

GŁOS

DZIENNIK POMORZA

KOSZALIŃSKI

Poniedziałek
29.06.2026

Nr 148 (5906)
Nakład: 4.270 egz.

www.gk24.pl
Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Rozmowa
z dr. Pawłem Sasanką
o wydarzeniach
czerwcowych
w 1956 roku **str. 2**

Świat. Prezydent
Serbii rezygnuje.
Będą przedterminowe
wybory **str. 8**

Koszalin.
W wielu szkołach
i przedszkolach w te
wakacje wiele się
będzie działo **str. 3**

Nr ISSN 1231-8124

Nr indeksu 348-570



KRAJ

Spółeczeństwo. Dziecko czy pies? Demografia
a wybory młodych w 2026 roku **str. 6**



Wiele pomocnych rąk dla odbudowy Ukrainy

Daty zakończenia wojny wywołanej przez
Rosję oczywiście nie znamy, ale
po Konferencji na rzecz Odbudowy Ukrainy
kilku rzeczy się dowiedzieliśmy **str. 9**

Kraj. Rozmowy
z USA w sprawie
utworzenia stałej bazy
wojskowej w Polsce
weszły w kolejny etap
str. 7

Świat
Po trzęsieniu ziemi
Ratownicy wciąż
znajdują żywych ludzi
pod gruzami
str. 8

DROGI BEZKOLIZYJNIE OD TRÓJMIASTA PO SZCZECIN

Trasa ekspresowa S6 spięła Pomorze

Krzysztof Głowinkowski
Region

Po niemal 16 latach budowy trasa ekspresowa S6 łącząca Trójmiasto ze Szczecinem jest ukończona. W piątek, 26 czerwca, otwarto dla ruchu pojazdów ostatni brakujący odcinek między Leśnicami a Słupskiem. Koszt budowy całej inwestycji wyniósł 15,5 miliarda złotych.

Droga ekspresowa S6 to jedna z najważniejszych inwestycji drogowych w północnej Polsce i zarazem część europejskiego korytarza Via Hanseatica, łączącego miasta południowego Bałtyku od niemieckiej Lubeki po łotewską Rygę. S6 w obecnym kształcie jest też ważnym elementem sieci dróg międzynarodowych, między in-

nymi jako część trasy europejskiej E28.

Kierowcy mają obecnie do dyspozycji 330 kilometrów drogi ekspresowej S6 od węzła Goleniów Północ do węzła Gdańsk Południe.

Droga usprawni komunikację w północnej Polsce i ułatwi codzienne podróże mieszkańcom i turystom. Czas podróży między Gdańskiem a Szczecinem skróci się o około 1,5 godziny, czyli z około 5 godzin do ok. 3,5 godziny. Ponadto przejazd będzie bezpieczniejszy, bo po dwupasmowej trasie z bezkolizyjnymi skrzyżowaniami.

Otwarty w piątek, 26 czerwca, ostatni brakujący odcinek S6 z Leśnic pod Lęborkiem do Słupska ma długość 40 kilometrów. W ramach inwestycji powstało pięć węzłów drogowych: Budy, Bobrowniki, Rzechcino,

Skórowo i Leśnice. Wybudowano również 44 obiekty inżynierskie, w tym 24 przejścia dla zwierząt oraz 245-metrową estakadę nad doliną rzeki Łupawa, która jest największym takim obiektem na nowym fragmencie S6.

Wartość umów na realizację ostatniego odcinka S6 z Leśnic do Słupska wyniosła 1,27 mld zł. Budowa otrzymała wsparcie ze środków UE z Programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko (FENIKS). W sumie cała S6 kosztowała 15,5 miliarda złotych.

19 marca 2025 r., czyli w Dzień Jedności Kaszubów, minister infrastruktury nadał drodze ekspresowej S6 oficjalną nazwę „Trasa Kaszubska - Kaszëbskô Darga”.

©
Węcej na str. 4



Trasa ekspresowa S6 w pobliżu Potęgowa

Jutro w naszej gazecie Strefa Biznesu

● Dla coraz większej grupy Polaków Hiszpania staje się przestrzenią do życia, prowadzenia biznesu oraz inwestowania kapitału.

Zamów prenumeratę

Głos Pomorza
Głos Koszaliński
Głos Szczeciński ☎ 94 340 11 14
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gp24.pl

W ciągu jednego dnia, dzięki skutecznemu protestowi, robotnicy odnieśli zwycięstwo

Igor Rakowski-Kłos (PAP)
Rozmowa

z dr Pawłem Sasanką - historykiem, adiunktem w Ośrodku Badań nad Totalitaryzmami w Instytucie Pileckiego.

Mija 50. rocznica strajków i demonstracji, które wybuchły po ogłoszeniu podwyżek cen żywności w czerwcu 1976 roku. Prawie sześć lat wcześniej podobna podwyżka także wywołała protesty, co doprowadziło do odsunięcia od władzy Gomułki. Władza niczego się nie nauczyła?

Władza była przekonana, że tym razem postępuje inaczej niż w okresie Władysława Gomułki i nie zaskakuje społeczeństwa nagłą decyzją o podwyżkach. Stworzono pozory procedury bardziej demokratycznej. O ile w grudniu '70 podwyżkę firmowała partia, a zapowiedziano ją w formie komunikatu o decyzji Biura Politycznego, o tyle w 1976 r. partię i Edwarda Gierka niejako „schowano”, a na pierwszy plan wysunięto rząd i premiera Piotra Jaroszewicza, który skłonił do rzeczywiście podejmowania kluczowej decyzji o jej założeniach. 24 czerwca wystąpił w Sejmie, przedstawiając projekt zmian, który - jak zapowiadano - miał być następnego dnia przedmiotem dyskusji. Na piątek, 25 czerwca, w największych zakładach zaplanowano konsultacje z aktywem, natomiast w sobotę Sejm miał podjąć ostateczną decyzję, de facto zatwierdzając wcześniej ustalony wariant podwyżek. W zamierzeniu władz ten plan miał być dowodem na transparentny tryb działania. W praktyce jednak dla większości było oczywiste, że konsultacje są pozorowane.

Dlaczego ekipie Gierka tak zależało na wprowadzeniu tej podwyżki?

Problemem była chroniczna nierównowaga na rynku artykułów spożywczych. Wynikała ona przede wszystkim z tego, że przy rosnących dochodach ludności i jednocze-



FOT. IPN

Paweł Sasanka: - Władze spodziewały się raczej protestów na Wybrzeżu, w Warszawie, ewentualnie na Śląsku. Tymczasem ludzie wyszli na ulice w mniejszych ośrodkach

śnie utrzymywanych na stałym poziomie cenach żywności znaczna część dodatkowych środków była przeznaczana właśnie na konsumpcję artykułów spożywczych. Jest to zjawisko typowe dla społeczeństw relatywnie ubogich, w których wzrost dochodów w pierwszej kolejności przekłada się na zwiększenie wydatków na żywność. Mechanizm ten dodatkowo pogłębiał istniejącą nierównowagę rynkową. Władze komunistyczne nie znały innych narzędzi przywracania równowagi niż administracyjne podwyżki cen, których celem było ograniczenie popytu. Był to mechanizm stosowany od czasów stalinowskich: podwyżki wprowadzano nagle, aby zaskoczyć społeczeństwo i ograniczyć możliwość reakcji. Jaroszewicz uległ przekonaniu, że stopniowe podniesienie cen jest politycznie ryzykowne i mniej skuteczne.

Konieczność podwyżek pokazała, że mimo wysokich nakładów inwestycyjnych polska gospodarka nie nadąża za społecznymi aspiracjami konsumpcyjnymi?

Gdy Gierek obejmował władzę, obiecał szybki rozwój gospodarczy oraz znaczącą poprawę poziomu życia. Oba te cele opierały się jednak na kruchych fundamentach. Wzrost gospodarczy był w dużej mierze efektem napływu kapitału zagranicznego w po-

staci kredytów, które przeznaczano na inwestycje przemysłowe. Model ten zakładał zakup zachodnich licencji, budowę nowych zakładów oraz eksport w celu spłaty zadłużenia. W praktyce jednak polska gospodarka pozostawała strukturalnie nieefektywna. Już wcześniej Gomułka dostrzegał ograniczenia tego modelu i próbował je przezwyciężyć poprzez tzw. strategię selektywnego rozwoju.

Czy podwyżki były konsultowane z Moskwą?

