczu, obrzęk powiek, uczucie „piasku pod powiekami", nadwrażliwość na światło,
- astma pyłkowa – duszność, świszczący oddech, kaszel, uczucie ucisku w klatce piersiowej,
- objawy skórne – wysypka, pokrzywka, świąd skóry,
- inne objawy – drapanie w gardle, ból głowy, zmęczenie, rozdrażnienie, zaburzenia snu i koncentracji.

Objawy mogą występować z różną intensywnością w zależności od rodzaju pyłku, na który jesteś uczulony oraz od stężenia pyłków w powietrzu.

eprasa.pl 4e0c4922c9

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 11.05.2026

# U niektórych wraca jak bumerang. Niewłaściwa higiena i palenie jej sprzyjają

oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

**Biały nalot na języku, wewnętrznej stronie policzków, pod językiem, w okolicy dziąseł i migdałków, zaczerwienienie błony śluzowej oraz uczucie pieczenia mogą wskazywać na grzybicę jamy ustnej.**

Schorzenie to częściej występuje u osób osłabionych, po długotrwałej antybiotykoterapii, a także u pacjentów stosujących sterydy wziewne lub używających protez zębowych. Dentystka wyjaśnia, jak rozpoznać ten problem oraz jak mu zapobiegać.

FOT. GETTY IMAGES

Grzybica jamy ustnej częściej występuje u osób osłabionych, po długotrwałej antybiotykoterapii, a także u pacjentów stosujących sterydy wziewne lub używających protez zębowych

### Czynniki sprzyjające rozwojowi kandydozy jamy ustnej

Candida albicans to drobnoustrój, który naturalnie występuje w jamie ustnej i przewodzie pokarmowym człowieka i u osób zdrowych zwykle nie wywołuje żadnych dolegliwości.

Do jego nadmiernego namnażania dochodzi jednak w sprzyjających warunkach, takich jak dieta bogata w cukry proste, długotrwała antybiotykoterapia czy stosowanie steroidów, w tym wziewnych. Ryzyko zwiększają także choroby ogólnoustrojowe, np. cukrzyca, oraz obniżona odporność, np. po leczeniu immunosupresyjnym po przeszczepach.

Rozwojowi infekcji sprzyjają również palenie papierosów, niewłaściwa higiena jamy ustnej, w tym zaniedbywanie czyszczenia protez zębowych. Dodatkowymi czynnikami ryzyka są suchość w jamie ustnej (kserostomia), choroby układu pokarmowego oraz podeszły wiek.

### Słodkie? Lepiej sobie odpuść

To podstawowa zasada w zapobieganiu kandydozie jamy ustnej. Cukry proste stanowią nie tylko pożywkę dla bakterii próchnicotwórczych, ale także dla drożdżaków z rodzaju Candida.

– Zbilansowana dieta, to znaczy taka, która dostarcza organizmowi w odpowiedniej ilości składniki odżywcze, witaminy i minerały, to podstawa zdrowia. Wielu zapomina, że to, co jemy, ma też wpływ na mikroby żyjące w naszym organizmie. Generalnie nadpodaż cukrów prostych: ze słodyczy, dań instant oraz wysoko przetworzonych, niesie ze sobą ryzyko próchnicy, chorób dziąseł i wspomnianej drożdżycy. Dla przeciwwagi: błonnik. Lubią go bakterie probiotyczne, a więc te korzystne, na których nam zależy – wyjaśnia lek. dent. Ewa Goraj z Addent Medicover Stomatologia w Krakowie i dodaje: – W jamie ustnej człowieka może jednocześnie żyć sto gatunków drobnoustrojów. Nasze nawyki wpływają na to, których jest więcej, a których liczebność się zmniejsza. To potem dobitnie zauważamy w czasie obciążenia organizmu, na przykład chorobą.

Warto pamiętać, że cukry mogą występować w produktach spożywczych także pod innymi nazwami, m.in. jako syrop glukozowo-fruktozowy, syrop kukurydziany, miód, melasa, syrop klonowy czy syrop z agawy. Do cukrów prostych zalicza się również glukozę, fruktozę, sacharozę, maltozę i dekstrozę, a także skrobię, która po trawieniu ulega rozkładowi do glukozy.

### Zadbaj o higienę

Szczególnie narażone na tworzenie się biofilmu i jego zaleganie są: przestrzenie międzyzębowe, kieszonki dziąsłowe, bruzdy zębów trzonowych, powierzchnia języka oraz elementy uzupełnień protetycznych, w tym same protezy. To właśnie tam drobnoustroje, w tym drożdżaki, mają najlepsze warunki do namnażania i rozprzestrzeniania się w jamie ustnej. Ich skuteczne usuwanie jest kluczowe w profilaktyce przerostu Candida albicans.

Szczególną grupą pacjentów są osoby noszące protezy zębowe, które często nie dbają o ich odpowiednią higienę. W ich przypadku kandydoza może przebiegać nietypowo i być trudniejsza do rozpoznania.

– Najczęściej obserwujemy objawy ograniczone do błony śluzowej mającej kontakt z protezą, takie jak zaczerwienienie czy obrzęk. Pacjenci zgłaszają także pieczenie, ból i świąd. Biały nalot pojawia się rzadziej lub w ogóle nie występuje. Na rozwój problemu wpływa zarówno mechaniczne oddziaływanie protezy – często niedopasowanej – jak i nadmierny wzrost drożdżaków. Mówimy wtedy o stomatopatiach protetycznych, które wcale nie należą do rzadkości i mogą dotyczyć nawet jednej na trzy osoby. Sama proteza również może być zasiedlana przez mikroorganizmy i stanowić miejsce powstawania trudnego do usunięcia biofilmu – ostrzega dentystka.

W profilaktyce i leczeniu zakażeń drożdżakowych kluczowe znaczenie ma dokładna higiena: szczotkowanie zębów wraz z okolicami przydziąsłowymi, nitkowanie, oczyszczanie języka oraz właściwa pielęgnacja protez przy użyciu dedykowanych szczoteczek i tabletek czyszczących. Protezy powinny być przechowywane na sucho, a ich użytkowanie najlepiej przerywać na noc. Jeśli nie jest to możliwe, należy szczególnie intensywnie dbać o ich higienę.

### Probiotyki też się przydadzą

Jest to szczególnie istotne w czasie oraz po zakończeniu antybiotykoterapii. Probiotyki to starannie dobrane szczepy bakterii, które wywierają korzystny wpływ na organizm człowieka. Ich działanie jest wielokierunkowe – od regulacji pracy układu odpornościowego (immunomodulacji), przez wspieranie produkcji niektórych witamin i składników odżywczych, aż po ograniczanie rozwoju drobnoustrojów chorobotwórczych.

– W ochronie jamy ustnej przed kandydozą oraz wspomagająco w jej leczeniu znaczenie mają m.in. Lactobacillus reuteri i Lactobacillus rhamnosus. Te szczepy wykazują zdolność hamowania namnażania Candida, ograniczają jej przyleganie do tkanek oraz tworzenie biofilmu, a dodatkowo produkują substancje, które pomagają ją zwalczać. Dostępne są w wielu preparatach bez recepty, przy czym najlepiej przyjmować je doustnie, w formie rozpuszczonej w płynie, np. wodzie lub jogurcie – wyjaśnia lek. dent. Ewa Goraj z Addent Medicover Stomatologia w Krakowie.

Specjalistka zwraca również uwagę na znaczenie diety. W codziennym jadłospisie warto uwzględniać produkty bogate w bakterie kwasu mlekowego, takie jak kefir, sery fermentowane czy kiszonki.

Na rynku dostępne są także pastylki do ssania lub żucia zawierające korzystne bakterie wspierające zdrowie jamy ustnej, a także specjalistyczne preparaty do higieny jamy ustnej z dodatkiem probiotyków.

### Udaj się do lekarza

Kandydoza jamy ustnej to przeważnie infekcja miejscowa, dlatego w pierwszej kolejności zalecane są preparaty do stosowania miejscowego.

– Przy podejrzeniu nadkażenia grzybiczego najwłaściwiej wykonać wymaz mykologiczny – mykogram, który ewentualnie potwierdzi nasze obawy, a także wskaże właściwy preparat do leczenia. Niewłaściwe leczenie kandydozy czy nadużywanie preparatów przeciwgrzybiczych powoduje powstawanie szczepów opornych na leki. Terapię ogólnoustrojową rozważamy, biorąc pod uwagę ogólny stan zdrowia pacjenta, występowanie chorób współistniejących i leczenie immunosupresyjne – wyjaśnia dentystka.

Bardzo ważne w leczeniu kandydozy jamy ustnej jest również wyeliminowanie lub złagodzenie wszelkich możliwych do zidentyfikowania czynników predysponujących: unormowanie poziomu cukru we krwi, poprawienie niedopasowanych uzupełnień protetycznych, konsultacje ze specjalistami i leczenie innych dolegliwości oraz niedoborów witaminowych.

### Sięgnij po odpowiednie preparaty

W leczeniu kandydozy szerokie zastosowanie znajduje chlorheksydyna w postaci płukanek, tabletek do ssania, żelu, a także oktenidyna w postaci roztworu do płukania jamy ustnej. Dodatkowo właściwości przeciwgrzybicze wykazują olejki z drzewa herbacianego, oregano i pestek grejpfruta.

Co bez recepty pomoże na grzybicę jamy ustnej?

- tabletki do ssania z chlorchinaldolem,
- tabletki do ssania, spraye, płukanki i preparaty miejscowe z dichlorowodorkiem chlorheksydyny (chlorheksydyna),
- roztwór do stosowania miejscowego z tetraboranem sodu (boraks),
- wodny roztwór (1%) fioletu gencjanowego do stosowania miejscowo,
- płukanki z oktenidyną.

Bez właściwego leczenia kandydoza ma tendencję do nawracania, zwłaszcza u osób z chorobami ogólnoustrojowymi lub osłabionych. Tu wskazane będą leki na receptę o silnym działaniu przeciwgrzybiczym. Przyjmuje się je na zalecenie i według wskazań lekarza.

O długo utrzymujące się, nawracające lub dokuczliwe zmiany zawsze warto zapytać dentystę lub lekarza pierwszego kontaktu. Choć objawy są podobne, mogą świadczyć o kompletnie różnych dolegliwościach: od błahych po naprawdę poważne. Przynajmniej raz w miesiącu warto także wykonać we własnym zakresie samobadanie jamy ustnej pod kątem wszelkich nietypowych zmian.

### WARTO WIEDZIEĆ

**Probiotyki**

Probiotyki to tzw. dobre bakterie, które pomagają utrzymać zdrowie układu trawiennego i wzmacniają układ odpornościowy. Jednak ich stosowanie powinno być celowane. Różne szczepy probiotyczne wykazują konkretne działania, dlatego wybór odpowiedniego preparatu powinien zależeć od indywidualnych potrzeb i stanu zdrowia. Np. szczep Saccharomyces boulardii chroni przed biegunką poantybiotykową, a Lactiplantibacillus (dawniej Lactobacillus) plantarum 299v wspomaga łagodzenie objawów zespołu jelita drażliwego i poprawia wchłanianie żelaza. Dlatego suplementacja probiotykami powinna zawsze odpowiadać konkretnym problemom zdrowotnym.

eprasa.pl 4e0c4922c9

**PYTANIA I ODPOWIEDZI** SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

BLUSZCZYK KURDYBANEK

### Jak rośnie bluszczyk kurdybanek?

Bluszczyk kurdybanek (Glechoma hederacea) jest rośliną zimozieloną, czyli taką, która nie zrzuca liści i rośnie już od wczesnej wiosny. Bylina ta należy do rodziny jasnotowatych – tak, jak np. mięta, melisa, lawenda, tymianek czy majeranek. Jest jadalny tak samo, jak popularne zioła, i ma cenne właściwości prozdrowotne. Świeży bluszczyk kurdybanek ma silny korzenny zapach i smak, który pasuje zwłaszcza do mięs i ryb, jak również innych ziół np. w sosach czy daniach jednogarnkowych. Inne tradycyjne nazwy rośliny to bluszczyk pospolity, bluszczyk ziemny, obłożnik czy po prostu kurdybanek. Również łacińska nazwa rośliny – Glechoma hederacea – ma wiele synonimów, takich jak: Nepeta glechoma, Nepeta hederacea, Hedera terrestris. Bluszczyk rośnie dziko w Europie i Azji i jest pospolitym, trudnym do wyplenienia chwastem, który intensywnie rozrasta się na wiosnę. Występuje w lasach liściastych, na łąkach, nieużytkach, w ogrodach i innych obszarach zieleni. Jest rośliną miododajną, lubianą przez pszczoły. To również lubiana roślina dekoracyjna, zwłaszcza odmiany takie jak np. bluszczyk kurdybanek Variegata, którego zapach ma właściwości odstraszające komary. W kuchni i zielarstwie surowcem są aromatyczne liście i purpurowo-fioletowe kwiaty bluszczyku, które w nienasłonecznionych miejscach zbioru są niebieskie. Watro poszukiwać go w czystych lokalizacjach, oddalonych od dróg i innych źródeł zanieczyszczeń środowiska.

