DZIŚ DODATEK SPORTOWY

WIELKIE EMOCJE NA ARENIE LUBLIN

MOTOR PRZEGRAŁ Z LEGIĄ PO GOLACH W DOLICZONYM CZASIE

Nr ISSN 2353-6136
Nr indeksu 50-32X

www.kurierlubelski.pl

Nr 106 (18.282) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Poniedziałek, 7.09.2026

69 lat

kurier lubelski

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Zondacrypto

Jarosław Stawiarski: „Stanowczo zaprzeczam”

Marszałek woj. lubelskiego poinformował, że był przesłuchany jako świadek w sprawie Zondacrypto. Zaprzeczył, by został zatrzymany
– Str. 3

Wojna w Ukrainie

Wysłannicy z USA w Moskwie. Witkoff i Kushner znów negocjują

„Amerykańscy przedstawiciele skrupulatnie przygotowali się do tej podróży” – powiedział doradca Kremla Jurij Uszakow.
– Str. 7

„Od kubka do wielkiej pasji”
W Lublinie powstała wyjątkowa społeczność pasjonatów ceramiki
– Str. 4

Amfiteatr na półmetku prac
„Osiedlowa scena” do organizowania imprez plenerowych na Tatarach ma już zadaszenie
– Str. 5



FOT. MAŁGORZATA GENCA

Lublin

Ile zapłacimy w 2027 za przejazd autobusem, parkowanie i śmieci?

Artur Jurkowski

Bilety komunikacji miejskiej – bez zmian, opłata za parkowanie – bez zmian, stawka za śmieci – bez zmian. Lublin podał założenia do budżetu na 2027 r. W górę mają pójść podatki od nieruchomości. Ma ruszyć jedna z największych inwestycji miejskich, którą jest przebudowa stadionu żużlowego.



FOT. JOANNA JASTRZĘBSKA

Miasto zapowiada na 2027 rok podwyżki części podatków i opłat lokalnych

Jak drogie będzie życie mieszkańca Lublina w roku 2027? Lublinianie poznali właśnie odpowiedź na to pytanie. We wtorek (1 września) prezydent Lublina przedstawił „Założenia do budżetu Lublina 2027 r.”. To kierunkowy dokument, w oparciu o który będą tworzone szczegółowe rozwiązania.

– Projektowany budżet Lublina na 2027 rok to plan dalszego rozwoju miasta, ale przede wszystkim odpowiedzialnego reagowania na potrzeby jego mieszkanek i mieszkańców. Chcemy inwestować w to, co decyduje o jakości codziennego życia, czyli sprawny transport, dobre szkoły, mieszkania, infrastrukturę, sport i zielone przestrzenie – przekonuje Krzysztof Żuk, prezydent Lublina.

Zamrażarka, czyli mieszkańcy zadowoleni

Na stan portfela Lublinian wpływają w dużej mierze opłaty i daniny ponoszone na rzecz miasta. I tu dobra wiadomości. Większość stawek zostaje na poziomie roku 2026 r.

– Bez zmian pozostaną m.in. podatek od środków transportowych wraz z preferencjami oraz opłaty za przejazdy komunikacją miejską, gospodarowanie odpadami, parkowanie pojazdów w strefie płatnego parkowania i cennik Lubelskiego Roweru Miejskiego. Nie zmienią się również stawki za korzystanie z wychowania przedszkolnego i miejskich szaletów – wylicza Justyna Góźdź, rzecznik prasowy prezydenta Lublina.

Niejasna jest sytuacja dotycząca wysokości czynszu komunalnego. Podwyżka była w tym roku. Na 2027 r. ratusz nie rozstrzyga, czy będzie, czy nie.

Z założeń do budżetu można wyczytać, że w Lublinie pozostanie podwójny system naliczania opłat za śmieci. W blokach opłata będzie uzależniona od zużytej wody, w domkach jednorodzinnych ma być dalej liczona od osoby.

Podatek w górę

Wzrośnie stawka podatku od nieruchomości. To oznacza, że więcej zapłacimy do kasy miasta za mieszkanie czy dom. O jakie kwoty chodzi?

– Właściciel mieszkania o powierzchni 60 mkw. wraz z przynależnym gruntem o powierzchni 45 mkw. zapłaci w ciągu roku o 3,75 zł więcej niż w 2026 roku. W przypadku domu jednorodzinnego o powierzchni 150 mkw. z garażem o powierzchni 35 mkw. i działką o powierzchni 800 mkw. roczny podatek wzrośnie o 41,55 zł w porównaniu z 2026 rokiem – wylicza Justyna Góźdź.

Około 5 proc. wzrosną opłaty za korzystanie z cmentarzy, a o 10 zł miesięcznie zwiększy się opłata za pobyt w bursach i internacie.

Do budowy

– Wydatki majątkowe na lata 2027–2029 wynikające z planowanego obecnie do realizacji programu inwestycyjnego opiewają na łączną kwotę 1,1 mld zł, w tym planowane dofinansowanie z UE 371 mln zł – czytamy w dokumencie.

Na liście inwestycji jest kontynuacja praca m.in. przy przebudowie Al. Unii Lubelskiej, rewitalizacji błoń pod zamkiem, budowa Centrum Sztuki Dzieci i Młodzieży przy ul. Kunickiego.

Pieniądze trafią też na poprawę Trybunału Koronnego, remont ul. Zana czy przebudowę stadionu żużlowego przy Al. Zygmuntowskich.

– Będziemy rozwijać dzielnice i wykorzystywać dostępne środki zewnętrzne, aby realizować kolejne ważne inwestycje. Jednocześnie przygotowujemy Lublin do roli Europejskiej Stolicy Kultury 2029. Chcemy, aby rozwój miasta był widoczny i odczuwalny dla mieszkańców w każdej jego części – przekonuje Krzysztof Żuk.

eprasa.pl 76289461da

POLECAMY

ŚRODA: Rewolucja na sklepowych półkach już we wrześniu. Niektóre produkty znikną

7.09.2026
Poniedziałek

Dziś imieniny: Regina, Melchior, Ryszard
Telefon alarmowy: 112

KURIER LUBELSKI

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

www.kurierlubelski.pl

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

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

PISALIŚMY W „KURIERZE"

7.09.2015 r. Fotoradar? Już go nie spotkasz przy ulicy
Lubelska Straż Miejska na początku września 2015 roku przestała korzystać z fotoradaru. Było to skutkiem zmian w ustawie Prawo o ruchu drogowym, które odebrały strażom miejskim i gminnym możliwość prowadzenia takich kontroli od 1 stycznia 2016 r. Strażnicy zajmowali się jeszcze kończeniem spraw dotyczących wykroczeń zarejestrowanych wcześniej przez urządzenie. W 2015 roku fotoradar wykrył w Lublinie 2921 przypadków przekroczenia prędkości. Wystawiono 2342 mandaty na łączną kwotę ponad 388 tys. zł. W roku 2014 było ich ponad 4 tys., a rekordowy okazał się 2012 rok, gdy do miejskiej kasy wpłynęło niemal 1,4 mln zł z mandatów. Decyzję o odebraniu fotoradarów strażom miejskim posłowie uzasadniali tym, że urządzenia z narzędzia prewencji stały się źródłem dochodów dla samorządów. Wycofanie fotoradarów nie oznaczało jednak końca kontroli prędkości. Zadanie to nadal wykonywała policja, korzystając z ręcznych mierników prędkości.

KALENDARIUM

1764
Stanisław Poniatowski został wybrany przez szlachtę zgromadzoną na elekcji na króla Polski Stanisława II Augusta.

1939
Kampania wrześniowa: kapitulacja Westerplatte. Rozpoczęła się obrona Wizny, nazywana Polskimi Termopilami.

1928
Rozpoczął się 1. wyścig kolarski Tour de Pologne. Odbyło się 8 etapów, a łączna długość trasy wyniosła 1491 km.

1989
Zlikwidowano Zmotoryzowane Odwody Milicji Obywatelskiej (ZOMO), zastępując je Oddziałami Prewencji.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Kurier Lubelski"

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

POGODA

dziś
20°C/10°C

jutro
28°C/15°C

FOTOGRAFIA

Tatry jak na dłoni. Wyjątkowe obserwacje z Lubelszczyzny

Anna Paszkowska

Zaledwie przez pół godziny, ale za to w wyjątkowo dobrych warunkach. W sierpniu miłośnik dalekich obserwacji Kamil Gołąb sfotografował najwyższe szczyty Tatr z okolic Salomina na pograniczu Lubelszczyzny i Podkarpacia.



FOT. KAMIL GOŁĄB

Obserwacje z 22 sierpnia. Do dokumentowania tak odległych obiektów niezbędny jest odpowiedni sprzęt fotograficzny

22 sierpnia udało się uwiecznić Tatry z odległości przekraczającej 220 kilometrów. Obserwacje zostały wykonane w Salominie (pow. kraśnicki) na Wyżynie Lubelskiej.

– Niż Genueński wykonał dobrą pracę w atmosferze. Oczyścił nam ją opadami i bardzo silnym wiatrem. Dzięki temu przez około pół godziny Tatry były, jak na sierpień, bardzo dobrze widoczne – mówi.

Początkowo z Lubelszczyzny widoczna była jedynie Łomnica (2 634 m n.p.m.). Dopiero później zza chmur zaczęły wyłaniać się kolejne szczyty.

– Około dziesięciu minut przed zachodem słońca widoczna była Łomnica, a reszta szczytów była jeszcze w chmurach. Potem zaczęły się pojawiać kolejne: Durny Szczyt (red. 2 623 m n.p.m.), Lodowy (red. 2628 m n.p.m.), a na końcu wyszedł jeszcze Gerlach (red. 2655 m n.p.m.) – relacjonuje.

Jednym z ulubionych miejsc Kamila Gołąba są okolice Salomina. To właśnie stamtąd najczęściej udaje się dostrzec tatrzańskie szczyty.

– Na Lubelszczyźnie jest bardzo dużo miejsc, gdzie można prowadzić takie obserwacje. Salomin należy jednak do tych lokalizacji, z których Tatry pojawiają się stosunkowo najłatwiej – wyjaśnia.

Pasjonat podkreśla, że sierpniowa obserwacja jest wyjątkowa, ponieważ na lepsze warunki trzeba poczekać.

Najlepsze obserwacje wychodzą w listopadzie i grudniu, ewentualnie jeszcze w październiku – dodaje.

ZAMOŚĆ



FOT. BOGDAN NOWAK

Miłośnicy okazji i szperania w starociach i innych szpargałach mieli w niedzielę swoje święto w Zamościu. Na terenach zielonych obok miejscowego Parku Miejskiego odbył się Pchli Targ. To przedsięwzięcie nie ma tylko charakteru handlowego. Chodzi o coś więcej. „Idea jest prosta i zgodna z duchem zero waste: sprzedajemy lub kupujemy rzeczy, które zalegają w naszych domach" – czytamy na stronie facebookowej „Szperamy w Zamościu" (prowadzą ją organizatorzy Pchlego Targu). Pomimo wietrznej pogody na targu było wiele osób. BN

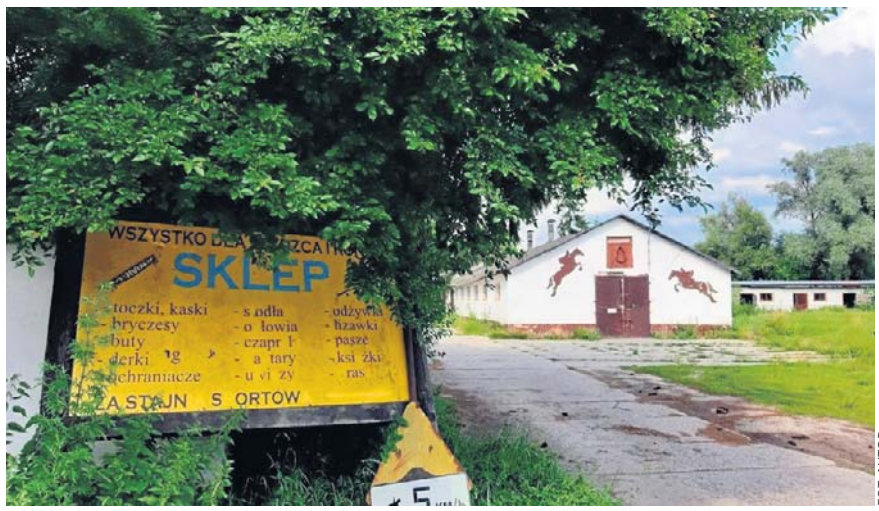
eprasa.pl 76289461da

LUBLIN

Co się dzieje na terenach dawnego klubu jeździeckiego? Jest odpowiedź ratusza

Ratusz nie zamierza pozbywać się terenów po dawnym Lubelskim Klubie Jeździeckim. Miejscy planiści nie myślą też o przeznaczeniu ich pod zabudowę mieszkaniową.

Jakub Sarek



FOT. AUTOR

Lubelski Klub Jeździecki opuścił teren przy ul. Krochmalnej w 2020 roku. Ma tam powstać Centrum Sportu Osób Niepełnosprawnych

10 hektarów terenów miejskich znajduje się w rejonie ul. Ciepłej (pomiędzy Nadbystrzycką i Krochmalną). Przez kilka lat działał tam Lubelski Klub Jeździecki. W 2014 r. wydzierżawił go od Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji „Bystrzyca". Ale nie chciał płacić komunalnej spółce za użytkowanie. W sumie był dłużny jej 230 tys. zł. Po wieloletniej batalii sądowej i przy udziale komornika wyprowadził się stamtąd w 2020 r.

Od tamtej pory nic się tam nie dzieje. Budynki pozostawione przez LKJ niszczeją, brakuje też tam stałego monitoringu. Na domiar złego w czerwcu 2026 r. spłonęła tam nieczynna obora.

O to, jakie plany na zagospodarowanie terenów ma ratusz zapytał w skierowanym do magistratu piśmie Tomasz Gontarz, radny miejski z PiS.

– Czy sporządzono koncepcję jego zagospodarowania, czy prowadzono rozmowy z podmiotami zainteresowanymi dzierżawą – w tym prowadzącymi działalność jeździecką – i czy pozostaje aktualne stanowisko przedstawiane w 2020 r., zgodnie z którym funkcja jeździecka miała zostać w tym miejscu utrzymana? – czytamy w piśmie radnego Gontarza.

Od 2011 r. tereny przy Ciepłej dzierżawi od miasta Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji „Bystrzyca". Zlokalizowanych jest tam w sumie osiem budowli (w tym spalona obora), nieczynna hydrofornia oraz wiata blaszana.

– W ramach bieżącego utrzymania nieruchomości wykonywane są prace związane z koszeniem terenów zielonych oraz odśnieżaniem ciągów komunikacyjnych i placów – każdorazowo w zależności od potrzeb oraz warunków atmosferycznych. Ponadto obiekt jest systematycznie zabezpieczany przed dostępem osób postronnych poprzez wykonywanie powyższych działań. Wszystkie wskazane czynności realizowane są siłami własnymi Spółki, bez konieczności udzielania odrębnych zamówień czy też zleceń – odpowiada Gontarzowi Andrzej Wojewódzki, sekretarz Lublina.

Jak przypomina urzędnik, zgodnie z obowiązującym od czerwca 2023 r. miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego przewidziano tereny zieleni parkowej z dopuszczeniem sportu i rekreacji oraz usług.

Kilka dni remu radni Rady Miasta Lublin zdecydowali o przyjęciu projektu uchwały o Planie Ogólnym, czyli nowej konstytucji planistycznej Lublina.

Sekretarz Lublina zapewnia, że ratusz nie prowadzi czynności związanych ze zbyciem terenu po Lubelskim Klubie Jeździeckim.

W maju 2026 r. MOSiR wydzierżawił część parceli po LKJ (chodzi ok. jeden hektar) na rzecz Integracyjnego Centrum Sportu i Rekreacji „Start" w Lublinie. Pomaga ono osobom z niepełnosprawnościami w powrocie do zdrowia, rozwoju pasji oraz w uprawianiu sportu wyczynowego i amatorskiego

Na terenach dawnego LKJ powstać ma Centrum Sportu Osób Niepełnosprawnych i profesjonalne tory łucznicze, których w Lublinie nie ma. Jak usłyszeliśmy w „Starcie" trwa przygotowanie dokumentacji technicznej i pozyskiwanie zgód dla tej inwestycji.

LUBLIN

Jarosław Stawiarski dementuje, że został zatrzymany

oprac. Karolina Wrońska

„Stanowczo zaprzeczam, by doszło do takiej czynności" – oświadczył marszałek woj. lubelskiego Jarosław Stawiarski. Informację o jego zatrzymaniu ws. Zondacrypto zdementowała też prokuratura.

Stawiarski opublikował w niedzielę oświadczenie, w którym odniósł się do pojawiających się mediach informacji o jego zatrzymaniu w sprawie Zondacrypto. „Stanowczo zaprzeczam, by doszło do takiej czynności" – napisał.

„Jednocześnie podkreślam, iż jestem jedną z wielu pokrzywdzonych działaniami Przemysława Krala osób, a w dniu 28 sierpnia 2026 r. złożyłem w Prokuraturze stosowne zeznania w charakterze świadka. Jeśli zachodzi potrzeba ich uzupełnienia, jestem gotowy do ponownego stawiennictwa w dogodnym dla organów ścigania terminie" - napisał marszałek.

O tym, że prokuratura bada inwestycję Stawiarskiego w kryptowaluty napisała w sobotę „Rzeczpospolita". Według informacji „Rz" polityk miał zainwestować w tokeny Zondacrypto setki tysięcy złotych i interweniować u Przemysława Krala, by z upadającej giełdy uratować własne środki.

Niektóre media, w tym jedna ze stacji telewizyjnych podały wieczorem, że Stawiarski został zatrzymany. On sam w rozmowie z PAP w sobotę wieczorem zaprzeczył - Na meczu jestem, Motoru z Legią. Karny teraz jest - powiedział. Pytany o komentarz do publikacji „Rz", powiedział PAP: - Kral oszukał mnie i jestem jednym z trzech tysięcy ludzi oszukanych.

Przed północą Prokuratora Krajowa na portalu X podała, że informacja o zatrzymaniu marszałka województwa lubelskiego Jarosława Stawiarskiego w śledztwie dotyczącym Zondacrypto jest nieprawdziwa. **PAP**



FOT. ŁUKASZ KACZANOWSKI / ARCHIWUM

Marszałek Jarosław Stawiarski zaprzeczył, jakoby został zatrzymany w sprawie afery Zondacrypto

REKLAMA

0011547864



eprasa.pl 76289461da

LUBLIN

Od kubka do wielkiej pasji. W Lublinie powstała wyjątkowa społeczność pasjonatów ceramiki

Wokół ceramiki z Bolesławca powstała społeczność, która dla wielu osób jest czymś znacznie więcej niż tylko hobby.

Anna Paszkowska



FOT. MAŁGORZATA GENCA

13 września w Manufakturze odbędzie się w „Dzień z Bolkiem"

Dla jednych zaczyna się od jednego kubka kupionego pod wpływem chwili. Dla innych od prezentu otrzymanego od bliskiej osoby. Później przychodzą kolejne elementy zastawy, nowe wzory i fascynacja historią jednej z najbardziej rozpoznawalnych polskich marek.

Jak podkreślają przedstawiciele bolesławieckiego sklepu w Lublinie, to właśnie klienci byli inspiracją do stworzenia specjalnego wydarzenia, które pozwoli im jeszcze bardziej zanurzyć się w świecie ceramiki.

– Zdecydowaliśmy się na taką formułę, biorąc pod uwagę potrzeby naszych klientów. Pojawiały się pytania nie tylko o warsztaty zdobienia, ale także o możliwość stworzenia naczynia od podstaw, poznania pracy z gliną i całego procesu powstawania ceramiki. Wychodzimy naprzeciw naszej społeczności i chcemy dać jej jeszcze więcej czasu z nami oraz z produktem, który tak bardzo pokochała – mówi Joanna Lech, koordynator marketingu.

Miłośnicy Bolesławca tworzą dziś aktywną społeczność skupioną wokół grup internetowych i mediów społecznościowych. Wymieniają się zdjęciami swoich kolekcji, pomagają sobie w kompletowaniu zastaw. Jak się okazuje, społeczność skupiona wokół bolesławieckiej ceramiki nie ogranicza się do mieszkańców Lublina czy regionu.

– W naszych grupach są osoby z całej Polski, ale zdarzają się również kolekcjonerzy z zagranicy. Podczas jednego ze spotkań mieliśmy uczestniczki, które specjalnie przyleciały do Lublina z Londynu –o opowiada Lech.

Zdaniem Joanny Lech rosnąca popularność ceramiki z Bolesławca nie jest chwilową modą, lecz efektem szerszego trendu.

– Widzę, że ludzie mają przesyt masową produkcją. Coraz bardziej doceniają rękodzieło, polskie marki i produkty tworzone przez prawdziwych ludzi– mówi.

Co ciekawe, do grona kolekcjonerów dołącza dziś coraz więcej młodych osób.

– Kiedyś Bolesławiec kojarzył się głównie z mamami i babciami. Dziś przychodzą do nas całe rodziny. Młodsze pokolenie przejmuje tę pasję i zaczyna budować własne kolekcje. To dzieje się bardzo naturalnie –dodaje.

Z myślą o miłośnikach ceramiki organizowany jest „Dzień z Bolkiem", który odbędzie się 13 września w godzinach 10-16 w sklepie przy al. Spółdzielczości Pracy 28 w Lublinie w Manufakturze Bolesławiec. Wydarzenie jest płatne.

W programie znalazły się warsztaty toczenia na kole garncarskim, podczas których uczestnicy będą mogli samodzielnie pracować z gliną, warsztaty mozaiki ceramicznej wykorzystującej fragmenty naczyń z Bolesławca oraz warsztaty stempelkowania.

– To będzie dzień dla całych rodzin, pełen twórczej zabawy, spotkań i inspiracji. Chcemy, żeby nasi goście mogli nie tylko kupić ceramikę, ale też doświadczyć jej od zupełnie innej strony i jeszcze bardziej poczuć atmosferę społeczności Bolesławca – podsumowuje Joanna Lech.

REKLAMA 0011568966



51. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH
21-26.09.2026 GDYNIA

ORGANIZATORZY
Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
Filmoteka Narodowa Instytut Audiowizualny
Dofinansowano ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury
POLSKI INSTYTUT SZTUKI FILMOWEJ
Współfinansowanie: Polski Instytut Sztuki Filmowej
60 lat Stowarzyszenie Filmowców Polskich
PREZYDENT MIASTA GDYNI
MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

WSPÓŁORGANIZATORZY
75 NARODOWE CENTRUM KULTURY
TVP

MECENASI
Energa GRUPA ORLEN
LOTTO

SPONSOR GŁÓWNY
INVEST KOMFORT

PARTNERZY STRATEGICZNI
Mercedes-Benz BMG Goworowski Autoryzowany dealer Mercedes-Benz
Dr Irena Eris
KGHM POLSKA MIEDŹ
PORT GDYNIA

OGÓLNOPOLSCY PATRONI MEDIALNI
TVP
Jedynka POLSKIE RADIO
Trójka POLSKIE RADIO
VOGUE
BAZAAR
FILMWEB
zwierciadło
KINO
interia
POLSKA PRESS GRUPA

LOKALNI PATRONI MEDIALNI
Radio Gdańsk
trojmiasto.pl
Dziennik Bałtycki
TVP3 GDAŃSK

PARTNERZY MEDIALNI
nam! naszemiasto.
Urody

eprasa.pl 76289461da

LUBLIN

W amfiteatrze już minął półmetek prac. Nowa scena osiedlowa powstaje za ponad 6 milionów

Budowa obiektu w dzielnicy Tatary jest prowadzona w ramach przygotowań Lublina do Europejskiej Stolicy Kultury

Artur Jurkowski



FOT. MAŁGORZATA GENCA

Scena do organizowania imprez plenerowych na Tatarach ma już zadaszenie

– Aktualny postęp prac przy budowie Amfiteatru na Tatarach wynosi około 60 proc. – informuje Justyna Góźdź, rzecznik prasowy prezydenta Lublina.