Docierające do Moskwy pierwsze informacje, że polska ekipa przygotowuje się do wprowadzenia podwyżki cen żywności, wywołały tam skojarzenia z kryzysem z grudnia 1970 r. Na Kremlu obawiano się, że Gierek podąża tą samą drogą co Gomułka, kilkakrotnie przekazywano do Warszawy sygnały świadczące o zaniepokojeniu. W przeddzień operacji do Moskwy w tajemnicy pojechał Jaroszewicz, spotkał się z premierem Aleksiejem Kosyginem i pokazał mu dokumentację tej podwyżki. Kosygin powiedział: „Chcecie podjąć decyzję politycznie niebezpieczną, a ekonomicznie nie skuteczną. Czy zapomnieliście o grudniu 1970? Następnie jako ekonomista dokonał kilku obliczeń i stwierdził, że w projekcie popełniono szereg błędów. Był przekonany, że rachunki rekompensat „są zrobione niedbale, więc każdy zobaczy, że to jakieś oszustwo”. Uwagi z Moskwy zostały jednak zignorowane, z wiadomym skutkiem. Skuteczne za to okazały się interwencje z Kremla, gdy tam się zorientowano, że polskie władze chcą spróbować ponownie. Otóż pod koniec czerwca w Berlinie odbyła się konferencja europejskich partii komunistycznych. Do powrotu Gierka przygotowania do nowej próby podniesienia cen zostały zakończone. W czasie pierwszego spotkania Leonid Breżniew pocieszał Gierka i pochwalał decyzję o wycofaniu się z podwyżki. Gdy zorientował się, że polscy towarzysze chcą operację

przeprowadzić jeszcze tego samego dnia poprosił Gierka o rozmowę w cztery oczy. Gierek wrócił z niej bardzo zdenerwowany i długo rozmawiał ze współpracownikami. Z relacji Andrzeja Werblana wynika, że usłyszał: „Nie zapomnijcie o 1970 r. Żadnych dalszych prób podwyższania cen. To nie jest nasza rada, to jest nasze stanowisko”. Gierek był wściekły. „W łeb brało całe misternie budowane partnerstwo. Breżniew potraktował swego przyjaciela brutalnie” - wspominał Werblan. W tej sytuacji polskim towarzyszom pozostało już tylko wycofać się rakiem. Zwołali wielki wiec w katowickim Spodku, pod hasłem „Z ludźmi i dla ludzi”. Gierek wystąpił tam w roli ojca narodu, wygłosił pojednawcze przemówienie i został nagrodzony owacją. Ten propagandowy triumf maskował porażkę - skoro podwyżka cen była wykluczona, od tego momentu władze musiały uciekać się do półśrodków. Jeszcze latem ogłoszono wprowadzenie kartek na cukier, a w 1977 r. ogłoszono tzw. manewr gospodarczy, sprowadzający się do próby przyhamowania frontu inwestycyjnego. Nic to jednak nie dało.

Radom, Ursus i Płock to największe ogniska protestów. Dlaczego?

25 czerwca od rana do centrali MSW zaczęły napływać informacje o tym, co działo się już podczas nocnych zmian w zakładach przemysłowych po przemówieniu Jaroszewicza. Dotyczyły one „przerw w pracy”, bo unikano używania słowa strajk. Informacje takie docierały m.in. z Warszawy, z Wybrzeża. Około godziny 10 stało się jasne, że najbardziej zapalnym punktem jest Radom. Równocześnie niebezpieczna sytuacja rozwijała się w Ursusie, gdzie protestujący wyszli na tory. Jeśli zaś pytać, co łączyło takie miasta jak Radom, czy Płock, gdzie z Mazowieckich Zakładach Rafineryjnych i Petrochemicznych po zakończeniu pierwszej zmiany ruszył pochód do centrum miasta, to przede

wszystkim fakt, że nie były to największe ośrodki przemysłowe.

Było to dla władz dużym zaskoczeniem?

Władze spodziewały się raczej protestów na Wybrzeżu, w Warszawie, ewentualnie na Śląsku. Tymczasem ludzie wyszli na ulice w mniejszych ośrodkach, co wymusiło przezręczanie tam dodatkowych sił milicyjnych, m.in. ze Szczecina. Kolejną lekcją, którą władze wyciągnęły z grudnia 1970 r. było to, by dużych miastach oraz największych ośrodkach przemysłowych żyło się nieco lepiej niż w mniejszych ośrodkach, co wyraźnie widać na przykładzie zaopatrzenia sklepów. Jest wiele relacji mówiących o tym, jak ciężko żyło się w Radomiu, jak kiepskie było zaopatrzenie sklepów. Niektórzy mieszkańcy wspominają, że pierwsze w życiu banany zobaczyli dopiero w czasie wizyty u rodziny na Śląsku lub w Warszawie. Między stoczniovcami - często wykwalifikowanymi specjalistami - a pracownikami takich zakładów jak radomski «Radoskór» istniały znaczące różnice, obejmujące nie tylko poziom wynagrodzeń. Podwyżka cen była szczególnie bolesna dla robotników w takich mniejszych ośrodkach.

Czy protestujących spotkały represje ze strony władz?

Represje po Czerwcu '76 robią wrażenie dobrze naoliwionego mechanizmu. Zaczęło się od bicia zatrzymanych na tzw. ścieżkach zdrowia - zarówno w Radomiu, w Komendzie Wojewódzkiej MO, w aresztach, do których przewożono zatrzymanych demonstrantów. Do podobnych praktyk dochodziło także w Warszawie. Są dziesiątki relacji i zeznań, które ofiary po latach przed prokuratorami IPN. W działalności kolegów do spraw wykroczeń świetnie widać arbitralność władz w karaniu uczestników protestów. Początkowo kolegia orzekały wyłącznie kary grzywny wobec osób, które

wcześniej nie miały problemów z prawem. Kiedy władze zorientowały się, że kary są zbyt łagodne, w Komitecie Centralnym odbyła się narada przedstawicieli instytucji odpowiedzialnych za politykę karną i wkrótce ci sami ludzie ponownie stanęli przed kolegami, co oznaczało złamanie procedury i otrzymywali niemal bez wyjątku kary trzech miesięcy aresztu. W Radomiu sądy karały w trybie przyspieszonym, później odbyły się procesy mające charakter pokazowy. Jeśli porównać odsetek ukaranych uczestników protestów w Poznaniu w Czerwcu '56, na Wybrzeżu w Grudniu '70 i w Radomiu w Czerwcu '76, to - co może wydać się zaskakujące - najwyższy był on właśnie w przypadku protestów z 1976 roku. O ile wkrótce po buntach w Poznaniu i na Wybrzeżu doszło do zmiany ekip rządzących, a same protesty zostały niejako zrehabilitowane, o tyle nic takiego nie miało miejsca po 1976 r. W końcu to w procesach radomskich zapadły wyroki sięgające 10 lat więzienia. Było to coś szokującego w zestawieniu z dotychczasowym, względnie liberalnym wizerunkiem Edwarda Gierka.

Czy mimo to protesty z czerwca 1976 roku można uznać za robotnicze zwycięstwo?

W popularnej narracji o Czerwcu '76 dominuje pewien schemat: robotniczy protest, brutalne represje, a następnie powstanie Komitetu Obrony Robotników, czyli środowiska inteligenckiego pomagającego represjonowanym robotnikom. Staram się podkreślać coś innego: że w ciągu jednego dnia, dzięki skutecznemu protestowi, robotnicy odnieśli zwycięstwo. Owszem, zapłacili za niego później cenę - zwłaszcza ci, którzy byli bici na tzw. ścieżkach zdrowia czy stanęli przed kolegami i sądami - niemniej skala ofiar była nieporównywalnie mniejsza niż w Grudniu '70. Na pewno warto więc mówić nie tylko o represjach, lecz także o sukcesie robotników.

nasz REGION

REGION

Policjanci na ul. Bałtyckiej w Jarosławcu zatrzymali do kontroli 37-letniego mieszkańca Częstochowy. Mężczyzna poruszał się hulajnogą elektryczną, znajdując się w stanie nietrzeźwości: miał ponad 1,2 promila alkoholu w organizmie. Mężczyzna otrzymał mandat w wysokości 2500 złotych. Policjanci w Darłowie zatrzymali pijanego rowerzystę: miał prawie 2 promile alkoholu w organizmie. Dostał mandat 2500 złotych.



FOT. GP24.PL

DYŻURNY „GŁOSU”

Joanna Boroń,
tel. 94 347 35 52
Na naszych Czytelników czekamy w redakcji „Głosu Koszalińskiego” w Koszalinie przy ul. Partyzantów 17 oraz pod adresem: alarm@gk24.pl

Początek wakacji i... szkolnych remontów

Joanna Boroń
Koszalin

Choć dla uczniów od piątku rozpoczęła się letnia łaba, to w wielu szkołach i przedszkolach w te wakacje wiele się będzie działo.

W zakończonym w piątek roku szkolnym do koszalińskich przedszkoli uczęszczało 2746 dzieci. W szkołach podstawowych naukę pobierało 8376 uczniów w 356 klasach, natomiast w szkołach ponadpodstawowych i specjalnych kształciło się 7068 uczniów. Łącznie miejski system edukacji objął 18 190 dzieci i młodzieży. Opiekowało się nim 2145 nauczycieli zatrudnionych przez koszaliński samorząd.

Uczniowie i nauczyciele wchodzić w tryb wakacyjny. W ich szkołach i przedszkolach zaczyna się czas remontów.

W zakończonym w piątek roku szkolnym do koszalińskich przedszkoli uczęszczało 2746 dzieci. W szkołach podstawowych naukę pobierało 8376 uczniów w 356 klasach, natomiast w szkołach ponadpodstawowych i specjalnych kształciło się 7068 uczniów. Łącznie miejski system edukacji objął 18 190 dzieci i młodzieży. Opiekowało się nim 2145 nauczycieli zatrudnionych przez koszaliński samorząd.

– Od początku 2026 roku w budżecie miasta zabezpieczono około 4 milionów 747 tysięcy złotych na inwestycje i remonty w przedszkolach, szkołach oraz innych placówkach oświatowych – informuje Anna Makarewicz, rzeczniczka koszalińskiego ratusza.