### Na co jest dobry bluszczyk?

Bluszczyk kurdybanek zawiera m.in. seskwiterpeny, triterpeny, taniny, fenolokwasy (kwas rozmarynowy, kawowy, ferulowy), flawonoidy (pochodne kwercetyny, apigeniny i luteoliny), gorycze czy saponiny. Są to związki o działaniu antyoksydacyjnym, które mają korzystne działanie w organizmie i działają ochronnie w stosunku do komórek i tkanek. Przeciwutleniaczom towarzyszą im kwas organiczne i sole mineralne, a także olejek eteryczny zawierający podobne związki terpenowe, jak różne odmiany ziół (do 0,03 proc. w zielu suszonym).

Bluszczyk kurdybanek, zwłaszcza przygotowany w formie naparu lub odwaru, wspomaga stan układu pokarmowego, błon śluzowych i skóry. Ma jednak znacznie więcej cennych właściwości, np.:

- znacznie nasila wydzielanie soku żołądkowego, ułatwiając trawienie zwłaszcza pokarmów białkowych,
- ułatwia przepływ żółci, co poprawia trawienie tłuszczów,
- działa ściągająco i przeciwzapalnie, również stosowany jako płukanka do ust i gardła, a ponadto przy hemoroidach,
- wywołuje lekki efekt zapierający i wspomaga regenerację śluzówki, między innymi przy biegunce,
- działa wzmacniająco na organizm, między innymi w stanach anemii,
- hamuje rozwój bakterii ropnych, również tych antybiotykooopornych,
- wspomaga leczenie stanów zapalnych górnych dróg oddechowych, między innymi przy infekcjach i astmie,
- wspomaga odtruwanie organizmu z toksyn, między innymi metali ciężkich i węglowodorów aromatycznych,
- chroni komórki wątroby hamuje rozwój jej stłuszczenia czy marskości,
- działa rozkurczowo w obrębie układu trawiennego i moczowego, jak i oddechowego,
- ułatwia odkrztuszanie wydzieliny zapalnej z dróg oddechowych,
- rozszerza oskrzela i łagodzi oddechowe stany alergiczne, wspomaga leczenie wyprysków, egzemy i drobnych ran przy przemywaniu naparem lub nalewką rozcieńczoną wodą w stosunku 1 do 5,
- stosowana zewnętrznie zmniejsza aktywność gruczołów łojowych, łagodząc objawy przetłuszczania się skóry (a zarazem trądziku) oraz włosów,
- hamuje aktywność grzybów takich jak drożdżaki Candida na skórze.

### Na co stosować bluszczyk?

Najważniejsze zastosowania to: niestrawność, biegunki i zaparcia, zatrucia, infekcje dróg moczowych, zaburzenia wchłaniania, wzdęcia i kolki, astma oskrzelowa, chrypa, kaszel, zapalenie oskrzeli, krtani, zatok, trądzik pospolity, egzema, łojotok, łupież. Roślina jest uznawana za bezpieczną i w przetworach bezalkoholowych podawana nawet dzieciom, jednak nie powinny stosować jej osoby z epilepsją (padaczką) oraz kobiety w ciąży i karmiące piersią

# Naturalna broń na stany zapalne

Katarzyna Wąś-Zaniuk
katarzyna.was-zaniuk@polskapress.pl

**Coraz więcej badań pokazuje, że to, co dodajemy do potraw, może realnie wspierać organizm w walce ze stanami zapalnymi.**

Cynamon, szafran czy kurkuma to nie tylko aromat, ale także bioaktywne związki o potwierdzonym działaniu. Poznaj naturalną broń na stany zapalne.

FOT. GETTY IMAGES

**Cynamon, szafran czy kurkuma to nie tylko aromat, ale także bioaktywne związki o potwierdzonym działaniu. Nie musisz sięgać po tabletki. Te przyprawy pomogą przy stanach zapalnych**

#### Sięgnij po goździki

Jeśli chcemy wykorzystać naturalny potencjał przypraw, warto zwrócić uwagę na goździki. Wyróżniają się bardzo wysoką zawartością przeciwutleniaczy. Ich głównym składnikiem aktywnym jest eugenol - substancja o działaniu przeciwzapalnym i przeciwbólowym.

Dzięki temu goździki mogą nie tylko ograniczać stan zapalny, ale również wspierać zdrowie jamy ustnej, działając antybakteryjnie. Niektóre badania sugerują też ich potencjalny wpływ na regulację poziomu glukozy we krwi.

#### Dlaczego warto używać pieprzu cayenne?

Pieprz cayenne to przyprawa, która zawdzięcza swoje charakterystyczne, ostre działanie przede wszystkim kapsaicynie. To właśnie ten związek odpowiada za intensywne wrażenia smakowe, ale jego rola nie ogranicza się jedynie do kulinarnej pikantności.

Kapsaicyna oddziałuje na układ nerwowy, wpływając na zmniejszenie odczuwania bólu, a jednocześnie wykazuje działanie przeciwzapalne, pomagając ograniczać procesy zapalne w organizmie. Dodatkowo przypisuje się jej zdolność do przyspieszania metabolizmu, co może wspierać kontrolę masy ciała. Nie bez znaczenia jest również jej wpływ na układ krążenia – może bowiem sprzyjać poprawie przepływu krwi.

#### Wyjątkowa moc szafranu

Szafran, choć stosowany w niewielkich ilościach, jest niezwykle bogaty w aktywne związki, takie jak krocyna i safranal. Substancje te wykazują silne działanie antyoksydacyjne i mogą obniżać poziom markerów zapalnych, w tym białka C-reaktywnego (CRP). Co ciekawe, szafran bywa również badany pod kątem wpływu na nastrój - niektóre wyniki sugerują jego potencjalne działanie przeciwdepresyjne.

#### Czosnek nie tylko w okresie przeziębienia

Czosnek to kolejny naturalny produkt, który zdecydowanie zasługuje na naszą uwagę. Zawarte w nim związki siarkowe, w tym allicyna, wykazują silne właściwości przeciwzapalne oraz przeciwdrobnoustrojowe.

Regularne spożywanie czosnku może wspierać układ odpornościowy, obniżać ciśnienie krwi oraz zmniejszać ryzyko chorób sercowo-naczyniowych. Istnieją także dowody sugerujące jego potencjalne działanie przeciwnowotworowe, szczególnie w obrębie układu pokarmowego.

#### Przeciwzapalne właściwości imbiru

Jednym z najlepiej przebadanych składników o takim działaniu jest imbir. Zawiera on gingerole i szogaole, czyli związki roślinne, które hamują produkcję substancji odpowiedzialnych za rozwój stanu zapalnego. W jednym z badań wykazano, że ekstrakt z imbiru, zawierający m.in. 6-gingerol i 6-szogaol, może przeciwdziałać starzeniu się komórek mięśniowych. Inne badania sugerują z kolei, że suplementacja imbirem w dawce 2-4 g dziennie może ograniczać spadek siły mięśniowej oraz łagodzić ból mięśni pojawiający się po wysiłku fizycznym.

Zdaniem badaczy, włączenie imbiru do suplementacji może być warte rozważenia jako element zdrowego stylu życia wspierającego profilaktykę i łagodzenie skutków sarkopenii.

### DIETA ANTYWIRUSOWA

Naturalne produkty mogą nie tylko walczyć ze stanami zapalnymi, ale także stanowić ochronę przeciwwirusową. Oto kilka z nich o silnym działaniu antywirusowym:
● Melisa – wyróżnia się wyjątkowo wysoką zawartością cytralu, aldehydu współodpowiadającego za jego charakterystyczny smak i cenne właściwości. Udowodniono, że działa on antywirusowo m.in. w stosunku do wirusa grypy, wirusów opryszczki HSV-1 i HSV-2, wirusa HIV-1, żółtej febry, norowirusa MNV czy retrowirusów. ● Curry i kurkuma – zawiera m.in. kurkuminę, która ma szerokie spektrum działania przeciwko patogenom, m.in. w stosunku do wirusów HIV, grypy (PR8, H1N1, H6N1), paragrypy typu 3 (PIV-3), HSV-1 i HSV-2, coxsackie, HBV, HCV, HPV, JEV, HTLV-1, FIPV, FHV, VSV czy RSV. ● Kokos – zawarty w nierafinowanym oleju kokosowym kwas laurowy, zostaje przekształcany w organizmie do monolaurynu, a ten jest efektywny przeciwko wirusom HIV, HSV-1, odry, cytomegalowirusom, wirusom VSIV, Epsteina-Barr czy maedi-visna. ● Oliwki i oliwa – zawierają aktywny związek o nazwie kwas elenowy będący silnym czynnikiem antywirusowym, a jego działaniu podlegają m.in. wirusy grypy, opryszczki, polio czy coxsackie ● Jarmuż – zawiera m.in. glukozynolany, w tym indole takie jak indolo-3-karbinol (I3C), który wykazał działanie przeciwko wirusom takim jak m.in. HSV-1, HSV-2 czy grypy typu IAV (podtyp H1N1). ● Grzyby shiitake – zawierają należący do polisacharydów beta-glukan o nazwie lentinan, na który wrażliwe są m.in. wirusy HIV, HPV, polio (PV-1), czy BVDV i BoHV-1.

eprasa.pl 4e0c4922c9

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 11.05.2026

# Wypalenie zawodowe najszybciej pojawia się u ambitnych i zmotywowanych

**Liliana Bogusiak**
Rozmowa

**O tym, dlaczego praca przestaje sprawiać nam frajdę i pojawia się wypalenie zawodowe, rozmawiamy z prof. Anną Zalewską-Janowską i mgr. Jarosławem Dudkiem z Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.**

FOT. LILIANA BOGUSIAK-JÓŹWIAK

Prof. Anna Zalewska-Janowska i mgr Jarosław Dudek

**Czy gdy pracownik zaczyna odczuwać fizyczne i emocjonalne wyczerpanie, przeciążenie obowiązkami zawodowymi, jest sfrustrowany i zestresowany, mówimy już o objawach wypalenia zawodowego?**

JAROSŁAW DUDEK: Tak może być. Pierwsze pojawia się wyczerpanie emocjonalne i psychofizyczne; odczuwamy zmęczenie, obniża się nam nastrój, mamy coraz mniej satysfakcji z wykonywanej pracy, zaczynamy oddalać się od otoczenia. Zaczynamy się dystansować od innych, irytujemy się, mamy pretensje, żale do innych. Te nastroje przekładają się na relacje rodzinne. Jeśli w porę tego procesu nie zatrzymamy, zaczynamy uprzedmiotawiać ludzi, z którymi pracujemy, następnie przestajemy wierzyć w naszą skuteczność i realnie obniżamy jakość wykonywanej pracy; wypalenie może także prowadzić do pojawiania się poważnych chorób.

ANNA ZALEWSKA-JANOWSKA: Na poziomie fizjologii pojawiają się uporczywe niedomagania, bóle, traci się apetyt lub nagle zaczyna jeść dużo więcej niż wcześniej. U takiej osoby mogą pojawić się lęki, zaburzenia depresyjne. Wypalenie zawodowe nie zostało zakwalifikowane jako jednostka chorobowa, tylko syndrom zawodowy. Ale gdy jego objawy są już nasilone, pójście do psychiatry nie jest złym rozwiązaniem.

**Czy to prawda, że wypalenie zawodowe pojawia się, gdy proporcje między tym, co wkładamy w pracę, a tym, co dostajemy w zamian, są mocno zakłócone?**

JD: Wypalenie zawodowe szybciej się pojawia i w większym stopniu dotyczy osób, które są ambitne i zaangażowane. Gdy to ich duże zaangażowanie, ambicja i plany zderzą się z rzeczywistością i nie widzą oni efektów, których by oczekiwali, ryzyko pojawienia się symptomów wypalenia zawodowego wzrasta. To nie znaczy, że osoby mniej ambitne na starcie i mniej zmotywowane do pracy nie doświadczają wypalenia zawodowego. U nich może stać się to później, ale może także wystąpić podobnie szybko.

**Czy pracownik, u którego ten syndrom wystąpił, ma świadomość, że jest to wypalenie zawodowe?**

JD: Większość osób nie ma tej świadomości. Czują, że coraz gorzej im się funkcjonuje w pracy. W pracy często towarzyszy im myśl „byle do piątku". Dopiero w piątek zaczynają w miarę normalnie funkcjonować. W miarę jak syndrom wypalenia zawodowego się pogłębia, nawet weekend jest dla nich męczący i nie potrafią wypocząć. Do braku zadowolenia z pracy dochodzą problemy w rodzinie, ze znajomymi, pojawiają się konflikty. Taki pracownik, który początkowo starał się nie obniżać swoich standardów pracy, zaczyna odczuwać, że efekty jego pracy nie są już takie jak wcześniej. Z czasem te standardy są coraz niższe i efekt pracy również.

**Podejrzewam, że niewielki odsetek tych osób informuje kierownika o swoim wypaleniu zawodowym...**

JD: Moim zdaniem niewielki. Nie znam danych statystycznych, które obrazowałyby ten problem, ale tak wynika z moich obserwacji. Po pierwsze dlatego, że część osób jest nieświadoma tego, co się z nimi dzieje. Natomiast ci, którzy zdają sobie sprawę ze swojej sytuacji psychicznej, często nie widzą sensu w takich działaniach. Niektórzy mogą z takim poczuciem pracować aż do emerytury, ale nie będą to jednak ani pracownicy efektywni, ani zmotywowani, ani zadowoleni.