Umowa obejmuje przebudowę widowni oraz remont i przebudowę strefy sceny. Wymieniona zostanie zniszczona nawierzchnia. Powstaną nowe drogi dla pieszych, wymienione będą murki oporowe. Teren dostanie oświetlenie i zostanie objęty monitoringiem. Uporządkowana ma być istniejąca zieleń, zaplanowano też nasadzenia nowych roślin.

– Najważniejsze prace związane z wykonaniem zadaszenia zostały już zakończone. Obecnie prowadzone są prace przy murach oporowych, instalacjach elektrycznych i teletechnicznych oraz ciągach pieszych. W kolejnych etapach wykonane zostaną siedziska, zagospodarowanie zieleni oraz pozostałe prace wykończeniowe – opisuje Justyna Góźdź.

Pierwszy amfiteatr na Tatarach powstał w połowie lat 70–tych XX wieku. Plenerowy obiekt mógł pomieścić wtedy ok. 300 widzów. Niestety, później podpadł w ruinę. Przebudowa, a w zasadzie budowa całkowicie nowego obiektu w miejscu, gdzie znajdował się stary, ruszyła wiosną tego roku.

– Po zakończeniu przebudowy, co nastąpi w lutym 2027 roku, będzie to nowoczesna, bezpieczna i dostępna przestrzeń do organizacji koncertów, warsztatów oraz wydarzeń kulturalnych i integracyjnych – zapowiedział temu Tomasz Fulara, zastępca prezydenta Lublina.

Dzielnicowi radni chcą, aby amfiteatr trafił w ręce Domu Kultury Bronowice (filia przy ul. Hutniczej). Deklarują jednocześnie wsparcie finansowe dla funkcjonowania obiektu. – Na organizowanie wydarzeń dla mieszkańców w nowym amfiteatrze chcemy przekierować środki, którymi dysponujemy w ramach rezerwy celowej – deklarował na łamach Kuriera Józef Nowomiński, przewodniczący Rady Dzielnicy Tatary. – Pierwotnie myślałem, że inauguracja nowego rozdziału w historii obiektu odbędzie się latem 2027 r., ale deklarowane przez wykonawcę przyśpieszenie prac oznacza, że możemy myśleć o tym już np. podczas długiego majowego weekendu 2027 r.

Umowę na wykonanie robót miasto podpisało ze spółką Garden Designers na prawie 6,28 mln zł.

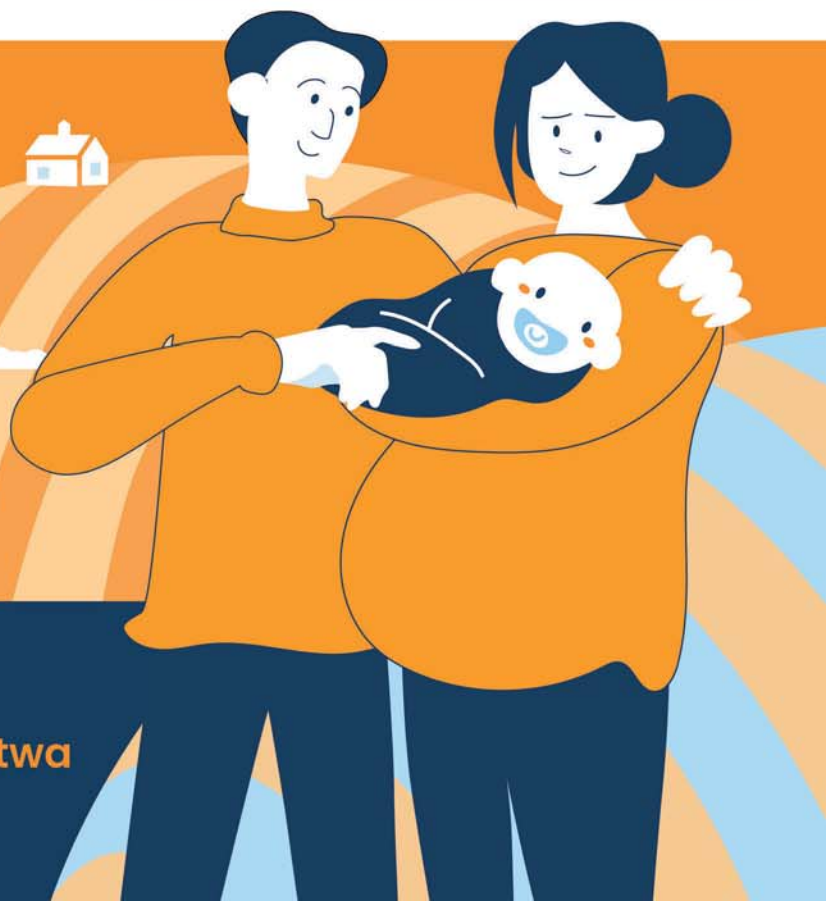
REKLAMA 0011548563

Ochrona ludności i obrona cywilna

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji

MINUTA DLA TWOJEGO BEZPIECZEŃSTWA

Znasz sygnały alarmowe?
Wiesz, gdzie się schronić?
Jak spakować plecak ewakuacyjny?
Jak reagować na zagrożenia?



TVP 1

Oglądaj program
Minuta dla Twojego bezpieczeństwa
sobota 14:15, niedziela 18:25

eprasa.pl 76289461da

FOKUS

• **73 proc. Polaków korzysta z portali społecznościowych** – wynika z badania IBRiS dla PAP. Najpopularniejszy jest Facebook

AFERA ZONDACRYPTO

Śledztwo w sprawie Zondacrypto nabiera tempa, są kolejne zatrzymania

Po piątkowej burzy w Sejmie dotyczącej Zondacrypto, prokuratura podejmuje kolejne kroki w śledztwie. W sobotę policjanci zatrzymali na terenie woj. śląskiego Romana Ż.

Karolina Wrońska

W piątek Sejm nie odrzucił trzeciego prezydenckiego weta ws. ustawy o rynku kryptoaktywów. Premier Donald Tusk głosowanie przeciwko ustawie nazwał „samobójstwem politycznym". Ujawnił też fragment zeznań głównego świadka w aferze Zondacrypto.

Przed głosowaniem nad trzecim prezydenckim wetem ws. ustawy o rynku kryptoaktywów premier z mównicy sejmowej odniósł się do śledztwa ws. giełdy kryptowalut Zondacrypto. Powiedział o „szokującej infiltracji środowisk politycznych przez ludzi zaangażowanych w ten proceder".



FOT. PAP/ART SERVICE

W sobotę na terenie woj. śląskiego zatrzymany został Roman Ż., wieloletni wspólnik zaginionego Sylwestra Suszka

Głosowanie przeciwko ustawie nazwał „de facto samobójstwem politycznym". Dodał, że „działalność ludzi zaangażowanych w proceder Zondacrypto, szczególnie gdy nie jest to uregulowane, to główne źródło finansowania aktów sabotażu". Zwracając się do polityków PiS, premier powiedział: – Jeśli nie jesteście trzymani za gardło przez tych ludzi, to zagłosujcie za tą ustawą – powiedział. – To, że ludzie Zondacrypto od dłuższego czasu wpływali, czy próbowali wpływać na działania waszego rządu, waszych instytucji, nie ulega wątpliwości – dodał.

Do słów Tuska odniósł się także na antenie Telewizji Republika Zbigniew Ziobro, były szef MS, który przebywa obecnie w USA. Oświadczył, że nigdy nie rozmawiał z szefem Zondacrypto Przemysławem Kralem nawet telefonicznie. Przyznał, że Kral chciał się z nim spotkać w czasie, gdy on przebywał w Budapeszcie, lecz dwukrotnie odmówił mu takiego spotkania. Wyjaśnił, że w międzyczasie dowiedział się, iż firma Zondacrypto „uczestniczyła w procesie legislacyjnym w Sejmie". Zastrzegł, że (ta) okoliczność nie została przekazana wtedy, kiedy środki zostały przeznaczone i przelane na fundację.

Z kolei prezes PiS Jarosław Kaczyński powiedział, że nie bierze pod uwagę tego, co Donald Tusk mówił przed głosowaniem ws. prezydenckiego weta do ustawy o rynku kryptoaktywów. Tam były kłamstwa - oświadczył szef PiS. Według niego, wypowiedź premiera, to element operacji, której celem jest kompromitacja prawicy.

Rzecznik rządu Adam Szłapka argumentował, że premier Donald Tusk ujawnił informację dot. śledztwa Zondacrypto, bo wymaga tego interes i dobro państwa. - Jak wiemy, kryptowaluty są wykorzystywane także w transakcjach pomiędzy osobami odpowiedzialnymi za sabotaż. Wykorzystują to obce służby - powiedział Szłapka. Zaznaczył, że premier otrzymał informacje dot. śledztwa od Prokuratora Generalnego Waldemara Żurka na podstawie ustawy o prokuraturze.

Śledztwo ws. Zondacrypto zostało wszczęte przez Prokuraturę Regionalną w Katowicach w kwietniu pod katem oszustw znacznej wartości i prania brudnych pieniędzy. Dotychczas wpłynęło kilka tysięcy zawiadomień o przestępstwie. W sierpniu śledztwo ws. Zondacrypto połączono ze śledztwem ws. zaginięcia Sylwestra Suszka, które prowadzi delegatura Prokuratury Krajowej w Katowicach. Suszek to założyciel giełdy kryptowalut BitBay, czyli poprzedniczki Zondacrypto. Zaginął w marcu 2022 r. Ostatni raz był widziany na stacji paliw należącej do Mariana W. ps. „Maniek".

Następcą Suszka został Przemysław Kral - obecnie kluczowa postać w śledztwie dot. upadku giełdy kryptowalut. Pod koniec sierpnia media podały, że Kral współpracuje z prokuraturą, chcąc uzyskać statusu tzw. małego świadka koronnego (osoba mająca ten status może skorzystać z nadzwyczajnego złagodzenia kary za przestępstwa popełnione wraz z innymi, pod warunkiem współpracy z organami ścigania). **PAP**

CZĘSTOCHOWA

Prezydent obecny na dożynkach na Jasnej Górze

oprac. Karolina Wrońska

Rolnicy są gwarancją bezpieczeństwa żywnościowego Polski, bez którego nie ma suwerenności państwa – powiedział w niedzielę prezydent Karol Nawrocki podczas dożynek na Jasnej Górze.

Nawrocki w swoim przemówieniu na Jasnej Górze podkreślił, że wieś jest ważnym elementem społeczeństwa obywatelskiego, a rolnicy dostarczając wysokiej jakości żywność, są gwarancją bezpieczeństwa Polski. – Bezpieczeństwa żywnościowego, bez którego nie ma suwerenności. Bowiem każde państwo, aby być bezpieczne, musi zapewnić zdrową, pewną żywność wszystkim obywatelom – powiedział prezydent.

Przypomniał też, że złożył inicjatywę ustawodawczą „o zakazie sprzedaży polskiej ziemi i wydłużeniu tego zakazu na lat 10". – Ta inicjatywa przeszła przez polski parlament, choć niestety została obcięta, wykastrowana także przez tych, którzy powinni o polską wieś dbać.

BIAŁYSTOK

Andrzej Poczobut o powrocie na Białoruś

oprac. Karolina Wrońska

Andrzej Poczobut nie zmienia swoich planów powrotu na Białoruś. – Jadę do domu – powiedział w sobotę po posiedzeniu Rady Naczelnej Związku Polaków na Białorusi.

Planowany na połowę września zjazd Związku Polaków na Białorusi ze względów bezpieczeństwa nie odbędzie się w tym terminie; został przeniesiony na marzec 2027 r. – poinformowała w sobotę prezes ZPB Andżelika Borys.

Andrzej Poczobut, który wyszedł na wolność w kwietniu, powiedział, że planuje wyjazd na Białoruś już w przyszłym tygodniu. – Proszę sobie wyobrazić, ile sił Polska oddała na wsparcie mniejszości polskiej na Białorusi, ile sił oddano na wspieranie Związku Polaków na Białorusi w ciągu tych wszystkich lat. Ja tam jadę nie z motywów osobistych. To jest sprawa, której poświęciłem znaczącą część swojego życia, i chcę, by ta sprawa funkcjonowała, by związek się rozwijał – podkreślił.

KRÓTKO

Opolskie

Wznowiono dostawy wody w Komorznie

Po czterech i pół miesiąca przerwy pierwsi mieszkańcy Komorzna mogą korzystać z wody dostarczanej przez wodociąg do mycia i celów spożywczych. Mieszkańcy lewostronnej części miejscowości nadal korzystają z beczkowozów. W połowie kwietnia mieszkańcy Komorzna zauważyli zmianę koloru i zapachu wody. Woda w wodociągu była skażona zakazanym do stosowania na terenie UE od 2020 roku środkiem owadobójczym zawierającym chloropiryfos – substancję mającą szkodliwy wpływ na układ nerwowy ludzi. Sprawcy, który wprowadził do wodociągu truciznę, grozi kara do 8 lat więzienia.

Łódzkie

Prezydent Sieradza dołączył do Morawieckiego

Paweł Osiewała, prezydent Sieradza, przystąpił do stowarzyszenia Rozwój Plus – poinformował w sobotę lider formacji Mateusz Morawiecki. Dodał, że razem z Osiewałą będą pracować nad programem dla średniej wielkości miast. – Ten program (ogłosimy – PAP) już wkrótce, za kilka tygodni. Razem będziemy w stanie zmieniać naszą rzeczywistość tak, żeby Polska była najlepszym miejscem do życia – mówił b. premier.

Bezpieczeństwo

Wojsko podejrzewało naruszenie przestrzeni

Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych poinformowało w niedzielę po południu o prowadzonych czynnościach sprawdzających w związku z podejrzeniem naruszenia przestrzeni powietrznej Polski. Jak się okazało, sygnały zarejestrowane przez systemy radiolokacyjne były efektem przelotu dużego stada ptaków.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Jedyny język, jaki rozumieją Donald Tusk i Władysław Kosiniak-Kamysz to szczekanie psów z Kłodzka

DOMINIKA CHOROSIŃSKA
posłanka PiS

eprasa.pl 76289461da

ROSJA / USA

Po wizycie wysłanników Donalda Trumpa na Kremlu

oprac. Anna Nagel

Specjalni przedstawiciele prezydenta USA Donalda Trumpa – Steve Witkoff i Jared Kushner w sobotę spotkali się na Kremlu z przywódcą Rosji Władimirem Putinem.

„Obie strony omówiły znaczące plany na następne kroki, które zostaną ogłoszone w nadchodzących tygodniach" - przekazał w oświadczeniu mediom przedstawiciel administracji USA. Potwierdził przy tym, że Witkoff i Kushner wezmą następnie udział w rozmowach w Kijowie w niedzielę i mają nadzieję na „równie produktywne spotkania".

To jak dotąd jedyny komunikat Waszyngtonu po sobotniej wizycie specjalnego wysłannika ds. misji pokojowych oraz zięcia prezydenta.

Kushner i Witkoff dotąd nie skomentowali rozmów. Na początku spotkania na Kremlu Witkoff powiedział Putinowi, że czekając na niego, rozmawiał z Kushnerem o tym, że na emeryturze ciepło będzie wspominał swoje rozmowy z rosyjskim przywódcą.



PAP/EPA/MIKHAIL METZEL / SPUTNIK / KREMLIN

Władimir Putin podczas rozmowy z wysłannikami amerykańskiego prezydenta – Stevem Witkoffem i Jaredem Kushnerem

Komunikat Kremla

Kreml poinformował w sobotę późnym wieczorem, że Władimir Putin odbył „niezwykle szczere" rozmowy z wysłannikami prezydenta USA Steve'em Witkoffem i Jaredem Kushnerem na temat sposobów zakończenia wojny na Ukrainie, podczas których Amerykanie zaproponowali „szereg pomysłów".

„Amerykańscy przedstawiciele skrupulatnie przygotowali się do tej podróży. Nie tylko potwierdzili swoje zwyczajowe zainteresowanie szybkim zakończeniem działań wojennych, ale także przedstawili szereg pomysłów na możliwe ścieżki dojścia do porozumienia" – powiedział dziennikarzom doradca Kremla Jurij Uszakow.

„Rozmowa była konstruktywna, niezwykle szczera i oparta na zaufaniu" – dodał Uszakow.

Kirił Dmitrijew, doradca Władimira Putina ds. inwestycji i współpracy gospodarczej, ocenił wizytę specjalnych wysłanników prezydenta USA w Moskwie jako „ważną wizytę pokojową". W sobotę późnym wieczorem, po trzygodzinnej rozmowie na Kremlu z przywódcą Rosji, amerykańscy negocjatorzy zostali odwiezieni na lotnisko Wnukowo.

W związku z rozmowami Putin polecił w sobotę wstrzymać na trzy dni, do poniedziałku, ataki na Kijów. Prezydent Zełenski zapewnił, że jeżeli Rosjanie będą się trzymać tej deklaracji, Ukraina nie będzie w tym czasie atakować Moskwy.

Rozmowy o sankcjach

Według portalu Axios, tematem sobotnich rozmów w Moskwie były prawdopodobnie m.in. sankcje wobec Rosji. Według portalu wskazuje na to fakt, że wysłannikom towarzyszył podczas wizyty w stolicy Rosji Gene Lange, starszy doradca w Departamencie Skarbu USA, pełniący obowiązki „szefa do spraw sankcji".

„Lange uczestniczył we wstępnym spotkaniu z doradcą Putina Kiriłłem Dmitrijewem, ale nie wziął udziału w spotkaniu z Putinem" – napisał Axios.

Portal przypomniał, że w ubiegłym tygodniu minister finansów USA Scott Bessent spotkał się z ministrem finansów Rosji Antonem Siłuanowem podczas rozmów w formacie G20 w Asheville w Karolinie Północnej i oświadczył wówczas, że Stany Zjednoczone nie złagodzą sankcji, jeśli Rosja nie zakończy wojny z Ukrainą.

NEPAL

Cuda się zdarzają. Dwie osoby odnalezione żywe dziesięć dni po powodzi

oprac. Anna Nagel

Po 10 dniach od katastrofalnej powodzi w Nepalu, służby ratunkowe odnalazły w sobotę dwie żywe osoby: obywatela Chin z tunelu hydroelektrowni na rzece Trisuli, a także kobietę z domu w mieście Nuwakot.

– Z tunelu właśnie wydostano obywatela chińskiego – powiedział rzecznik sił zbrojnych Raja Ram Basnet, dodając, że mężczyzna przechodzi obecnie badania lekarskie.

Z nagrań wynika, że Chińczyk został ewakuowany śmigłowcem, a podczas lotu czuwał nad nim lekarz. Kobietę przetransportowano śmigłowcem do stolicy Nepalu, Katmandu.

Dzień wcześniej z tego samego, liczącego 225 m tunelu na Trisuli, udało się wydostać dwóch obywateli Nepalu, 30-letniego Sanjaya Saha oraz 45-letniego Kabira Maharjana.

– (W momencie katastrofy) było nas (w tunelu) co najmniej czterdziestu–czterdziestu pięciu – powiedział Sah mediom nepalskim.

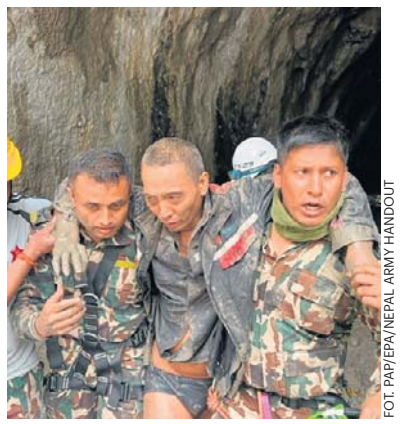
Według władz Nepalu za zaginionych uznaje się około 900 robotników, którzy pracowali przy budowie lub na terenie 12 elektrowni wodnych. Nadal trwają próby wydostania kolejnych przez ratowników z Nepalu, Chin i Korei Południowej.

Katastrofa po oderwaniu się fragmentu lodowca

26 sierpnia oderwanie się fragmentu lodowca sprawiło, że potężne masy wody i niesionego nimi gruzu zeszły korytami rzek Bhote Koshi i Trisuli, pustosząc całe doliny zarówno po nepalskiej, jak i chińskiej stronie granicy.

Według najnowszych oficjalnych danych zginęło co najmniej 1318 osób (1287 w Nepalu i 31 w Chinach), a około 5,6 tys. uznaje się za zaginione. Straty materialne po kataklizmie szacowane są w Nepalu na ponad 2,5 mld dolarów.

PAP



FOT. PAP/EPA/NEPAL ARMY HANDOUT

Obywatel Chin został uratowany żywy ponad tydzień po powodzi na granicy nepalsko-tybetańskiej

ISLANDIA

Manewry wojskowe NATO bez udziału wojsk USA

oprac. Anna Nagel

Amerykańskie okręty ani samoloty nie wzięły udziału w w tegorocznych manewrach NATO Northern Viking, zorganizowanych w pobliżu Islandii. W ćwiczeniach wzięła udział m.in. Polska.

Jak ocenił portal Politico, brak sił USA jest znaczącą zmianą w przypadku ćwiczeń, w których przez dziesięciolecia kluczową rolę odgrywali Amerykanie. Tym razem siły Sojuszu były dowodzone przez francuskiego kontradmirała Nicolasa Molitora, a większą rolę przejęli europejscy członkowie NATO i Kanada.

W manewrach uczestniczyły m.in. niemieckie samoloty rozpoznawcze, kanadyjskie okręty wojenne i belgijskie myśliwce. Siły sojusznicze ćwiczyły m.in. wykrywanie i śledzenie rosyjskich okrętów podwodnych.

- Widzimy, jak Europa i Kanada przejmują inicjatywę, i widzimy to dosłownie tutaj, na Islandii – powiedział Politico dyrektor generalny ds. obrony w islandzkim MSZ Jonas Allansson.

Amerykanie nie wycofali się całkowicie z przedsięwzięcia. Personel US Navy pomagał w planowaniu ćwiczeń, a amerykańskie ekipy budowlane pracują przy rozbudowie infrastruktury wojskowej na lotnisku w Keflaviku.

W Northern Viking 2026 uczestniczyła również Polska. Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych informowało, że w manewrach brał udział polski niszczyciel min ORP Mewa oraz żołnierze Polskiego Kontyngentu Wojskowego KORMORAN 2026.

INDONEZJA

Sparaliżowane lotniska i odwołane lekcje po wybuchu wulkanu

oprac. Anna Nagel

Pięć lotnisk w Indonezji, w tym główny port lotniczy w Dżakarcie, zawiesiło w niedzielę działalność z powodu chmury pyłu po erupcji wulkanu Anak Krakatau – poinformowało indonezyjskie ministerstwo transportu.

Odwołano ponad 200 rejsów, w tym kilkadziesiąt międzynarodowych. Tysiącom podróżnych oczekujących w portach lotniczych zapewniono posiłki, napoje oraz transport autobusowy do hoteli.

Do erupcji doszło w piątek. Według danych indonezyjskiej agencji meteorologicznej BMKG, słup pyłu osiągnął wysokość do 6 km po stronie wyspy Jawa oraz do 15 km po stronie Sumatry. Agencja geologiczna odnotowała ciągłą aktywność sejsmiczną, wywołaną przesuwaniem się magmy. Ostrzegła też o możliwości dalszych wybuchów.

W reakcji na opad popiołu władze podjęły decyzję o odwołaniu zajęć w części szkół. Lokalni rybacy powstrzymali się od wypływania w morze, natomiast ruch promowy w Cieśninie Sundajskiej odbywa się normalnie, przy zachowaniu 3-kilometrowej strefy bezpieczeństwa wokół wulkanu.