– Pieniądze te przeznaczone zostaną zarówno na usuwanie awarii, jak i wykonanie zaleceń wydanych przez powiatowego inspektora sanitarnego oraz Państwową Straż Pożarną – dodaje Makarewicz.

To nie wszystko. W Przedszkolu nr 11 zaplanowano modernizację chodnika o wartości 64,6 tys. zł, która zostanie sfinansowana ze środków Rady Osiedla „Lechitów”.

W ramach Koszalińskiego Budżetu Obywatelskiego prze-



FOT. Radosław Brzostek

Uczniowie SP 23 w Koszalinie po rozdaniu świadectw w miniony piątek

prowadzone zostaną dwa ważne projekty. Przy Szkole Podstawowej nr 5 im. UNICEF

powstanie odnowiony plac zabaw o wartości 151 tys. zł. Z kolei w Przedszkolu nr 3 zrewitali-

zowany zostanie betonowy taras, a część terenu zielonego zostanie przekształcona w nowo-

czesną strefę rekreacyjno-zabawową. Wartość tego przedsięwzięcia wynosi 115 tys. zł.

Jednym z największych realizowanych obecnie projektów sportowych jest budowa dwóch kompleksów typu Orlik. Inwestycja obejmie budowę nowoczesnego kompleksu sportowego przy Zespole Szkół nr 7 oraz kompleksu sportowego wraz z bieżnią prostą przy Szkole Podstawowej nr 6. Zadanie realizowane jest dzięki dofinansowaniu z Funduszu Rozwoju Kultury Fizycznej w ramach programu „Budowa kompleksów sportowych Orlik – Edycja 2024”.

Całkowita wartość inwestycji wynosi ponad 8,48 mln zł. Ministerialne dofinansowanie sięgnie maksymalnie 3,39 mln zł, natomiast pozostałe 5,08 mln zł pochodzić będzie z koszalińskiego budżetu.

KRÓTKO

KOSZALIN

„Seniorze, nie bój się” – ruszają bezpłatne warsztaty dla seniorów z Koszalina i okolic.

W poniedziałek wystartują przy klubie Bałtyk (spółdzielnia KSM Na Skarpie) pierwsze warsztaty realizowane pod hasłem „Seniorze, nie bój się”, których celem jest zwiększenie bezpieczeństwa, aktywności oraz świadomości zdrowotnej osób starszych.

Projekt organizowany jest przez RONIN Koszaliński Klub Karate w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO.

Oferta skierowana jest do seniorów z Koszalina oraz okolicznych miejscowości. Uczestnicy będą mieli okazję zdobyć praktyczne umiejętności z zakresu samoobrony, poznać sposoby reagowania w sytuacjach zagrożenia, a także dowiedzieć się, jak prowadzić zdrowy i aktywny tryb życia. Warsztaty zostały przygotowane z myślą o osobach starszych, dlatego zajęcia będą dostosowane do ich możliwości i potrzeb.

Zapisy na zajęcia oraz informacje pod numerem telefonu 570 037 800.

Zajęcia organizowane będą na terenie DPS Zielony Taras, a w razie deszczu w Klubie. **AB**

REKLAMA

0511465476

Młodzi artyści zachwycili podczas Gminnego Przeglądu Teatrów

W Publicznej Szkole Podstawowej w Oparznie odbył się tegoroczny Gminny Przegląd Teatrów, który zgromadził młodych miłośników sztuki scenicznej z terenu gminy. W wydarzeniu uczestniczyło pięć zespołów teatralnych reprezentujących Publiczną Szkołę Podstawową w Bierzwicy, Publiczną Szkołę Podstawową w Oparznie oraz Publiczną Szkołę Podstawową im. Ziemi Świdwińskiej w Lekowie.

Przegląd był okazją do zaprezentowania talentów aktorskich, kreatywności oraz efektów wielotygodniowej pracy uczniów i ich opiekunów. Młodzi artyści przygotowali interesujące przedstawienia, które spotkały się z dużym uznaniem publiczności.

Obecny na wydarzeniu Wójt Gminy Kazimierz Lechocki pogratulował wszystkim uczestnikom udanych występów. Podziękował młodym aktorom za zaangażowanie, pomysłowość oraz ogrom pracy włożonej w przygotowanie spektakli. Podkreślił również, że tego typu inicjatywy rozwijają pasje, uczą współpracy i wzmacniają pewność siebie młodych ludzi.

Słowa uznania skierował także do dyrektora Publicznej Szkoły Podstawowej w Oparznie, Róży Tabaszewskiej, dziękując za organizację i przygotowanie wydarzenia. Dzięki zaangażowaniu gospodarzy oraz opiekunów zespołów teatralnych



uczestnicy mogli przeżyć wyjątkowe chwile pełne emocji, artystycznych wrażeń i dobrej zabawy.

Tegoroczny Gminny Przegląd Teatrów po raz kolejny poka-

zał, jak wiele talentów kryje się wśród uczniów gminnych szkół oraz jak ważną rolę odgrywa edukacja kulturalna w życiu młodego pokolenia.

REKLAMA

0011544367

KSM „Na Skarpie” w Koszalinie
ogłasza przetarg nieograniczony
na przebudowę balustrad
zewnątrznych i remont posadzek
balkonów w budynkach
mieszkalnych wielorodzinnych
przy ul. Gierczak w Koszalinie.
Szczegóły dostępne na stronie
internetowej Spółdzielni:
www.ksmnaskarpie.pl/ogloszenia.

REKLAMA

0011545180

Starosta Białogardzki

informuje, że w dniu 25 czerwca 2026 roku w siedzibie Starostwa Powiatowego w Białogardzie, przy Placu Wolności 16-17, został wywieszony wykaz nieruchomości będącej własnością Skarbu Państwa, przeznaczonej do oddania w dzierżawę na cele składowe, magazynowe, na okres do 3 lat w formie bezprzetargowej obejmujący część działki nr 30 o pow. 0,2626 ha, położonej w obrębie ewidencyjnym nr 0005 miasta Białogard, przy ulicy Chocimskiej.

REKLAMA

0011545060

OGŁOSZENIE O PRZETARGACH

Burmistrz Mogilna ogłasza

przetargi ustne nieograniczone na sprzedaż nieruchomości
gruntowej niezabudowanej, inwestycyjnej,
dla działek nr 5/12, 5/13, 5/21 w Mogilnie.

Dodatkowe informacje można uzyskać w Wydziale
Gospodarki Przestrzennej i Ochrony Środowiska (pok. nr 213)
Tel. nr (52) 318 55 46

a także na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Mogilnie
(www.bip.mogilno.pl)

lub na tablicy ogłoszeń Urzędu
w okresie od 29 czerwca 2026 r. 29 sierpnia 2026 r.

Trasa S6 spięła Pomorze

Wojciech Frelichowski
Region

Historia budowy trasy ekspresowej S6 z Gdańska do Szczecina to fakty nie tylko osadzone w decyzjach, przepisach i przetargach. Wkład w realizację tej inwestycji mają także tysiące mieszkańców naszego regionu, który podpisali się pod petycją dotyczącą budowy trasy. Inicjatywa zbiórki podpisów wyszła z „Głosu Pomorza”, a konkretnie od ówczesnego redaktora naczelnego gazety Krzysztofa Nałęcza.

Koncepcja przebiegu trasy ekspresowej S6 na Pomorzu powstała w połowie pierwszej dekady XXI wieku. Pierwszą inwestycją związaną z tym projektem była budowa obwodnicy Słupska. Została ona zrealizowana w latach 2008-2010 jako jednojezdniowa trasa o długości 16 kilometrów, z docelowym układem węzłów, w rejonie których doga był dwujezdniowa. W 2024 roku rozpoczęto prace przy modernizacji obwodnicy. Dobudowano wówczas drugą nitkę tej drogi. Otwarcie trasy nastąpiło na początku lipca 2025 r.

Kolejnym elementem S6 była obwodnica Nowogardu. Jej budowę rozpoczęto w kwietniu 2010 roku, a oddano do użytku na początku 2012 r. Trasa o długości ponad 9 km od początku była budo-

wana jako droga dwujezdniowa.

Prace przy „właściwej” trasie S6 zainaugurowano w 2017 roku w województwie zachodniopomorskim od budowy odcinka Goleniów - Nowogard (19,2 km), który otwarto 8 maja 2019 r.

Następnym krokiem była budowa odcinka z Nowogardu do Płotów (20 km). Ten etap ukończono 30 października 2019 r.

Wraz z budową odcinka z Nowogardu do Płotów trwała już budowa dalszego drogi w kierunku wschodnim do węzła Kiełpino i do Kołobrzegu (razem 38 km). Realizację zakończono 30 września 2019 r.

W tym czasie prowadzono już roboty budowlane na odcinkach od Kołobrzegu do Ustronia Morskiego i dalej do Koszalina (39 km). Budowa drogi miała zakończyć się w kwietniu 2019 r., jednak ostatecznie odcinek oddano do ruchu 10 października 2019. Miesiąc później otwarto odcinek od węzła Koszalin Północ do węzła Koszalin Wschód (5,7 km).

gorzej było w województwie pomorskim. Dlaczego? Tak wspomina tamten czas Grzegorz Hilarczyk, były dziennikarz „Głosu Pomorza”, który opisywał wówczas postępy prac przy S6.