**Pan pracuje z menedżerami. Jak reagują, gdy ich pracownicy skarżą się na wypalenie zawodowe?**

JD: To zależy od świadomości szefa, jego samooceny i tego, czy potrafi efektywnie zarządzać firmą. Musimy pamiętać, że wypalenie zawodowe to jest także często problem wynikający bezpośrednio z zarządzania i systemu organizacji pracy w firmie. Część przełożonych ma blokadę, aby przyjąć ten fakt do wiadomości. Dlatego pracownik zgłaszający taką kwestię jest traktowany jak ten, który stwarza problem lub ten, któremu nie chce się pracować. Na szczęście jest coraz więcej menedżerów, którzy wspierają pracowników.

**Kto powinien zauważyć czy zdiagnozować – mam na myśli medyków – u pracownika wypalenie zawodowe?**

JD: Jeśli lekarz podstawowej opieki zdrowotnej dobrze zna swojego pacjenta, to zauważy, że coś złego się z nim dzieje. Czasami kilka dni zwolnienia lekarskiego pomaga. Ale przy bardzo zaawansowanym wypaleniu zawodowym nie wystarczy nawet długotrwały urlop. Niekiedy zaleca się zmianę pracy, a w skrajnych przypadkach nawet zmianę zawodu.

**Czy może Pan podać przykład takiej skrajnej sytuacji?**

JD: Pracownica, bardzo ambitna, doświadczająca wypalenia zawodowego, u której doprowadziło ono do somatyzacji objawów. Kobieta, w momencie, gdy jadąc do pracy autem skręcała w ulicę, przy której znajdowało się jej miejsce pracy, zaczynała odczuwać silny ból nóg i duszności. Przychodziła do pracy, wykonywała swoje obowiązki, choć przez cały dzień źle się czuła. Gdy po wyjściu z pracy wyjeżdżała z ulicy, przy której znajdowała się firma, jej dolegliwości ustępowały. Postanowiła poszukać pomocy i wtedy zmieniła pracę. Po zmianie pracy dolegliwości ustąpiły.
W przypadku wypalenia zawodowego mówi się o dwustronnych spiralach. Spirala, która ciągnie człowieka w dół, wygląda w ten sposób, że człowiek się wypala, zaniedbuje relacje, hobby, czas wolny, a są to rzeczy, które wspierają wychodzenie z wypalenia zawodowego, więc „nakręcamy" tę spiralę.
W przypadku pojawienia się wypalenia zaleca się coś odwrotnego, czyli jeśli czujemy, że praca nas przeciąża, powinniśmy znaleźć sobie hobby, spędzać czas ze znajomymi i rodziną. To sprawi, że może wypalenie zawodowe się nie rozwinie i będzie to ta spirala ciągnąca człowieka w górę. Tymczasem wiele osób ucieka w inną stronę, najczęściej w kierunku używek. Nadużywanie alkoholu, leków prowadzi do lekceważenia obowiązków, utraty poczucia odpowiedzialności, co tylko ten syndrom pogłębia.

**Przed laty, gdy mówiono o wypaleniu zawodowym, zwracano uwagę na to, że problem dotyczy głównie osób pracujących z ludźmi. Teraz to pojęcie rozszerzono. Jak bardzo?**

JD: W pierwszych definicjach wypalenia zawodowego mówiono o tym, że dotyka to osób pracujących z ludźmi i ich problemami, a więc lekarzy, psychologów, pracowników społecznych. Ale już od dawna mówi się, że dotyka to każdego. Co więcej, dziś mówi się także nie tylko o wypaleniu zawodowym, ale też między innymi o wypaleniu rodzicielskim, akademickim, opiekuńczym i małżeńskim. Nie da się ukryć, że na początku część specjalistów patrzyła na takie rozszerzanie mocno sceptycznie. To się jednak zmieniło. Przecież w każdej aktywności można się wypalić, zwłaszcza jeśli ktoś się starał, a te wysiłki nie zostały w jego poczuciu należycie docenione.

**Gdzie powinna szukać pomocy osoba zmagająca się z objawami wypalenia zawodowego?**

AZJ: Na początkowym etapie zaleca się kontakt z psychologiem, na późniejszym z psychiatrą. Wiele osób ma jednak opory, aby skorzystać z takiej pomocy. W Okręgowej Izbie Lekarskiej organizowane są warsztaty przeciwdziałające wypaleniu zawodowemu, jak również szkolenia Naczelnej Izby Lekarskiej. Lekarze mogą się zapisać i skorzystać z profesjonalnych porad i wskazówek. Zawsze można przyjść na izbę psychiatryczną, bo każdy zostanie przyjęty przez specjalistę. Ale jest problem, czy pacjent jest w stanie wyciągnąć rękę po pomoc. Niewiele osób to potrafi.

JD: Wypalenie zawodowe jest efektem nieadekwatnych strategii radzenia sobie ze stresem. Jeśli nauczymy się, jak sobie radzić ze stresem, to ta umiejętność może przedłużyć nam wolność od wypalenia lub poradzimy sobie z jego objawami, gdy zaczną się pojawiać. Oczywiście nie dotczy to zaawansowanych objawów wypalenia zawodowego.

**Czy gdybyśmy potrafili radzić sobie ze stresem, uniknęlibyśmy problemu wypalenia zawodowego?**

JD: Warto sobie uświadomić, że życie bez stresu nie jest możliwe. Jest nieunikniony i nie ma go co demonizować. Stres bywa zły, niszczący, ale jest też mobilizujący. Odczuwane napięcie i pobudzenie motywuje nas do działania, popycha do poszukiwania nowych rozwiązań, niekonwencjonalnych podejść do problemów. Lubię mawiać, że stres jest dobry, zły jedynie bywa. Tym „złym" trzeba się zająć.

AZJ: Warto nauczyć się kilku pozytywnych strategii radzenia sobie ze stresem. Optymizm sprawia, że organizm nie jest bombardowany nieustannie katastroficznymi wizjami – lepiej funkcjonuje na poziomie fizjologii. Warto stosować tzw. pozytywne przewartościowanie, czyli w najgorszej nawet sytuacji odnaleźć coś korzystnego dla siebie, a pojawiające się kryzysy traktować jako coś, co ma nas ubogacić, wzmocnić. Ta strategia pozwala zmienić nasze negatywne uczucia w pozytywne, a co najmniej negatywne zneutralizować. Przezwyciężanie trudności to zdobywanie bezcennych doświadczeń zawodowych, ale i życiowych, małżeńskich, rodzicielskich. Kolejna kwestia to grupa wsparcia. Człowiek jako istota społeczna potrzebuje co najmniej jednej osoby, aby utworzyć z nią grupę wsparcia. Poszerza to horyzonty, zmniejsza subiektywizm i pomaga przetrwać trudne chwile.

**CV**

**Prof. dr hab. n. med. Anna Zalewska-Janowska**
Specjalista dermatolog-wenerolog, alergolog, immunolog kliniczny, pracuje w Zakładzie Psychodermatologii i Neuroimmunobiologii Skóry Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.

**Mgr Jarosław Dudek**
Psycholog, trener, asystent w Zakładzie Psychodermatologii i Neuroimmunobiologii Skóry Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Oprócz pracy na uczelni zajmuje się także współpracą z biznesem i wieloma organizacjami. Specjalizuje się głównie w tematyce radzenia sobie ze stresem, budowania asertywnych relacji zawodowych i prywatnych, zarządzania emocjami, komunikacji interpersonalnej, zarządzania sobą w czasie oraz motywacji.

eprasa.pl 4e0c4922c9

Kurier Lubelski
*Dla kibiców. I nie tylko*

MAGAZYN

# SPORTOWY 24

**W decydującym meczu finałowej serii PlusLigi Bogdanka LUK Lublin przegrała na wyjeździe z Aluronem CMC Wartą Zawiercie** **STR. 21**

FOT. PAP/ART SERVICE

# Srebrny finał Bogdanki LUK

**Motor Lublin przerwał serię trzech porażek i rozbił na wyjeździe Wisłę Płock aż 4:0** **STR. 18**

**Nie udała się wyprawa do stolicy piłkarzom Górnika. Łęcznianie przegrali z Polonią** **STR. 19**

**Piłkarki ręczne z Lublina bez Pucharu Polski. W półfinale lepsze było Zagłębie** **STR. 21**



eprasa.pl 4e0c4922c9

**PKO BP Ekstraklasa** Motor Lublin przerwał serię trzech porażek oraz pięciu meczów bez zwycięstwa

# MOTOR BYŁ SKUTECZNY I KONSEKWENTNY

**Krzysztof Nowacki**
k.nowacki@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Zespół trenera Mateusza Stolarskiego od początku narzucił swoje warunki, a bohaterami spotkania byli Bartosz Wolski oraz Karol Czubak.**

| | |
|---|---|
| **Wisła Płock** | **0 (0)** |
| **Motor Lublin** | **4 (2)** |

**Bramki:** BWolski 7, Czubak 31, Bartos 79, Ronaldo 88

**Wisła:** Burek – Haglind-Sangre , Pomorski (Djalo), Pacheco (25 Tavares), Gallapeni (80 Hamulić), Sekulski, Rogelj , Mijuskovic, Nowak, Kamiński (46 Lecoeuche), Jurić (46 Niarchos). Trener: Mariusz Misiura

**Motor:** Tratnik – Stolarski (64 Santos), Bartos, Najemski (82 Matthys), Luberecki, Samper, Wolski, Rodrigues, Ndiaye (77 Król), van Hoeven (65 Ronaldo), Czubak (77 Dadasov). Trener: Mateusz Stolarski

**Sędziował:** Paweł Raczkowski (Warszawa)

FOT. PAP/MARIAN ZUBRZYCKI

**Karol Czubak strzałem głową podwyższył prowadzenie Motoru. To jego 17. gol w sezonie**

Od pierwszych minut na boisko sporo się działo. W 6. minucie przed dobrą okazją stanął Łukasz Sekulski, ale strzelił lekko i w środek bramki, gdzie czekał już Gasper Tratnik.

Odpowiedź Motoru była najlepsza z możliwych. Po dalekim wyrzucie z autu Mbaye Ndiaye zakotłowało się pod bramką Wisły, a próby strzałów blokowali defensorzy. Ale gdy przed szansą stanął Bartosz Wolski, to kapitan żółto-biało-niebieskich ze spokojem przymierzył i znalazł drogę do płockiej siatki.

Chwilę później Karol Czubak prostopadłym podaniem uruchomił Ndiaye, który po kilkudziesięciometrowym rajdzie oddał strzał z linii pola karnego. Jakub Burek wybronił tę sytuację.

Gospodarze szybko przenieśli zagrożenie w pole karne Motoru, ale ich strzały skutecznie blokowali piłkarze z Lublina. Zespół trenera Mateusza Stolarskiego też nie zamierzał poprzestawać na jednym golu i w ciągu zaledwie kilku minut w świetnych sytuacjach znaleźli się Ivo Rodrigues (jego strzał wypiąstkował golkiper), Filip Luberecki (po zejściu do środka strzelił obok słupka) i Karol Czubak (próbował zaskoczyć strzałem głową).

Mogło martwić, że kolejne okazje nie przyniosły Motorowi podwyższenia wyniku, ale w 31. minucie bramkarz Wisły skapitulował po raz drugi. Wolski tym razem wcielił się w rolę asystenta. Z rzutu wolnego posłał długą piłkę, a Czubak wyprzedził obrońcę i głową zdobył dla gości drugą bramkę.

Po dobrych, intensywnych 45 minutach gry, Motor zasłużenie wygrywał 2:0. Po powrocie na murawę Lublinianie natychmiast szukali następnego trafienia. Druga połowa nie przyniosła już tylu emocji, ale zespół trenera Mateusz Stolarskiego cały czas miał boiskowe wydarzenia pod kontrolą.

Czubak w środku pola wykorzystywał swoje warunki fizyczne i umiejętnie utrzymywał piłkę. Jego koledzy kilka razy próbowali szybkiego ataku, ale dobrze zapowiadające się akcje zapoczątkowane przez Fabio Ronaldo czy Rodriguesa nie przyniosły zagrożenia bramce Burka.

W 75. minucie ładnym strzałem z pierwszej piłki popisał się Czubak, ale próba była niecelna. Niedługo później napastnik Motoru, wspólnie z Ndiaye, opuścili boisko. Został natomiast Wolski i cztery minuty później pomocnik wywalczył rzut wolny, a następnie precyzyjnie dośrodkował notując drugą asystę przy golu głową Marka Bartosa.

W ostatnim fragmencie meczu swoją akcję miał również Ronaldo. Portugalczyk przeprowadził indywidualną akcję, oszukał obrońcę i płaskim strzałem dokończył dzieła.