W celu szybszego oczyszczenia atmosfery z pyłu państwowa agencja ds. łagodzenia skutków katastrof (BNPB) zapowiedziała przeprowadzenie operacji zasiewu chmur.

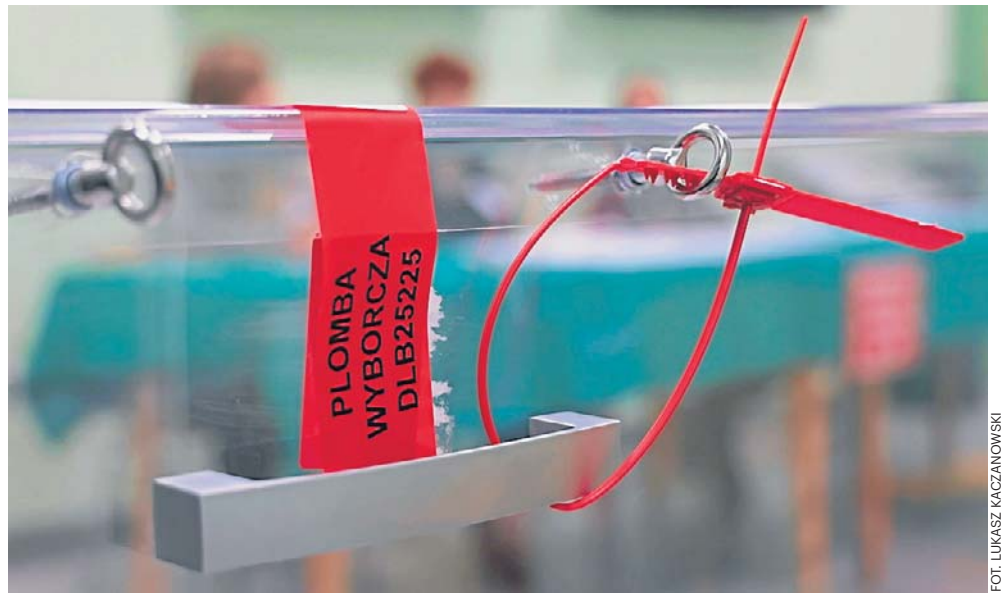
Wulkan Anak Krakatau („Dziecko Krakatau"), położony w cieśninie między Jawą a Sumatrą, to jeden z najaktywniejszych wulkanów na świecie.

eprasa.pl 76289461da

SAMORZĄDY

Ochrona przed patologią czy zamach na samorządność?

– Od weryfikacji i przerywania złych rządów są obywatele, a nie posłowie, senatorowie czy prezesi partii, którym przeszkadza, że od trzydziestu lat ich kandydat nie może wygrać wyborów lokalnych – mówi prof. Mariusz Bidziński z Uniwersytetu SWPS



FOT. ŁUKASZ KACZANOWSKI

Ostatnie wybory samorządowe odbyły się w kwietniu 2024 roku. Kadencje są pięcioletnie, więc następne odbędą się w 2029 r.

Tomasz Dereszyński

Panie Profesorze, zacznijmy od fundamentalnego argumentu, który od ponad stu pięćdziesięciu lat porządkuje myślenie o władzy. Słynna teza Lorda Actona głosi: władza korumpuje, a władza absolutna korumpuje absolutnie. Czy brak ograniczeń kadencyjnych w samorządach nie prowadzi wprost do realizacji tego czarnego scenariusza? Moje obawy na polskim podwórku są jasne – bez ustawowego limitu dochodzi do zabetonowania lokalnych układów, powstawania klik, a w skrajnych przypadkach do jawnej korupcji. Dwukadencyjność to konieczny bezpiecznik.

To nośne, publicystyczne hasło, które świetnie brzmi, ale w rzeczywistości jest głęboko szkodliwe. Wprowadzanie limitu dwukadencyjności dla organów wykonawczych w samorządzie terytorialnym budzi moje istotne wątpliwości zarówno co do podstaw faktycznych, jak i z punktu widzenia konstytucyjnego. To jest ewidentne ograniczenie samodzielności i samorządności społeczności lokalnej. Na jakiej podstawie odgórnie decydujemy, co jest dobre dla mieszkańców?

Chociażby na podstawie obrony przed „wiecznymi włodarzami". W mniejszych gminach ryzyko zabetonowania sceny i powstania układu klientelistycznego na piętnaście czy dwadzieścia lat jest niezwykle realne. Długa władza sprawia, że instytucje przestają służyć ludziom, a ludzie zaczynają służyć instytucjom. Rotacja elit przynosi świeże pomysły, zapobiega zmęczeniu władzą i oderwaniu od rzeczywistości. Co w tym złego, że państwo przeciwdziała takim patologiom?

Złem jest stosowanie odpowiedzialności zbiorowej. Jeśli w jakiejś gminie przez dwadzieścia lat powstał układ patologiczny, to ustawodawca przerzuca ten zarzut na wszystkie pozostałe jednostki w Polsce, gdzie żadnych patologii nie ma, a włodarz po prostu robi świetną robotę. Przecież podstawą demokracji jest to, że o wyborze decydują lokalni mieszkańcy, a nie politycy z Warszawy. Jeśli obywatele są zadowoleni ze swojego wójta czy burmistrza, to dlaczego na siłę, sztucznymi barierami instytucjonalnymi, mamy im go zabierać? To wyraz braku zaufania do inteligencji wyborców.

Ale czy naprawdę wierzy Pan, że w małej społeczności lokalny obywatel ma realną siłę, by bez pomocy ustawy rozbić zabetonowany układ?

Oczywiście, że ma. Od weryfikacji i przerywania złych rządów są obywatele, a nie posłowie, senatorowie czy prezesi partii, którym przeszkadza, że od trzydziestu lat ich kandydat nie może wygrać wyborów lokalnych. Mieszkańcy mają do dyspozycji realne instrumenty: mogą po prostu nie zagłosować na dotychczasowego wójta w kolejnych wyborach, mogą wybrać radę gminy będącą w kontrze do organu wykonawczego, a wreszcie mają instytucję referendum odwoławczego, czego świetnym przykładem były niedawne wydarzenia w Krakowie.

Referenda bywają trudne do przeprowadzenia i kosztowne. Może więc rozwiązaniem pośrednim byłoby to, co znamy m.in. z niektórych stanów w USA – limit kadencji pod rząd, ale z możliwością powrotu do kandydowania po jednej kadencji przerwy? Taka pauza dałaby wspomniane „przewietrzenie" i czas na odpoczynek.

Taki model – dwie kadencje, przerwa i możliwość ponownego startu – jest już bardziej racjonalny i wart rozważenia. Natomiast największym problemem obecnej sytuacji jest całkowity brak logiki i spójności systemowej. Wprowadzono limit dwukadencyjności wyłącznie dla organów wykonawczych samorządów, nie opierając tej decyzji na jakichkolwiek badaniach naukowych, analizach ekonomicznych, społecznych czy prawnych. To była decyzja czysto polityczna, a nie przemyślana reforma prawa. Dlaczego ograniczamy tylko wójtów, burmistrzów i prezydentów, a pomijamy starostów czy marszałków województw?

Jeśli więc dwukadencyjność jako zasada ma u nas pozostać, to Pana zdaniem należy ją rozszerzyć również na inne grupy, na przykład na parlamentarzystów?

Dokładnie tak. Skoro wnioskodawcy twierdzą, że limitowanie kadencji jest jedynym lekiem na kolesiostwo, układy i betonowanie sceny, to bądźmy konsekwentni i zastosujmy to systemowo w całym państwie. Wprowadźmy limit maksymalnie dwóch kadencji dla posłów, senatorów, a nawet ministrów. Co więcej, moim zdaniem to właśnie na poziomie parlamentarnym zjawiska patologiczne, betonowanie układów i dbanie o własne interesy są znacznie większe i groźniejsze niż w samorządach. W małej polityce lokalnej PiS, PO i PSL i inne partie potrafią świetnie współpracować przy konkretnych projektach, podczas gdy na szczeblu centralnym mamy do czynienia z nieustanną, niszczącą wojną partyjną.

W parlamencie rotacja jednak następuje przy każdych wyborach.

Ale liderzy i układy personalne pozostają bez zmian od lat. Co ważne, na posłów i senatorów nie mamy takiego „trzymania" jak na samorządowców. Sejmu i Senatu nie da się odwołać w trakcie kadencji za pomocą referendum obywatelskiego. Jeśli więc ktoś w Polsce jest naprawdę nieusuwalny przez czas trwania mandatu, to właśnie politycy w Warszawie. Ograniczenie im kadencji do np. maksymalnie ośmiu lat zmusiłoby ich do realnej pracy nad obietnicami wyborczymi, bo wiedzieliby, że ich czas jest policzony. To mógłby być skuteczny bat na polityków i szansa na zakończenie trzydziestoletniej wojny polsko-polskiej.

Skoro krytykuje Pan brak logiki w zmianach samorządowych, to jak ocenia Pan wydłużenie kadencji samorządowej z czterech do pięciu lat? Przecież to daje włodarzom więcej czasu na realizację trudnych inwestycji.

W dzisiejszych czasach rok to bardzo długo; wszystko dzieje się niezwykle dynamicznie. Uważam, że dotychczasowy okres czteroletni był optymalny. Tłumaczenie tego wydłużenia nakładaniem się kalendarzy wyborczych było całkowicie chybione – w perspektywie kilkudziesięciu lat wybory i tak będą się na siebie nakładać. To kolejny przykład zmian robionych ad hoc, bez systemowej refleksji.

Patrząc na ten chaos legislacyjny, czy receptą nie byłaby po prostu głęboka nowelizacja konstytucji? Może wzorem Stanów Zjednoczonych powinniśmy wprowadzać punktowe poprawki korygujące ustrój?

Zmiany w ustawie zasadniczej można wprowadzać tylko wtedy, gdy po stronie dyskutantów mamy ludzi inteligentnych, merytorycznych i odrzucających czystą politykę. Przy obecnym, skrajnym konflikcie i próbach wprowadzania na siłę systemów quasi-prezydenckich, wiercenie dziur w konstytucji skończy się tylko pogorszeniem sytuacji. Problem zresztą nie leży w samej konstytucji, ale w złej woli polityków, którzy interpretują jej przepisy wyłącznie pod własny, bieżący interes polityczny, ignorując jej treść i intencje twórców.

Może więc błąd tkwi w samym systemie rekrutacji do polityki? Czy nie powinniśmy wprowadzić obiektywnych kryteriów dla kandydatów na posłów czy senatorów, na przykład wymogu wyższego wykształcenia, chociażby prawniczego?

Zdecydowanie nie. Dyplom wyższej uczelni ani nawet tytuł naukowy przed nazwiskiem nie są żadną gwarancją inteligencji, zdolności koncepcyjnych czy umiejętności zarządzania. Często ludzie bez wyższego wykształcenia mają większe doświadczenie życiowe i są bardziej rozgarnięci od profesorów. Jedyne ograniczenie, nad którym poważnie bym się zastanowił, to wiek. Obecna granica 18 lat do Sejmu wydaje się zbyt niska. Podniesienie jej do 25 lub 30 lat mogłoby zagwarantować, że do parlamentu trafiać będą osoby bardziej dojrzałe, odporniejsze na manipulacje i negatywne wpływy polityczne.

Podsumowując: Pana recepta na uzdrowienie samorządu to likwidacja sztucznej dwukadencyjności, ale przy wprowadzeniu pełnej transparentności umów i dokumentów finansowych urzędów w czasie rzeczywistym?

Dokładnie tak. Obywatele muszą mieć bieżący, natychmiastowy wgląd w każdą umowę i każdą wydaną złotówkę z ich podatków, a nie czekać na ujawnienie afer po kilku latach. Pełna jawność powstrzyma patologie znacznie skuteczniej niż zakazy kadencyjne. Jeśli mamy ograniczać kadencje, róbmy to mądrze, systemowo i przede wszystkim zacznijmy od samej góry – od Sejmu i Senatu.

eprasa.pl 76289461da

SPORT NIEOCZYWISTY

„Babka z Pijarskiej” i Madamki. Ubrania z krakowskiej pracowni jak dzieła sztuki

Nazywa się „Babką z Pijarskiej” – po przeprowadzce, bo wcześniej była „Babką ze Stolarskiej”. Dominika Łabędzka o swojej marce Nikado Manufaktura mówi: Tu moda i sztuka, przenikając się, zdobią codzienność, bo codzienność jest nam najbliższa i może być piękna. Salon Nikado Art Couture jest bez wątpienia jednym z najbarwniejszych miejsc w Krakowie

Anna Piątkowska

– Tak sobie wymyśliłam mój świat, że chcę być szczęśliwa. Inna wersja za bardzo mnie nie interesuje – mówi Dominika Łabędzka. – To jest to miejsce. Kiedyś wymyśliłam sobie też, żeby mieszkać w Krakowie lub Sopocie i tak jest – w Krakowie żyję, ale bardzo dużo czasu spędzam też w Sopocie. Jestem szczęśliwa, że tu jestem. Otoczyłam się ludź-mi, których kocham i cenię.



FOT. ANDRZEJ BANAŚ



FOT. ANDRZEJ BANAŚ



FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Dominika Łabędzka w Nikado Art Couture

Kolorowy ptak Krakowa i jej Madamki

– To miejsce, które stworzyłam według własnych zasad, wynikających z moich potrzeb – ponieważ nigdy nie badam rynku, nie zastanawiam się, co jest modne. Każdy, nawet najdrobniejszy projekt, wynika z tego, co mi w danej chwili w duszy gra – mówi Dominika Łabędzka.

Barwy, które królują w salonie przy Pijarskiej, absolutnie nie pozwolą wtopić się w tłum. Stroje, które wyszły z pracowni Nikado i sam salon bardziej przypominają paletę malarską i galerię sztuki niż sklep z ubraniami. Bo i te, które wiszą tu na wieszakach, banalne nie są. Bardziej niż nienagannej figury modelki wymagają odwagi, nawet jeśli – jak najnowszy projekt z pracowni Dominiki Łabędzkiej – to aksamitna mała czarna tłoczona w fantazyjny wzór gorsetu.

– Do kolorów trzeba dojrzeć, ponieważ to, co na siebie wkładamy, ma budzić nasz zachwyt. Tylko nasz zachwyt. To, co powie o nas reszta świata, jest kompletnie bez znaczenia. Oczywiście, miłe są wyrazy uznania, ale to my, patrząc w lustro, mamy widzieć tam milion dolarów.

Jak przyznaje najbardziej kolorowa mieszkanka Krakowa, był czas, gdy sama nosiła wyłącznie czernie i szarości. Dojrzewanie do kolorów było w przypadku Dominiki Łabędzkiej połączone z jej przemianą wewnętrzną.

– Zaczęłam widzieć świat w kolorowych barwach, nie tylko w szarościach i czerniach. W tamtym czasie kupiłam nawet czerwoną sukienkę, ale nigdy jej nie włożyłam. Dziś uważam, że przystoi mi każdy kolor. Wkładam to, w czym się czuję świetnie i w czym dobrze wyglądam.

Wyjątkowe są nie tylko kolory, ale też formy strojów Nikado Manufaktury, ponieważ ich twórczyni hołduje zasadzie, że odzież może być sztuką, podobnie jak osoby, które ją noszą.

„Bliżej mi do sztuki niż do mody”

Do Krakowa przyjechała z Pomorza. Z miłości. – Kraków okazał się hermetycznym miejscem. Postanowiłam więc „toczyć kulkę” na swoich zasadach. Zaczęłam się powolutku rozpychać łokciami, żeby znaleźć miejsce dla siebie. Na początku powstała mała galeryjka na ul. Stolarskiej, a ja stałam się „Babką ze Stolarskiej”. Ale lokal udało mi się zdobyć dopiero w pandemii. Niedawno przeniosłam swój salon na ul. Pijarską, bo tak mi się rozrosły skrzydła, że się już w tej 14-metrowej łupince przy Stolarskiej nie mieściłam. No i tak zostałam „Babką z Pijarskiej”.

Droga prowadząca do własnej marki modowej nie była oczywista. Zanim Dominika Łabędzka otworzyła salon na Stolarskiej w Krakowie (z którego właśnie przeprowadziła się na Pijarską), parała się różnymi zajęciami, ale zawsze gdzieś w tle była sztuka i artystyczne zainteresowania. Szefowa Nikado Manufaktury mówi o sobie, że urodziła się z pędzlem w dłoni i zaznacza, że choć zajmuje się modą, wciąż bliżej jej do sztuki.

Jest malarką po krakowskiej ASP, którą skończyła już jako dorosła osoba. Dziś na malowanie czasu niewiele jej zostaje. Po skończeniu pedagogiki specjalnej przez wiele lat zajmowała się dziećmi i młodzieżą ze szczególnymi potrzebami w klasach integracyjnych. Przez wiele lat była też przedstawicielem medycznym. – Zawsze miałam jakiś oryginalny dodatek, który budził zainteresowanie. Zbierałam więc zamówienia i robiłam je także dla innych. Tak się zaczęła moja modowa droga – wspomina.

Bajecznie kolorowe stroje powstają przy ul. Koszykarskiej. Są tworzone od początku do końca przez ekipę Nikado. A pomysły podpowiada otaczający świat, podróże. Tak powstała choćby ptasia kolekcja, m.in. z jaskółkami. Jeden pomysł rodzi kolejny. – Czasem talent mnie męczy, muszę szybko biec do pracowni, żeby przelać na papier to, co rodzi się w mojej głowie – mówi Dominika.

Madamki od „Babki z Pijarskiej”

Madamki – tak Dominika Łabędzka nazywa swoje klientki, fanki marki. To określenie, które wiele lat temu nadały uczennice swojej nauczycielce języka francuskiego w liceum, w którym uczyła się mama Dominiki. – Ta nauczycielka francuskiego mówiła, że zawsze trzeba być damą: nie wolno chodzić w rozciągniętym szlafroku po domu, trzeba trzymać fason, być jak madame. Uczennice więc nazwały ją Madamka. Znałam tę opowieść od mamy i przyszedł moment kilka lat temu, że do mnie to słowo wróciło. Bardzo cenię moje Madamki, których każde zamówienie jest dla mnie jak wielki komplement i dodaje mi wiatru w żagle.

Madamki tę sympatię odwzajemniają, tworząc całkiem sporą społeczność nie tylko wirtualną. Spotykają się np. na Krakowskich czy Sopockich Chichotach – cyklicznym, towarzyskim spotkaniu łączącym modę i sztukę. Bez wątpienia doceniają też coś, co bije wręcz od twórczyni marki: energię, optymizm, pozytywną energię.

– Lubię tę dziewczynę. Nigdy nie próbowałam robić z siebie kogoś, kim nie jestem. W tym, co robię i co pokazuję, jest dużo szczerości. Oczywiście pretekstem jest moda i to, co robię, ale przy okazji zabieram głos też w innych kwestiach, np. hejtu. Ta praca jest moją pasją, ale to też moje życie. Mówi się, że jak praca jest pasją, to nigdy się nie pracuje. To nieprawda, wtedy się pracuje cały czas, ale to świat, który sobie wymyśliłam – konstatuje Dominika Łabędzka.

eprasa.pl 76289461da

ROMANS

Bo miłość nie zna granic

Walka z władzą, komplikacje i miłość. Historia Bogusia z Białorusi oraz Nairiki z Iranu to gotowy scenariusz na film. Od ślubu przez kamerkę po wyprowadzkę do Poznania. Dziś tu budują swoje życie

Chrystian Ufa

Był rok 2016. Bogdan Ustsinau (po prostu Boguś), młody Białorusin, trafia do Polski. Powoli układa sobie życie. Przełom nadchodzi jednak dwa lata później. Rozstanie z dziewczyną i utrata kontaktu z ojcem sprawiają, że chłopak zdaje sobie sprawę, że został sam jak palec.

Od samotności, przez ciekawość do Iranu

– Pewnego dnia znalazłem w internecie urywki informacji o terrorystach. Zacząłem interesować się wydarzeniami ze Stanów Zjednoczonych – World Trade Center. Pomyślałem: Co motywowało te osoby, żeby poświęcić swoje życie i odebrać je innym? – wspomina Boguś.

Dogłębny research zajął mu trzy miesiące. Książki, filmiki, artykuły. Zdarzył się mu nawet wyjazd do mniejszości żydowskiej w Krakowie. Stwierdził bowiem, że „zawsze blisko wszystkich aktów terrorystycznych był Izrael". Podróż pod Wawel mu jednak nie wystarczyła. Chwilę później znalazł się w samolocie do Izraela. Tam znalazł odpowiedzi na nurtujące go pytania. Przynajmniej tak mu się wydawało.

– We wrześniu 2019 roku napisał do mnie kolega z Białorusi i powiedział: „Słuchaj może pojedziemy do Portugalii". A ja mówię: „Misza, czy nie chcesz pojechać do Iranu?" Po prostu znikąd mi to przyszło do głowy. Poczułem, że muszę się tam znaleźć – opowiada Boguś.

Białorusin pożyczył koledze pieniądze, a Misza nie miał nic do stracenia. Właśnie takiego kompana do przygody potrzebował Boguś. Po zdobyciu wizy – co proste nie było w związku z protestami w Iranie i zestrzeleniem samolotu ukraińskiego nad Teheranem – i po locie do Gruzji czekała ich przeprawa autostopem przez Azerbejdżan aż po sam Iran. Podróż trwała dobę.

– Na miejscu prawie nikt nie mówił po angielsku. Słyszałem: „No Teheran". Mówię: „jak no Teheran?". Była już noc. Z kolegą wyglądaliśmy co najmniej nietypowo. On blondyn, a ja włosy pofarbowane na biało. Wyróżnialiśmy się. Jedna para zatrzymała się na drodze. Łamanym angielskim powiedzieli, że droga jest zablokowana przez śnieg. Iran i śnieg? My myśleliśmy przed wylotem, że będziemy chodzić w krótkich spodenkach. Para odjechała. Co teraz zrobimy? Całe szczęście ci sami ludzie wrócili po około pół godziny. Zapytali nas, czy nie chcemy u nich przenocować. Musieliśmy czmychnąć niepostrzeżenie do domu Shirin i Ali. W końcu tradycja i zwyczaje nie pozwalają na przyjmowanie totalnych nieznajomych.

Para oprócz wykarmienia kupiła podróżnikom karty SIM i bilet na autobus do stolicy Iranu – Teheranu. Na aplikacji do couchsurfingu (oferowania i poszukiwania miejsc na nocleg) Boguś i Misza otrzymali setki propozycji . Wybór padł na Milada.

Gdy ten pracował pewnego dnia przybyszami zajęła się Nairika.

To artystka. Wówczas studiowała w Iranie. Oprócz fotografii zajmuje się malowaniem. W wieku zaledwie 12 lat straciła ojca. Zostały we dwie z mamą. Nie powstrzymało jej to jednak od przeciwstawianiu się władzy i zaangażowania w strajki kobiet w Iranie. Bojowy charakter to kolejna rzecz, która połączyła ją z Bogusiem. On uczestniczył w strajkach przeciwko reżimowi Łukaszenki.

– Wylądowałem w więzieniu wraz z przyjaciółmi. Zrobiliśmy akcję, gdzie po prostu

– Byłem wówczas w pracy, a że pracuję w teatrze i był to czas karnawałowy, więc byłem przebrany za świerszcza. W tym przebraniu obserwowałem transmisję online z własnego ślubu – wyznaje Boguś



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

Jednym z ulubionych miejsc pary są zielone ogródki im. Zbigniewa Zakrzewskiego. Właśnie w tym miejscu zrobiliśmy im zdjęcie

usiedliśmy na placu i karmiliśmy gołębie. By zatrzymać naszą piątkę, przyjechało dwunastu policjantów. Powód? Reżim zdecydował, że nie można się zbierać w grupach więcej niż dwuosobowych. Miało to związek z wyborami w kraju – opowiada Boguś.