- Lokalni urzędnicy Generalnej Dyrekcji Dróg i Autostrad ze Szczecina mogli wszystko przygotować, jak chcieli,



Marzec 2014 roku. Krzysztof Nałęcz w Ministerstwie Infrastruktury przekazuje podpisy popierające budowę trasy S6 na ręce Zbigniewa Rynasiewicza, wiceministra infrastruktury

a u nas... Opóźnienie spowodowały naciski na szefa GDDKiA w Gdańsku. Były tak silne, że „Gazeta Wyborcza” opublikowała tekst, że dyrektor z Gdańska poprosił o tarczę antykorupcyjną (mechanizm, w którym urzędnik żąda sprawdzenia czy wszystko robi zgodnie z prawem). Po tym tekście, to urzędnicy mogli zdecydować o przebiegu obwodnicy Lęborka, a politycy musieli uznać, że lepiej wybudować ją tak, jak jest teraz wybudowana. To jednak nie koniec politycznych zawirowań. W 2015

roku zmieniła się opcja rządząca w Polsce i rząd PiS Beaty Szydło zdecydował o wstrzymaniu S6 w województwie pomorskim. W województwie zachodniopomorskim nie dało się, bo droga była już budowana. Decyzja kosztowała ze dwa-trzy lata opóźnienia. Zmiana szefa rządu - chodzi o Mateusza Morawieckiego i znalezienie się blisko niego posła Piotra Mullera ze Słupska pomogło w tym, że sprawy zakończenia S6 w naszym regionie w końcu ruszyły, tak jak powinny.

Wkład w realizację tej inwestycji mają także tysiące mieszkańców naszego regionu, który podpisali się pod petycją dotyczącą budowy trasy. Inicjatywa zbiórki podpisów wyszła z „Głosu Pomorza”, a konkretnie od ówczesnego redaktora naczelnego gazety Krzysztofa Nałęcza.

Wszystko zaczęło się od tego, że wiosną 2013 roku rząd przyjął Program Budowy Dróg Krajowych do 2015 roku. Nie było w nim słowa o trasie S6. Nie oznaczało to, że nową drogę S6 odłożono na półkę.

Proponowane w przyjętym przez rząd dokumencie inwestycji stanowiły jedynie wycinek tych planowanych do realizacji na lata 2014-2020.

Wtedy redaktor Krzysztof Nałęcz zareagował.

- Musimy coś zrobić, bo nas wykołęgają z budowy tej drogi. Zróbmy coś - stwierdził na kolegium redakcyjnym i rzucił pomysł. - Będziemy zbierać podpisy popierające jej budowę. Musimy pokazać decydentom, że nowa droga musi znaleźć się na liście projektów tras przeznaczonych do budowy w kolejnych latach.

Jako „Głos” rozpoczęliśmy wówczas w Słupsku, Koszalinie, Szczecinie i regionie kampanię społeczną na rzecz budowy trasy S6.

Podpisy zbieraliśmy na specjalnie opracowanych i wydrukowanych formularzach. Wyprodukowaliśmy szereg materiałów promocyjnych - banerów, nalepek, ulotek, chorągiewek. Rozdawaliśmy je gdzie tylko można - w urzędach, instytucjach, na festynach. Po liście, na których można było podpisać za budowę trasy S6 zgłaszali się do nas przedstawiciele różnych środowisk - przedsiębiorcy, policjanci, sportowcy, samorządowcy, a nawet politycy (niektórzy). Tych osób, przyjaciół była cała rzesza. Podziękowaliśmy im wtedy i dziękujemy jeszcze raz. Bez Was, bez mieszkańców Pomorza, być może tej drogi nie byłoby do tej pory. ©

AUTOREKLAMA

**Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie
przez Internetowe Biuro Ogłoszeń,
bez wychodzenia z domu**

Tutaj zleczisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

0011546325

Wyrazy głębokiego współczucia
Koleżance Elżbiecie Ostrowskiej
z powodu śmierci

Męża

składają

Zarząd oraz Koleżanki i Koledzy
z Zakładu Techniki Próżniowej TEPRO S.A. w Koszalinie

0011546325

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 26 czerwca 2026 roku
odszedł od nas Kochany Tata i Dziadek

śp. Michał Kozłowski

Ceremonia pogrzebowa rozpocznie się 30 czerwca 2026 roku
o godzinie 11.30 w kaplicy na Cmentarzu Komunalnym w Koszalinie.
Msza Święta żałobna zostanie odprawiona w dniu pogrzebu
o godzinie 10.00 w kościele pw. św. Ignacego z Loyoli w Koszalinie.
Pograżona w smutku rodzina

KOMUNALNY ZAKŁAD POGREBOWY

Umowy na Granty Sołeckie podpisane

Tomasz Turczyn
Region

Siłownie zewnętrzne pod chmurką, place zabaw z nowymi atrakcjami dla najmłodszych, czy strefy rekreacyjne... To przykłady inwestycji, które będą realizowane dzięki „Grantom Sołeckim” na terenie gmin: Darłowo, Malechowo, Postomino i Sławno. Samorządy otrzymają na realizację tych lokalnych przedsięwzięć 260 tys. zł dofinansowania z budżetu województwa.

Gminy z powiatu sławieńskiego otrzymały wsparcie Samorządu Województwa Zachodniopomorskiego z programu: „Granty Sołeckie 2026”. Umowy odebrali (w czwartek - 25.06.2026 r.) sołtysi gmin: Sławno, Darłowo, Malechowo, Postomino na Zamku Książąt Pomorskich z rąk Olgierda Geblewicza, marszałka zachodniopomorskiego.

- To jeden z naszych sztan-dardowych projektów spierający lokalne samorządy i dający im możliwość wykazania się i realizacji swoich planów - podkreślał Olgierd Geblewicz.

200 nowych inicjatyw z dofinansowaniem „Granty Sołeckie” od lat wspierają inwestycje, które wpływają na poprawę bezpieczeństwa, rozwój infrastruktury oraz aktywizację społeczności lokalnych. W tym roku konkurs został rozstrzygnięty przez Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego po raz dziesiąty i niezmiennie cieszy się sporym zainteresowaniem gmin, które wnioskuje w imieniu sołectw o dotacje. Kwota dofinansowania dla jednej inwestycji wynosi 20 tys. zł.

Sołectwa działające na terenie powiatu sławieńskiego otrzymają środki m.in. na doposażenie placów zabaw w nowe atrakcje dla dzieci, budowę miejsc re-

kreacji i siłowni pod chmurką oraz modernizację boiska sportowego. Gmina Darłowo pozyskała „Granty” na stworzenie placu zabaw w miejscowości Barzowice, budowę wiaty w Gleżnowie oraz modernizację tarasu, który jest częścią świetlicy wiejskiej w sołectwie Rusko.

- W naszej gminie funkcjonuje też budżet sołecki, a granty marszałkowskie są jego świetnym uzupełnieniem - podkreślał w Darłowie Radosław Głazewski, wójt gminy Darłowo. - Cieszę się, że nasze sołectwa z tego korzystają.

W Gminie Malechowo inwestycje prowadzone będą w trzech sołectwach. W Ostrowcu przy świetlicy powstanie strefa rekreacji, która zostanie wyposażona w stół do tenisa stołowego oraz drabinki do wspinaczki. W Laskach najmłodszy mieszkańcy zyskają zjazd linowy do rekreacji (tzw. tyrolkę), a w Bartolinie zostanie zmodernizowane boisko sportowe.

W Gminie Postomino środki z grantów zostaną wykorzystane m.in. na przygotowanie eko przystanku w Pałowie czy zagospodarowanie terenu przy świetlicy wiejskiej w Pieszczu. Natomiast w Staniemowicach powstanie Kajakowy Punkt Postojowy, a Postomino grant wykorzysta na budowę altany rekreacyjnej. Ciekawie zapowiada się dla najmłodszych mieszkańców inwestycja w sołectwie Warszawo (gmina Sławno). Głównym elementem projektu jest wykorzystanie istniejącego wzniesienia do utworzenia góry saneczkowej.

- To pierwszy etap tej inwestycji. Chcemy wybudować bezpieczne wejście na górkę - mówi Lechosław Szach, sołtys Warszawo. - Za rok też będziemy starali się o grant i jeśli uda się go uzyskać to górkę będzie wyłożona igelitami, aby można z niej korzystać cały rok. ©

AKCJA CHARYTATYWNA

0011545624



Dziecko czy pies? Demografia a wybory młodych w 2026 roku

Małgorzata Oberlan
Demografia

Wskaźnik dzietności w Polsce spada, o zastępowalności pokoleń można zapomnieć. Czy rok 2026 będzie kolejnym, w którym młodzi „prędzej sprawią sobie drugiego psa, niż zdecydują się na dziecko”, jak lubią komentować starsi?

Demograficzna katastrofa. Apokalipsa. Wymieranie. Z tymi hasłami i nagłówkami już się nieco oswoiliśmy, także w Kujawsko-Pomorskiem. I jeśli na kimś one robią wrażenie, a nawet rzeczywiście martwią, to starsze pokolenie.