Przewaga Motoru nad strefą spadkową wynosi cztery punkty. Do końca rozgrywek PKO Ekstraklasy pozostały dwie kolejki. ©℗

# Avia naciskała do końca i dopięła swego. Remeniuk dał wygraną z Siarką

**Kamil Wojdat**
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Avia Świdnik utrzymała fotel lidera Betlic 3. ligi. Zwycięstwo z Siarką Tarnobrzeg żółto-niebieskim zapewnił gol Andrija Remeniuka w 92. minucie**

Sobotnie spotkanie odbyło się w Milejowie, ponieważ murawa na boisku w Świdniku przechodzi niezbędne poprawki, aby na finiszu trwającej kampanii być w jak najlepszym stanie. Faworytem byli gospodarze, ale ekipa z Podkarpacia już wcześniej udowadniała, że potrafi grać z teoretycznie silniejszymi rywalami.

W pierwszej połowie więcej z gry mieli goście. W 12. minucie Mateusza Białkę zatrudnił Kacper Marszalik, ale bramkarz Avii poradził sobie z tym uderzeniem. Ze strony gospodarzy przed szansą na gole stawali Remeniuk i Michał Zuber, ale po trzech kwadransach był bezbramkowy remis.

– Widziałem w przerwie po chłopakach, że oni zdają sobie sprawę z tego, że musimy zdobyć trzy punkty i po prostu podkręcili tempo. O wyniku zdecydowało „chciejstwo" i świadomość zawodników, o co gramy. Dzięki temu mamy dziś trochę miłych emocji po meczu – mówił trener Świdniczan, Wojciech Szacoń.

FOT. AVIA ŚWIDNIK

**Andrij Remeniuk został bohaterem Avii Świdnik, zdobywając zwycięską bramkę w doliczonym czasie gry. Lider Betlic 3. ligi znów dopisał komplet punktów**

Po zmianie stron dominowała już drużyna z Lubelszczyzny. Dobre okazje mieli Marcin Pigiel, Paweł Uliczny, z rzutu wolnego Dawid Łącki, a także Remeniuk czy Zuber. Siarka nastawiła się na kontry, lecz defensywa miejscowych była czujna.

Ataki opłaciły się i w doliczonym czasie gry Remeniuk po rzucie rożnym, wykonywanym przez Pawła Ulicznego, przejął piłkę przed polem karnym i może nie najmocniejszym, ale bardzo precyzyjnym strzałem umieścił piłkę w siatce.

Kolejna seria gier już w najbliższą środę. Avię czeka wyjazd do Starachowic na spotkanie ze Starem, który przegrał w sobotę 2:5 z Chełmianką Chełm. – Ten wynik nas nie uśpi. Wiemy, że czeka nas tam ciężkie spotkanie – kończy Szacoń.

**Avia Świdnik – Siarka Tarnobrzeg 1:0 (0:0)**

**Bramka:** Remeniuk 90+2.
**Avia:** Białka, Zbozień (50 Kursa), Terekhov, Orzechowski , Pigiel (87 Kalinowski), Assuncao, Uliczny, Kamiński (72 Jodłowski), Zuber (72 Niepsuj), Remeniuk , Łącki (72 Pisarek). Trener: Wojciech Szacoń
**Siarka:** Raciniewski – Zaczek, Tyburczy, Marszalik, Misztal – Biś, Kaliniec, Majewski (87 Kardyś), Wacławek , Mróz, Matuszewski. Trener: Sławomir Majak

**POZOSTAŁE WYNIKI 30. KOLEJKI**

**Podlasie Biała Podlaska – Świdniczanka Świdnik 3:0 (0:0)**
**Bramki:** Urbański 74, Kosieradzki 80, 82
**Podlasie:** Jeż – Bobowski, Orzechowski, Nojszewski, Twarowski (46 Dobruk), Dmitruk, Grochowski (46 Maluga), Urbański (87 Kopytov), Sacharuk (46 Kosieradzki), Mróz, Andrzejuk. Trener: Maciej Oleksiuk
**Świdniczanka:** Shpakivskyy – Tymosiuk, Poleszak, Konojacki , Białek, Łuczuk, Szumala, Kutyła (90 Guzewicz), Dubiel (61 Figiel), Szatała , Mykytyn . Trener: Łukasz Jankowski

**Chełmianka – Star Starachowice 5:2 (2:0)**
**Bramki:** Okoniewski 14, Kuzdra 37, Tomczyk 46, Grączewski 53, Koncewicz-Żyłka 78 – Winsztal 63, Szynka 90
**Chełmianka** (skład wyjściowy): Wilk – P. Cichocki, M. Cichocki, Koncewicz-Żyłka, Kuzdra, Grączewski , Kobiałka, Mydlarz, Kiebzak, Okoniewski, Tomczyk. Trener: Ireneusz Pietrzykowski
**Star:** Drużbicki – Stefański (63 Adamiak), Świgut, Duda (63 Kasia), Styczyński, Kowalski, Szynka, Orlik (70 Snopczyński), Boniecki, Stanisławski (80 Kwiatek), Winsztal (80 Hirniak). Trener: Dariusz Pietrasiak

**Cracovia II Kraków – Stal Kraśnik 1:2 (1:1)**
**Bramki:** Mustafaev 4 – Martinez 23, Duarte 83
**Cracovia II:** Ravas – Cecuła, Glik (46 Hyla), Wilczek (85 Strózik) – Mustafajew, Selan (61 Dej), Okólski, Tabisz (61 Żołądź) – Thiago , Skoczylas – Bogacz (46 Nowakowski). Trener: Michał Guja
**Stal:** Topór – Duarte , Marcinkowski, Czerech, Peciak, Łukawski, Lamine, Zawistowski, Król, Buchaj (71 Tonin), Martinez. Trener: Szymon Szydełko

**Czarni Połaniec – Wiślanie Skawina 1:0 (0:0)**
**Bramka:** Smoleń 86

**Korona II Kielce – Pogoń-Sokół Lubaczów 3:1 (1:1)**
**Bramki:** Ciszek 42, Toboła 78, Kucharczyk 90 – Majda 13

**KSZO 1929 Ostrowiec Świętokrzyski – Wisła II Kraków 4:3 (2:2)**
**Bramki:** Lisowski 15, Kroczek 29, Łazarz 52 (k), 81 – Daczewski 40, Kościelniak 44, Olejarka 61

**Naprzód Jędrzejów – Sokół Kolbuszowa Dolna 0:1 (0:1)**
**Bramka:** Posłuszny 14

**Wisłoka Dębica – Sparta Kazimierza Wielka 3:0 (2:0)**
**Bramki:** Kupidura 42, Żmuda 44, Pereira 90?

**TABELA BETCLIC 3. LIGI, GRUPA IV**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. Avia Świdnik | 30 | 67 | 71-31 |
| 2. KSZO 1929 Ostr. Św. | 30 | 65 | 60-27 |
| 3. Chełmianka Chełm | 30 | 62 | 57-27 |
| 4. Star Starachowice | 30 | 53 | 47-36 |
| 5. Czarni Połaniec | 30 | 49 | 53-41 |
| 6. Korona II Kielce | 30 | 47 | 58-52 |
| 7. Podlasie Biała Podl. | 30 | 47 | 51-43 |
| 8. Wisłoka Dębica | 30 | 47 | 34-26 |
| 9. Wiślanie Skawina | 30 | 47 | 48-43 |
| 10. Siarka Tarnobrzeg | 30 | 42 | 51-40 |
| 11. Pogoń-Sokół Lub. | 30 | 42 | 50-41 |
| 12. Wisła II Kraków | 30 | 37 | 56-53 |
| 13. Naprzód Jędrzejów | 30 | 35 | 42-48 |
| 14. Cracovia II | 30 | 29 | 33-58 |
| 15. Sokół Kolbuszowa D. | 30 | 28 | 30-51 |
| 16. Stal Kraśnik | 30 | 26 | 35-50 |
| 17. Świdniczanka Św. | 30 | 19 | 34-71 |
| 18. Sparta Kazimierza W. | 30 | 10 | 26-98 |

**13 maja:** Star - Avia, Chełmianka - KSZO 1929, Sparta - Podlasie, Stal - Siarka, Świdniczanka - Pogoń-Sokół, Wisła II - Cracovia II, Wiślanie - Naprzód , Korona II - Wisłoka

eprasa.pl 4e0c4922c9

**Betclic 1. liga** Trzy punkty straty do bezpiecznego miejsca na dwie kolejki przed końcem

# BEZ ZDOBYCZY PUNKTOWEJ W STOLICY

**Kamil Wojdat**
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Emocji w Warszawie nie brakowało do ostatnich sekund. Górnik Łęczna złapał kontakt w doliczonym czasie gry, ale nie zdołał wyrwać Polonii nawet punktu.**

| | |
|---|---|
| **Polonia Warszawa** | **2 (1)** |
| **Górnik Łęczna** | **1 (0)** |

**Bramki:** Skrabb 40, Zjawiński 90+ - Hołownia 90+

**Polonia:** Kuchta - Durmus, Budnicki, Cisse (66 Salihu), Terpiłowski (82 Hoxhallari), Gnaase, Dadok (76 Brasido), Piotrkowski (66 Wojciechowski), Skrabb (76 Kostorz), Vega, Zjawiński. Trener: Mariusz Pawlak

**Górnik:** Budziłek - Szabaciuk, Hołownia, Gucek, Kryeziu, Akhmedov, Biedrzycki, Nowogoński (79 Ogaga), Myszor, Tkacz (79 Wolsztyński), Spacil (64 Paryzek). Trener: Jurij Szatałow

**Sędziował:** Dominik Sulikowski (Gdańsk)

FOT. GÓRNIK ŁĘCZNA

**Piłkarze Górnika po porażce w Warszawie tracą do bezpiecznego miejsca trzy punkty**

Górnik przegrał w stolicy, a jego problemy rozpoczęły się jeszcze przed pierwszym gwizdkiem sędziego. Na rozgrzewce urazu doznał Adam Deja i w ostatniej chwili w wyjściowej jedenastce znalazł się Egzon Kryeziu.

Z kolei w 62. minucie pechowy uraz wykluczył z gry Branislava Spacila.

Na boisku widać było, że zielono-czarni przyjechali do Warszawy z konkretnym pomysłem na mecz. Łęcznianie konsekwentnie czekali na okazje do szybkich ataków, a Polonia pierwszy raz realnie zagroziła bramce Górnika w 15. minucie.

10 minut później na pomoc Łęcznianom przyszła poprzeczka, od której piłka odbiła się po bezpośrednim strzale z rzutu wolnego Simona Skrabba. Piłkarz z Finlandii więcej szczęścia miał w 40. minucie, gdy piłkę w polu karnym „sprezentował" mu Kamil Nowogoński. Skrabb to wykorzystał i umieścił ją w siatce.

Górnik w pierwszej połowie napędzał się głównie lewą stroną. Przewagi szukali tam Spacil i Bartosz Biedrzycki. Strzału głową z bliska próbował też Dawid Tkacz.

Budziłek w kilku sytuacjach ratował zespół przed stratą kolejnego gola. Ale w drugiej minucie doliczonego czasu gry nie miał szans zatrzymać Łukasza Zjawińskiego. Napastnik Polonii podwyższył prowadzenie i wydawało się, że to zamyka już emocje w tym spotkaniu.

Tak nie było, bo dwie minuty później zamieszanie pod bramką gospodarzy wykorzystał Mateusz Hołownia i przyjezdni na nowo poczuli szansę na uratowanie chociaż punktu.

Nerwową końcówkę czerwoną kartką przypłacił trener Górnika, Jurij Szatałow. Wynik już się nie zmienił i na dwie kolejki przed końcem rozgrywek Łęcznianie tracą do bezpiecznego miejsca (zajmowanego przez Stal Mielec) trzy punkty. ©℗

## Górniczki przegrały w Sosnowcu

Piłkarki nożne Górnika Łęczna przegrały na wyjeździe z Czarnymi Sosnowiec 1:4 i na dwie kolejki przed zakończeniem kampanii ORLEN Ekstraligi straciły szansę na mistrzostwo Polski. Zielono-czarne spadły z drugiej na trzecią pozycję w tabeli, mając bilans 14-2-4.

Od pierwszych minut przewagę osiągnęły Czarne. Łęcznianki były praktycznie całkowicie bezradne. W 29. minucie miejscowe na prowadzenie wyprowadziła Patrycja Sarapara.

W 34. min było 2:0. Samobójcze trafienie zanotowała Weronika Kaczor. Nadzieje zgasły praktycznie zaraz po przerwie. W 51. min ponownie na listę strzelczyń wpisała się Sarapata, a w 67. min bramkę zdobyła była Łęcznianka, Klaudia Miłek.

Przyjezdne było stać tylko na honorowe trafienie Julii Piętakiewicz w 81. min. ©℗

**Czarni Sosnowiec - Górnik Łęczna 4:1 (2:0)**
**Bramki:** Sarapata 29, 51, Kaczor 34 (s), Miłek 67 - Piętakiewicz 81
**Górnik:** Piątek - Kazanowska, Lefeld, Rędzia, Sanford (46 Norbaeva), Hrelja, Kaczor (81 Hałatek), Ratajczyk, Kurkuktović (60 Płętakiewicz), Kłoda, Tomasiak. Trener: Piotr Mazurkiewicz

# „Dzieciaki podbiegają na korytarzu szkolnym i pytają: trenerze, kiedy Tymbark?"

**Kamil Wojdat**
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Etap powiatowy XXVI Pucharu Tymbark dobiegł końca. Zespoły czekają na finały wojewódzkie (21-22 maja w Lubartowie), które są przepustką do etapu krajowego.**

Przed rokiem wystąpili w nim chłopcy ze Szkoły Podstawowej nr 2 w Rykach.