Jego przyjaciele zostali w więzieniu na dwie doby, po czym dostali ogromne kary. Chłopak miał więcej szczęścia. Szybko go wypuszczono, gdy policjanci zobaczyli dokumenty, kartę pobytu i dowiedzieli się, że Boguś studiuje w Polsce. Następnym razem na ulicę Białorusin wyszedł wraz ze swoimi krajanami po wyborach.

– Latały granaty, strzelały kule. Byłem dwa dni w Mińsku na tak zwanej wojnie. To były protesty pokojowe. Wiadomo, że nikt nie policzył naszych głosów. Wszyscy widzieli, że Cichanouska wygrała, a Łukaszenko przegrał. Mam w pamięci jak naprzeciwko pokojowego protestu stanęli policjanci uzbrojeni we wszystko, co się da. Ludzie nie wytrzymali zaczęli wyrywać deski z ławek, by się bić. Chcieliśmy zatrzymać tę agresję, jednak było za późno. Niedaleko mnie zabito człowieka. Później dowiedziałem się, że z moim ojcem nie ma kontaktu. On poszedł pomóc protestującym, rozwożąc leki. Agresja się we mnie paliła, przez co byłem bardzo nieuważny. Poszliśmy ze znajomymi do centrum miasta, przyjechały auta, wyskoczyli policjanci. Zacząłem uciekać w złą stronę i napotkałem mur. Najgorsze nie było to, że trafiłem do więzienia, ale to, że biła mnie grupa dwudziestu policjantów. Później byłem bity i czołgany po podłodze w ich busie. Po wszystkim wypuszczono mnie na wolność. Mojego ojca również – wspomina Boguś.

Muzułmanin w stroju świerszcza

Wspólne zwiedzanie miasta nie od razu przerodziło się w zauroczenie. Najpierw była przyjaźń.

– Było mi smutno, gdy z powodu pandemii Covid-19 musieli wyjechać po dwóch tygodniach Myślałam, że już nigdy nie zobaczę Miszy i Bogusia – mówi Nairika Zarandaz.

Narika i Boguś spotkali się dopiero po upływie dwóch lat. W trakcie rozłąki przyszła para pisała nocami na Instagramie.

Tym razem Białorusin nie przyjechał z pustymi rękoma. Przywiózł Nairice jej portret, który namalowała mama Bogusia.

– Był piękny, a ja przeszczęśliwa. Wówczas zaczęliśmy spędzać wspólnie więcej czasu i pojawiły się uczucia. Te zmieniły się w relację, jednak dosłownie chwilę później wybuchła wojna na Ukrainie. Bogdan był zmartwiony, ponieważ ma tam wielu przyjaciół. Postanowił wyjechać z Iranu – tłumaczy Nairika.

Białorusin wrócił do Polski, z której często wylatywał na spotkanie z ukochaną Nairiką. Zafascynowany Iranem napisał pracę magisterską o Santurze (tradycyjny perski instrument) i studiował arabistykę. Największy krok uczynił, jednak gdy zdecydował, że chce sprowadzić Nairikę do Polski. Wymagało to ślubu i zmiany wiary.

– Wzięcie ślubu to był ryzykowny krok. Skok na głęboką wodę. Nikt nie wiedział, czy ślub jakkolwiek nam posłuży, a do tego było to bardzo skomplikowane. W Poznaniu musiałem zrobić testy na obecność narkotyków we krwi i inne różne dziwne rzeczy. W międzyczasie pojechałem do Warszawy, spotkałem się z imamem i przeszedłem na islam. Następnie zebrałem dokumenty i przetłumaczone zawiozłem do Iranu – wspomina Boguś.

Tam na miejscu czekała go rządowa kontrola. Niecodziennie bowiem mężczyzna z zagranicy chce poślubić Irankę. Białorusin po powrocie do Polski dowiedział się, że jest zielone światło na ślub. Para zdecydowała się, by zrobić to online, gdyż dzieliło ich 4 tysiące kilometrów.

eprasa.pl 76289461da



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Boguś i Nairika przez 4 lata byli w relacji na odległość. Regularnie spotykali się ze sobą. Na zdjęciu pobyt w stolicy Gruzji – Tbilisi

– Ciężko to opisać. Byłem wówczas w pracy, a że pracuję w teatrze i był to czas karnawałowy, to byłem przebrany za świerszcza. W tym przebraniu obserwowałem transmisję online z własnego ślubu – wyznaje Boguś.

– Chciałabym być razem w tym momencie. Niestety, było to niemożliwe. Czułam, że czegoś brakuje. Przestrzeń była pusta. Tą pustką była nieobecność Bogdana. Myślałam wówczas, że teraz w tej sukni bardzo chciałabym go zobaczyć. Połączyliśmy się na telefon. Bogdan był bardzo emocjonalny – opowiada Nairika. – Wszystkie formalności zajęły rok. To była bardzo wyboista droga.

– Nie mieliśmy innego wyboru. Z Nairiką wiedzieliśmy, do czego dążymy. Ślub był krokiem do sprowadzenia jej do Polski – dodaje Białorusin.

Zaślubiny nie dały jednak pewności, a dokumenty przez błąd w systemie nie dotarły do ambasady. Boguś musiał osobiście napisać do pani konsul. Wówczas doszło do ataku Izraela na Iran i cała ambasada została ewakuowana. Para przez moment została z niczym, jednak szybki zwrot akcji i przyklepanie dokumentów sprawiły, że wciąż intensywnie tliła się nadzieja.

– Pamiętam pierwszy dzień, gdy obudziłam się w Poznaniu. Nagle zaczęłam płakać. Nie wiem dlaczego. Myślałam sobie: „gdzie ja jestem?”. To była wielka zmiana – wspomina Nairika.

– Pojechałem z dokumentami do urzędu ds. cudzoziemców w Pile. Pani z urzędu stwierdziła, że na moim miejscu nie liczyłaby na to, że dostanę zaproszenie do Polski dla Nairiki. Nie poddałem się. Zacząłem pisać do wszystkich urzędów, gdzie tylko mogłem dotrzeć. Po miesiącu od tej rozmowy dostałem wiadomość, że zaproszenie jest do odbioru – relacjonuje Boguś. – Od razu kupiłem bilet do Iranu i powiedziałem Nairice: szykuj się, bo jesteśmy tak blisko jak nigdy wcześniej. Nadal było jednak napięcie, niepewność i stres.

Ostatnim elementem układanki była wiza. Pierwsza próba: odmowa. Powód? Odległość głowy Nairiki od krawędzi zdjęcia wynosiła pięć milimetrów, a nie trzy. Druga próba: odmowa. Powód? Pani konsul nie uwierzyła w intencje pary. Nairika zbladła. Bogdan się wściekł. W trakcie wielogodzinnej podróży wysmarował dwudziestosiedmiostronicowy list, którego celem było przekonanie pani konsul. W załącznikach były: zdjęcia i wspólne podróże pary. Udało się. W końcu przyszedł ten upragniony moment. Nairika wylądowała w Polsce.

Nowe życie, nowy świat, nowe marzenia

– Pamiętam pierwszy dzień, gdy obudziłam się w Poznaniu. Nagle zaczęłam płakać. Nie wiem, dlaczego. Myślałam sobie: „gdzie ja jestem?”. To była wielka zmiana. Po drodze wydarzyło się wiele wspaniałych rzeczy i poznałam świetnych ludzi. Wiem, że nie jestem sama. Jednak naprawdę tęsknie za domem i rodziną – wyznaje Nairika.

Po czterech latach relacji Boguś i Nairika w końcu byli w tym samym miejscu i w tym samym czasie. Nowe życie, świat i marzenia.

– Zaaplikowałam o rezydencję w Polsce. Wiem, że może to trochę zająć, jednak dopóki nie otrzymam dokumentów – nie mogę pracować. Ostateczny termin wydania decyzji to luty 2027. Do tego czasu nie mogę opuszczać kraju, choć w związku z całą sytuacją wojenną w rodzinnym Iranie chciałabym móc tam pojechać. Gdybym miała pozwolenie, to od razu wsiadłabym w samolot – mówi dziewczyna. – Przez ponad miesiąc nie miałam kompletnie kontaktu ze swoją mamą. W Iranie odcięto internet. Trwały bombardowania Teheranu i wiedziałam, że musi być przerażona. Domyślałam się, że jest bezpieczna, ale nie miałam stuprocentowej pewności. Gdy w końcu rozmawiałyśmy, czułam, że jest wystraszona i bezsilna. Oprócz sytuacji wojennej po prostu za mną tęskni. Moim obecnie największym marzeniem i celem jest to, by sprowadzić ją do Polski. Zasługuje na to. To bardzo ciężko pracująca i kochana kobieta. Ma prawo, by czuć się bezpiecznie.

Historia Nairiki i Bogusia pokazuje jednak, że wszystko w życiu jak i w miłości dzieje się krok po kroku. W oczekiwaniu na dokumenty pobytu rezydenta para układa swoje życie w Poznaniu. Jednym z ich ulubionych miejsc są zielone ogródki im. Zbigniewa Zakrzewskiego. To właśnie tu Nairika siada, by w spokoju tworzyć i rozmyślać nad swoimi przyszłymi pracami artystycznymi. Kompletnie inne otoczenie niż w głośnym Teheranie, gdzie Iranka zbytnio nie wychylała nosa poza mieszkanie. Właśnie w tych zielonych ogródkach zrobiliśmy im zdjęcia. Fotografie, które nie do końca są w stanie oddać walki, łez i wysiłku, które para podjęła, by znaleźć się wspólnie na poznańskim Starym Mieście.

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

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

TATARY ul. Gospodarcza - mieszkanie 24m^2 piętro 3, sprzedam lub zamienię na mieszkanie na parterze. t. 513-190-526

Handlowe

INNE

ODSTĄPIĘ grób na cmentarzu przy ul. Unickiej w Lublinie- blisko kaplicy. Cena 15 tys. zł, 604-129-173

TANIE kołdry puchowe. 534-222-122

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

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

ELEKTRYKA i inne prace/693-051-624

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

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

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

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

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

OGRODNICZE

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

PORZĄDKOWE

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

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

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

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

KRAJ - MORZE

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

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

Różne

STARE książki skup, 881-934-948

Komunikaty

POSZUKUJĘ akta osobowe (lata 1985-91) z Dyrekcji księgarni DOM KSIĄŻKI przy ul. Lotniczej 3 w Lublinie., 886-232-195

Towarzyskie

Ola, 81/744-42-62

REKLAMA 0111562220

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



Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m^2, powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

eprasa.pl 76289461da

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** 10 głównych objawów choroby Alzheimera, które rozwijają się jako pierwsze

PROFILAKTYKA

Co jeść, żeby nie chorować jesienią? Te produkty wzmocnią twoją odporność

To pytanie pojawia się szczególnie w okresie jesienno-zimowym, gdy sezon chorobowy daje się wszystkim we znaki. W jaki sposób możesz pomóc swojemu organizmowi? Sięgaj po pokarmy, które mają dodatkowe walory

Martyna Jaros, Gabriela Fedyk



FOT. 123RF

Cebula i czosnek działają jak naturalne antybiotyki, które pomagają w walce z przeziębieniem i wzmacniają odporność

Układ odpornościowy ma chronić organizm przed czynnikami zewnętrznymi, które mogą powodować choroby i infekcje. Wybierając odpowiednie produkty, dostarczające konkretne składniki odżywcze, możesz:

- wzmacniać naturalną barierę ochronną, np. błony śluzowe przewodu pokarmowego;
- wpływać na aktywność komórek obronnych organizmu, np. limfocyty, makrofagi;
- w pewnym stopniu ograniczać nasilenie stanu zapalnego.

Badania nad wpływem składników pokarmowych, takich jak witaminy, związki mineralne, antyoksydanty i kwasy tłuszczowe, na działanie układu odpornościowego to temat stosunkowo świeży. Wynika jednak z nich jasno – po pewne produkty warto sięgać regularnie nie tylko w okresie jesienno-zimowym, ale przez cały rok.

Choć nie jest możliwe szybkie wzmocnienie układu odpornościowego, to im szybciej zaczniesz wprowadzać kilka zmian w stylu życia, tym szybciej poprawisz swoje ogólne samopoczucie, w tym swoją odporność.

Co zrobić, żeby wzmocnić odporność?

Wprowadź do swojego planu dnia tych kilka zmian:

- stosuj zbilansowaną dietę z dużą ilością świeżej żywności i produktów pełnoziarnistych,
- ruszaj się co najmniej 150 minut tygodniowo,
- staraj się minimalizować stres (stosuj techniki relaksacyjne, medytuj, oddychaj),
- rzuć palenie,
- ogranicz spożycie alkoholu.

W jesienne i zimowe dni warto do codziennego jadłospisu wpleść produkty, które wzmocnią odporność organizmu. Poniżej prezentujemy kilka wybranych.

Miód jest znanym od pokoleń produktem stosowanym w okresie przeziębień. Większość źródeł naukowych oceniających wpływ miodu na układ odpornościowy podaje, że skuteczna dzienna dawka miodu, spożywana przez 2-3 miesiące, mieści się w przedziale od 70 do 120 g (224-384 kcal). Miód należy dodawać do napojów o temperaturze ok. 50 stopni Celsjusza, gdyż substancje o dobroczynnym działaniu zawarte w miodzie nie są odporne na działanie wysokiej temperatury.

Czosnek to podstawowy produkt polecany w kontekście wzmacniania naturalnej odporności organizmu. U osób regularnie konsumujących potrawy z czosnkiem obserwuje się liczniejsze populacje limfocytów. Przy pierwszych oznakach przeziębienia warto skorzystać z tej właściwości czosnku, dodając przeciśnięty przez praskę ząbek do surówki, pasty ze strączków lub mięs. Spore ilości allicyny zawiera także cebula.

Pomarańcze, mandarynki, cytryny i inne owoce cytrusowe. Dostarczają przede wszystkim witaminę C, a także szereg flawonoidów, czyli związków antyoksydacyjnych i olejków eterycznych. Kwercetyna, naringeryna, rutyna i hesperedyna to niejedyne substancje o działaniu przeciwzapalnym, bo limonen, najobficiej występujący związek olejku eterycznego cytrusów, również wykazuje takie działanie. Cytrusy to dobre źródło witaminy C, która chroni przed infekcjami, ale nie skraca znacząco czasu ich trwania.

Maliny są owocami znanymi w medycynie ludowej ze swoich właściwości przeciwzapalnych, które posiadają ze względu na wysoką zawartość substancji antyutleniających: antocyjanów, flawonów, kwasów fenolowych, tanin i beta-sitosterolu. Antocyjany mają działanie hamujące enzymy nasilające procesy zapalne, a witamina C, będąca silnym przeciwutleniaczem, wpływa na działanie limfocytów T. Przeciwwirusowe właściwości malin oraz naparów z liści krzewów malinowych wynikają z zawartości kwasu elagowego.

Na odporność naszego organizmu wpływa styl życia: jakość snu, poziom stresu, aktywność fizyczna, stan jelit, nawodnienie i regeneracja po chorobie. Niezwykle istotna jest również dieta

Imbir. Jego działanie w kontekście układu odpornościowego przypisuje się gingerolom, które są pochodnymi fenoli. Związki te i inne zawarte w imbirze, wpływają hamująco na wydzielanie nadmiernych ilości czynników prozapalnych przez limfocyty T i makrofagi, tym samym regulując odpowiedź układu immunologicznego na patogeny.

Codzienne picie ciepłej wody z tartym imbirem pomaga wzmocnić odporność organizmu, działa rozgrzewająco i przeciwzapalnie.

Marchew, dynia, melon, suszone morele, jarmuż, szpinak. Pomarańczowe owoce i warzywa oraz warzywa liściaste to dobre źródła beta-karotenu w diecie. Beta-karoten jest prekursorem witaminy A, która jest niezbędna w procesie dojrzewania komórek układu odpornościowego.

Wzmacnia skórę, a także błony śluzowe przewodu pokarmowego, które nawet lekko uszkodzone stanowią otwartą furtkę dla drobnoustrojów.

Wysokie spożycie produktów obfitujących w beta-karoten (ok. 30 mg na dobę) wykazuje działanie ochronne na organizm uwarunkowane silnym działaniem antyoksydacyjnym tego związku. By dostarczyć taką ilość beta-karotenu, wystarczy wypić ok. 350 ml jednodniowego soku marchwiowego.

Jogurt naturalny, kefir, maślanka. Fermentowane produkty mleczne produkowane z udziałem konkretnych szczepów bakterii probiotycznych: Lactobacillus, Bifidobacterium oraz Saccharomyces boulardii – mają działanie immunomodulacyjne.

Bakterie probiotyczne m.in.:pobudzają limfocyty T do działania, nasilają produkcję cytokin przeciwzapalnych – cząsteczek, których obecność mobilizuje układ immunologiczny do wzmożonej aktywności, uszczelniają błonę śluzową w obrębie jelit, ograniczają reakcje uczuleniowe, inicjują produkcję przeciwciał chroniących organizm w stanie zagrożenia infekcją.

Tłuste ryby morskie to najlepsze żywieniowe źródła witaminy D oraz wielonienasyconych kwasów tłuszczowych z rodziny omega-3.

Kwasy te działają na komórki układu odpornościowego prawdopodobnie poprzez wpływ na wydzielanie związków odpowiedzialnych za komunikację pomiędzy nimi.

Witamina D działa immunomodulująco, obniża skłonność organizmu do reakcji alergicznych. U osób, które często chorują, stwierdza się w badaniach profilaktycznych niskie, względem zaleceń, stężenie witaminy D we krwi.

eprasa.pl 76289461da

UZDROWISKA

Zachwycający kurort tuż za polską granicą. Warto tu zajrzeć także w weekend

Druskieniki na Litwie od lat przyciągają Polaków szukających odpoczynku i walorów uzdrowiskowych. To miejsce warte polecenia

Patrycja Seklecka

Od lat piękne uzdrowisko Druskieniki kojarzy się Polakom głównie z pobytem sanatoryjnym, który trwa zazwyczaj od 2 do 3 tygodni. Miejscowość jest zachwycająca, a jej klimat, źródła wód mineralnych i pokłady borowiny wykazują korzystny wpływ na poprawę zdrowia – jeśli więc masz dużo wolnego czasu i cierpisz na dolegliwości zdrowotne, możesz śmiało spędzić tam nawet kilka tygodni.

Byłam i sprawdziłam. Spędziłam w mieście niecałe dwa dni, dlatego chętnie opowiem, jak wyglądało to z mojej perspektywy.

Litewskie uzdrowisko odwiedziłam pierwszy raz w życiu. Co mnie zaskoczyło? Na pewno to, jak bardzo „miła dla oka" jest ta miejscowość. Urokliwe, zabytkowe domy mieszają się tu z nowoczesną zabudową, a spacery zielonymi alejkami umilają ustawione co rusz tablice z obrazami Mikołaja Ciurlionisa. Przez cały pobyt w uzdrowisku miałam poczucie, że nawet zwykły spacer nad miejskim jeziorem czy wypoczynek nad Niemnem ma na mnie relaksujący, a nawet „uzdrawiający" wpływ.

W Druskienikach możesz poczuć się jak na wakacjach, jednak czyste powietrze, wszechobecna zieleń i źródełka, w których płyną druskiennickie wody mineralne szybko przypomną ci, że przebywasz w uzdrowisku. To nic złego – wręcz przeciwnie! W końcu kto nie chciałby spędzić weekendu czy urlopu w miejscu, które korzystnie wpływa nie tylko na duszę, ale i ciało?

Ze względu na duże pokłady soli, która idealnie nadaje się do zabiegów leczniczych, Druskieniki są zwane „Miastem Soli".

W sezonie letnim i wiosennym Druskieniki zachwycają morzem kwitnących, kolorowych kwiatów i tętniącymi życiem kawiarenkami. Oferują też wiele atrakcji i rozrywek na świeżym powietrzu, a nawet... stok narciarski, z którego można korzystać przez cały rok!

Kilometry alejek stworzonych do spacerowania i jazdy na rowerze to dopiero początek długiej listy rozrywek, które oferuje litewska perełka. Wystarczy krótki spacer, by zobaczyć architektoniczne perełki uzdrowiskowe, takie jak zabytkowe wille, kościoły i przepiękna cerkiew prawosławna.



FOT. PATRYCJA SEKLECKA

W Druskienikach znajdziesz przepiękne parki i mnóstwo miejsc do aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu

Aktywnościami, które cieszą się największym powodzeniem wśród turystów i kuracjuszy są kajakarstwo, pływanie łodzią czy wędkarstwo. Nawet kiedy pogoda nie sprzyja, w Druskienikach nie da się nudzić.

Słynny aquapark nie jest jedynym miejscem na aktywny wypoczynek pod dachem. Wodny park jest połączony kolejką gondolową z inną atrakcją... Na miejskim wzgórzu, na które można wejść lub wjechać, znajduje się stok narciarski (Snow Arena) z prawdziwego zdarzenia.

Miłośnicy zimowego szaleństwa mogą szusować po śniegu, który nie roztapia się dzięki utrzymywaniu odpowiedniej temperatury w budynku. Jeśli tęsknisz za zimą albo chcesz podszlifować swoje umiejętności poza sezonem, podczas wycieczki do Druskienik nie zapomnij o istnieniu tego miejsca.

Czasem po prostu miło zadbać o siebie – nawet jeśli nie potrzebujesz specjalistycznych zabiegów. Jeśli masz chęć poprawić swoje samopoczucie, możesz zatrzymać się w jednym z wielu hoteli spa (ja miałam okazję odwiedzić Spa Vilnius). Każdy z nich ma bogatą ofertę masaży, leczniczych kąpieli i wielu innych zabiegów. Wyspecjalizowany personel, oczywiście po rozmowie z tobą, pomoże wybrać te, które pasują do ciebie najbardziej.

Głęboko zakorzenione tradycje uzdrowiskowe czuć w mieście na każdym kroku. W Druskienikach od dawna do leczenia i poprawy nastroju wykorzystuje się m.in. wody mineralne, błoto czy... bursztyn, który ma pomagać w poprawie stanu zdrowia osób cierpiących na astmę, reumatyzm, a nawet przyspieszać gojenie ran.

Czasem wystarczy tylko kilka zabiegów, żeby poczuć się o niebo lepiej – jeśli nie dolega ci nic poważnego, nawet krótki pobyt powinien mieć znaczący wpływ na to, jak się czujesz. W takim wypadku moim zdaniem warto wybrać się na wycieczkę do Druskienik nawet na weekend.



FOT. JAMES GATHANY

Jak szybko rozpoznać boreliozę, zanim choroba zniszczy ci układ nerwowy i stawy? Te sygnały powinny niepokoić

CHOROBY ZAKAŹNE

Wakacyjna choroba Polaków. Skutki nieleczonej boreliozy mogą być groźne

Emil Hoff

Co roku mnóstwo Polek i Polaków zapada na boreliozę. Większość z nich ma szczęście i szybko rozpoznaje chorobę dzięki charakterystycznemu objawowi.

Wiele z nas ma za sobą urlopy pełne dłuższych i krótszych wycieczek krajoznawczych, wędrówek po lasach czy spacerów po parkach. Będzie jeszcze zresztą sporo okazji do wypoczynku na łonie natury: pogoda może sprzyjać wycieczkom jeszcze przez cały wrzesień, zaczyna się też na dobre sezon na grzyby.

Niestety, nawet niewinny spacer po lesie, łące czy własnym przydomowym ogródku może skończyć się nieprzyjemnie: ukąszeniem kleszcza. Sezon na kleszcze trwa u nas od wiosny do późnej jesieni i w tym roku niestety tych małych, wrednych pajęczaków też nie zabrakło.

Kleszcze przenoszą bakterie, które mogą stać się przyczyną groźnych infekcji. Do najczęstszych chorób odkleszczowych zaliczana jest borelioza, wywoływana przez bakterie Borrelia garinii i Borrelia afzelii. Co roku w Polsce notuje się dziesiątki tysięcy przypadków zachorowań na boreliozę.