- To jest wasz boomerski lament. Bo żyjemy inaczej. Bo się boicie, że nie ma komu pracować na wasze emerytury. Bo to wy chcecie mieć wnuki - dobijająca do trzydziestki Natalia strzela do mnie słowami niczym z karabinu automatycznego. Ta torunianka dzieci na razie nie planuje. Znajomi z jej kręgu - w większości podobnie.

Arlęta i Mateusz, także tuż przed trzydziestką i też z Torunia, na początku 2025 r. zostali rodzicami. Po raz pierwszy. - I świadomie. Mamy już oboje w miarę stabilną sytuację zawodową, mieszkanie po dziadkach. Teraz dzielimy się opieką nad Antosiem, mamy też opiekunkę. Ja już wróciłam do pracy - w skrócie kreśli sytuację torunianka. I nie kryje, że ich „plan na życie” zakłada jedno dziecko, jednego psa (już jest), ale za to wiele innych celów do zrealizowania.

Fakty i trendy

Twarde fakty są takie. Lament nad „katastrofą” (a nie - jak wcześniej - zapaścią) demograficzną słychać nad Wisłą od 2022 r. Wówczas urodziło się w Polsce zaledwie 305 tys. dzieci, najmniej od czasów II wojny światowej. Każdy kolejny rok znaczącej poprawy nie zapowiadał. I to trwa. Już na początku 2025 r. wskaźnik dzietności w Polsce spadł z 1,1 do poziomu 1,03 (dane GUS). Oznacza to tyle, że statystyczna Polka w tzw. okresie rozrodczym (15-49 lat) mieć będzie tylko jedno dziecko. Tymczasem dla zwykłej zastępowalności pokoleń konieczny jest współczynnik sięgający 2,1. O takim od dawna można zapomnieć, także w naszym regionie.

Polki matkami zostają coraz później. 20 lat temu rodziły

pierwsze dziecko przed 24. rokiem życia. To przecież nie aż tak odległy czas, nie tylko z perspektywy demografów czy socjologów, ale i zwykłych ludzi. Dziś po raz pierwszy zostają matkami przed trzydziestką, a co trzecia Polka - po trzydziestce.

Trendem wzmacniającym się jest też tzw. późne rodzicielstwo. Matka co 20. dziecka w kraju rodzi je po czterdziestce, a zdarzają się też już rodzące „pięćdziesiątki”. Kiedyś „rzecz nie do pomyślenia”, dziś się dzieje. Wpływ na to ma nie tylko medycyna, in vitro, ale i przemiany obyczajowe.

Problemy z płodnością, świadoma rezygnacja z uprawiania seksu (tzw. białe związki i małżeństwa), samotność i kłopoty ze znalezieniem partnera/partnerki - to też zjawiska nasilające się. Podobnie jak większa społeczna akceptacja tzw. odmiennych orientacji seksualnych i związków jednopłciowych, które dzietności nie napędzają. Te ostatnie w ograniczonym, ale zawsze, zakresie mogłyby, ale brak w Polsce uregulowań podobnych niektórym krajom zachodniej Europy. Słusznie czy nie, można dyskutować, ale fakt pozostaje faktem.

500 plus? 800 plus? Dzietności nie podniosły. Rosną za to wskaźniki dotyczące dzieci urodzonych w Polsce przez kobiety imigrantki (różnych narodowości). W 2015 r. ten wskaźnik wynosił zaledwie 0,5 procent - w odniesieniu do wszystkich urodzeń. W 2025 r. to już 7 proc. - nie jakiś ogrom w całości, ale skok widać. Zresztą, już w 2024 r. co 16. dziecko w Polsce rodziło się, nie mając polskiego obywatelstwa - wynikało z danych Ministerstwa Cyfryzacji, czyli liczby zarejestrowanych urodzeń w bazie PESEL. (Za: Rzeczpospolita, 21.11.2024 r.).

Wreszcie - trend, od którego być może trzeba by zacząć. Posiadanie dziecka od dawna nie jest priorytetem młodego pokolenia. Bo z jednej strony - owsem - młodzi Polacy dostrzegają wiele pozytywnych aspektów rodzicielstwa. Ogromna większość uważa, że dzięki rodzicielstwu można się wiele nauczyć, że przynosi to wiele radości - to jasno wynika choćby z badania CBOS „Pokolenie ZiY o rodzicielstwie” (2025 r.).

Z drugiej strony jednak zdecydowana większość młodych ludzi jest zdania, że wychowanie dziecka w obecnych cza-



Większość młodych uważa, że wychowanie dziecka jest dziś dużym wyzwaniem, wiąże się z wieloma wyrzeczeniami, że można wieść szczęśliwe, spełnione życie bez dzieci

sach jest dużym wyzwaniem, wiąże się z wieloma wyrzeczeniami i że można wieść szczęśliwe, spełnione życie nie mając dzieci. A do tego - trudno pogodzić pracę zawodową z opieką nad dziećmi. To też wynika z raportu CBOS. Wiele innych badań społecznych z ostatnich lat wskazuje, że dla młodej generacji cenne i ważne są: samorozwój, praca zawodowa i dobre zarobki, podróże, zdrowie fizyczne i psychiczne, dobre relacje z ludźmi, stan środowiska i przyszłość planety. W czołówce rodzicielstwa brak...

Młodzi o planach na 2026

Zuzanna, lat 25. Świeżo upieczony magister, humanistka, z pracą na umowie-zleceniu. Mieszka w Toruniu, z rodzicami. Cel na 2026 r.: wyprowadzka i wspólne mieszkanie z Pawłem. Dziecko? - Ojej, tak szybko?! - autentyczny śmiech.

Para o 5 lat starsza, którą podpytuję o plany przez mesengera (odpowiadają „setami”, na raty, o różnych porach doby - jak im czas pozwoli), to Paula i Konrad, z trzydziestotyśięczonego miasta w Kujawsko-Pomorskiem: - Tak, my jesteśmy ci, co „prędzej wezmą drugiego psa”, niż będą mieli dziecko. U nas też starzy tak marudzą i o wnuki pytają. Ale my mamy teraz inne plany. Konrad rozkręca swoją działalność. Ja mu pomagam, ale mam też swoją pracę w marke-

tingu. Pies jest jeden (na razie). To Johnny, husky. Trzeba go porządnie wybiegać. W tym roku zostanie tatusem, już wszystko dogadane - zapowiada Paula.

Kolejna para to 28-latkowie, znów z Torunia. On ledwo się wyrwał z zakłętą kręgu pracy „na słuchawkach”. Ona ma pracę, którą lubi, ale znów dostała umowę na czas określony. Zero poczucia stabilności. Nie chcą, żeby zdradzać ich imiona etc. Generalnie optymistycznie jakoś tego 2026 r. nie witają, bo przyplątały się jeszcze problemy zdrowotne. Pies? Jest. Dziecko? W planach. Ale jeszcze nie teraz. - I niekoniecznie tutaj. Trzeba być realistami. Niewiele nas tu trzyma, co nas tu czeka? Myślimy o wyjeździe do większego miasta - nie kryją.

Statystyka i brak złudzeń

W Kujawsko-Pomorskiem wszystkie największe miasta województwa stopniowo tracą mieszkańców - jasno wynika z analizy lat 2016-2025. W tym okresie Bydgoszcz zmniejszyła się o ponad 32 tys. osób, a Toruń stracił niemal 9,5 tys. Włocławek skurczył się o około 14 tys., Grudziądz o około 8,8 tys., a Inowrocław o blisko 8 tys.

Spadek liczby ludności wynika głównie z ujemnego przyrostu naturalnego (w miastach rodzi się mniej dzieci, niż umiera osób) oraz z migracji młodych ludzi do większych miast w kraju i za granicę.

Prognozy demograficzne do 2060 r., przygotowane przez Urząd Statystyczny w Bydgoszczy, wskazują, że spadek liczby mieszkańców będzie się utrzymywał. W Bydgoszczy liczba mieszkańców może zmniejszyć się do 219 tys. 426 osób, co oznacza utratę ponad 103 tys. ludzi w ciągu 35 lat. Toruń może liczyć 146 tys. 884 mieszkańców, tracąc ponad 46 tys. mieszkańców. Natomiast liczba ludności we Włocławku spadnie do poziomu 61 tys. 743 mieszkańców. Grudziądz do 62 tys. 958, a Inowrocławia - do 42 tys. 267 osób. Jak widać, niektóre miasta mogą stracić nawet ponad jedną trzecią swojej populacji...

Z psem do restauracji, na lody i po zakupy

Ewa Mieruszevska wraz z mężem Markiem prowadzą w Borach Tucholskich Siedlisko „Gacane”. „Siedlisko przyjazne dorosłym. Zapraszamy bez dzieci i młodzieży” - to ich pomysł na agroturystyczny biznes, który prowadzą od dekady. Na starcie wielu wieszczyło im plajtę, ale szybko przekonali się, że trafili w rynkową niszę.

- Co ja obserwuję? Nasi goście to głównie ludzie bezdzietni, którzy nie chcą wypoczywać w towarzystwie tych, którzy dzieci mają. Przyjeżdżają do nas głównie z psami, na które zresztą jesteśmy jak najbardziej otwarci. I co ja widzę? Panów w wieku 30-40 lat, przy nogach których jest przy-

najmniej po jednym psie - opowiada pani Ewa.