- Świetne przeżycie dla chłopców, ale i dla mnie - przyznaje Sebastian Kozdrój (wtedy prowadzeni przez niego chłopcy w kategorii U-10 zajęli 11. miejsce w Polsce).

Zeszłoroczne finały odbyły się w Chorzowie. Tym razem gospodarzem będzie PGE Narodowy w Warszawie (3 czerwca). Żeby pojechać do „domu polskiej reprezentacji" trzeba jednak znowu wygrać etap wojewódzki.

- Po zeszłorocznym finale wojewódzkim chłopcy zostali przyjęci w szkole w wyjątkowy sposób: były fanfary, apel specjalnie dla nich, podziękowania od dyrekcji. Nawet jeszcze na koniec roku szkolnego odbierali nagrody. Puchar Tymbark żyje u nas cały rok, zwłaszcza dla tej grupy - wspomina Sebastian Kozdrój.

- Większość tych chłopców, która przed rokiem wygrała U-10, będzie już rywalizowała w kategorii U-12. Będą więc grali ze starszymi o rok od siebie. To ma znaczenie, natomiast oni mają już czteroletnie doświadczenie w Pucharze Tymbark. Dodatkowo zgrywają się na turniejach czy treningach, które prowadzi z nimi Wojtek Kępka. Wiemy, że w Lubartowie będzie trudno, ale jedziemy powalczyć. Dwa lata temu, grając młodszym rocznikiem, zajęliśmy drugie miejsce, więc pokazaliśmy, że da się - dodaje Kozdrój.

Na pytanie jak wygląda zainteresowanie Pucharem Tymbark w jego szkole w Rykach i czy dzieci już od września pytają go, kiedy rozpoczną się rozgrywki, odpowiada:

- Dzieciaki nie pytają mnie o Puchar Tymbark od września. Pytają mnie już dużo wcześniej. Tak naprawdę, gdy kończy się jedna edycja, to już pytają o kolejną. A od września to się tylko nasila. Podbiegają na korytarzu szkolnym i słyszę: „Kiedy Tymbark?" (śmiech). U nas w szkole, zwłaszcza po tych naszych sukcesach, jest bardzo popularny. Chyba braliśmy udział w każdej edycji.

Do udziału w XXVI edycji Pucharu Tymbark w skali kraju zgłosiło się ponad 15 tysięcy drużyn z całej Polski, a 2263 w woj. lubelskim (w porównaniu do poprzedniego roku, na Lubelszczyźnie nastąpił wzrost o 104 proc.).

FOT. ARCH. JAKUB KRUPA/MOSiR LUBARTÓW

**Puchar Tymbark w SP nr 2 w Rykach, ale i całym regionie cieszy się dużą popularnością**

- Udało nam się go wykręcić dzięki współpracy ze szkołami - wyjaśnia Szymon Krupa, koordynator rozgrywek na Lubelszczyźnie.

- Zaproponowaliśmy szkołom, aby przeprowadzać eliminacje szkolne, czyli żeby oprócz drużyny wystawianej przez daną szkołę, zgłaszały się też chętne klasy. Tak było głównie w dużych miastach jak Lublin. I zwycięzca takich eliminacji wewnątrzszkolnych przystępował do kolejnego etapu - dodaje (finalnie do rywalizacji w Lubelskiem przystąpiło ok. 50 procent zgłoszonych zespołów - dop. red.).

Tym kolejnym etap był etap gminny/miejski, a jeszcze następnym powiatowy. Teraz przed nami zmagnia wojewódzkie: one zadecydują, które zespoły w kategoriachU-10 i U-12 chłopców i dziewcząt udadzą się na finały krajowe w Chorzowie. Dla dzieci U-8 rywalizacja zakończy się na turnieju w Lubartowie. ©℗

**Sponsorem generalnym rozgrywek jest marka Tymbark. XXVI edycja Pucharu Tymbark jest współfinansowana przez Ministerstwo Sportu i Turystyki. W skład Komitetu Honorowego turnieju wchodzą: Minister Sportu i Turystyki, Minister Edukacji oraz Minister Zdrowia.**

eprasa.pl 4e0c4922c9

## 32. KOLEJKA EKSTRAKLASY

**RAKÓW CZĘSTOCHOWA - KORONA KIELCE 2:0**
**Bramki:** Diaby-Fadiga 48, Bulat 57

**LECH POZNAŃ - ARKA GDYNIA 1:1**
**Bramki:** Palma 57 - Hermoso 52

**WIDZEW ŁÓDŹ - LECHIA GDAŃSK 3:1**
**Bramki:** Bergier 10, 28, Kapuadi 37 - Zhelizko 66

**JAGIELLONIA BIAŁYSTOK - POGOŃ SZCZECIN 3:2**
**Bramki:** Szmyt 11, Pululu 32, Vital 90+1 - Cuic 44, Agger 83

**GÓRNIK ZABRZE - ZAGŁĘBIE LUBIN 0:2**
**Bramki:** Kolan 63, Szabo 74

**PIAST GLIWICE - GKS KATOWICE 0:0**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. | Lech Poznań | 32 | 56 | 57-42 |
| 2. | Jagiellonia Białystok | 31 | 49 | 51-39 |
| 3. | Raków Częstochowa | 31 | 49 | 45-37 |
| 4. | Górnik Zabrze | 31 | 49 | 43-36 |
| 5. | GKS Katowice | 32 | 48 | 48-42 |
| 6. | Zagłębie Lubin | 32 | 48 | 45-36 |
| 7. | Wisła Płock | 32 | 45 | 32-35 |
| 8. | Radomiak Radom | 31 | 43 | 49-44 |
| **9.** | **Motor Lublin** | **32** | **42** | **43-46** |
| 10. | Pogoń Szczecin | 32 | 41 | 45-48 |
| 11. | Piast Gliwice | 32 | 41 | 40-41 |
| 12. | Legia Warszawa | 31 | 40 | 35-36 |
| 13. | Widzew Łódź | 32 | 39 | 39-39 |
| 14. | Korona Kielce | 32 | 39 | 38-39 |
| 15. | Cracovia | 31 | 39 | 35-38 |
| 16. | Lechia Gdańsk | 32 | 38 | 59-60 |
| 17. | Arka Gdynia | 31 | 35 | 32-55 |
| 18. | Bruk-Bet Nieciecza | 31 | 28 | 37-60 |

**Zaległe mecze 31. kolejki:**
**Środa 13.05**
Arka Gdynia - Górnik Zabrze (godz. 18.00), Raków Częstochowa - Jagiellonia Białystok (godz. 20.30).

**Program 33. kolejki:**
**Piątek 15.05**
Zagłębie Lubin - Pogoń Szczecin (godz. 18.00), Korona Kielce - Widzew łódź (godz. 20.30).
**Sobota 16.05**
Motor Lublin - Cracovia (godz. 14.45), Wisła Płock - Górnik Zabrze (godz. 17.30), Radomiak Radom - Lech Poznań (godz. 20.15).
**Niedziela 17.05**
Piast Gliwice - Raków Częstochowa (godz. 12.15), GKS Katowice - Jagiellonia Białystok (godz. 14.45), Lechia Gdańsk - Legia Warszawa (godz. 17.30).
**Poniedziałek 18.05**
Arka Gdynia - Bruk-Bet Nieciecza (godz. 19.00)

## JEDENASTKA KOLEJKI

## NAJLEPSI STRZELCY

**17 goli**
Tomas Bobcek (Lechia Gdańsk), Karol Czubak (Motor Lublin)
**15 goli**
Mikael Ishak (Lech Poznań), Jonatan Brunes (Raków Częstochowa)
**14 goli**
Sebastian Bergier (Widzew Łódź)
**13 goli**
Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok), Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok)

## BOHATER WEEKENDU

**Sebastian Bergier (Widzew Łódź)**
To bohater najlepszego letniego transferu Łodzian i zarazem ich bohater na finiszu sezonu, gdy ważą się losy utrzymania. W meczu z Lechią zagrał na nieosiągalnym dla reszty poziomie. Jeszcze przed przerwą do dwóch bramek dołożył asystę. Jest drugim najskuteczniejszym Polakiem w ekstraklasie.

FOT. PAP

**PKO BP Ekstraklasa** Widzew przebudził się w ostatnim momencie

# Lech odlicza już do mistrzostwa, Lechia coraz mocniej drży o byt

**Jacek Czaplewski**
redakcja@polskapress.pl

**Jesteśmy coraz bliżej rozstrzygnięć w PKO BP Ekstraklasie. Lech Poznań może świętować obronę tytułu mistrzowskiego w przyszłą sobotę na stadionie Radomiaka.**

FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI
Przewodzący tabeli Lech niespodziewanie tylko zremisował z zagrożoną spadkiem Arką

32. kolejka zaczęła się pod Jasną Górą. Wszyscy byli ciekawi, jak wypadnie debiut trenera Dawida Kroczka w Rakowie Częstochowa. Były asystent Marka Papszuna, oddelegowany ostatnio do skautingu, przejął zespół po porażce w finale Pucharu Polski, o czym zadecydował jednoosobowo właściciel klubu Michał Świerczewski, zwalniając po ledwie czterech miesiącach trenera Łukasza Tomczyka.

Aktualny wicemistrz odżył. W piątkowe późne popołudnie nie dał szans niżej notowanej Koronie Kielce, zwyciężając gładko po ładnych golach Lamine'a Diaby-Fadigi i Marko Bulata. Po niespełna rocznej przerwie spowodowanej kontuzją do składu wrócił Władysław Koczerhin.

Niebywały przebieg miał drugi piątkowy mecz. Przewodzący tabeli Lech Poznań dopingowany przez rekordową liczbę widzów (ponad 41 tysięcy) niespodziewanie tylko zremisował z zajmującą miejsce w strefie spadkowej Arką Gdynia. Trudno racjonalnie wytłumaczyć ten rezultat, skoro faworyt miał przytłaczającą przewagę, która przejawiła się przez 25 oddanych strzałów i aż 80 procent posiadania piłki. Może na boisku zabrakło kogoś takiego jak Ali Gholizadeh, który oglądał o to spotkanie z trybun. Irańczyk już w „Kolejorzu" nie zagra, bo tydzień temu zerwał więzadła, a poza tym nie otrzyma nowej umowy, choć negocjacje jeszcze chwilę temu się toczyły.

Lech po tym weekendzie i tak jest jednak wygranym. Niespodziewanie bowiem w sobotę goniący go Górnik Zabrze przegrał pierwszy raz od lutego, przez co spadł na czwarte miejsce. Zespołowi Michala Gasparika gra po sięgnięciu po krajowe trofeum w ogóle się nie kleiła. Zagłębie Lubin zagrało nie tylko intensywnie, ale też z pomysłem. W drugiej połowie zadało dwa zabójcze ciosy po uderzeniach Jakuba Kolana i Leventa Szabo. Porażka Zabrzan oznacza, że Lech ma autostradę do mistrzostwa. Tytuł przypieczętuje kolejkę przed końcem rozgrywek, jeśli wygra w Radomiu z miejscowym Radomiakiem.

Za plecami Lecha trwa za to zażarta walka o wicemistrzostwo. Trzy zespoły mają po 49 punktów. Oprócz Górnika i Rakowa w tym gronie jest Jagiellonia Białystok, której kibice przeżyli prawdziwą huśtawkę nastrojów. Drużyna prowadziła z Pogonią Szczecin już dwiema bramkami, potem dwie straciła, aż w końcu w doliczonym czasie trafiła na wagę zwycięstwa. Drogę od zera do bohatera przemierzył stoper Bernardo Vital, autor decydującego gola, który uprzednio zawalił jedną z bramek.

W dobrych humorach są również piłkarze Widzewa Łódź. Po długim czasie opuścili strefę spadkową, spychając do niej Lechię Gdańsk dzięki wygranej w bezpośrednim meczu. Niesamowity występ zaliczył Sebastian Bergier, autor dwóch goli i asysty. - Drużyna mogła się rozpaść, trybuny też, a to wszystko poszło w drugą stronę - mówił na konferencji trener Łodzian Aleksandar Vuković. Przed nim decydujące mecze z Koroną Kielce i Piastem Gliwice. Świecąca na czerwono w tabeli Lechia zagra natomiast najpierw z Legią Warszawa, a potem z Bruk-Bet Termaliką Nieciecza.

©℗

# Wisła Kraków wraca do elity. Szaleństwo przy Reymonta i zapłakany Królewski

**Damian Świderski**
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Wisła Kraków po czterech latach na zapleczu PKO BP Ekstraklasy wróciła do elity.**

„Biała Gwiazda" wywalczyła awans na własnym stadionie, wygrywając z Chrobrym Głogów w 32. kolejce Betclic 1. Ligi. Bramki na wagę awansu zdobyli Julian Lelieveld i Marko Bożić. Wielkim wsparciem dla klubu z Krakowa byli kibice.