Nieleczona borelioza może mieć bardzo poważne konsekwencje. Należą do nich:

- uszkodzenie układu nerwowego i związane z nim zaburzenia pamięci i koncentracji;
- porażenie mięśni, drętwienie kończyn;
- nieodwracalne i bolesne zmiany w stawach (najczęściej w kolanach);
- zapalenie serca;
- przewlekłe zmęczenie.

Dobra wiadomość jest taka, że jeden objaw zdradza chorobę od razu. Zła taka, że jedna na pięć osób nie dostaje tego objawu i przez to nawet nie wie, że choruje na boreliozę.Objawem, który od razu zdradza, że pacjent ma boreliozę, jest rumień wędrujący: duża (do 30 cm średnicy) czerwonawa plama na skórze, często ciepła w dotyku. W miarę postępów choroby rumień powiększa się, a przy tym starsze części ulegają przejaśnieniu, przez co cała plama przypomina wyglądem tarczę strzelniczą – koncentryczne czerwone kręgi.

Rumień pojawia się od 3 do 30 dni po ukąszeniu kleszcza i zarażeniu boreliozą, najczęściej około tygodnia po zarażeniu. Występuje u ok. 80 proc. pacjentów, jest to więc często pierwszy i bardzo charakterystyczny objaw boreliozy, który pozwala łatwo zidentyfikować chorobę i wdrożyć odpowiednie leczenie.

Około 20 proc. osób nie dostaje rumienia na skutek boreliozy. Choroba wywołuje u nich inne objawy później, czasem nawet po wielu miesiącach. Są nieswoiste i nieprzyjemne. Należą do nich:

- ból głowy i sztywność szyi;
- ból mięśni i stawów;
- zmęczenie;
- dreszcze.

Choć nieleczona borelioza najczęściej ustępuje sama po kilku tygodniach lub miesiącach, może na stałe uszkodzić układ nerwowy, mięśniowy i stawy.

Jeśli po powrocie z wypoczynku na łonie natury, np. wycieczce do lasu na grzyby, spacerze po parku czy łące odczuwasz objawy silnej grypy, udaj się do lekarza. Po teście serologicznym na obecność przeciwciał może się okazać, że to nieswoiste objawy boreliozy, która wystąpiła u ciebie bez rumienia. Wczesne wykrycie pozwala wyleczyć chorobę bez ryzykowania stałego uszczerbku na zdrowiu.

eprasa.pl 76289461da

PROFILAKTYKA

Niektórzy piją te wody bez umiaru, a to fatalny błąd. Mogą być przykre konsekwencje

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Wody lecznicze od lat są jednym z filarów polskiego lecznictwa uzdrowiskowego. Kuracje pitne warto jednak prowadzić według zaleceń lekarza.

W południowej Polsce znajduje się większość krajowych uzdrowisk i miejscowości dysponujących zasobami wód leczniczych. Choć ich właściwości są wykorzystywane w terapii wielu schorzeń, eksperci podkreślają, że nie należy traktować ich jak zwykłej wody do codziennego nawadniania organizmu.

– Wody zdrojowe i lecznicze często traktujemy jak zwykłą wodę mineralną, skoro wypływa ze źródła i ma właściwości zdrowotne. Wydaje nam się, że można ją pić bez ograniczeń. Woda lecznicza jest trochę jak naturalny preparat mineralny – znaczenie ma nie tylko jej skład, ale również dawka. Wody dostępne w miejscowościach uzdrowiskowych mogą zawierać bardzo duże ilości sodu, chlorków, wodorowęglanów, siarczanów, magnezu, wapnia, żelaza, fluorków czy jodków – tłumaczy dietetyk kliniczny, dr Patrycja Kłósek-Bzowska.

Jak dodaje ekspertka, wypijanie ich w dużych ilościach przez cały dzień – zamiast zwykłej wody – nie jest dobrym pomysłem.

– W uzdrowisku naprawdę nie warto urządzać sobie „degustacji bez limitu". Kieliszek czy kubeczek wody leczniczej to jedno, a zastąpienie nią całodziennego nawodnienia zupełnie co innego – zaznacza dr Kłósek-Bzowska.

Szczególną ostrożność należy zachować w przypadku mocno zmineralizowanych wód chlorkowo-sodowych.

– Mogą dostarczać bardzo dużo sodu. Dla zdrowej osoby jednorazowe wypicie takiej wody zwykle nie będzie problemem, natomiast regularne picie jej w dużych ilościach może być niekorzystne szczególnie dla osób z nadciśnieniem tętniczym, skłonnością do obrzęków, niewydolnością serca czy chorobami nerek. To zdecydowanie nie są wody, którymi powinniśmy na co dzień „nawadniać się" jak zwykłą wodą – mówi dr Patrycja Kłósek-Bzowska.

Uważać warto również na wody bogate w siarczany i magnez, ponieważ w większych ilościach mogą działać przeczyszczająco.

– Efektem mogą być biegunka, dolegliwości jelitowe, a przy znacznym spożyciu również zaburzenia gospodarki wodno-elektrolitowej. Co więcej, przyspieszenie pasażu jelitowego może wpływać na wchłanianie niektórych przyjmowanych leków – zaznacza specjalistka.

Osobną grupą są wody zawierające większe ilości jodu czy fluoru. – Tutaj również nie warto kierować się zasadą „im więcej minerałów, tym zdrowiej". Przykładowo wody jodkowe mogą wymagać szczególnej ostrożności u osób z niektórymi chorobami tarczycy – przyznaje dietetyk.

Najważniejsza zasada jest prosta: wody lecznicze, mimo swoich prozdrowotnych właściwości, nie są przeznaczone do picia bez ograniczeń. Każda z nich ma określone wskazania zdrowotne, ale w niektórych przypadkach może również nie być zalecana. Jeśli przy źródle znajduje się informacja dotycząca zalecanej ilości czy sposobu picia, warto jej przestrzegać.



FOT. GETTY IMAGES

Więcej nie znaczy lepiej. Wody lecznicze nie mogą być źródłem codziennego nawadniania

BEZPŁATNE LEKI



FOT. GETTY IMAGES

Rosną koszty programu darmowych leków. Jak wynika z danych Narodowego Funduszu Zdrowia, w 2025 r. państwo wydało na ten cel prawie 10 miliardów złotych

Seniorzy mogą stracić część darmowych leków. Zagrożone 1500 pozycji

Już za miesiąc mają zmienić się zasady, według których dzieci i seniorzy mogą korzystać z bezpłatnych leków. Rozpatrywane są różne warianty.

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Seniorom po 65. roku życia oraz dzieciom i młodzieży do 18 lat przysługują leki w ramach programu refundacyjnego. Aby skorzystać z tego wsparcia, muszą zostać spełnione trzy warunki: pacjent musi należeć do uprawnionej grupy wiekowej, przepisany preparat znajduje się w wykazie „D1" lub „D2" refundowanych leków, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego bądź wyrobów medycznych, określonym w obwieszczeniu ministra zdrowia.

Na wykazie znajdują się między innymi preparaty stosowane w leczeniu alergii, cukrzycy, nadciśnienia, chorób układu oddechowego, wybrane szczepionki. Ponadto można otrzymać leki hormonalne, leki o działaniu przeciwbakteryjnym, przeciwgrzybiczym, przeciwbólowym czy przeciwzakaźnym.

Jak informuje „Gazeta Prawna", Ministerstwo Zdrowia analizuje zmiany, które mogą znacząco wpłynąć na kształt programu bezpłatnych leków dla osób po 65. roku życia. Wśród rozważanych wariantów znalazły się takie, które zakładają wykreślenie z listy nawet ponad 1500 produktów. Nowe zasady miałyby zacząć obowiązywać stopniowo od 1 października 2026 roku.

Powód? Coraz wyższe koszty programu darmowych leków. Jak wynika z danych NFZ, w 2025 r. państwo wydało na ten cel prawie 10 mld zł. Co ciekawe, liczba pacjentów korzystających z bezpłatnych recept wzrosła od 2023 r. jedynie o 4,4 proc., podczas gdy wydatki zwiększyły się aż o jedną czwartą.

Urzędnicy zwracają uwagę, że w ramach programu refundowane są często leki zawierające tę samą substancję czynną, ale sprzedawane pod różnymi nazwami i w bardzo różnych cenach. W praktyce oznacza to, że za podobne leczenie Narodowy Fundusz Zdrowia niekiedy płaci wielokrotnie więcej tylko dlatego, że pacjent otrzymuje droższy preparat.

Symbol S nie wystarczy

Jednym z warunków otrzymania darmowego leku przez seniora jest symbol S na recepcie.

Ponadto przepisany medykament musi się znajdować w specjalnym wykazie leków refundowanych, który ustala Ministerstwo Zdrowia.

Ministerstwo Zdrowia przekonuje, że ewentualne zmiany nie mają polegać wyłącznie na szukaniu oszczędności. Przy aktualizacji wykazu mają być brane pod uwagę nie tylko ceny leków, ale również to, jak często są one stosowane przez pacjentów, czy mają tańsze odpowiedniki oraz jakie znaczenie mają dla bezpieczeństwa lekowego kraju.

Pod uwagę może być brana także produkcja leków w Polsce. Resort chce również odchodzić od stosowania jednej zasady dla całej listy i analizować poszczególne grupy leków oddzielnie. Oznacza to, że inne kryteria mogą zostać zastosowane np. wobec leków kardiologicznych, a inne wobec preparatów stosowanych w leczeniu cukrzycy czy chorób przewlekłych.

Jeśli weźmiemy pod uwagę analizowany wariant C2, liczba produktów objętych analizą spadłaby z 3621 do 3051. Oznacza to usunięcie 570 pozycji, czyli pozostawienie około 84,3 proc. analizowanych produktów. Jednocześnie zachowane zostałyby wszystkie 354 analizowane substancje czynne. Według przedstawionych szacunków taki wariant mógłby przynieść około 440,7 mln zł oszczędności.

Znacznie większą redukcję zakłada wariant F'1. Jak informuje GP, liczba produktów zmniejszyłaby się w nim z 3616 do 2065, czyli zniknęłoby ponad 1500 pozycji. Mimo tak dużego ograniczenia liczby preparatów zachowane miałyby zostać wszystkie z 351 analizowanych substancji czynnych.

eprasa.pl 76289461da

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Masło orzechowe. Czym jest i czy warto uwzględnić je w diecie?

Masło orzechowe, co to takiego?

Masło orzechowe to produkt, który kojarzy się zwykle z menu dla dzieci. Maluchy chętnie sięgają po nie na śniadanie, kolację czy podwieczorek. W Polsce, na sklepowych półkach nie znajdziesz produktu orzechowego ze słowem „masło" w nazwie. Zgodnie z decyzją Trybunału Sprawiedliwości UE z 2017 roku produkty pochodzenia roślinnego nie mogą być określane nazwami przetworów mlecznych. Oficjalna nazwa, pod którą występuje w handlu to krem orzechowy. Wytwarzany jest z nasion orzachy podziemnej (tzw. orzeszków ziemnych), popularny w kuchni amerykańskiej i holenderskiej. Znajduje zastosowanie jako smarowidło do kanapek oraz składnik domowych wypieków.

Jaki jest skład masła orzechowego?

Standardowe masło orzechowe składa się w 90 procentach z orzechów, w 6 procentach z cukru w formie dekstrozy, z olejów roślinnych i soli. Zawartość soli w gotowym produkcie wynosi maksymalnie 1,5 proc. W handlu dostępne jest tzw. naturalne masło orzechowe, wytworzone bez dodatku tłuszczów uwodornionych i innych sztucznych dodatków. Pasta może być zrobiona z różnych orzechów lub ich mieszanek. To od ich rodzaju zależy, jakie właściwości będzie miało konkretne masło orzechowe. Skład, smak oraz konsystencja będą różniły się w kremach z arachidów, migdałów, nerkowców, pistacji czy orzechów laskowych. Niestety, na sklepowych półkach czeka również wiele orzechowych kremów z chemicznymi lub niezdrowymi dodatkami. Tych warto jednak unikać.

Czy masło orzechowe ma działania prozdrowotne?

Orzechy, z których powstają masła orzechowe, są cennym źródłem białka roślinnego oraz błonnika. Znajdziemy w nich aminokwas l-argininę, który jest przekształcany w organizmie do tlenku azotu, który rozszerza naczynia krwionośne i obniża ciśnienie krwi. Zawierają dużo kwasów tłuszczowych jednonienasyconych i niezbędnych wielonienasyconych kwasów tłuszczowych (NNKT). Obniżają one tzw. zły cholesterol (cholesterol-LDL) i podnoszą dobry (cholesterol-HDL). Witaminy z grupy B zapewniają prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego. Z kolei witamina E przeciwdziała starzeniu się organizmu ze względu na swoje właściwości antyoksydacyjne. Masła orzechowe są także bogate w kwas foliowy. Jest on wyjątkowo ważny dla kobiet w ciąży. Warto też wspomnieć o zawartych w masłach orzechowych składnikach mineralnych, w tym żelazie, potasie, wapniu, cynku czy selenie.

Czy masło orzechowe można przygotować samodzielnie?

Przyda się do tego wysokoobrotowy blender lub malakser. Możemy wzbogacić je o dodatkowe smaki, na przykład kakao, cynamon czy wanilię, a także sami zdecydować, czy będzie gładkie, czy z chrupiącymi kawałkami. Najlepiej kupić orzechy w łupinkach i samodzielnie je wyłuskać, zostawiając bogatą w przeciwutleniacze brunatną skórkę. Jeśli kupujemy już obrane orzechy, zwróćmy uwagę na dodatek soli i oleju. Unikajmy przeterminowanych, z plamkami i zaczynających pleśnieć.
Orzechy możemy wcześniej delikatnie uprażyć dla smaku, choć surowe będą zdrowsze.

Do czego można wykorzystać masło orzechowe?



FOT. PIXABAY

To wszechstronny składnik, który można wykorzystać w różnorodnych potrawach. Doskonale sprawdza się jako dodatek do pieczywa, np. na kanapkach czy tostach.
Można je również wykorzystać do wypieków, takich jak ciasteczka, brownie czy muffiny. Jako dodatek do smoothie, owsianki czy jogurtu, nada im kremową konsystencję i bogaty smak.
Można je również wykorzystać w daniach na słono, np. jako składnik sosów, dressingów czy dipów. Wprowadzenie masła orzechowego do diety może być nie tylko smacznym, ale także zdrowym rozwiązaniem, szczególnie dla osób aktywnych fizycznie, szukających wartościowych przekąsek.

Opr. Ola Glowacka

DIETA

W 100 gramach orzechów znajduje się ponad 700 kalorii. Są idealne w diecie ketogenicznej

Te egzotyczne orzechy cieszą się coraz większą popularnością. Charakteryzują się kremowym, lekko maślanym smakiem i są cenione za swoje właściwości zdrowotne.

Oprac. Ola Głowacka

Badanie SW Research przeprowadzone w lipcu 2026 roku na zlecenie kampanii Pokochaj Makadamię pokazuje, że świadomość żywieniowa Polaków zmienia się. Wiele osób zwraca uwagę nie tylko na kalorie, ale również na wartość odżywczą.

Do niedawna tłuszcz oznaczał dla diety zagrożenie związane z kaloryką produktów. Nie bezpodstawnie, gdyż jeden gram tłuszczu dostarcza około 9 kcal, a więc ponad dwa razy więcej niż taka sama ilość białka lub węglowodanów. Jedzenie to nie tylko kalorie, ale również wartość odżywcza.

Polacy coraz częściej zwracają uwagę na takie parametry jak błonnik, witaminy, składniki mineralne czy antyoksydanty. Widać również, że częściej sięgamy po produkty o korzystnym profilu kwasów tłuszczowych, w których dominują tłuszcze nienasycone.

Tłuszcz jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania organizmu, a jego spożycie w dziennej racji pokarmowej powinno oscylować w granicach 30 proc. energii – mówi Anna Reguła, dietetyczka i autorka profilu instagramowego @niekoniecznie_dietetycznie.

W cytowanym badaniu najczęściej wskazywanym źródłem „dobrych tłuszczów" jest oliwa z oliwek (69 proc.), następnie orzechy włoskie (66 proc.) i tłuste ryby (65 proc.). Znacznie rzadziej z tą kategorią kojarzone są orzechy makadamia – wskazało je 34 proc. badanych.



FOT. PIXABAY

Jądro orzecha makadamia składa się w 77 proc. z tłuszczów nienasyconych, potocznie nazywanych „dobrymi tłuszczami"

To zaskakujące, bo makadamia wyróżnia się jednym z najbardziej wartościowych profili tłuszczowych wśród orzechów. Jest najbogatszym spośród powszechnie spożywanych orzechów źródłem jednonienasyconych kwasów tłuszczowych (MUFA), przede wszystkim kwasu omega-9, a także zawiera charakterystyczny dla niej kwas omega-7. Ponadto jest bogata w błonnik i ma niską zawartość cukrów.

Tłuszcze jednonienasycone mogą pełnić ochronną rolę w prewencji miażdżycy czy chorób serca jako składniki zastępujące tłuszcze nasycone pochodzenia zwierzęcego czy tropikalnego. Warto dodać, że choroby układu krążenia od lat są pierwszą i główną przyczyną zgonów w Polsce. Wyprzedzają one m.in. nowotwory oraz choroby układu oddechowego – dodaje ekspertka.

Choć makadamia wciąż jest mniej znana niż orzechy włoskie czy migdały, ma wiele do zaoferowania. Wyróżnia się delikatnym, maślanym smakiem i chrupiącą konsystencją. Zainteresowanie orzechami makadamia systematycznie rośnie. W ciągu ostatniej dekady import tych orzechów do Polski zwiększył się ponad trzykrotnie – z około 60 ton w 2015 roku do blisko 200 ton w 2025 roku (dane S&P Global).

W 100 gramach orzechów znajduje się ponad 700 kalorii. Orzechy makadamia dostarczą Ci przede wszystkim nienasyconych kwasów tłuszczowych, które mają mnóstwo cennych właściwości. Mowa przede wszystkim o pozytywnym wpływie na funkcjonowanie układu krwionośnego, a także obniżaniu poziomu złego cholesterolu i poprawie profilu lipidowego.

Orzechy makadamia są także źródłem magnezu, miedzi, manganu, fosforu i witaminy E. Twojemu organizmowi dostarczą również witamin z grupy B, w tym: niacyny, pirydoksyny (witamina B6), tiaminy oraz ryboflawiny.

Nie można zapomnieć o antyoksydacyjnym działaniu orzechów makadamia. Skutecznie chronią przed utlenianiem się komórek, opóźniają procesy starzenia i ograniczają wytwarzanie wolnych rodników, a także obniżają poziom stresu w organizmie.

Ze względu na swój skład będą idealnym składnikiem diety ketogenicznej. Są to bowiem jedne z najtłustszych orzechów, zawierających przede wszystkim jednonienasycone kwasy tłuszczowe. W 100 gramach orzechów znajduje się aż 76g tłuszczu. Warto także wspomnieć, że orzechy makadamia mają bardzo niską zawartość węglowodanów, co oznacza, że będą znakomitym dodatkiem każdej diety niskowęglowodanowej. Ich bogaty w witaminy i minerały skład doceniają także diabetycy, jak również osoby na diecie bezglutenowej – szczególnie te zmagające się z celiakią.

Niestety, orzechy macadamia to jedne z najdroższych orzechów na świecie. Dlaczego? Otóż związane jest to przede wszystkim z ich długą uprawą, ponieważ drzewo macadamia potrzebuje nawet od 7 do 10 lat, by wydać owoce. Dodatkowo proces zbiorów jest bardzo żmudny, gdyż – ze względu na to, że trudno jest ocenić, czy orzechy są dojrzałe – muszą być zbierane ręcznie. Jest to bardzo czasochłonne oraz kosztowne. Co więcej, orzechy zbierane są tylko 5-6 razy w roku. Także ich transport jest kosztowny, ponieważ sprowadzane są aż z Australii, Hawajów, Afryki Południowej oraz Ameryki Łacińskiej.

eprasa.pl 76289461da

HISTORIA PRL

Jak Polska Ludowa zbudowała „Tysiąc szkół na Tysiąclecie”

Nie do końca wiadomo, czy autorem hasła był osobiście tow. Władysław Gomułka. Ale faktem jest, że do wybudowanych wówczas szkół poszedł właśnie kolejny rocznik polskich dzieci

Mariusz Grabowski

Masowy program budowy szkół był dla władz PRL pokazem sprawczości państwa. Był też sposobem ogarnięcia wyżu demograficznego lat 50. i propagandowo uderzał w Kościół, który szykował się do obchodów Tysiąclecia chrztu Polski.

Dzieło socjalizmu

Już w samym haśle „Tysiąc szkół na Tysiąclecie Państwa Polskiego” widać rozmach i polityczną wizję. Zgodnie z wielokroć powtarzaną legendą rzucił je osobiście ówczesny I sekretarz KC PZPR Władysław Gomułka 24 września 1958 r. na jednej z narad partyjnych. Jej tematem były przygotowania do millennium państwa polskiego.

Już w lutym 1958 r. Rada Państwa oraz Sejm ogłosiły państwowe obchody „Tysiąclecia Państwa Polskiego”. W uchwale Rady Państwa z 18 lutego 1958 r. podkreślano, że „uroczystości poświęcone Tysiącleciu państwowości polskiej staną się wielkim przeżyciem całego narodu, pogłębią w nim świadomość chlubnego historycznego dziedzictwa, wzmocnią poczucie odpowiedzialności za dalsze losy Ojczyzny, pomnożą siły wewnętrzne niezbędne dla urzeczywistnienia dzieła budownictwa socjalizmu”.

Jednocześnie masowa budowa szkół miała być twardą odpowiedzią na ogłoszoną przez Kościół w 1957 r. Wielką Nowennę. Sekretariat KC PZPR nazywał ją wprost „obłędnym programem wtrącania Polski w mroki obskurantyzmu”.

Gomułka wizjoner

25 września 1958 r., na spotkaniu I sekretarza partii z tzw. aktywem, czyli działaczami partyjnymi pracującymi w oświacie: nauczycielami, pracownikami administracji szkolnej, działaczami ZNP, przedstawiono konkrety.

Gomułka mówił, że planowana reforma musi skutkować przyspieszeniem budowy szkół. Dodał, że budowa „tysięcy nowych budynków szkolnych” będzie najlepszym sposobem uczczenia „obchodów Tysiąclecia Państwa Polskiego”. Kilkukrotnie podkreślał, że wysiłek budowy nowych szkół musi być wspierany przez społeczeństwo. „Wysiłkiem całego narodu zbudujemy tysiąc szkół na Tysiąclecie” – zapowiadał.

Jednocześnie zapowiedział zmiany w edukacji: wydłużenie obowiązku szkolnego o dwa lata, m.in. poprzez przedłużenie nauki w szkole podstawowej do ośmiu lat.

Górnicy są ofiarni

Jak twierdzi historyk gospodarki dr Andrzej Zawistowski, prawdziwego kształtu hasło budowy tysiąca szkół nabrało 9 listopada 1958 r., gdy na podstawie decyzji Ogólnopolskiego Komitetu Frontu Jedności Narodu powołano Społeczny Fundusz Budowy Szkół Tysiąclecia. W kolejnych miesiącach powstały jego lokalne oddziały w poszczególnych województwach.

Jak dodaje, w rzeczywistości w wielu wypadkach zbiórki i czyny społeczne przy budowie szkół były wymuszane przez władze, np. poprzez wpłaty przy różnych czynnościach administracyjnych. Na Śląsku organizowano nawet „niedziele górnicze”, a dochód z darmowej pracy górników miał być przeznaczany na budowę szkół.

„Masowe zaangażowanie się ludzi w powojenne odgruzowywanie i porządkowanie miast było przejawem autentycznego zaangażowania społeczeństwa. Podobnie bywało z pracą na rzecz tysiąclatek – zwłaszcza w mniejszych miejscowościach. Ludzie widzieli sens swojej pracy i liczyli, że przyniesie ona wymierny efekt dla ich dzieci i wnuków” – zwraca uwagę Zawistowski.