To psy różne: rasowe i drogie, ale i adoptowane ze schroniska kundelki. Ale wszystkie kochane i zadbane. Ze specjalnymi ubrankami, dobraną karmą, zabawkami, zapewnioną opieką weterynarza, behawiorysty itd. - Panowie dzieci nie mają. Z rozmów wynika, że z tymi pieskami chodzą nie tylko na spacer czy jakieś treningi, ale też np. do restauracji, gdzie jest psie menu czy nawet na lody (dla psów). Tak jest np. w Trójmieście czy stolicy. I z mojej perspektywy to jest rosnący trend - nie dzieci, lecz psów młodym przybywa - podsumowuje gospodyni „Gacanka”.

Tak wygląda wielki świat z perspektywy niewielkiego siedliska w Borach Tucholskich. Ale przecież podobne obserwacje dotyczą wielu innych miejsc w kraju. Osobnym wątkiem pozostaje fakt, że młodzi panowie przyjeżdżają też często bez partnerek. Podobnie jak kobiety bez partnerów. I te kłopoty ze „sparowaniem się” to kolejny znak czasów, który przełomu w demografii nie zapowiada.

„800 Plus” dzietności nie poprawia

Pozytywny efekt demograficzny programu 500 Plus, wprowadzonego w 2016 r., był niewielki i krótkotrwały. Jak słusznie zauważa choćby portal Money.pl, w pierwszym roku działania programu (2017 r.) faktycznie doszło do wzrostu liczby urodzeń, jednak w kolejnych latach trend osłabł.

Zwiększenie kwoty świadczenia do 800 zł, które weszło w życie w styczniu 2024 r., również nie spowodowało przełomu. Bezsprzecznie program poprawił sytuację materialną polskich rodzin, ograniczył ubóstwo dzieci, choć wzrost inflacji w ostatnich latach częściowo i ten efekt zniwelował. Prostego i automatycznego przełożenia pieniędzy od państwa na wzrost dzietności po prostu brak.

Co może dzietność poprawić? Szersza polityka rodzinna, która uwzględni stabilność finansową, dostępność mieszkań i łączenie pracy z macierzyństwem, a także np. ulgi podatkowe dla pracujących matek. I to jednak sukcesu nie zapewnia - z ujemnym przyrostem naturalnym zmagają się od lat także inne państwa europejskie. ©

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Rozmowy o amerykańskiej bazie

Rozmowy z USA w sprawie utworzenia stałej bazy wojskowej w Polsce weszły w kolejny etap - przekazał w niedzielę wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz.

Kosiniak-Kamysz w połowie czerwca informował, że uzyskał od szefa Pentagonu Pete'a Hegsetha pozytywną odpowiedź na list z 29 maja zgłaszający gotowość Polski do utworzenia stałej bazy wojsk amerykańskich. Cytując odpowiedź Pentagonu podkreślał, że „Departament Wojny jest otwarty na ofertę

Polski w zakresie stałego stacjonowania sił amerykańskich na jej terytorium”.

W niedzielę na X przekazał, że po pozytywnej odpowiedzi sekretarza obrony USA na jego propozycję - „jesteśmy na kolejnym etapie rozmów”. „W Pentagonie trwa przegląd sił, który będzie podstawą dalszych decyzji” - dodał.

W Polsce obecnie stacjonuje, rotacyjnie i w ramach stałej obecności, ok. 10 tys. żołnierzy amerykańskich, choć zdecydowana większość z nich w formule rotacyjnej.

POZNAŃ

Oddali hołd poległym



FOT. MIASTO POZNAŃ

Obchody Poznańskiego Czerwca rozpoczęły się o godz. 6 rano złożeniem kwiatów przed bramą Fabryki Pojazdów Szynowych H. Cegielski, skąd w 1956 r. wyruszyli strajkujący robotnicy. Przez cały dzień delegacje i mieszkańcy brali udział w uroczystościach rocznicowych w różnych miejscach miasta.

JURATA

Prezydenci spotkali się w Juracie

Nieformalny szczyt prezydentów regionu Europy Środkowo-Wschodniej odbył się w sobotę w Juracie. Na zaproszenie prezydenta Karola Nawrockiego wzięli w nim udział prezydenci Litwy, Łotwy, Estonii i Rumunii.

Kancelaria Prezydenta poinformowała, że podczas szczytu „omówiono wspólne stanowiska przed szczytem

NATO w Ankarze”. „W trakcie prowadzonych rozmów ustalono priorytety współpracy regionalnej oraz w zakresie bezpieczeństwa basenów Morza Bałtyckiego i Czarnego, a także dyskutowano kluczowe kwestie w relacjach transatlantycznych” - przekazała.

Szczyt NATO 2026 odbędzie się w dniach 7-8 lipca 2026 r. w Ankarze.

POLITYKA

Stosunki polsko-ukraińskie być może trzeba „zresetować”, zachowując „polską dumę, polski honor” - powiedział marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty, komentując efekty Konferencji na rzecz Odbudowy Ukrainy i ostatnie napięcia dyplomatyczne między krajami. Marszałek zaznaczył, że relacje między Polską a Ukrainą trzeba budować odpowiedzialnie. Nie uda się to, jeśli - jak mówił - „będziemy wszyscy ze wszystkimi się kłócić”.

”

Bardzo możliwe, że jest moment resetu; stanięcia i bardzo dokładnie jeszcze raz sprecyzowania polskich interesów

Włodzimierz Czarzasty marszałek Sejmu

Rekordowo wysokie temperatury, a potem burze

Karolina Wrońska
Warszawa

Przez Polskę i inne kraje europejskie przechodzi fala upałów. W wielu miejscach padły rekordy temperatur, obowiązuje zagrożenie pożarowe. Mogą wystąpić burze.

Pierwszy rekord, jaki padł, zanotowały w sobotę Słubice. Grzegorz Duniec, dyrektor Centrum Meteorologicznej Ośłony Kraju IMGW-PIB, przekazał na antenie TVN24, że w sobotę na tamtejszej stacji meteorologicznej zmierzono temperaturę 38,9 stopnia Celsjusza, najwyższą, jaką kiedykolwiek odnotowano w czerwcu w Polsce.

Historyczny rekord to 40,2 stopnia w Prószkowie pod Opolem. Było to 29 lipca 1921 roku. Niewykluczone, że w tę niedzielę rekord ten został pobity, bo w wielu miejscach kraju słupki sięgały 40 stopni.

Upały to nie wszystko - z zachodu nadciąga zimniejsze powietrze, które może przynieść gwałtowne burze. IMGW wydał w niedzielę ostrzeżenia II stopnia przed burzami w znacznej części województw: lubuskiego, zachodniopomorskiego, wielkopolskiego, pomorskiego, kujawsko-pomorskiego oraz warmińsko-mazurskiego.

W niedzielę na terenie całego kraju obowiązywał także alert Rządowego Centrum Bezpieczeństwa. „Uwaga! Prognozowany upał. Unikaj przebywania na słońcu i wysiłku fizycznego. Nawadniaj się. Noś nakrycie głowy i lekką odzież”.

RCB wydało też alert w związku z dużym zagrożeniem pożarowym lasów w pięciu województwach. Ale według mapy opublikowanej w niedzielę przez Instytut Badawczy Leśnictwa wynika zaś, że zagrożenie pożarowe - duże i średnie - obowiązuje na terenie całego kraju.

Wiele interwencji medycznych

Lekarze w całym kraju mają ręce pełne roboty w związku z upałami, również nad morzem. Rzecznik prasowy spółki Szpitala Pomorskie (zarządzającej m.in. SOR-ami w Gdyni i Wejhe-



FOT. RADEK PIETRUSZKA / PAP

W sobotę termometr w centrum Warszawy wskazywał 36 stopni. Chwilową ulgę dawały miejskie fontanny

rowie) Krzysztof Piotrowski powiedział, że personel medyczny pracuje obecnie pod ogromnym obciążeniem. - Mamy dziś do czynienia z pełną paletą przypadków powiązanych z wysokimi temperaturami. Odnotowujemy zdecydowanie więcej zasklepień, poparzeń oraz zaburzeń rytmu serca i zawałów - przekazał Piotrowski.

Wzrost liczby zgłoszeń w związku z falą upałów odnotowano też np. w Kielcach, gdzie ruch jest co najmniej o 50 proc. większy niż zwykle, a do południa operatorzy odebrali tyle zgłoszeń, ile zazwyczaj wpływa do godz. 17. Wśród zgłoszeń przeważają sprawy wymagające interwencji medycznej, zwłaszcza dotyczące zasklepień.

Zwiększoną liczbę zgłoszeń odnotowano również w Poznaniu: między innymi chodziło o zasklepiecia czy problemy kardiologiczne. Także i w Katowicach zaobserwowano zwiększoną liczbę zgłoszeń związanych z omdleniami i problemami wynikającymi z upałów.

O 30 proc. więcej zgłoszeń odnotowywanych jest we Wro-

clawiu i Legnicy. W przypadku stolicy województwa najczęściej są to zasklepiecia w miejscach publicznych. Z kolei w Legnicy ratownicy i lekarze częściej muszą pomagać pacjentom podczas wizyt domowych.