Przez cały mecz z Chrobrym, a także przez kilkadziesiąt minut po końcowym gwizdku z trybun słychać było przyśpiewki „Kochana Wisełka" czy „Wisła Kraków znowu w ekstraklasie". Przy Reymonta panowała totalna euforia, fani byli doskonale przygotowani na fetowanie długo wyczekiwanego - i naprawdę zasłużonego w kończącym się powoli sezonie - awansu. Warto oddać sympatykom krakowskiego klubu, że średnia frekwencja na meczach Wisły wynosi blisko 27 tysięcy i jest najwieksza w Betclic 1. Lidze i druga w kraju. Tylko lider PKO BP Ekstraklasy, czyli Lech Poznań, może poszczycić się większym wsparciem fanów na swoich meczach.

Piłkarze nie zapomnieli, ile zawdzięczają fanom - świętując na murawie, dziękowali kibicom. Radości z upragnionego powrotu do elity nie było końca. Wielki moment celebrowali, między innymi, byli zawodnicy Wisły. Na trybunach zjawili się m.in. Jakub Błaszczykowski czy Marcelo. Obecność byłego reprezentanta Polski można zrozumieć, tym bardziej że Kuba pomagał Wiśle w najtrudniejszych chwilach - przede wszystkim finansowo.

Emocji nie ukrywali trener Mariusz Jop i prezes Jarosław Królewski. Jop został oblany przez piłkarzy szampanem podczas konferencji prasowej. Przyznał, że cieszy się, iż może obcować z takim zespołem i po latach ciężkiej pracy i wyrzeczeń udało się wreszcie wywalczyć awans.

- Nikt nam tutaj nie dał nic za darmo. Wszystko, co osiągnęliśmy, jest wynikiem poświęceń i pracy w fantastycznej atmosferze - powiedział.

Królewski nie ukrywał łez. Przemówił do fanów, mimo ogromnego wzruszenia - Zrobiliśmy to, ku**a! Dziękuję, że byliście ze mną w trudnych chwilach. Rok temu nie było wielu, którzy jeszcze wierzyli. Dziękuję wam z całego serca! - wykrzyczał większościowy udziałowiec Wisły, za którym naprawdę trudne cztery lata.

- To był bardzo dobry mecz całego zespołu. Mamy szczęśliwy dzień. Natomiast trzeba pamiętać, że chcemy tę ligę wygrać, więc trzeba się jeszcze skupić na dwóch ostatnich s potkaniach - wyjaśnił już na spokojnie dla „Gazety Krakowskiej" Królewski.

I dodał: Przede wszystkim chcielibyśmy być pełnoprawnym członkiem ekstraklasy, czyli grać nie o utrzymanie, tylko starać się na początek utrzymać się gdzieś w środku tabeli. ©℗

eprasa.pl 4e0c4922c9

# Siatkarze Bogdanki LUK Lublin wicemistrzem Polski. Złoto „uciekło” w piątym meczu finału

**Krzysztof Szuptarski**
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

SIATKÓWKA. **Bogdanka LUK Lublin nie obroniła mistrzostwa Polski, przegrywając pełną emocji finałową rywalizację z Aluronem CMC Wartą Zawiercie 2-3. Podopieczni trenera Stephane'a Antigi w piątym meczu ulegli w Sosnowcu rywalom 1:3 i wywalczyli srebrne medale PlusLigi.**

| | |
|---|---|
| **Warta Zawiercie** | **3** |
| **Bogdanka LUK Lublin** | **1** |

**Sety:** 15:25, 25:21, 25:14, 25:21

**Warta:** Kwolek 10, Russell 16, Bołądź 15, Gladyr 11, Tavares 2, Bieniek 5, Popiwczak (libero) oraz Nowosielski, Ensing, Łaba 1. Trener: Michał Winiarski

**LUK:** Komenda 1, Malinowski 14, Leon 18, Grozdanov 8, Young 3, McCarthy 5, Hoss (libero) oraz Gyimah, Sawicki 9, Sasak. Trener: Stephane Antiga

FOT. PAP/ART SERVICE

**Sezon PlusLigi zakończył się w hali w Sosnowcu. Siatkarze Bogdanki LUK Lublin rozgrywki 2025/2026 zakończyli wywalczeniem wicemistrzostwa Polski**

FOT. PAP/ART SERVICE

**Finałowa rywalizacja rozstrzygnęła się dopiero w piątym meczu. Zawiercianie wygrali serię 3-2**

Droga do piątego spotkania finału była pełna zwrotów akcji i wielkich emocji. Po dotkliwej porażce w pierwszym meczu finału wielu stawiało na Zawiercian, ale Bogdanka LUK odpowiedziała dwoma zwycięstwami z rzędu i była już o krok od złota. Gdy przed czwartym pojedynkiem szykowano się w Lublinie do fety, rywale triumfowali w hali Globus i wrócili tym samym do gry. Wszystko wiec miało rozstrzygnąć się w niedzielę w Sosnowcu. Drużyna z Zawiercia pokazała siłę i wywalczyła mistrzostwo Polski.

Dopiero po raz czwarty, w ponad 25-letniej historii finałów PlusLigi, najlepszą drużynę wyłoniła piąta konfrontacja. Faworyta nie było, co można było zaobserwować we wcześniejszych spotkaniach.

Lublinianie w decydującej batalii pokazali charakter tylko w pierwszym secie, natomiast pozostałe przebiegały już pod dyktando Aluronu CMC Warty.

Bogdanka LUK świetnie otworzyła finałowy mecz w Sosnowcu i w premierowej odsłonie rozbiła gospodarzy. Do stanu 10:10 gra była jeszcze wyrównana, ale później team znad Bystrzycy przejął inicjatywę, zdobył sześć punktów z rzędu, budując przewagę 16:10.

Wydawało się, że przyjezdni pójdą za ciosem i podwyższą prowadzenie, ale szybko okazało się, że „Jurajscy Rycerze” nie zamierzają odpuszczać. Drużyna z województwa śląskiego poprawiła zdecydowanie zagrywkę, odrzuciła Lublinian od siatki, co miało kluczowy wpływ na przebieg drugiego seta.

Zespół trenera Michała Winiarskiego, po ataku Bartosza Kwolka odskoczył na 12:9. W końcówce tej partii, Mikołaj Sawicki zastąpił Kanadyjczyka Jacksona Younga, jednak nie przyniosło to przełomu. Decydujące słowo należało do Jurija Gladyra, który asem zamknął drugiego seta.

W trzecim secie na boisku zdecydowanie dominowała i rządziła ekipa Aluronu CMC Warty, która od początku narzuciła swoje warunki. Bogdanka LUK miała duże problemy w polu serwisowym, popełniała całą masę błędów i straciła swój rytm. Przeciwnicy wręcz przeciwnie i tym samym byli o krok od mistrzostwa

Partia numer cztery okazała się zarazem ostatnią i hala w Zawierciu wybuchła wielką radością. Drużyna Aluronu CMC Warty „postawiła kropkę nad i” i po zablokowaniu Leona, mogła świętować pierwszy w historii tytuł mistrzowski.

Dla Lublinian sezon ligowy w niedzielę skończył się. Zespół z Zawiercia ma natomiast przed sobą jeszcze Final Four Ligi Mistrzów (16-17 maja w Turynie).

©℗

# W półfinale Pucharu Polski Zagłębie wyeliminowało lubelski MKS

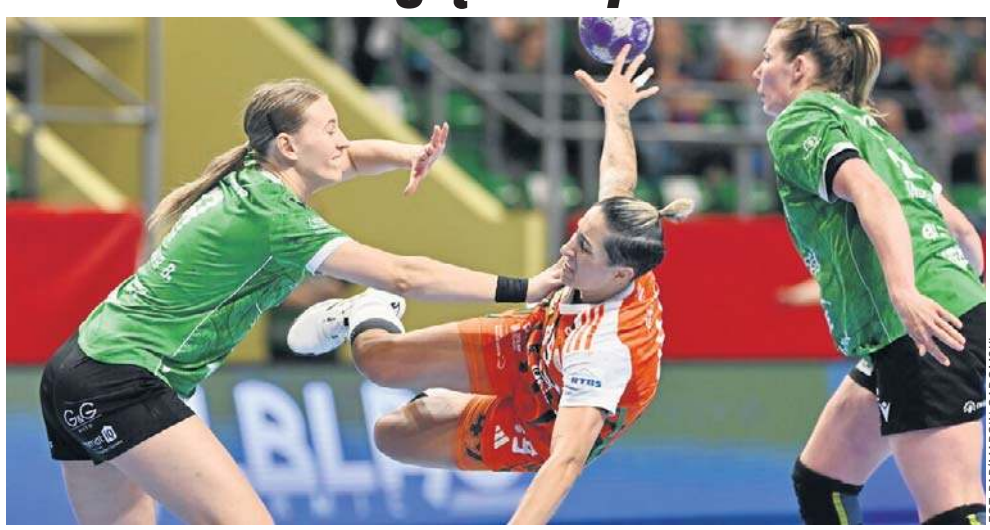
**Krzysztof Szuptarski**
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

PIŁKA RĘCZNA. **W półfinałowym starciu turnieju Final Four Pucharu Polski w Elblągu PGE MKS El-Volt Lublin przegrał z Zagłębiem Lubin 20:26 i to rywalki zagrały w niedzielę w finale.**

| | |
|---|---|
| **Zagłębie Lubin** | **26 (12)** |
| **PGE MKS El-Volt Lublin** | **20 (10)** |

**Zagłębie:** Maliczkiewicz, Zima, Piotrowska - Jakubowska 8, Grzyb 4, De Castro 3, Fraga 3, Kochaniak 3, Fernandes 1, Cesareo 1, Pietras 1, Jureńczyk 1, Matieli 1, Cavo, Drabik. Kary: 4 min. Trener: Bożena Karkut

**MKS:** Wdowiak, Martins - Przywara 6, M. Więckowska 4, Andruszak 3, Matuszczyk 2, Górna 2, Radosavljević 1, D. Więckowska 1, Gliwińska 1, Szynkaruk, Tomczyk, Owczaruk. Kary: 8 min. Trener: Paweł Tetelewski



FOT. PAP/MARCIN GADOMSKI

**Piłkarki ręczne PGE MKS El-Volt Lublin nie zdołały awansować do finału Pucharu Polski**

Osłabiony MKS radził sobie bez kilku kluczowych zawodniczek, w tym najskuteczniejszej, hiszpańskiej rozgrywającej Marii Prieto O'Mullony. Lublinianki długo dotrzymywały kroku Zagłębiu. Na początku meczu dobrze w bramce spisywała się Paulina Wdowiak i po trafieniu Darii Przywary, biało-zielone prowadziły 5:3.

Po kolejnych dwóch celnych rzutach tej samej zawodniczki, podopieczne trenera Pawła Tetelewskiego w 15. minucie miały nadal dwa gole zaliczki.

Za moment czerwoną kartkę otrzymała serbska skrzydłowa Sanja Radosavljević i od tego czasu „Miedziowe” zaczęły stopniowo przejmować inicjatywę.

- Na boisku pokazujemy, że walczymy do końca i na pewno do 60. minuty tego nie zabraknie - mówiła w przerwie Magda Więckowska, rozgrywająca lubelskiego zespołu.

Po zmianie stron, pojedynek nie układał się po myśli ekipy z „Koziego Grodu”. Szczypiornistki z Lubina szybko odskoczyły na cztery bramki (14:10). Na domiar złego groźnie wyglądającego urazu doznała Magda Więckowska, która nie wróciła już do gry.

Zagłębie postawiło prawdziwy mur w obronie, którego biało-zielone nie mogły przebić przez blisko dziesięć minut. Zespół trenerki Bożeny Karkut stopniowo powiększał dystans.

W drugim półfinale Piotrcovia Piotrków Trybunalski pokonała Start Elbląg 32:27 (17:13).

W niedzielnym finale Zagłębie potwierdziło swoją dominację w ostatnich latach i wygrało 35:29 (19:16). To 11. triumf „miedziowych” w Pucharze Polski.

©℗

## Srebro DME polskich żużlowców

**Zbigniew Czyż**
redakcja@kurierlubelski.pl

ŻUŻEL. **Reprezentacja Polski nie obroniła tytułu drużynowego mistrza Europy. W finałowych zawodach rozgrywanych w Rzeszowie Biało-Czerwoni musieli uznać wyższość Duńczyków.**

To była piąta edycja DME, cztery poprzednie kończyły się zwycięstwem Polaków

Duńczycy zgromadzili 43 punkty, a Polacy 39. W naszej drużynie świetnie spisywał się Bartosz Bańbor. Zawodnik Motoru Lublin zdobył 14 punktów w pięciu startach. Dwa oczka mniej, ale w sześciu gonitwach, uzyskał sześciokrotny mistrz świata Bartosz Zmarzlik.

Osiem punktów zdobył Przemysław Pawilcki, trzy Bartłomiej Kowalski, a dwa Wiktor Przyjemski.