Święto w Czeladzi

Oficjalnie pierwszą tysiąclatkę oddano do użytku w lipcu 1959 r. w Czeladzi. Zbudowali ją żołnierze likwidowanego wówczas Wojskowego Korpusu Górniczego. Szkole nadano imię gen. Karola Świerczewskiego. Jej budowa trwała zaledwie 260 dni

Dlaczego pierwsza tysiąclatka powstała właśnie tam? Uznano, że Czeladź ma bogate tradycje walk rewolucyjnych. Drugim powodem był katastrofalny brak izb lekcyjnych w mieście, czyli jak pisali komunistyczni propagandyści – „spadek po faszystowskich rządach sanacji”.

26 lipca na otwarcie szkoły przybyli towarzysze Władysław Gomułka i Edward Gierek, szef struktur PZPR na Śląsku. „Fundatorom tej szkoły, pierwszej szkoły – pomnika dla uczczenia Tysiąclecia – żołnierzom Wojska Polskiego i górnikom kopalni »Czeladź« składam w imieniu KC PZPR i w imieniu własnym słowa najwyższego uznania i podziękowania” – brzmiał wpis Gomułki do księgi pamiątkowej szkoły.

Statystyka na plus

Oblicza się, że wzniesiono 2791 szkół, w których było 21 tys. klas. Przygotowano 10 tys. miejsc w internatach i 20 tys. mieszkań dla nauczycieli. Powstały także 273 wiejskie ośrodki zdrowia, 23 przychodnie i dwa szpitale. Wszystkie tysiąclatki były niemal identyczne, wybudowane według tego samego, czasem lekko modyfikowanego projektu. Miały być bowiem tanie i funkcjonalne. Władze wybrały technologię budowy z betonowych prefabrykatów, która pozwalała na szybkie wzniesienie prostych i powtarzalnych konstrukcji. Dominującym stylem był modernizm.

Jeden z projektantów, Tadeusz Binek, wspominał po latach: „Miały być tanie i funkcjonalne. Teraz wiele osób zarzuca, że są brzydkie. W końcu to nie miały być pałace. Przynajmniej jak się na nie patrzy, nikt nie ma wątpliwości, że to szkoły”. Każdy kompleks szkolny, prócz sal lekcyjnych, miał posiadać kuchnię, stołówkę, bibliotekę, oświetloną salę gimnastyczną i gabinet lekarski. W podziemiu często schron przeciwlotniczy. Obok zaplanowano boiska.

Cały naród buduje

Budowę szkół finansowano z kilku źródeł. Przede wszystkim ze Społecznego Funduszu Odbudowy Kraju i Stolicy, który wcześniej funkcjonował pod nazwą: Społeczny Fundusz Odbudowy Stolicy, oraz z Funduszu Budowy Szkół Tysiąclecia. Do programu zgłaszały się miasta szczebla wojewódzkiego, ale i te mniejsze, powiatowe.

Pieniądze szły także z datków społecznych. Do końca 1965 r. zebrano w ten sposób 8,5 mld zł. Wpłat dokonywała także Polonia, która dzieliła się dolarami. W sumie uzbierano z jej składek blisko 210 tys. dolarów (dla zagranicznych wpłat na budowę szkół ustalano specjalny kurs dolara). Organizowano także zbiórki książek dla nowych szkół.

Znaleźć pozytywy

Prof. Marcin Kula doszukiwał się w projekcie i realizacji wielkiej budowy aspektów społecznie pozytywnych, choć podszytych ideologią. Jak pisał w artykule „Tysiąc szkół na Tysiąclecie. Akcja mimo wszystko mądrzejsza niż inne”, inicjatywa tysiąclatek wpisywała się w model modernizacji obciążonego niezliczonymi przypadłościami systemu komunistycznego.

„W końcu komunizm, a w tym PRL, był projektem modernizacyjnym. Z drugiej strony cały projekt oraz jego element, jakim było kształtowanie »nowego człowieka«, był fundamentalnie ułomny przez założenie, że można modernizować w ramach projektu, który dawało się streścić słowami »za twarz go i do socjalizmu«” – podsumowywał historyk.

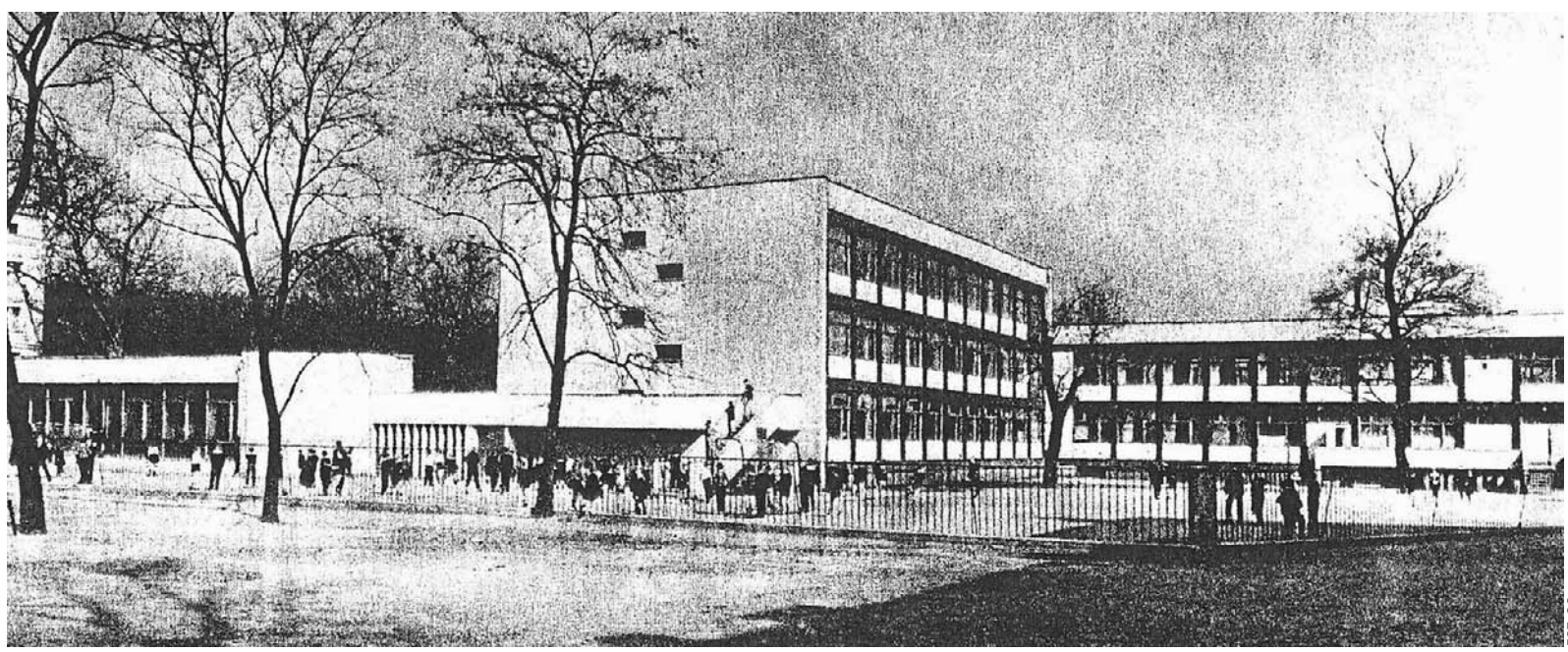
Prof. Jerzy Eisler dodaje: „Projektem sztandarowym PZPR było wybudowanie tysiąca szkół, co obok niezwykle bogatego programu rozrywkowego m.in. w kinach i telewizji, miało przyćmić Milenium Chrztu (...) Powstawały też Osiedla i Parki Tysiąclecia, zadrzewiano kraj, budowano wały przeciwpowodziowe”.

Gagarin w szkole

4 września 1965 r. w Warszawie przy ul. Ożarowskiej otwarto tysięczną szkołę-pomnik Tysiąclecia Państwa Polskiego. Edward Ruszkowski, przewodniczący ówczesnego stołecznego komitetu Frontu Jedności Narodu, mówi tak: „Przed siedmiu laty cały naród, dla uczczenia obchodów państwa polskiego, podjął zobowiązanie wybudowania własnym wysiłkiem 1000 szkół-pomników. I oto obietnicy tej dotrzymaliśmy”. Szkoła otrzymała imię Hugona Kołłątaja.

W kolejnych miesiącach otwierano następne tysiąclatki. Zalecano, by na te uroczystości zapraszać znane osoby. Np. w Zielonej Górze w otwarciu szkoły wziął udział kosmonauta Jurij Gagarin, goszczący wtedy w Polsce. Patronami nowych placówek zostawali często komunistyczni bohaterowie, m.in. Paweł Finder, Małgorzata Fornalska czy Karol Świerczewski.

W przekazach propagandowych podkreślano, że tysiąclatki „są pełne słońca i radości”. Drukowano specjalne dodatki prasowe, a od maja 1966 r. emitowano nawet 10-minutową audycję radiową „Kwiaty Polskie – Radiokronika Tysiąclatek”, podczas której informowano społeczeństwo o osiągnięciach akcji.



FOT. CC

Klasyczna tysiąclatka. Szkoła Podstawowa nr 71 im. Leona Kruczkowskiego we Wrocławiu

eprasa.pl 76289461da

S24 sportowy24.pl

sport

PIŁKA NOŻNA

Czwarta wygrana
Drugoligowy Górnik Łęczna pokonał w Kleczewie Sokoła
str. 20

SIATKÓWKA


FOT. ARCHIWUM

Jubileuszowy turniej
Towarzystwo Piłki Siatkowej w Lublinie obchodzi 35-lecie
str. 20

TENIS

Ciężki bój Świątek
2,5 godziny trwał pojedynek Igi Świątek z Czeszką Marie Bouzkovą na US Open
str. 21

Porażka Motoru Lublin w 7. kolejce PKO Ekstraklasy



FOT. MG

Zagrali dwa dobre mecze z Legią Warszawa.
W lidze Motor przegrał, ale lubelski zespół był bliski powtórzenia sukcesu z Pucharu Polski *str. 18*

eprasa.pl 76289461da

PIŁKA NOŻNA

Stracili zwycięstwo w doliczonym czasie gry

Cztery dni po efektownym zwycięstwie 3:0 w 1. rundzie STS Pucharu Polski piłkarze Motoru Lublin ponownie gościli na Arenie Legię Warszawa. Tym razem stawką meczu były punkty w PKO Ekstraklasie

Krzysztof Nowacki

Motor Lublin	2 (0)
Legia Warszawa	3 (1)

Bramki: Czubak 65, 68 – Augustyniak 45 (k), Żewłakow 90+5, 90+11
Motor: Tratnik – Lukoszek (90 Santos), Bereszyński (90 Bartos), Plavotić, Luberecki, Meyer (61 Bourhane), Łęgowski (90 Simon), Rodrigues, Ndiaye, Ronaldo (71 Aiko), Czubak. Trener: Mariusz Misiura
Legia: Hindrich – Kuchta (71 Zjawiński), Augustyniak, Szczepaniak (71 Żewłakow), Chodyna, Vinagre, Sevcik (65 Adamski), Arsenić (80 Reca), Urbański (65 Arreiol), Kapustka, Piątkowski. Trener: Marek Papszun
Sędziował: Jarosław Przybył (Kluczbork)
Widzów: 15200



FOT. MG
Karol Czubak, kapitan i najlepszy strzelec Motoru Lublin, dwukrotnie trafił do bramki Legii Warszawa

Huśtawkę nastrojów przeżywali kibice obu drużyn. Goście wyszli na prowadzenie tuż przed przerwą, ale w drugiej połowie Karol Czubak odpowiedział dwoma golami. Zespół ze stolicy okazał się jednak bezlitosny w doliczonym już czasie gry i po dwóch bramkach Jakuba Żewłakowa wywiózł z Areny wygraną 3:2.

Było widać, że oba zespoły podchodzą do siebie z dużym respektem. Akcje budowano cierpliwie, piłka długo krążyła między zawodnikami, a gra rzadko przenosiła się pod pole karne jednej z drużyn.

Przez blisko pół godziny na murawie brakowało sytuacji wartych odnotowania w pomeczowej relacji. Ale w 30. minucie Motor powinien objąć prowadzenie. Po dośrodkowaniu Kamila Lukoska strzał z około 10 metrów oddał Fabio Ronaldo. Otto Hindrich zdołał odbić piłkę przed siebie, a przy dobitce Portugalczyka ponownie popisał się świetnym refleksem.

Kolejną dobrą okazję Lublinianie stworzyli sześć minut później. Piłka nieco przypadkowo trafiła pod nogi Karola Czubaka, a kapitan Motoru błyskawicznie dograł ją do Mbaye Jacquesa Ndiaye. Senegalczyk znalazł się w dogodnej sytuacji, lecz jego strzał okazał się zbyt mało precyzyjny, by zaskoczyć Hindricha.

Dwa błędy i gol

Motor i Legia długo grały bardzo uważnie, starając się unikać prostych strat. Niestety, w pierwszej połowie dwa błędy na własnej połowie przydarzyły się gospodarzom. Po pierwszym z nich Jan Kuchta znalazł się sam na sam z Gasperem Tratnikiem, jednak jego techniczne uderzenie minęło bramkę.

Przy drugiej stracie piłka ponownie poszybowała do Kuchty. Napastnik Legii został sfaulowany w polu karnym przy próbie odebrania mu futbolówki, a sędzia Jarosław Przybył wskazał na jedenasty metr. Do rzutu karnego podszedł Rafał Augustyniak i tuż przed przerwą dał gościom prowadzenie.

Kapitan razy dwa

Motor nie zasłużył, żeby przegrywać po 45 minutach, bo na pewno w tej części meczu nie był stroną słabszą. Lublinianie potwierdzili swoją dobrą postawę po ponad godzinie gry, gdy odpowiedzieli dwoma trafieniami w ciągu czterech minut. Dwukrotnie na listę strzelców wpisał się kapitan, Karol Czubak.

Przy pierwszej bramce asystował mu Lukosek i najlepszy strzelec w swoim stylu wygrał pojedynek główkowy. Kibice jeszcze nie ochłonęli z radości, a wygrana piłka w środku boiska przyniosła Motorowi szybą akcję i drugie trafienie Czubaka po podaniu Ndiaye.

Mecz „zamknąć" powinien w 79. minucie Makan Aiko, który przed sobą miał tylko bramkarza Legii. Francuz zmarnował „setkę", którą po odebraniu piłki rywalowi wykreował mu Ndiaye.

W sporcie niewykorzystane sytuacje lubią się mścić i tak było także tym razem. Goście w piątej minucie doliczonego już czasu wyrównali po dośrodkowaniu z rzutu rożnego. Autorem bramki był rezerwowy Jakub Żewłakow.

Mecz ze względu na przerwy, m.in. zadymienie racami, został przedłużony o 13 minut. Niestety, Legia w tym czasie raz jeszcze trafiła i ponownie dokonał tego Żewłakow, zapewniając gościom zwycięstwo. ©℗

PIŁKA NOŻNA

Trener Motoru: „Ciężko jest mi zaakceptować końcowy wynik"

Krzysztof Nowacki

Gdy na zegarze minęła 90. minuta meczu Motor prowadził z Legią 2:1. Zanim jednak skończył się dodatkowy czas gry goście z Warszawy odwrócili losy meczu. - Po tym meczu mam zamiar być dumny i wierny tej drużynie. Ciężko jest mi zaakceptować końcowy wynik patrząc na przebieg meczu – podsumował trener Motoru, Mariusz Misiura.


FOT. MG
Piłkarze Motoru nie ustępowali liderowi PKO Ekstraklasy

Do starcia o ligowe punkty doszło cztery dni po wygranej Lublinian 3:0 w meczu Pucharu Polski. – Daliśmy plamę w poprzednim meczu i chcieliśmy ją zmazać – mówi trener zespół z Warszawy, Marek Papszun.

- Dobrze, że mogliśmy tutaj przyjechać jeszcze raz i w krótkim okresie po sportowemu powalczyć znowu z Motorem. Cieszę się, że zrewanżowaliśmy się, chociaż mecz był dla nas trudny. Nie wiem, czy nie trudniejszy niż poprzedni – ocenił Papszun.

Żółto-biało-niebiescy w drugiej połowie wyrównali, a za chwilę już wygrywali 2:1. Końcówka meczu należała jednak do Legii. - Nie mam zamiaru licytować się, kto miał więcej okazji, tylko w jakich momentach i jakiej trudności one były. Trudno będzie mi się jutro obudzić z poczuciem, że mamy pięć punktów a Legia piętnaście. Zagraliśmy bardzo dobre dwa spotkania z Legią – uważa Misiura.

Bohaterem Legii został 20-letni Jakub Żewłakow, który w doliczonym czasie dwa razy pokonał Gaspera Tratnika. - Odwróciliśmy wynik w ostatniej chwili i jest to bardzo cenne, bo w tej lidze zdobywać punkty jest bardzo ciężko. Szczególnie na wyjazdach. Wracamy do Warszawy usatysfakcjonowani. Motor jest bardzo dobrą drużyną. To był dla nas trudny mecz i weryfikacja, w którym miejscu dzisiaj jesteśmy. Przed nami jeszcze dużo pracy, żeby być drużyną powtarzalną i klasową – ocenia Marek Papszun.

Po dwóch golach Karola Czubaka wymarzoną okazję na trzeciego gola miał Makan Aiko, ale przegrał pojedynek sam na sam z golkiperem Legii. - Nie mam poczucia, że byliśmy od Legii słabszą drużyną. Wręcz przeciwnie, czuję, że drużyna prezentowała się lepiej zarówno we wtorkowym meczu, jak i dzisiaj. To daje mi optymizm i nadzieję, że punkty w najbliższym czasie przyjdą – twierdzi trener Mariusz Misiura.

Na przetrawienie porażki z Legią piłkarze Motoru nie będą mieli wiele czasu, bo już w piątek (11 września) zagrają w Częstochowie z Rakowem. - Na treningu zobaczę zachowanie moich zawodników i będę wiedział, czy trzeba ich podnosić, czy będzie w nich na tyle złości, że nie będą mogli doczekać się następnego meczu. Ja jestem zły za wynik, ale jestem dumny z tego jak drużyna się prezentowała – podkreśla szkoleniowiec drużyny z Lublina. ©℗

eprasa.pl 76289461da

PKO EKSTRAKLASA

Piast wrzucił GieKSę na karuzelę. Ekipa z Okrzei idzie w górę tabeli

Gliwiczanie w piątek wieczorem bezlitośnie wypunktowali GKS. Gabriel Kobylak trzykrotnie musiał wyjmować piłkę ze swojej bramki

Jacek Czaplewski



FOT. LUCYNA NENOW

Ivan Lima rajdami sprawiał mnóstwo problemów Katowiczanom

Ze względu na rozgrywaną w zeszłym tygodniu I rundę Pucharu Polski 7. kolejka PKO Ekstraklasy wystartowała w piątek dopiero o godz. 20:30 i potrwa aż do poniedziałkowej nocy, bo mecz Pogoni Szczecin z Wisłą Płock dobiegnie końca około godz. 23.

Ligowe granie rozpoczęło się od niespodzianki. Mecz o prymat na Górnym Śląsku nieoczekiwanie gładko wygrał Piast Gliwice, strzelając trzy gole. Owszem, zespół Daniela Myśliwca był już ostatnio w niezłej formie, ale chyba nikt, łącznie z jego kibicami nie spodziewał się aż takiego lania sprawionego GieKSie Katowice, która przecież dopiero co ograła niepokonanego wcześniej Górnika Zabrze.

Spotkanie było ciekawe i trzy punkty zasłużenie zostały przy Okrzei. 40-letni trener wykonuje tam fantastyczną pracę. Mimo mocno ograniczonych środków osiąga wyniki ponad stan. Dowód? Wystarczy sprawdzić tabelę za jego kadencji; okazuje się, że lepiej wypadają tylko 4 (!) zespoły.

Daniel Myśliwiec przed derbami z GKS-em dziwił się, że niemal bez echa przeszła zmiana stylu gry jego zespołu w obronie. Tymczasem statystycznie najbardziej dziurawa defensywa w ostanich dwóch meczach straciła tylko jednego gola. W spotkaniu z Katowiczanami znów okazała się zaporą nie do przejścia. - Czuję dumę z mojej drużyny, z moich piłkarzy. Chwilo bądź wieczna - krótko stwierdził szkoleniowiec Piasta po meczu.

W Piaście cieszą się z Myśliwca, natomiast w Widzewie Łódź martwią bylejakością. Po odpadnięciu z Pucharu Polski z Koroną Kielce piłkarze Aleksandara Vukovicia nie byli w stanie ani razu zaskoczyć Radomiaka. Bogiem a prawdą - to rywale stworzyli lepsze okazje. W tym bezbramkowym meczu nie zabrakło kontrowersji sędziowskich.

Arbiter Bartosz Frankowski nie wyrzucił z boiska stopera gospodarzy Przemysława Wiśniewskiego za brutalny faul. Potem anulował jego gola samobójczego, dopatrując się przewinienia (decyzja słuszna - Ronaldo Lumungo sfaulował Emila Kornviga).

Łodzianie już czwarty raz w siódmym występie podzielili się punktami i znowu są bliżej do strefy spadkowej niż podium, które określane jest jako cel na ten sezon.

W okolicach podium mogła się za to zakręcić równie ambitna Korona, która wykupiła z Rakowa Michaela Ameyawa. W drugiej połowie jednak wyraźnie spuściła z tonu, za co została skarcona w doliczonym czasie, kiedy siedemnastą bramkę w ekstraklasie, ale pierwszą w barwach Wisły Kraków, zdobył stoper Alan Uryga.

Wcześniej wszyscy zachwycali się trafieniem byłego reprezentanta Czech Ondreja Lingra, który dorobek strzelecki w kieleckiej drużynie zaczął budować podczas ligowego debiutu.

Zupełnie nieoczywistego bohatera ma za to Legia . Na fotel lidera, przynajmniej na chwilę, wskoczyła dzięki Jakubowi Żewłakowowi. Zmiennik w deszczowym meczu z Motorem Lublin przyćmił dublet Czubaka.

W końcówce odpowiedział dwoma golami, którymi jego drużyna zrewanżowała się za wtorkową porażkę w Pucharze Polski. - Wydaje mi się, że jesteśmy drużyną, której można wszystko zarzucić, ale nie można nam odebrać wiary. Zawsze wierzymy do końca - stwierdził nastolatek. ©℗

7. KOLEJKA EKSTRAKLASY

PIAST GLIWICE - GKS KATOWICE 3:0
Bramki: Sanca 5, Juande 35, Vallejo 85

WIDZEW ŁÓDŹ - RADOMIAK 0:0

KORONA KIELCE - WISŁA KRAKÓW 1:1
Bramki: Lingr 24 - Uryga 90+2

MOTOR LUBLIN - LEGIA WARSZAWA 2:3
Bramki: Czubak 65, 68 - Augustyniak 45, Żewłakow 90+5, 90+11

TABELA PKO BP EKSTRAKLASY

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

Program 8. kolejki:

Piątek 11.09
Raków Częstochowa - Motor Lublin (godz. 18.00)
Wisła Kraków - Jagiellonia Białystok (godz. 20.30)

Sobota 12.09
Śląsk Wrocław - Korona Kielce (godz. 14.45)
Górnik Zabrze - Lech Poznań (godz. 17.30)
Zagłębie Lubin - GKS Katowice (godz. 20.15)

Niedziela 13.09
Wisła Płock - Cracovia (godz. 12.15)
Pogoń Szczecin - Wieczysta Kraków (godz. 14.45)
Legia Warszawa - Widzew Łódź (godz. 17.30)

Poniedziałek 14.09
Radomiak Radom - Piast Gliwice (godz. 19.00)

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

6 goli
Jordi Sanchez Rina (Wisła Kraków)

5 goli
Ilya Shkurin (GKS Katowice)
Karol Czubak (Motor Lublin)

4 gole
Leandro Sanca (Piast Gliwice)

BOHATER WEEKENDU

Jakub Żewłakow
(Legia Warszawa)
Syn Michała Żewłakowa pierwszy raz w karierze na ustach kibiców stołecznej drużyny. 19-latek wszedł na końcówkę w wyjazdowym meczu z Motorem Lublin i dubletem odwrócił wynik już w doliczonym czasie z 1:2 na 3:2, przyćmiewając dwa gole Karola Czubaka. Jego wyczyn skomentował w Canal+ Sport... wujek, Marcin Żewłakow, brat bliźniak Michała. - Po takim występie czuję ekscytację - wyznał na gorąco bohater soboty, Żewłakow junior.