Również ratownicy TOPR informują, że w weekend mieli dużo zgłoszeń i akcji związanych z gorszym samopoczuciem turystów przez upały - zdarzają się m.in. omdlenia.

Premier: nie wychodźcie z domów

W opublikowanym nagraniu na portalu X premier Donald Tusk zaapelował o ostrożność w związku z pogodą. „Moja dobra rada dla wszystkich - jeśli nie musicie wychodzić na słońce dzisiaj, szczególnie po południu, to nie wychodźcie i dbajcie przede wszystkim o najmłodszych i najstarszych” - powiedział.

O ostrożność w związku z upałem apelują też służby - w tym ratownicy Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego. Ratownik bieszczadzkiej grupy GOPR, Jerzy Godawski zauważył, że kluczowe w takich warunkach jest osłonięcie się przed słońcem, nakrycie głowy oraz duża ilość płynów.

Czerwono w całej Europie

Polska to jedno z wielu państw Europy mierzących się z wysokimi temperaturami.

Z piątku na sobotę duńskie służby meteorologiczne odnotowały najcieplejszą czerwową noc w historii pomiarów - w Nordby na wyspie Fanoe, w południowo-zachodniej Danii, temperatura wyniosła 22,5 stopnia Celsjusza. Przekroczenie 20 stopni oznacza, że była to noc tropikalna, co jest rzadkim zjawiskiem dla Skandynawii. Poprzedni rekord, 22,4 stopnia Celsjusza, odnotowano w Sandvig na Zelandii w 1917 roku oraz w Roenne na Bornholmie w 2022 roku.

Również sąsiadująca z Polską Słowacja wprowadza zmiany w związku z wysokimi temperaturami. Chodzi o obowiązek zmniejszenia prędkości pociągów, które przejeżdżają przez miejsca z najwyższymi alertami dotyczącymi wysokich temperatur. Pociągi te będą musiały zwolnić do 80 km/godz. Może to doprowadzić do opóźnień, w tym pociągów jadących do i z Polski.

We Francji natomiast fala upałów trwa od tygodnia i przyniosła ze sobą niespotykane wcześniej wysokie temperatury - w ciągu dnia i w nocy. Jak zapowiedział urząd Meteo France, czerwony, najwyższy alert pogody z powodu upałów zostanie odwołany w niedzielę wieczorem. Obowiązuje on nadal w 37 departamentach, w tym w regionie paryskim, i oznacza, że lokalnie temperatury wciąż mogą sięgnąć 40-42 stopni Celsjusza. Natomiast odczuwalny jest spadek temperatur przed świtem i rano.

Szpitaly publiczne w regionie paryskim w sobotę podały, że służby ratownicze SAMU odebrały w mijającym tygodniu o 80 proc. więcej zgłoszeń telefonicznych niż zwykle.

Zwracając uwagę na falę upałów we Francji, dziennik „Le Figaro” ocenił, iż „przy każdym szczyście wysokich temperatur kraj zauważa, że jest nieprzygotowany”. Zauważa jednak, że istnieją „ambitne plany”, ale fundusze są okrajane i ani państwo, ani samorządy nie wypracowały odpowiedzi na miarę zmian klimatu.

PAP

Prezydent Serbii rezygnuje. Fala protestów wymusiła przedterminowe wybory

Grzegorz Kuczyński
Belgrad

Prezydent Serbii oświadczył, że w najbliższej przyszłości złoży rezygnację. Ogłosił, że odbędą się przedterminowe wybory prezydenckie i parlamentarne.

Aleksandar Vuczić ogłosił tę decyzję kilka dni po protestach studentów w Nowym Sadzie, podczas których domagano się przeprowadzenia przedterminowych wyborów parlamentarnych.

- To są moje ostatnie dni i tygodnie jako prezydenta republiki. Potem złożę rezygnację - powiedział Vuczić, którego druga i ostatnia kadencja wygasa w 2027 r., do tysięcy zwolenników rządzącej Serbskiej

Partii Postępowej (SNS) podczas wiecu w Belgradzie 27 czerwca. Nie podał konkretnej daty swojej rezygnacji ani terminu nowych wyborów, ale stwierdził, że poinformował kierownictwo SNS, iż zamierza „pomóc nam zdobyć zaufanie obywateli na kolejne cztery lata”.

W Serbii od ponad półtora roku trwają antyrządowe protesty po katastrofie budowlanej w Nowym Sadzie, gdzie zawalił się dach dworca kolejowego. Tragedia, która miała miejsce 1 listopada 2024 r., pochłonęła 16 ofiar śmiertelnych i wstrząsnęła opinią publiczną w obliczu doniesień, że praktyki korupcyjne doprowadziły do nieodpowiedniej jakości budowy dworca kolejowego - flagowego projektu rządowego realizowanego przez chińskie firmy.



Prezydent Serbii Aleksandar Vuczić na wiecu w Belgradzie wezwał do dialogu z demonstrantami

Groził Putinowi buntem wojska, został aresztowany

Grzegorz Kuczyński
Moskwa

Rosyjski wojskowy, który kilka dni temu groził publicznie Władimirowi Putinowi buntem, został aresztowany. Nie podano, o co go oskarżono.

Aleksandr Łunin, uczestnik wojny z Ukrainą, który nagrał wystąpienie adresowane do Władimira Putina z ostrzeżeniem o groźbie buntu wojskowego, został aresztowany na 11 dni. Informacja o tym pojawiła się na jego kanale w Telegramie.

Zgodnie z przedstawionymi informacjami żona Łunina, Tatiana, poinformowała, że został on „pociągnięty do odpowiedzialności administracyjnej i zatrzymany na 11 dni”. Nie podano, o co go oskarżono.

Wcześniej żona Łunina nagrała film, w którym opowiedziała, że w nocy z 26 na 27 czerwca w ich domu we wsi Lizinowka w obwodzie woroneskim przeprowadzono przeszukanie. Jak twierdzi, policjanci zabrali sprzęt komputerowy, pendrive'y, laptopy i inne przedmioty. Samego Łunina nie było w domu: dzień wcześniej wyjechał do Moskwy i przestał się odzywać. Później jego żona usunęła to nagranie, a następnie napisała na platformie VKontakte, że jest „żywy i zdrowy” oraz poprosił, by na razie niczego nie komentować.

39-letni Łunin opublikował 25 czerwca apel do Putina, w którym opisał stosowanie przez dowództwo tortur i przemocy wobec żołnierzy z powodu odmowy wykonywania „głupich, samobójczych” rozkazów oraz odawania swoich pieniędzy.

Ratownicy wciąż znajdują żywych ludzi pod gruzami

Grzegorz Kuczyński
Caracas

W wyniku dwóch trzęsień ziemi, które miały miejsce w środę w Wenezueli, zginęło co najmniej 1430 osób - poinformował przewodniczący Zgromadzenia Narodowego tego kraju Jorge Rodriguez.

Według danych władz 3360 osób odniosło obrażenia. Według szacunków ONZ ponad 50 tysięcy osób nadal figuruje jako zaginione. Ratownicy walcą z czasem, szukając ich pod gruzami.

Rodriguez nazwał trzęsienia ziemi „najbardziej katastrofalnym wydarzeniem, jakie dotknęło Wenezuelę w ciągu ostatnich 123 lat”. Wezwał ludzi do pozostania w domach i unikania podróży do stanu La Guaira - najbardziej dotkniętego regionu, który, jak powiedział, doznał „ogromnych zniszczeń”.

Według doniesień lekarzy szpitale działają na granicy swoich możliwości. Jeszcze przed trzęsieniem ziemi system opieki zdrowotnej w Wenezueli borykał się z poważnym niedoborem leków i materiałów medycznych.

Przedstawiciel ONZ w Wenezueli Gianluca Rampolla poinformował, że organizacja rozstawiła trzy szpitale polowe w stanie La Guaira. - Tak naprawdę nie wiemy, ile osób jest pod gruzami - dodał.



Trwają akcje poszukiwania osób uwieczonych pod gruzami. Do Wenezueli przybyło już ponad 1,6 tysiąca ratowników z zagranicy. Wciąż odnajdywani są żywi ludzie

Ratownicy walcą z czasem

Wenezuelskie i zagraniczne ekipy ratunkowe oraz rzesze miejscowych ochotników kontynuowały w nocy z soboty na niedzielę dramatyczne próby wydostania ocalałych spod gruzów setek budynków zawalonych w wyniku śródownych trzęsień ziemi.

Wiele z takich akcji kończyło się powodzeniem, ale eksperci przyznawali w rozmowach z mediami, że wraz z upływem czasu szanse na przeżycie uwieczonych osób maleją, zwłaszcza,

że od kataklizmu minęły już ponad 72 godziny.

Wciąż odnajdują żywych ludzi

Amerykańscy ratownicy przekazali w nocy z soboty na niedzielę, że uratowali spod zawalonego budynku kobie-

Rodriguez nazwał trzęsienia ziemi „najbardziej katastrofalnym wydarzeniem, jakie dotknęło Wenezuelę w ciągu ostatnich 123 lat”

tę z dziewięciomiesięcznym dzieckiem. Strażacy z Ekwadoru wraz z ekipą z Salvadora wydostali żywą 80-latkę, która była uwięziona przez ponad 60 godzin, a specjaliści z Kolumbii po sześciu godzinach starań uratowali spod gruzów 11-letniego chłopca.