©℗

eprasa.pl 4e0c4922c9

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 11.05.2026

# Stefan Horngacher wraca do polskich skoków

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

**Rozmawiamy z Andrzejem Wąsowiczem, prezesem Śląsko-Beskidzkiego Związku Narciarskiego.**

**W niedawnej rozmowie Andrzej Kozak, prezes Tatrzańskiego Związku Narciarskiego, przekazał nam, że to wasz związek ma niebawem zgłosić kandydaturę Apoloniusza Tajnera na prezesa PZN. Potwierdza pan?**
Tak. Pan Tajner jest mieszkańcem Wisły, która znajduje się w granicach działalności naszego okręgu, i będziemy go zgłaszać.

**Termin zgłaszania kandydatów mija 13 maja.**
Wszystkie dokumenty zostaną dostarczone do PZN najpóźniej do wtorku, 12 maja.

**Dlaczego zdecydowaliście się wystawić w wyborach na szefa związku jego byłego wieloletniego prezesa?**
Taka decyzja zapadła po osobistej rozmowie w moim biurze związku z Adamem Małyszem, który przekazał, że rezygnuje i nie będzie kandydował w kolejnych wyborach z różnych względów. Cieszę się, że przyszedł do mnie jako pierwszego, aby o tym poinformować. Trzeba było podjąć działania i poszukać człowieka, który będzie spełniał wszystkie wymogi, aby nasz związek funkcjonował jak należy. Miałem przyjemność przez szesnaście lat współpracować z panem Apoloniuszem i to osoba, która gwarantuje nam rozwój narciarstwa w Polsce.

FOT. WOJCIECH MATUSIK

Stefan Horngacher zamierza ponownie wprowadzić polskich skoczków na szczyt

**Czego będziecie oczekiwać od Apoloniusza Tajnera?**
Musi się dokładnie przyjrzeć sytuacji organizacyjno-finansowej związku. Zarządzi zapewne badanie poszczególnych umów. Kadry i sztaby szkoleniowe są już powołane i tego procesu nie można przerwać. Liczymy, że jako były wieloletni trener przyjrzy się systemowi szkolenia, gdyż ma w tym doświadczenie i osobiście jestem przekonany, że to będzie dobry wybór.

**Co dalej z Adamem Małyszem?**
On musi odpocząć od tego wszystkiego, spadł na niego olbrzymi hejt. To jest moja deklaracja, że będę robił wszystko, aby Adam z nami znowu kiedyś współpracował. To jest postać, która budowała to, co dzisiaj mamy w związku. Na ten moment wyniki może nie są do końca zadowalające, ale myślę, że Adam kiedyś wróci ze zdwojoną energią.

**Do polskich skoków wraca Stefan Horngacher, który będzie koordynatorem systemu szkolenia kadr narodowych. Jakie zadania stawiacie przed Austriakiem?**
Podoba mi się w tej umowie jeden zapis, że będzie na bieżąco blisko współpracował z naszymi wszystkimi trenerami. Ja jestem zwolennikiem, aby drogich trenerów z zagranicy nie zatrudniać, a ukształtować nowych polskich szkoleniowców i myślę, że to jest możliwe. Cieszę się, że warunkiem podstawowym jest to, że Horngacher będzie właściwie cały czas na miejscu. Nasze złe doświadczenia z pracy z Aleksandrem Stoecklem na stanowisku dyrektora sportowego pracującego zdalnie sporo nas nauczyły. I to nie może się powtórzyć. Jestem zwolennikiem tego, że jeśli mamy płacić duże pieniądze, to musi być tutaj, z nami.

**Maciej Maciusiak ogłosił kadrę skoczków na nowy sezon. W pierwszej reprezentacji znaleźli się: Kacper Tomasiak, Paweł Wąsek, Klemens Joniak, Piotr Żyła, Dawid Kubacki i Maciej Kot.**
Rozmawiałem na ten temat z trenerem. Moje pierwsze pytanie było, dlaczego nie budujemy kadry na cztery lata do następnych igrzysk w oparciu o młodych skoczków? Ale przekonał mnie, że to ma swój sens, trzech młodszych i trzech starszych. Zapewnił też, że na zawody Pucharu Świata jeździć będą najlepsi, czyli także wyróżniający się w kadrze B.
©℗

# Jankesi podbili stolicę. Polacy bez szału

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

**Amerykanin Hans Niemann wygrał turniej „Superbet Rapid & Blitz Poland" w szachach szybkich i błyskawicznych (pula nagród: 200 000 dolarów), który zorganizowała Warszawa.**

Arcymistrz z San Francisco wyprzedził swoich rodaków – Fabiano Caruanę i Wesleya So.

Jan-Krzysztof Duda został sklasyfikowany – ex aequo z dwoma innymi zawodnikami – na 7. miejscu, a Radosław Wojtas na ostatnim, 10.

Turniej „Superbet Rapid & Blitz Poland" w szachach szybkich i błyskawicznych zaliczany jest do lukratywnego cyklu „Grand Chess Tour" z pulą nagród 2 000 000 dolarów. W imprezie grało dziesięciu zawodników, w tym dwóch wspomnianych Polaków.

W ciągu pięciu dni każdy z zawodników rozegrał 27 partii: 9 szybkich i 18 błyskawicznych (za zwycięstwo punkt, za remis pół punktu).

Po czterech dniach rywalizacji, Jan-Krzysztof Duda zajmował 6. miejsce. Jednak ostatniego dnia, arcymistrz z Wieliczki zanotował dwa remisy i aż cztery porażki.

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Jan-Krzysztof Duda gra w szachy od 5. roku życia. Tytuł arcymistrza otrzymał mając zaledwie 15 lat i 21 dni!

Ostatecznie Duda zgromadził 16,5 punktu (9 w szybkich + 7,5 w błyskawicznych), dzieląc 7. miejsce z Uzbekiem Jawohirem Sindarowem i Maxime Vachier-Lagravem z Francji.

Tuż przed nimi uplasował się aktualny mistrz świata w odmianie klasycznej, 19-letni Hindus Gukesh Dommaraju, który uzbierał 17 punktów.

W ramach całego cyklu „Grand Chess Tour" odbędą się jeszcze turnieje w Bukareszcie (14-23 maja, szachy klasyczne), Zagrzebiu (1-5 lipiec, szachy rapid & blitz) i St. Louis (2-6 sierpnia, szachy rapid & blitz) oraz „Sinquefield Cup", również w St. Louis (10-20 sierpnia, szachy klasyczne).

Wielki finał zaplanowano także w „Saint Louis Chess Club" w Saint Louis w stanie Missouri, (22-27 sierpnia br.). ©℗

**Kasa wypłaca:**

1. miejsce = 50 000 dolarów
2. miejsce = 40 000 dolarów
3. miejsce = 30 000 dolarów
4. miejsce = 20 000 dolarów
5. miejsce = 15 000 dolarów
6. miejsce = 11 000 dolarów
7. miejsce = 10 000 dolarów
8. miejsce = 9000 dolarów
9. miejsce = 8000 dolarów
10. miejsce = 7000 dolarów

# Jesteśmy winni, mamy czego żałować

Jacek Sroka
redakcja@polskapress.pl

**Reprezentacja Polski w hokeju na lodzie nie awansowała do elity. W mistrzostwach świata dywizji 1A Biało-Czerwoni przed ostatnią serią spotkań mieli wszystko w swoich rękach, ale przegrali z Litwą.**

Na zakończenie mistrzostw świata dywizji 1A Biało-Czerwoni przegrali po dogrywce z Litwą i zajęli w turnieju dopiero czwarte miejsce. Dzięki tej wygranej Litwini utrzymali się w Dywizji 1A, a zdegradowana została Japonia. Do grona najlepszych awansowały Kazachstan i Ukraina.

Sosnowiec nie okazał się szczęśliwy dla naszej kadry. Podopieczni trenera Pekki Tirkkonena pokonali w tym turnieju tylko Ukrainę 3:2 i Japonię 4:2. Z Litwą przegraliśmy po dogrywce 1:2, z Francją po karnych 2:3, a z Kazachstanem w regulaminowym czasie 2:3.

Spotkanie z Litwinami oraz MŚ rozgrywane na własnym terenie podsumował kapitan naszej kadry Kamil Górny.

**Co Pan czuje po spotkaniu z Litwą, w którym sami wypuściliśmy z rąk szansę awansu do światowej elity?**
Nie spodziewaliśmy się takiego wieczoru. Trochę źle weszliśmy w mecz. Nie wiem, czy w pierwszej tercji byliśmy sparaliżowani wagą tego meczu, bo nie tak to miało wyglądać. Spodziewaliśmy się trochę innego spotkania. Wiedzieliśmy, że Litwini „zamurują" bramkę i będą robili wszystko, żeby ciężko się było pod nią dostać. Sami jesteśmy jednak winni tego, co się wydarzyło w tym pojedynku.

**Jesteście doświadczonymi zawodnikami, bo średnia wieku kadry jest dość wysoka, ale chyba mentalnie nie wytrzymaliście tego meczu.**
Może i mentalnie. Na pewno zawiodła skuteczność, bo momentów dobrej gry mieliśmy bardzo dużo. Oddaliśmy więcej strzałów na bramkę, sytuacji też stworzyliśmy więcej, ale nie potrafiliśmy ich wykorzystać. Bramkarz Litwinów bronił bardzo dobrze i nie znaleźliśmy sposobu, żeby go pokonać. Jedyną bramkę też strzeliliśmy nie po jakiejś składnej akcji, ale wrzutce do tercji. Krążek gdzieś się odbił, nastąpiło podanie i prosty gol. Za dużo chyba kombinowaliśmy w tym meczu.

**MŚ ułożyły się dla nas korzystnie...**
Każdy z nas wiedział, o co gramy. Miał to być nasz wieczór. Każdy był tego świadomy, każdy miał w głowie jeden cel. Możemy teraz tego żałować i za rok znów musimy się bić o awans.

**Jakby Pan podsumował całe MŚ w Sosnowcu?**
Myślę, że możemy być zadowoleni z naszej dobrej gry w defensywie. Ze spadkowiczami z elity – Francją i Kazachstanem – pokazaliśmy się w tym elemencie z dobrej strony. Obrona jest naprawdę mocną stroną reprezentacji Polski.
©℗

**HOKEJOWE MŚ DYWIZJI 1A**

**Wyniki ostatniej serii:** Polska – Litwa 1:2 po dogrywce (0:1, 1:0, 0:0, dogr. 0:1); Kazachstan – Francja 2:1 po karnych (0:0, 0:0, 1:1, dogr. 0:0), karne 3:2; Ukraina – Japonia 3:1 (3:1, 0:0, 0:0).

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. | Kazachstan | 5 | 13 | 20–8 |
| 2. | Ukraina | 5 | 10 | 14–12 |
| 3. | Francja | 5 | 8 | 12–11 |
| 4. | POLSKA | 5 | 8 | 12–12 |
| 5. | Litwa | 5 | 4 | 7–12 |
| 6. | Japonia | 5 | 2 | 9–19 |

eprasa.pl 4e0c4922c9

**Tenis** Polka walczy w turnieju w Rzymie

# Iga dogaduje się z trenerem

FOT. REX FEATURES/EAST NEWS

**Od kilku tygodni Iga Świątek zatrudnia hiszpańskiego szkoleniowca Francisco Roiga. Trener doznał kontuzji, po której ma nogę w gipsie**

**Paweł Wiśniewski**
redakcja@kurierlubelski.pl

**To już kolejny turniej, w którym w sztabie Igi Świątek zastanawia chwilami brak kontrowersyjnej psycholog Darii Abramowicz... Najpierw Stuttgart, potem Madryt, teraz Rzym. O co chodzi?**

Otóż w boksie na kortach kompleksu sportowego „Foro Italico" - najpiękniejszego obiektu tenisowego w Europie, wzniesionego na północnym nabrzeżu Tybru, u stóp zalesionego wzgórza Monte Mario - pojawiła się... siostra Igi Świątek, starsza o 3 lata Agata, która na co dzień pracuje jako dentystka.

W młodości również trenowała tenis i odnosiła sukcesy, jednak zrezygnowała z kariery sportowej na rzecz medycyny, którą studiowała w Lublinie.

W przeszłości tata dziewczyn, Tomasz Świątek, sam był profesjonalnym sportowcem, konkretnie wioślarzem. Wziął nawet udział w Igrzyskach XXIV Olimpiady w Seulu w 1988 roku, gdzie rywalizował w czwórce podwójnej (w osadzie pływał ze Sławomirem Cieślakowskim, Andrzejem Krzepińskim i Mirosławem Mrukiem).

Jak mówił przed laty w jednym z wywiadów, chciał, aby jego córki też uprawiały jakiś sport.

### Kontuzja trenera

Turniej WTA 1000 „Internazionali BNL d'Italia" (pula nagród: 8 312 293 dolarów) rozgrywany na kortach ziemnych to zawody niezwykłe.

- Pracuję w firmie w Rzymie, poprosiłam o dzień urlopu, żeby zobaczyć po raz pierwszy w tym roku mecz Igi - powiedziała młoda Polka, która w specjalnie przyjechała na korty „Foro Italico".

Świątek turniej w Rzymie wygrywała trzykrotnie: w 2021, 2022 i 2024 roku. Imprezą żyje całe miasto, a w tym roku za największą atrakcję uważany jest specjalny kort na Piazza del Popolo.