FOT. SYLWIA DĄBROWA POLSKA PRESS

ECHA SPOD SZATNI

Papszun zaskoczył w Lublinie. Czy Vuković już nie walczy o podium?

Jakub Jabłoński

Marek Papszun po wyszarpanym zwycięstwie w Lublinie odniósł się do relacji z dziennikarzami, którzy w ostatnim czasie - jego zdaniem - za bardzo manipulują wypowiedziami na konferencjach. - Nie tędy droga - orzekł.

Papszun rozpoczął konferencję od odniesienia się do relacji z przedstawicielami opinii publicznej. - Dzisiaj każde słowo trzeba ważyć. Możesz coś powiedzieć w dobrej wierze, chcąc coś wytłumaczyć, a później zostanie to przeinaczone, nadinterpretowane czy zmanipulowane. Trudno się dzisiaj komunikuje z opinią publiczną, bo nastawienie jest bardzo agresywne na to, żeby wyciągnąć coś z kontekstu, zrobić z tego chwytliwy tekst i puścić w świat.

- Mam wrażenie, że czasami przestaje się liczyć sama piłka nożna i mówienie o niej, a zaczyna się liczyć czekanie: „Co ten Papszun nam powie?", żeby to się klikało, poszło w eter, a później można było to jeszcze podkręcić czy zinterpretować na swój sposób. Nie tędy droga. Jeżeli chcemy rozwijać piłkę, musimy bazować na faktach.

Legia z Motorem długo się męczyła, aż dwukrotnie skruszył mur Jakub Żewłakow.

- Uważam, że dobrze rozgrywaliśmy to starcie, miało to miejsce przed stratą bramki. Do 64. minuty Motor nie mógł nam za bardzo zagrozić. Widziałem już jednak symptomy tego, że za bardzo idziemy w prostotę i chcemy przetrwać. To nigdy się nie sprawdza. Pierwsza bramka oponentów padła w sposób, przed którym się ostrzegaliśmy - tłumaczył. - To martwi, bo podobnie było przy drugim golu. Mbaye Ndiaye wygrał pojedynek na skrzydle i dał prostopadłe podanie. W zbyt prosty sposób straciliśmy prowadzenie – zakończył.

Swoje oczekiwania przed meczem 7. kolejki PKO BP Ekstraklasy miał Aleksandar Vuković. Trener Widzewa przed spotkaniem z Radomiakiem przyznał, że jego zespół stać na włączenie się do walki o ligowe podium.

Jak to się skończyło? Po rozczarowującym remisie w Sercu Łodzi z Radomiakiem (0:0) musiał posypać głowę popiołem i wycofać się z ambitnych zapowiedzi. Serb na pomeczowej konferencji przyznał, że przed Widzewem jeszcze - naprawdę - dużo pracy.

- Nie jestem zadowolony z naszego dzisiejszego wyniku i dorobku punktowego, który jest po prostu słaby. Mówiłem o top 3, bo uważam, że zespół ma na tyle dużo jakości, że stać go na taki rezultat. Trzeba to jednak przełożyć na boisko, a po dzisiejszym meczu nie uważam, żebyśmy byli na to gotowi - zakończył szkoleniowiec.

eprasa.pl 76289461da

PIŁKA NOŻNA

Lewandowski z golem dla Chicago

Jacek Kmiecik

Polski napastnik Chicago Fire Robert Lewandowski pokazał, dlaczego jest piłkarzem światowej klasy, strzelając gola w kluczowym momencie wyjazdowego meczu w Toronto. Kilka minut wcześniej zaliczył asystę. „Strażacy" zremisowali 4:4 po wyrównaniu gospodarzy w doliczonym czasie gry.

Robert Lewandowski miał kilka okazji do zdobycia bramki na BMO Field, ale udało mu się to wreszcie w 64. minucie, wyciągając Chicago Fire na prowadzenie 4:3. Był to piąty gol „Lewego" w Major League Soccer. Zaliczył też trafienie w Leagues Cup, rozgrywkach najlepszych klubów MLS i meksykańskiej Liga MX, z których jego zespół odpadł.

Sześć minut wcześniej polski napastnik asystował przy wyrównującej bramce szwajcarskiego skrzydłowego Marena Haile-Selassie.

„Strażakom" nie udało się wywieźć trzech punktów z Toronto, bowiem w doliczonym czasie gry rezerwowy skrzydłowy „The Reds" Haitańczyk Derrick Etienne Jr. wpadł w pole karne i oddał strzał, który trafił w przeciwległy róg bramki.

Chicago zaliczyło szósty z rzędu mecz bez porażki w MLS. ©℗

PIŁKA NOŻNA

Trwa dobra passa drugoligowego Górnika. Niepokonani od czterech spotkań o punkty

Podopieczni Jurija Szatałowa byli lepsi w Kleczewie od Sokoła, triumfując 4:0. Zielono-czarni pną się w górę ligowej tabeli i po siedmiu kolejka mają bilans 4-1-2

Marcin Puka

Sokół Kleczew	0 (0)
Górnik Łęczna	4 (0)

Bramki: Myszor 50, Korbecki 75, Deja 80 (k), Tkacz 90
Sokół Wójcik – Zieliński (46 Książek), Wypych 🟨🟨🟥, Gawlik 🟨, Andrzejewski – Kubacki (60 Tkaczyk), Dudziński, Ławrynowicz, Antczak (81 Dari), Adamski (81 Piotrowski) – Śpiewak (76 Juszczyk). Trener: Tomasz Pozorski
Górnik: Matysek – Quainoo, Kruk (55 Kobryń), Jaroszyński, Hołownia, Myszor (83 Rogala) Janaszek, Walski, Deja, Korbecki (83 Tkacz) – Antkowiak (60 Świerkot). Trener: Jurij Szatałow
Sędziował: Dorian Skwara (Łódź)



FOT. GÓRNIK ŁĘCZNA

Górnik Łęczna ma już na koncie cztery ligowe zwycięstwa

Od początku sobotniego spotkania inicjatywę mieli przyjezdni. Miejscowi byli cofnięci, co sugerowało, że byliby usatysfakcjonowani z punktu.

Niewiele zabrakło, aby w 19. min było 0:1. Zielono-czarni przeprowadzili składną akcję, a jej zwieńczeniem było uderzenie na krótki słupek Samuela Quainoo. Dobrze interweniował jednak Adam Wójcik.

Kolejne fragmenty to wciąż ataki pozycyjne ekipy z Lubelszczyzny, z tym że nie powodujące zagrożenia pod bramką rywala.

Łęcznianie mogli zdobyć gola do szatni. W 45. min wydawało się, że idealnie z rzutu wolnego przymierzył Adam Deja, lecz piłka znalazła się w rękach golkipera z Kleczewa.

Po zmianie stron gospodarze grali trochę odważniej, aczkolwiek Górnicy wciąż dominowali nad przeciwnikiem. I udowodnili to w 50. min, obejmując prowadzenie. Bartłomiej Korbecki wypatrzył na lewej stronie boiska Jakuba Myszora. Ten wydawało się, że dośrodkowywał, a futbolówką ku zdziwieniu wszystkich obserwatorów, wylądowała idealnie w samym okienku bramki.

Zespół z województwa wielkopolskiego szybko chciał odrobić stratę. I kilka razy było niebezpiecznie na połowie Górnika. Wynik usiłowali zmienić chociażby Jakub Antczak, czy Daniel Dudziński. W przypadku strzału tego ostatniego, kunsztem wykazał się Matyteusza Wypycha (ujrzał za to przewinienie drugą żółtą kartkę i musiał opuścić murawę), Iwo Świerkot. Celnie z 11. metrów przymierzył z kolei Deja.

Goście mieli kolejne sytuacje bramkowe, zresztą szansę na honorowego gola mieli też gospodarze, ale ostatecznie to Górnik po raz kolejny skierował piłkę do siatki. Tym razem w trzeciej minucie doliczonego czasu gry z bliskiej odległości za sprawą Dawida Tkacza. I Łęcznianie odnieśli wysoki, pewny triumf.

– Uważam, że zagraliśmy dziś dobry mecz. Bardzo dobrze przygotowaliśmy się do tego spotkania, co znalazło odzwierciedlenie w wyniku 4:0. Cieszy nas kolejne zwycięstwo i podtrzymanie dobrej passy. Oczywiście w naszej grze nadal są drobne błędy, które musimy eliminować i nad którymi cały czas pracujemy, ale przede wszystkim jesteśmy zadowoleni z wywalczonych trzech punktów i postawy zespołu – mówi asystent Jurija Szatałowa, Luiz Mołodecki.

Kolejna batalia Górnika już 12 września (sobota, godzina 18). Wtedy podejmie on w Łęcznej rezerwy ekstraklasowej Legii Warszawa. ©℗

SIATKÓWKA

Towarzystwo Piłki Siatkowej w Lublinie świętuje 35-lecie

Krrzysztof Szuptarski

Trzy i pół dekady szkolenia młodzieży, wychowankowie w reprezentacji Polski, medale mistrzostw kraju oraz kolejne pokolenia zawodniczek i zawodników. Towarzystwo Piłki Siatkowej w Lublinie w 2026 roku obchodzi 35-lecie działalności. Z tej okazji od 19 do 20 września w lubelskim Zespole Szkół nr 5, przy ul. Elsnera 5 odbędzie się jubileuszowy turniej.

Towarzystwo Piłki Siatkowej w Lublinie działa nieprzerwanie od grudnia 1991 roku. Od początku najważniejszym obszarem działalności klubu j

Przez ponad trzy dekady TPS wypracował sobie mocną pozycję w lubelskim środowisku sportowym. Wieloletnia praca z młodzieżą przyniosła efekty także na najwyższym poziomie. Wychowankowie klubu trafiali do reprezentacji Polski i występowali na arenach międzynarodowych.

– Wśród najwybitniejszych wychowanek klubu znajduje się Kinga Kołosińska-Wojtasik, olimpijka z Rio de Janeiro, wieloletnia reprezentantka Polski i najbardziej utytułowana polska siatkarka plażowa oraz Izabela Kowalińska, wielokrotna reprezentantka kraju w siatkówce halowej – podkreśla Jacek Rutkowski, prezes i trener klubu.

– Barwy reprezentacji Polski w różnych kategoriach wiekowych reprezentowały także Monika Trała, Sylwia Chmiel, Dominika Nowakowska, Aleksandra Lipska, Michalina Rola i Kinga Zielińska. Część z tych zawodniczek pojawi się podczas naszego jubileuszowego turnieju. To będzie wyjątkowa okazja, aby spotkały się różne pokolenia związane z TPS – dodaje.



FOT. ARCHIWUM

Kinga Kołosińska-Wojtasik oraz Jacek Rutkowski – najbardziej utytułowana wychowanka klubu i trener TPS Lublin

Jubileuszowy turniej

Od 19 do 20 września w Zespole Szkół nr 5, przy ul. Elsnera 5 będą rywalizować młodziczki i młodzicy z roczników 2012–2013. Organizatorzy zaplanowali udział 16 zespołów, a w trakcie zmagań rozegranych zostanie co najmniej 30 spotkań.

– Jednym z uczestników będzie Szkoła Sportowa ze Lwowa, co nada imprezie międzynarodowy akcent – zaznacza Jacek Rutkowski. - W całym wydarzeniu będzie uczestniczyć co najmniej 200 młodych siatkarek i siatkarzy – dodaje.

Organizatorzy chcą również stworzyć przestrzeń do spotkania oraz integracji środowiska siatkarskiego, a także promocji aktywności fizycznej wśród młodzieży. 35-lecie TPS będzie okazją do spotkania kilku pokoleń związanych z klubem. Młodzi zawodnicy spotkają się z osobami, które przez lata współtworzyły historię lubelskiej siatkówki. ©℗

eprasa.pl 76289461da

TENIS

Ciężki bój z Bouzkovą, a dziś jeszcze cięższy z Qinwen

Świątek miała trudną przeprawę z wymagającą Czeszką, a o ćwierćfinał US Open zmierzy się z Chinką, której uległa w półfinale igrzysk w Paryżu

Jacek Kmiecik

Iga Świątek po emocjonującym, trwającym 2,5 godziny boju pokonała w trzeciej rundzie wielkoszlemowego US Open w Nowym Jorku Czeszkę Marie Bouzkovą 7:6(3), 7:6(3) i o ćwierćfinał zagra dzisiaj z mistrzynią olimpijską 2024 z Paryża, Chinką Zheng Qinwen.



FOT. EPA/PAP

Iga Świątek awansowała do IV rundy otwartych mistrzostw USA

Świątek przyznała, że pokonanie Bouzkovej kosztowało ją dużo sił.

- Było bardzo fizycznie, wiele długich wymian. Nie było łatwo - przyznała 25-letnia Raszynianka.

Oba sety rozstrzygnęły się w tie-breakach. W drugim Świątek przy swoim serwisie obroniła trzy piłki setowe.

- Starałam się grać tak, jak o każdy inny punkt. Nie chciałam wywierać na sobie zbyt dużej presji. Gdy jestem dobrze skoncentrowana, to nie zwracam uwagi na wynik. To ten moment meczu, kiedy mogę skupić się po prostu na swoich zadaniach, dzięki czemu gram bardziej stabilnie, niezależnie od stanu rywalizacji. To nie było łatwe, ale właśnie tak czułam się również w tie-breakach - tłumaczyła.

Świątek podkreśliła, że rozstrzygnięcie tak wyrównanych meczów na swoją korzyść wpływa na pewność siebie.

- Cieszę się, że udało mi się przez to przejść. Daje to poczucie, że następnym razem może będzie podobnie, a może pójdzie mi jeszcze lepiej. Choć szczerze mówiąc, każdy mecz to zupełnie inna historia. Po prostu trzeba być solidnym w ataku, cierpliwym i zdawać sobie sprawę, że rywalka może tę jeszcze jedną piłkę wrócić - zauważyła.

Kolejną rywalką będzie Zheng Qinwen, z którą ma bilans 7-1. Jedynej porażki doznała w półfinale igrzysk w Paryżu. Chinka wcześniej w sobotę wygrała z rozstawioną z numerem 22. Amerykanką Madison Keys 1:6, 7:6(3), 7:5, choć w trzecim secie przegrywała już 0:5 i obroniła piłkę meczową.

Mimo zmęczenia Świątek zadeklarowała, że na kolejne wyzwanie będzie gotowa. - Na pewno się zmęczyłam, po prostu intensywność meczu mogła dużo kosztować. I choć był to mecz dwusetowy, to faktycznie długi. Mam jednak dzień przerwy i mogę się spokojnie zregenerować.

PŁYWANIE

Lublinianin w światowej czołówce

Krzysztof Nowacki

Na mistrzostwach świata juniorów w pływaniu na wodach otwartych w Argentynie znakomity wynik osiągnął Mieszko Nowacki z AZS UMCS Lublin. W wyścigu na 7,5 km w kategorii 16-17 lat zajął piąte miejsce.



FOT. POLSKI ZWIĄZEK PŁYWACKI

Mieszko Nowacki zajął 5. miejsce w wyścigu na 7,5 km

Do zwycięzcy stracił zaledwie sześć sekund. - Bardzo fajnie się płynęło. Pierwsze dwa kółka były bardzo dobre, natomiast środek dystansu bardzo „bolał". Ale na ostatnich dwóch kółkach dałem z siebie wszystko i jestem piąty na świecie! – cieszył się Mieszko Nowacki

Lublinian przez cały wyścig utrzymywał się w czołowej grupie. Na półmetku dystansu spadł wprawdzie na 11. pozycję, jednak zdołał szybko odrobić straty i do końca walczył o medal mistrzostw świata.

Wyścig wygrali Węgrzy. Pierwszy był Balint Kreisz (z czasem 1:23.26), drugi Armand Attila Marosszeki, a trzeci Tajwańczyk Bo Ling Su.

Mieszko Nowacki finiszował na piątej pozycji z czasem tylko o sześć sekund gorszym od triumfatora i o cztery sekundy od brązowego medalisty.

- Cały sierpień ciężko trenowaliśmy. Nigdy tak ciężko nie przepracowałem takiego okresu i po tym miesiącu wiedziałem, że stać mnie na więcej i udało się – mówi Mieszko Nowacki, który w lipcu, na tym samym dystansie, zajął siódme miejsce w mistrzostwach Europy juniorów.

Do Santa Fe udała się pięcioosobowa reprezentacja Polski. Mieszko Nowacki był jedynym przedstawicielem Lubelszczyzny. W kadrze towarzyszyły mu cztery zawodniczki.

W sobotę Mieszko Nowacki wystartował w sprincie eliminacyjnym na 3 km. Po dwóch udanych wyścigach zameldował się w finale, w którym zajął 10. miejsce (z czasem 5:12.0).

- Te trzy dystanse płyniemy coraz szybciej i coraz mocniej. To jest zupełnie inna dyscyplina, niż wyścig na 7,5 km - ocenił rywalizację Nowacki. ©℗

SIATKÓWKA

Polskie siatkarki w strefie medalowej mistrzostw Europy. Italia za mocna

Zbigniew Czyż

Reprezentacja Polski siatkarek przegrała w półfinale mistrzostw Europy z Włoszkami, aktualnymi mistrzyniami świata i mistrzyniami olimpijskimi 0:3 (19:25, 19:25, 25:21, 16:25. W niedzielę Biało-Czerwone walczyły o brąz.

Podczas europejskiego czempionatu polski zespół z meczu na mecz spisywał się coraz lepiej, prezentując coraz wyższą formę. Polki wygrały wszystkie spotkania w fazie grupowej. Straciły tylko seta w starciu z Łotwą oraz dwie partie przeciwko Turcji. W ćwierćfinale Holenderkom pozwoliły ugrać tylko jednego seta. W półfinale podopieczne trenera Stefano Lavariniego trafiły jednak na aktualne mistrzynie świata i mistrzynie olimpijskie, reprezentację Włoch.

Spełnione marzenia

– Od początku tego sezonu cały zespół marzył o tym, żeby wystąpić w półfinale mistrzostw Europy. Gra przeciwko tej drużynie to zawsze zaszczyt. Mają świetnie zbalansowaną drużynę, z niesamowitymi atakującymi i środkowymi. Musimy ich zaskoczyć swoją grą i dać z siebie wszystko. Musimy po prostu grać według własnego stylu – mówił przed meczem Stefano Lavarini, trener reprezentacji Polski.

Plan zaskoczenia rywalek udało się zrealizować tylko w niewielkim stopniu, bo poza trzecim setem, Polki nie miały za wiele do powiedzenia w starciu z Italią. Biało-Czerwone przegrały przede wszystkim w bloku (4-18), który w tym turnieju był ich dużym atutem. W dwóch pierwszych partiach, przeciwniczki od początku narzuciły swoje twarde warunki, kontrolując przebieg wydarzeń na parkiecie.

W trzecim secie włoski zespół spuścił nieco z tonu, co nasze siatkarki skrzętnie wykorzystały. Po ataku Julii Szczurowskiej, Polki wygrały tę odsłonę do 21 dając jeszcze nadzieję polskim kibicom na walkę o awans do finału.

W czwartym secie wszystko wróciło jednak do normy. Wystarczył moment i podopieczne Julio Velasco odskoczyły na trzy oczka 4:1. W dalszej części seta Włoszki dominowały na parkiecie w każdym elemencie siatkarskiego rzemiosła. Mecz skutecznym kontratakiem zakończyła Danesi 25:16 i to Italia awansowała do finału. Tym samym, mistrzynie świata przerwały serię siedmiu zwycięstw w turnieju polskiej reprezentacji. Najwięcej punktów dla Polski zdobyły Szczurowska 15 i Czyrniańska 12, dla Włoch, Egonu 20 i Antropova 14.

Waleczności nie zabrakło

– Na pewno nie brakowało nam waleczności, nie poddałyśmy się po przegraniu dwóch pierwszych setów. Musimy też pamiętać, z kim przyszło nam się zmierzyć, to bardzo doświadczone zawodniczki – powiedziała po meczu środkowa Magdalena Jurczyk.

Polki w niedzielę walczyły o brązowy medal mistrzostw Europy z Serbią. Spotkanie rozpoczęło się już po zamknięciu naszego wydania, podobnie jak mecz o złoty medal pomiędzy Włoszkami, a gospodyniami turnieju Turczynkami. Tegoroczne mistrzynie Europy – w nagrodę – pojadą na igrzyska olimpijskie w Los Angeles.



FOT. EAST NEWS

W półfinale Włoszki okazały się za silne, ale turniej był udany dla Polek

eprasa.pl 76289461da

SIATKÓWKA

W mistrzostwach Europy walka toczy się o medale i bilet na igrzyska. Złoto jest w naszym zasięgu

Artur Bogacki

9 września rozpoczną się mistrzostwa Europy mężczyzn. Stawka jest wyższa niż zazwyczaj, bo w puli jest też kwalifikacja olimpijska na igrzyska w Los Angeles 2028. Wśród kandydatów do złota są Polacy.

Biało-Czerwoni bronią zresztą tytułu z poprzednich ME (w 2023 r.). Rok temu na mistrzostwach świata zdobyli brąz, a w tym sezonie okazali się najlepsi w Lidze Narodów. Teraz też powalczą o 1. miejsce, dodatkowo premiowane – jako jedyne w ME – olimpijską przepustką. Zdobycie jej już teraz znacznie ułatwiłoby późniejsze przygotowania do najważniejszej imprezy czterolecia.

– Super byłoby wygrać mistrzostwa Europy, bo mieć pewny awans na igrzyska olimpijskie dwa lata wcześniej, to jest wielki handicap i tak naprawdę spokojna głowa. Wierzę, że to jest w naszym zasięgu – przyznał rozgrywający naszej reprezentacji Marcin Komenda. – Mam nadzieję, że po prostu będziemy grali naszą najlepszą siatkówkę w tych najważniejszych fazach. Ja już się nauczyłem przez to życie sportowe, że możemy mieć wysokie cele, natomiast do każdego meczu musimy podchodzić w stu procentach skoncentrowani. Wtedy, jestem przekonany, będzie dobrze.

Dodał: – Mam nadzieję, że będzie złoto. Pokora musi być, bo sport nie lubi zbyt dużej pewności siebie. Dlatego złoty medal jest marzeniem, ale myślę, że każdy będzie sukcesem.

Kto będzie największym rywalem do końcowego zwycięstwa? – Słowenia, Francja, na pewno Włosi. W naszej grupie są Bułgarzy i Ukraińcy, którzy może nie są głównymi faworytami, ale na pewno mogą być takim „czarnym koniem". Nie chciałbym o nikim zapomnieć, wiemy, że jest kilka mocnych ekip i na pewno już 1/8 i 1/4 finału będzie na bardzo wysokim poziomie – zaznaczył Komenda.

ME, z udziałem 24 ekip, mają rozbudowaną formułę. Polacy w pierwszej fazie w grupie B w Sofii zagrają pięć spotkań, kolejno z: Portugalią (10.09), Izraelem (12.09), Macedonią Płn. (13.09), Ukrainą (15.09) i Bułgarią (16.09). Z tego grona w zasadzie tylko dwie ostatnie ekipy to szeroka światowa czołówka. Zresztą trener Nikola Grbić powtarza, że ta najwyższa forma ma być na decydujące mecze w turnieju. Nikt nikogo nie lekceważy, ale nie ma co ukrywać, że z większością rywali w pierwszym etapie Biało-Czerwoni powinni wygrać, nawet bez walki na pełnej mocy.