Raszynianka pytana o okoliczności kontuzji swojego trenera Francisco Roiga, w wyniku której ma nogę w gipsie, wyjaśniła, że stało się to podczas treningu na wspomnianym... Piaz-za del Popolo.

Hiszpański trener ma zerwane ścięgno Achillesa i poleciał na operację do Warszawy - w towarzystwie Darii Abramowicz - po której wrócił do Rzymu.

- Chciał wrócić, naprawdę doceniam to, że on tu jest, bo na pewno nie jest mu lekko. Staramy się otoczyć go opieką i pokazać wysiłki teamu w tym zakresie - dodała Iga.

Podkreśliła, że Roig opuścił tylko jeden trening, a trudno mu poruszać się po korcie.

- Nie jest teraz łatwo podczas zajęć, bo on nie może być przy mnie, ale na pewno damy radę - zapewniła nasza tenisistka.

Wyjaśniła również, że w trakcie treningu na Piazza del Popolo ludzie nie zorientowali się, jak poważna była kontuzja Roiga.

- Naprawdę był bardzo dzielny w tamtym momencie. Na początku myślałam, że on żartuje - mówiła Iga.

Podkreśliła, że jej relacje z katalońskim szkoleniowcem, który przez kilkanaście lat (2005-2022) był członkiem sztabu Rafaela Nadala, są bardzo dobre od samego początku.

Podczas jednej z konferencji prasowych Raszynianka bardzo pozytywnie oceniła współpracę z nowym trenerem. Podkreśliła, że nadają na tych samych falach, a to jej zdaniem pewna odmiana w sztabie.

### Ta sama wizja

- Mamy taką samą wizję tego, jak powinnam grać, i on pomaga mi to osiągnąć - stwierdziła.

- Czuję, że rozumiemy się bardzo dobrze. Mamy różne opcje podczas treningów, co jest wspaniałe, bo nie byłam zadowolona z tego, jak grałam kilka miesięcy temu. Czasem wracam do starych przyzwyczajeń. Będę potrzebowała trochę czasu, by robić to, czego chce Francisco. To jest proces. ©℗

**Kasa wypłaci - rok 2026:**
1. runda = 18 497 dolarów;
2. runda = 29 842 dolarów;
3. runda = 53 894 dolarów;
4. runda = 92 993 dolarów;
ćwierćfinał = 175 436 dolarów;
półfinał = 338 142 dolarów;
finalistka = 642 488 dolarów,
zwyciężczyni = 1234 235 dolarów.
©℗


# DROBNE

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

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

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

## 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

## Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

**Auta każde, uszkodzone i całe, motocykle, ciągniki rolnicze, poleasingowe. Najkorzystniej, gotówka, 798-566-274**

## Praca

ZATRUDNIĘ

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

## Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**BIAŁY** montaż hydrauliczny, malowanie, gładź, glazura, panele, zabudowa k-g, elektryka, remonty kuchni i łazienek nietypowe zlecenia, 883-211-674

**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

**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

AUTOREKLAMA

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

## Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

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

KRAJ - MORZE

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

## Różne

**STARE** książki skup, 881-934-948

## Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

**Skup ciągników rolniczych, każdy stan. 512-709-001**

**Skup pras belujących. 512-709-001**

## Towarzyskie

**SANDRA,** 885-213-554

REKLAMA 0011521768

OGŁOSZENIE

**Spółdzielnia Mieszkaniowa „Czechów" w Lublinie, ul. Choiny 57**
ogłasza przetarg pisemny nieograniczony
**na wykonanie w osiedlu im. St. Moniuszki następujących robót:**

1. **Remont dachu na budynku mieszkalnym przy ul. Skołuby 5 – likwidacja zadołowania.**
2. **Wymiana wyłazów dachowych na dachach budynków mieszkalnych przy ul. Prząśniczki 2 i 5 w Lublinie**
3. **Wymiana stolarki drzwiowej wewnętrznej w budynku mieszkalnym przy ul. Chęcińskiego 1 w Lublinie**
4. **Remont kładki i balkonu przy pawilonie D-3 przy ul. Kiepury 5**

Szczegółowy zakres robót znajduje się w Administracji Osiedla im. St. Moniuszki, ul. Kiepury 11A, tel.: 81 741 45 35.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest:
1. Złożenie oferty pisemnej zgodnie z wymogami określonymi w specyfikacji warunków zamówienia.
2. Wpłacenie wadium na konto: **87 1020 3150 0000 3102 0004 6680 w PKO BP** w wysokości:

**pkt 1 – 3.000,00 zł** **pkt 3 – 7.000,00 zł**
**pkt 2 – 2.000,00 zł** **pkt 4 – 10.000,00 zł**

Oferty należy składać w terminie do **25.05.2026 r. do godz. 15$^{00}$** w siedzibie **Zarządu Spółdzielni przy ul. Choiny 57 w sekretariacie.**

Zastrzega się prawo swobodnego wyboru ofert lub unieważnienia przetargu bez podania przyczyny.

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski **przetargi**
nasze komunikaty.pl


eprasa.pl 4e0c4922c9

# *To był ogromny stres dla całej rodziny. Czuliśmy wagę tej sytuacji*

**Patrycja Markowska** dla Plejady o swoim synu Filipie, który właśnie podszedł do matury

## Z ŻYCIA GWIAZD

**Filip Chajzer został czule przytulony**
Celebryta w minionym tygodniu promował swą najnowszą książkę. Podczas wydarzenia towarzyszyła mu nowa ukochana, z którą prezenter Polsatu związany jest od niedawna. – W trakcie całego spotkania partnerka pozostawała raczej z boku. Po części oficjalnej podeszła do Filipa i czule go przytuliła – mówi informator serwisu.

**Sonia Bohosiewicz i jej problemy z biustem**
Aktorka postanowiła uzupełnić swoją letnią garderobę i zamówiła nowy kostium kąpielowy. Zakup okazał się jednak nietrafiony. Po przymiarce aktorka lekko się załamała i stwierdziła, że model jest zdecydowanie zbyt wycięty. „Bokami wychodzi mi biust. Nie, nie, nie" – napisała na Instagramie.

**Sylwia Bomba ma uwielbianą córkę**
Celebrytka przyznała, że obawia się o bezpieczeństwo 8-letniej córki, która ma pokaźne grono fanów. – Jest bardzo mądrą, dojrzałą jak na swój wiek dziewczynką. W szkole również tak jest postrzegana, że jest bardzo dojrzała, empatyczna, pomaga słabszym. Natomiast boję się, że mi ją porwą, bo moja Tosia jest uwielbiana przez wszystkich i nieraz bywa tak, że jesteśmy na przykład w sklepie, podchodzi do niej pani i mówi: „Tosia, ja cię kocham, uwielbiam" – powiedziała w programie „Party u Simony".

## W TELEWIZJI

**Ośmiorniczka**
TVP Kultura, 20:00
W londyńskim domu aukcyjnym Sotheby's ma być wystawiony na sprzedaż klejnot pochodzący z carskiej kolekcji. Na jego kupnie najbardziej zależy Kamalowi, który prowadzi interesy z radzieckim generałem. Do akcji oczywiście wkracza niezawodny James Bond (Roger Moore).

**Teatr Telewizji: Wesele**
TVP 1, 20:30
Stanisław Wyspiański przedstawił w dramacie tematy gorzkie, trudne, a także to, co było wzniosłe w polskiej historii. Wawrzyniec Kostrzewski realizuje spektakl, opierając się na umowności i symbolach. Tematy z „Wesela" nie straciły na ważności, mimo upływu lat.

**Bad Boys: Ride or Die**
Polsat, 20:35
Zmarły kapitan Howard zostaje oskarżony o współpracę z kartelami narkotykowymi. Mike i Marcus muszą oczyścić jego imię, ale sami zostają wrobieni w spisek i muszą walczyć z korupcją na szczytach władzy.

**Kosmiczny grzech**
Stopklatka, 23:45
Jest rok 2524. Z odległej planety nadchodzą wieści o pierwszym kontakcie z obcą cywilizacją. Wojsko podejmuje natychmiastowe działania, aby zapobiec międzygwiezdnej wojnie. Los ludzkości spoczywa w rękach 7 śmiałków.

## KRZYŻÓWKA NR 70

**Poziomo:**
**1)** uroczyste otwarcie wystawy obrazów,
**5)** amerykański film historyczny z rolą Toma Cruise'a,
**9)** część końskiego rzędu,
**10)** daszek nad paleniskiem,
**12)** sposób załatwiania określonych spraw,
**14)** słowo honoru Andrzeja Kmicica,
**15)** chodaki wykonane z drewna,
**17)** drzewo lub krzew z brzozowatych,
**18)** roślinny symbol zdrowia,
**21)** zastój w gospodarce, stagnacja,
**23)** prosta zawsze najlepsza,
**28)** domena Aleksandry Mirosław,
**29)** ryzyko nieobce bywalcowi kasyna,
**32)** między ustami a przełykiem,
**36)** część gałki ocznej otaczająca tęczówkę,
**37)** trawa w jadłospisie pandy,
**38)** Krzysztof, prezenter telewizji Polsat,
**39)** owad żyjący w pobliżu wód,
**40)** trasa szybkiego ruchu.

**Pionowo:**
**1)** Nosferatu lub Drakula,
**2)** Mickey, aktor z filmu „Harry Angel",
**3)** legendarna ukochana Tristana,
**4)** dawna kopalnia soli,
**5)** James, wynalazca maszyny parowej,
**6)** krasnal domowy w mitologii germańskiej,
**7)** polski serial komediowy,
**8)** łuk wsparty na filarach,
**11)** herbaciany stan w Indiach,
**13)** cecha muzyki marszowej,
**16)** warzywo w barszczu ukraińskiego,
**19)** w zimowym krajobrazie,
**20)** zakładka na spódnicy,
**22)** ptak drapieżny, orzeł przedni,
**24)** doskonały mówca, orator,
**25)** imię z bajki Aleksandra Fredry,
**26)** anglosaska jednostka długości,
**27)** wzywa do walki w ringu,
**29)** „…, czyli tam i z powrotem" z powieści Tolkiena,
**30)** pojedyncze lub złożone,
**31)** azjatycki środek transportu,
**33)** potoczna nazwa grochodrzewu,
**34)** dyskusja na sali sejmowej,
**35)** rozległy teren, rejon.

AUTOPROMOCJA 0111228874
kurier lubelski
w prenumeracie z Tele Magazynem
12 312 53 88

### ROZWIĄZANIE NR 69

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

## HOROSKOP

**Wodnik (20.01 - 18.02)**
Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny zapowiada, że w towarzystwie zabłyśniesz pomysłem, a wieczór przyniesie spokój.
**Ryby (19.02 - 20.03)**
Uważaj na wydatki i słowa. Horoskop na dziś wyraźnie wróży, że bliska osoba będzie potrzebować więcej uwagi i cierpliwości.
**Baran (21.03 - 19.04)**
Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że czeka Cię ciekawa rozmowa lub wiadomość, która może zmienić plany na najbliższe dni.
**Byk (20.04 - 20.05)**
Emocje będą dzisiaj silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny radzi znaleźć chwilę dla siebie oraz unikać niepotrzebnych sporów.
**Bliźnięta (21.05 - 21.06)**
Energia i pewność siebie będą przyciągać ludzi. Horoskop dzienny mówi, że przed Tobą dobry dzień na nowe wyzwania i relacje.
**Rak (22.06 - 22.07)**
Drobne obowiązki mogą zmęczyć, lecz horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że wieczorem poczujesz satysfakcję i wewnętrzny spokój.
**Lew (23.07 - 22.08)**
Harmonia wróci do relacji. Horoskop dzienny wróży, że przed Tobą dobry moment na szczerą rozmowę i wspólne planowanie przyszłości.
**Panna (23.08 - 22.09)**
Intuicja podpowie właściwy kierunek. Horoskop na dziś stanowczo radzi nie ignorować znaków oraz zaufać swoim przeczuciom.
**Waga (23.09 - 22.10)**
Możliwa niespodziewana okazja na zyski. Horoskop dzienny na poniedziałek to wskazówka, by zachować otwarty umysł i działać odważnie.
**Skorpion (23.10 - 21.11)**
Skupienie na celach przyniesie efekty. Horoskop dzienny wróży, że wieczór będzie sprzyjać odpoczynkowi i dobrym wiadomościom.
**Strzelec (22.11 - 21.12)**
Kreatywność pomoże rozwiązać trudny problem. Horoskop na dziś wyraźnie zapowiada, że spotkanie z kimś bliskim poprawi Ci humor.
**Koziorożec (22.12 - 19.01)**
Dzień pełen refleksji i spokojnych chwil. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi zadbać o zdrowie i nie odkładać ważnych decyzji.

kurierlubelski
www.kurierlubelski.pl
Redaktor naczelny **Krzysztof Nowacki**, Z-ca redaktora naczelnego **Marek Podgajny**, Prezes Makroregionu **Aureliusz Mikos**, Kierownik działu reklamy **Karolina Rudnicka**
Redakcja Krakowskie Przedmieście 10/1, 20-002 Lublin, **tel. 81 44-62-800, fax 81 44-62-819, redakcja@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
Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: 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.

eprasa.pl 4e0c4922c9