– Przeciwnicy na początku może nie są z najwyższej półki, ale to są zawsze trudne mecze, bo na rywalach nie ciąży żadna presja. Na nas – już owszem, więc trzeba będzie się w pełni skoncentrować, bo tam też są zawodnicy, którzy potrafią grać w siatkówkę – zastrzega Komenda. – Myślę, że sztab szkoleniowy zadba o to, żebyśmy byli w wysokiej formie już w ostatnich meczach fazy grupowej. Bo patrząc na drabinkę, dobrze jest zająć pierwsze miejsce w grupie.



FOT. WOJCIECH MATUSIK

Marcin Komenda jest rozgrywającym. Siatkarz pochodzi z Krakowa, a w ostatnich sezonach występował w barwach drużyny z Lublina

Polacy w tym sezonie wygrali Ligę Narodów, ostatnio Memoriał Wagnera, pokonując trzy mocne zespoły: USA, Słowenię i Francję (a w ostatnim teście, w sobotę, pokonali w sparingu Finlandię 4:0). Czy to nie uśpi czujności przed ME?

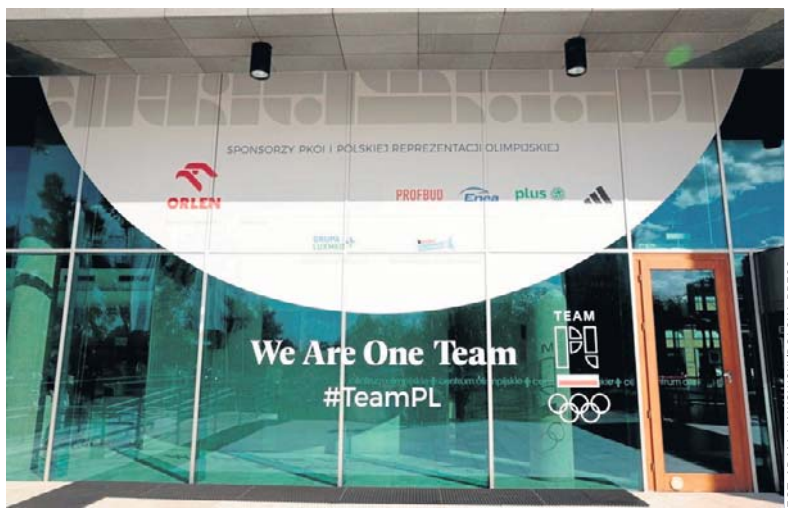
– Trener na to nie pozwoli. Bardzo zwraca uwagę na to, żebyśmy nie pomyśleli, że jesteśmy już nie wiadomo jak dobrzy. W Memoriale Wagnera też były momenty, z których nie jesteśmy zadowoleni, trener nam je pokaże. Mamy na tyle świadomych zawodników, że raczej „głupoty" w głowie nam nie będą – kończy zawodnik. ©℗

WOKÓŁ PKOL

Bezkrólewie w Polskim Komitecie Olimpijskim, czyli jak się bawi towarzystwo wzajemnej adoracji. Jest już pierwszy chętny zastąpić Radosława Piesiewicza

Paweł Wiśniewski

Po raz kolejny okazało się, jak słabe, beztroskie i konfliktowe jest nasze środowisko sportowe. Za nami tygodnie smutnej, wręcz żenującej groteski z udziałem szefa Polskiego Komitetu Olimpijskiego w roli głównej... A co przed nami?



FOT. ADAM JANKOWSKI/POLSKA PRESS

Dzisiaj Polski Komitet Olimpijski na pewno nie jest „We Are One Team". Więcej koterii towarzyskich niż zdroworozsądkowego myślenia

Pojęcie „działacz sportowy" dawno już przestało kojarzyć się pozytywnie. Nieco lepiej brzmi „menedżer sportowy", ponieważ - przynajmniej teoretycznie - wie, jak zarządzać w oparciu o konkretną wiedzę biznesową, finanse i strategię. Ale też ma problem, bo nie jest z układu i chce dużo pieniędzy.

Polski Komitet Olimpijski to dziwna organizacja. Niegdyś przechowalnia dla kacyków reżimu komunistycznego, dzisiaj miejsce generujące skandale i zepsucie moralne. Właśnie znaleźliśmy się w momencie, kiedy instytucja odpowiedzialna za promocję sportu i idei olimpijskiej przestała być wydolna.

Prezes PKOl aresztowany na trzy miesiące z zarzutami płatnej protekcji oraz zaspokojenia grupy wierzycieli giełdy kryptowalut Zondacrypto z pokrzywdzeniem innych w związku z grożącą niewypłacalnością. Nie przyznaje się do winy.

Zaistniałą sytuację próbuje ratować jeden z wiceprezesów PKOl - Mieczysław Nowicki, który decyduje się działać zgodnie z art. 50 Statutu („Podczas nieobecności Prezesa PKOl jego uprawnienia wykonuje wyznaczony przez niego Wiceprezes Zarządu"). Działając z upoważnienia aresztowanego prezesa, zwołuje na 8 września - a więc na najbliższy wtorek - posiedzenie prezydium zarządu PKOl (oprócz aresztowanego prezesa to 16 osób, w tym 8 wiceprezesów).

Część skłóconego gremium chce jednak więcej - domaga się zwołania na ten sam dzień posiedzenia całego zarządu PKOl, by formalnie odwołać Radosława Piesiewicza z funkcji prezesa...

Jednak najciekawsze dopiero przed nami. Z problemami PKOl zapoznał się Międzynarodowy Komitet Olimpijski, który sugeruje trzy możliwe scenariusze. Najbardziej pożądaną ma być oczywiście dobrowolna rezygnacja prezesa, na co jednak nie można liczyć... Druga możliwość to rozwiązanie sprawy wewnątrz PKOl, czyli zawieszenie albo odwołanie prezesa przez organy komitetu. Trzeci scenariusz zakłada już bezpośrednią interwencję Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego.

A co jest najbardziej realne?

Otóż wydaje się, że dzisiaj działacze są totalnie niewydolni organizacyjnie. Co gorsza, mogą podejmować decyzje pod presją polityczną. Prezydium PKOl zapewne się odbędzie, ale... praktycznie nic nie ustali. Za dużo jest bowiem rozbieżnych interesów.

Wiemy już natomiast, że posiedzenie 60-osobowego zarządu PKOl ma odbyć się w ciągu siedmiu dni od zaplanowanego na wtorek spotkania prezydium.

I wówczas, w myśl art. 21. Statutu, wobec „niemożności pełnienia funkcji przez prezesa PKOl", na mocy uchwały, powierza ją - do końca kadencji - jednemu z wiceprezesów. Tutaj mogą już jednak zacząć się „schody", gdyż chętnych jest kilkoro...

Zakładając dobre intencje działaczy, możliwe jest odwołanie z grona zarządu Piesiewicza jako osoby, która - zgodnie z pkt 3 art. 19. statutu - „nie wywiązuje się ze swych obowiązków lub swoim postępowaniem narusza statut lub dobre imię PKOl". W tym przypadku do przegłosowania uchwały konieczna jest większość dwóch trzecich głosów przy obecności co najmniejdwóch trzecich liczby osób uprawnionych do głosowania, czyli 40 z 60 członków zarządu.

Kadencja obecnych władz PKOl trwa do wiosny przyszłego roku.

Jako pierwszy akces do objęcia schedy po Piesiewiczu zgłosił Robert Korzeniowski. Czterokrotny mistrz olimpijski w chodzie podjął jednocześnie decyzję o zakończeniu kontrowersyjnej współpracy z Ministerstwem Sportu i Turystyki. Ubiegając się o eksponowane stanowisko, zapewne przedstawi konkretne efekty tej działalności, gdyż mało nie kosztowała...

eprasa.pl 76289461da

PROGRAMOWO



G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Po porwaniu Basi policja obserwuje Sandrę i Jana Rybę. Krzysztof dopada Rybę i grozi, że go zabije, jeżeli coś jej się stanie. Po tej prowokacji policja rusza za mężczyzną... Do Andrzeja przyjeżdża żona. Lew i Greg nie zgadzają się w sprawie przemocy wobec kobiet. Jakiś czas później na oddziale partner kobiety wpada w policyjną zasadzkę! Greg jest wyraźnie zdenerwowany całą sytuacją. Żona Kalskiego rozbija ich samochód! Profesor Agier przeżywa słowa Juliusza. Dobija ją fakt, że Ula i Łucja zaangażowały się w tę mistyfikację.

G. 20:50

M jak miłość

TVP 2

Rogowski zapewnia Agnes, że romans z Joanną zakończył i składa nawet wypowiedzenie. Gdy Dobrzańska błaga go o ostatnie spotkanie, ulega. Maria czuje, że mąż dziwnie się zachowuje i prosi o pomoc Judytę. Dorota jedzie do Warszawy na kontrolne badania, a gdy Franek spędza z Bartkiem niemal cały dzień, w końcu się z z nim zaprzyjaźnia. Natalia wybiera kreację na swój ślub, w czym pomagają jej – wbrew tradycji – Hania oraz Adam.



G. 20:30

FELICITA

TVP 1



Zośka (Laura Breszka) wraz ze swoją siedemnastoletnią córką Oliwią (w tej roli Klementyna Karnkowska) wyruszają do włoskiej Apulii, by zmierzyć się z rodzinną tajemnicą, trudną przeszłością i własnymi uprzedzeniami. Obie kobiety tym sposobem trafiają do świata, w którym wszystko ma swój rytm, którego żadna siła na ziemi nie przyspieszy, a zaufanie lokalnych mieszkańców zdobywa się bardzo powoli. Spotkanie z południowowłoską codziennością – pełną wręcz stoickiego spokoju, bliskości i szczerości – na zawsze odmieni ich spojrzenie na życie. Zmieni również relację matki z córką. Serial rozpoczyna się w chwili, gdy Zośka i Oliwia wiodą pozornie poukładane życie w Warszawie. Wszystko zmienia się w jednej chwili – gdy znajdują list, który ojciec zostawił dla Oliwii. Matka i córka lecą do malowniczego Polignano a Mare. Zatrzymują się w uroczym pensjonacie i rozpoczynają poszukiwania tajemniczej Giulii. Gdy wreszcie spotykają Włoszkę na plaży, kobieta od razu wie, kim są. Serial kręcono w Warszawie oraz w dużej części w malowniczych Włoszech. W głównych rolach, poza Laurą Breszką oraz Klementyną Karnkowską, występuje m.in. Dawid Ogrodnik i plejada włoskich gwiazd.

G. 22:20

Berlin Ku'damm '77

TVP 2

Lata 70. w Niemczech Zachodnich to czas buntu młodego pokolenia, podważającego zasady i domagającego się wyjaśnień przeszłości swoich dziadków. To także czas nasilonego terroryzmu Frakcji Czerwonej Armii, zmian obyczajowych, eksplozji narkotyków i dyskotek. Czarnoskóra dziennikarka Linda Müller realizuje dokument o historii szkoły tańca „Galant" i rodzinie Schöllack. Towarzyszy z kamerą Caterinie, jej córkom i wnuczkom. W trakcie na jaw wychodzą dawne tajemnice. Friederike, córka Helgi i Wolfganga, marzy o pracy w policji, co dla jej matki jest nie do przyjęcia. Dorli, córka Moniki, rozpoczęła karierę taneczną pod okiem wymagającej matki. Rodzina ma problem, gdy Fundacja Restytucji Żydowskiego Mienia żąda zwrotu nieruchomości przy Kurfürstendamm, która w wątpliwych okolicznościach w roku 1936 została przejęta przez małżeństwo Schöllacków.



G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Julita zabiera papiery i żegna się z kliniką We-Med i godzi się z Radkiem. Ich przytulenie widzi Maja, która wyciąga błędne wnioski. Ilona nie rozumie, decyzji Bartka. Na oddział wdziera się Mariusz. Ma pretensje, że Paweł dostaje zbyt silne leki. Ilona orientuje się, że Kacper bez jej wiedzy zwiększył dawkę. Angelika doświadcza nagłego ataku paniki. Gdy śni jej się Ania, Angelika już wie – musiało stać się coś złego. Problem w tym, że nikt nie chce jej udzielić żadnych informacji.

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

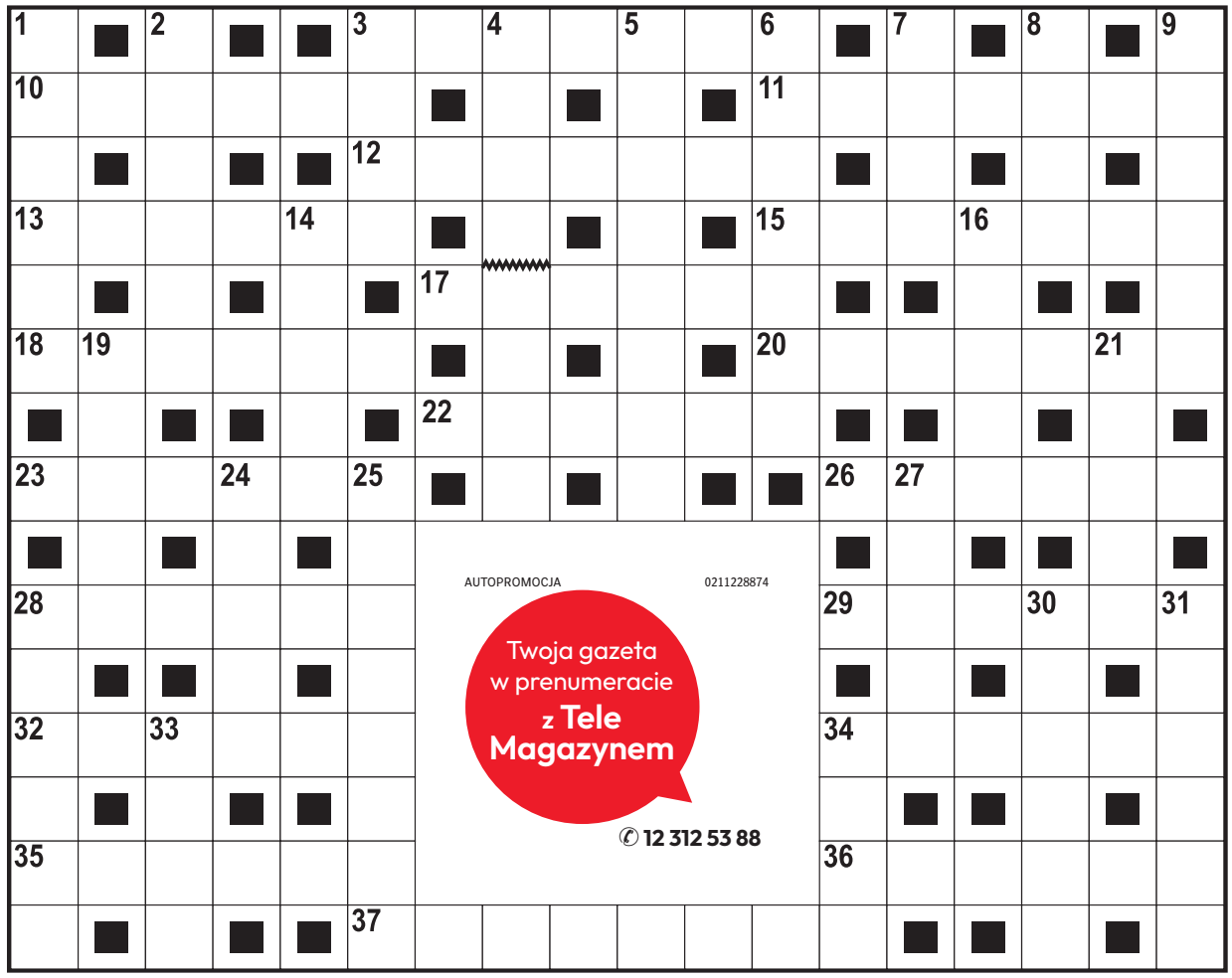
Ewa i Romeo wciąż mieszkają oddzielnie, obwiniając Elżbietę o celowy brak wsparcia. Wiktor dowiaduje się o ślubie Włocha, który deklaruje chęć podjęcia pracy kosztem nauki. Bruno stawia Karolinie warunek – nim zarejestrują związek w urzędzie, bezwzględnie wymaga podpisania intercyzy. Z kolei Broda kontynuuje poszukiwania biologicznego ojca. Podczas wyjazdu poznaje w tamtejszej remizie Jankę, a po powrocie do stolicy oświadcza Ani, że niespodziewanie odnalazł miłość.

eprasa.pl 76289461da

KRZYŻÓWKA NR 137

Poziomo:

1) stoi na czele wydziału szkoły wyższej,
10) święty patron żebraków i pielgrzymów,
11) opada z modrzewia,
12) linie kojarzące się ze sprężynami,
13) chrześcijański demokrata,
15) Stanisław Anioł w serialu „Alternatywy 4”,
17) największe miasto południowego Podkarpacia,
18) powoli drąży skałę,
20) Christopher, aktor z filmu „Nieśmiertelny”,
22) drobny, siąpiący deszczyk,
23) przywóz towarów z zagranicy,
26) wystawiana w Teatrze Starym,
28) groźna choroba oczu, glaukoma,
29) dzielność wykazywana w walce,
32) obsługuje gości w restauracji,
34) objaw przeziębienia leczony syropem,
35) mają uszy w porzekadle,
36) słowna utarczka, konflikt,
37) najmniejsze naczynia krwionośne.



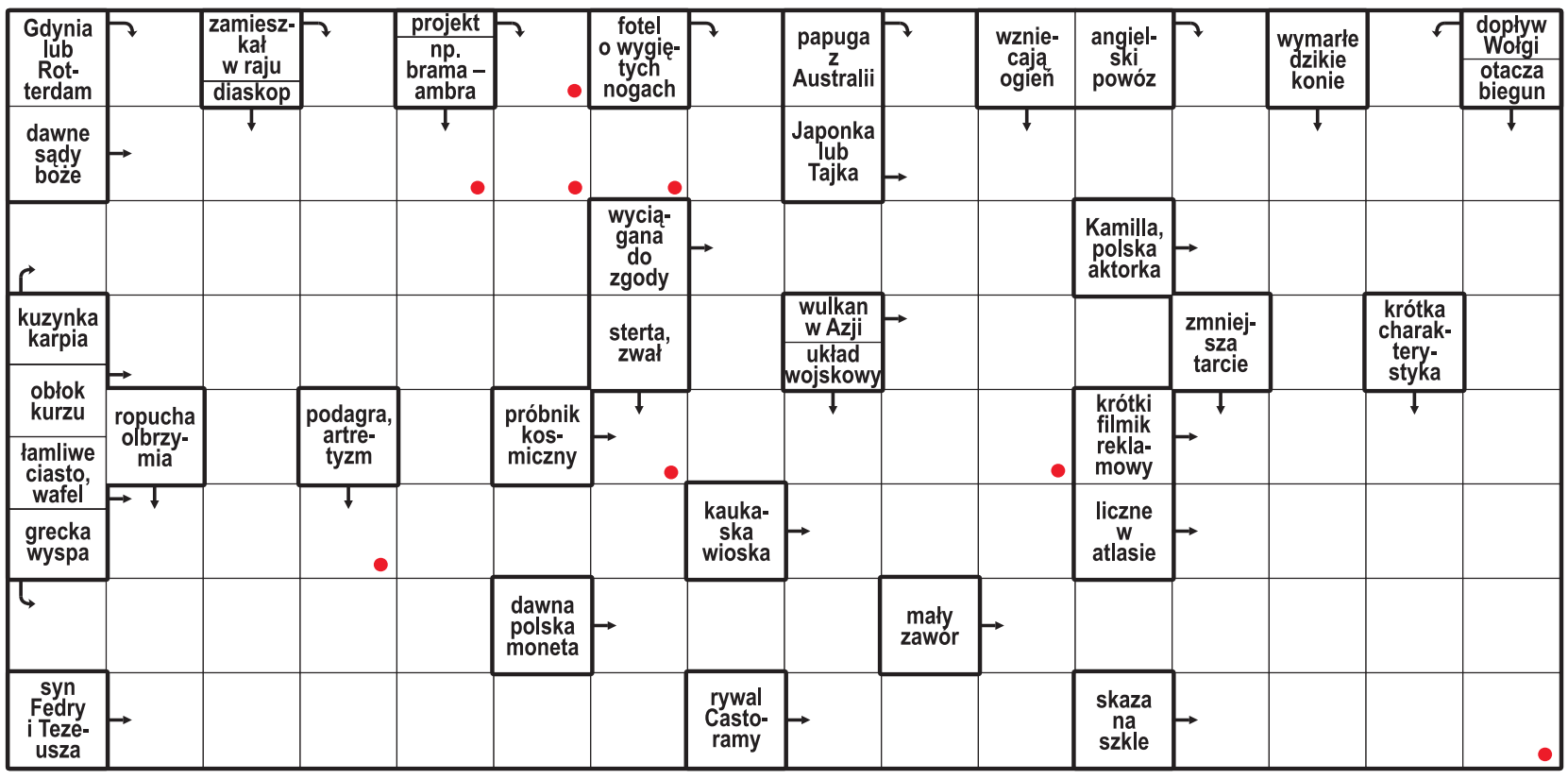
Pionowo:

1) mały, niewinny figiel,
2) pospolity metal o symbolu Fe,
3) „… olimpijski”, powieść Parandowskiego,
4) sfilmowana powieść Umberto Eco,
5) w przysłowiu ma krótkie nogi,
6) zły los, niepowodzenie,
7) słodkowodna ryba karpiokształtna,
8) „Zaklęty …”, polski serial historyczny,
9) akcja komandosów na tyłach wroga,
14) zamek błyskawiczny jak ciastko,
16) reklamowana guma do żucia,
19) kubański taniec towarzyski,
21) część koszuli z mankietem,
24) Władysław, autor powieści „Komornicy”,
25) „… Zielona Gęś”, miniatury Gałczyńskiego,
27) mały ptak z rodziny łuszczakowatych,
28) nie ilość, ale …,
30) odgłos kruszonego lodu,
31) francuskie miasto nad Loarą z domem Joanny d’Arc,
33) daleko mu do fachowca, dyletant,
34) ludowa nazwa diabła.

ROZWIĄZANIE NR 136

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: PALISADA.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś postaw na odwagę. Horoskop dzienny mówi, że śmiały krok otworzy drzwi do nowej szansy.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój będzie Twoją siłą. Horoskop na dziś to wskazówka, by nie spieszyć się z podejmowaniem decyzji.

Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię ciekawa rozmowa. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że wiele może od niej zależeć.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj o siebie i swoje potrzeby. Horoskop dzienny mówi, że chwila odpoczynku przywróci Ci energię.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Wyróżniać Cię będzie wyjątkowa pewność siebie. Horoskop na dziś zapowiada, że wiele osiągniesz.

Rak (22.06 - 22.07)
Drobny sukces poprawi Ci nastrój. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że ucieszy to nie tylko Ciebie.

Lew (23.07 - 22.08)
Postaw na harmonię i szczerość. Horoskop dzienny wróży, że rozmowa pomoże Ci wyjaśnić pewną sprawę...

Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja podpowie Ci właściwą drogę. Horoskop na dziś sugeruje zaufać swojemu przeczuciu.

Waga (23.09 - 22.10)
Dzień sprzyja nowym planom i przygodom. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi wyjść poza rutynę.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Cierpliwość przyniesie efekty. Horoskop na dziś mówi, że konsekwentnie zrealizujesz przyjęty plan.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Pojawi się inspiracja, która odmieni Twoje spojrzenie. Horoskop na dziś to wskazówka, by zapisać ten pomysł.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wsłuchaj się w emocje. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że szczera rozmowa przyniesie ulgę.

eprasa.pl 76289461da