Hiszpańskie ministerstwo obrony ogłosiło, że żołnierze z tego kraju uratowali kobietę, która spędziła ponad 72 godziny pod gruzami jednego z zawalonych budynków w La Guaira. Później resort poinformował o wydostaniu kolejnej żywej osoby w tym rejonie.

Ukraina zaatakowała kolejne rafinerie w Rosji. Zelenski: To „sankcje dalekiego zasięgu”

Grzegorz Kuczyński
Kijów

W nocy z 27 na 28 czerwca ukraińskie „sankcje dalekiego zasięgu” dotknęły dwie rafinerie ropy naftowej w Rosji. Poinformował o tym prezydent Wołodymyr Zelenski.

Według Zelenskiego ucierpiały rafineria „Słowiańska” w Kraju Krasnodarskim (300 kilometrów od linii frontu) oraz rafineria w obwodzie jarosławskim (700 kilometrów od granicy).

„Kontynuujemy nasze działania, które osłabiają zdolność Rosji do prowadzenia tej wojny. Każda z naszych daleko idących sankcji oznacza zmniejszenie zasobów zasilających rosyjską maszynę wojenną i kolejny krok w kierunku pokoju” - napisał ukraiński prezydent.



Pożar w zaatakowanej rafinerii w Słowiańsku

Do uderzenia doszło w Dniu Konstytucji, obchodzonym w Ukrainie 28 czerwca. Zelenski dodał, że zaatakowana została także rafineria w rosyjskim obwodzie jarosławskim.

„Nasi żołnierze rozpoczęli Dzień Konstytucji Ukrainy bardzo celnymi uderzeniami. Tej nocy nasze dalekosiężne sankcje dosięgły dwóch rafinerii ropy naftowej w Rosji” - napisał w serwisach społecznościowych.

Atak w Kraju Krasnodarskim

Wpis Zelenskiego potwierdza wcześniejsze doniesienia o udanym ataku ukraińskim na rafinerię w mieście Słowiańsk nad Kubaniem w Kraju Krasnodarskim w południowo-zachodniej Rosji.

„W rosyjskim Słowiańsku nad Kubaniem płonie rafineria po nocnym ataku Ukrainy” - poinformował portal Ukraińska Prawda z powołaniem na rosyjskie kanały w komunikatorach internetowych. „W sztabie operacyjnym Kraju

Krasnodarskiego potwierdzono atak na rafinerię” - napisał portal. Według sztabu do pożaru doszło na skutek upadku odłamków bezzałogowca.

Płonie ogromna rafineria

Ukraińska Prawda wyjaśnia, że rafineria Słowiańsk EKO jest jednym z największych tego typu zakładów w Rosji.

Moce przerobowe rafinerii wynoszą około 4-5 mln ton ropy rocznie. Zakład odpowiada za około 9 procent przerobu ropy naftowej w Południowym Okręgu Federalnym Rosji. Rafineria ta należy również do największych eksporterów produktów naftowych wysyłanych przez porty nad Morzem Czarnym. PAP

KONFERENCJA ODBUDOWA UKRAINY NASTĄPI PO WOJNIE. A TO BĘDZIE SZYBKO – MÓWIŁ DONALD TUSK

Wiele pomocnych rąk dla Ukrainy

Tomasz Chudzyński
Gdańsk

Daty zakończenia wojny wywołanej przez Rosję oczywiście nie znamy, ale po Konferencji na rzecz Odbudowy Ukrainy kilku rzeczy się dowiedzieliśmy.

Przed wszystkim tego, że będą pieniądze na dalsze wsparcie Ukrainy, że będą ją odbudowywać m.in. polskie firmy i będziemy ze wschodnimi sąsiadami nadal kooperować w produkcji uzbrojenia.

- Tak jak obiecywałem przed konferencją - efekty są konkretne. Liczby mówią same za siebie - byliśmy świadkami wyjątkowego i prawdopodobnie największego w tym roku w Europie wydarzenia biznesowo-politycznego - mówił w Gdańsku, w piątek po południu Paweł Kowal, przewodniczący Komisji Spraw Zagranicznych i Pełnomocnik Rządu ds. Odbudowy Ukrainy.

W czwartek, 25 czerwca, Gdańsk był najważniejszym, politycznie i finansowo, miastem Europy. Nad Motławę przybyła większość reprezentantów państw UE, a także delegacje spoza Wspólnoty. Gospodarzami byli przygotowujący wspólnie URC Polska i Ukraina, które reprezentowali premierzy - Donald Tusk i Julia Swyrydenko. Co ciekawe, wystąpienia w Gdańsku, uchodzących za prorosyjskich premierów Słowacji, Roberta Ficy i Czech Andreja Babisa wybrzmiały w pozytywnym, dla Ukrainy, tonie.

- Skala konferencji robi ogromne wrażenie - wzięło w niej udział 7,5 tysiąca uczestników, blisko 70 delegacji państwowych i ponad 30 organizacji międzynarodowych, a także przedstawiciele biznesu, którzy

stanowili blisko 5 tysięcy uczestników - wymieniała podsumowując Konferencję Eliza Zeidler, wiceminister aktywów państwowych, szefująca zespołowi przygotowującemu URC ze strony polskiej.

W Gdańsku toczyły się rozmowy o finansach niezbędnych do odbudowy Ukrainy, koniecznych inwestycjach, wzmocnieniu zdolności militarnych naszego wschodniego sąsiada, modernizacji systemu państwa starającego się o członkostwo w Unii Europejskiej. Także o opatrzeniu wielkiej rany, jaką rosyjska agresja wyrządziła ukraińskiemu społeczeństwu. Chodzi m.in. o wsparcie dla weteranów i ich bliskich.

Jakie są efekty tych, dwudniowych rozmów? Niemal 200 umów biznesowych, listów intencyjnych, kontaktów między polskimi a ukraińskimi firmami, w tym z udziałem największych, polskich spółek energetycznych, które będą zaangażowane w proces odbudowy wschodniego sąsiada. Polska Grupa Zbrojeniowa także podpisała list intencyjny o współpracy z ukraińskim, dronowym gigantem. Mówi się o wspólnej fabryce w Polsce.

Co więcej - polska firma będzie uczestniczyć w odbudowie zaatakowanej przez rosyjskie drony 1000-letniej świątyni, Ławry Peczerskiej. Jej rozbite elementy, m.in. krzyże, do Gdańska przywozila ukraińska delegacja. Szczątki świątyni przypominały, że Konferencja odbywała się 1583 i 1584 dnia ukraińskiej walki z Rosją.

Zaznaczmy, łączna wartość zawartych umów to 10 mld zł. Odbudowa Ukrainy ma ruszyć szybko, po zakończeniu działań zbrojnych, z udziałem firm europejskich, w tym polskich. Wsparcie z Europy dla wysiłku Ukrainy w zmaganiach z rosyjską agresją,



FOT. KAROLINA MISZTAŁ

Gospodarzami były - przygotowujące wspólnie URC - Polska i Ukraina, które reprezentowali premierzy - Donald Tusk i Julia Swyrydenko

jej równoczesnej modernizacji, ma być niezachwiane. Komisja Europejska ogłosiła przekazanie Ukrainie kolejnych 3,2 mld euro wsparcia. Zapowiedziano również uruchomienie programu o wartości 6 mld euro wspierającego rozwój produkcji dronów oraz European Flagship Fund o wartości 220 mln euro.

Podczas konferencji podpisano także porozumienie dotyczące programu realizowanego przez Bank Gospodarstwa Kra-

jowego, który przeznaczy 100 mln euro na pożyczki dla ukraińskich miast i gmin z przeznaczeniem na odbudowę infrastruktury komunalnej i usług publicznych.

- Ukraina będzie potrzebować ponad 580 mld dol. na odbudowę ze zniszczeń. To będą środki z sektora publicznego, ale lwią część musi trafić do Ukrainy z sektora prywatnego. A ten nie pojawi się bez rządów prawa i odpowiednich reform, np. pry-

watyzacji sektora energetycznego - tłumaczył szef Banku Światowego Ajay Banga.

Przedstawiciele ukraińskiej delegacji nie ukrywali strategicznego planu swojego państwa - przystąpienia do Unii Europejskiej. - To nasze marzenie, za które płacimy ogromną cenę. To właśnie dlatego Rosja i Putin nas zaatakowali. Polska jest dla nas wzorem, wasz sukces. Chcemy iść tą samą drogą - mówił w Gdańsku Witalij Kliczko,

mer Kijowa, niegdyś znakomity pięściarz wagi ciężkiej.

Ukraińcy pytali o tę drogę polskich samorządowców, przedstawicieli naszych firm, np. portów.

- Odbudowa Ukrainy to nie tylko infrastruktura - budynki, mosty... Odbudowa to przede wszystkim wielka reforma Ukrainy. Potrzebujemy nowych przepisów - polityki antykorupcyjnej, przejrzystości, decentralizacji, wzmacniania samorządów, rządów prawa... To są niezbędne warunki i my je wypełnimy - mówił Witalij Kliczko.

Bracia Kliczko (w czwartek w Gdańsku był młodszy z braci Władimir) okazali się znakomitymi ambasadorami polsko-ukraińskich rozmów. - Nie mogę zapomnieć o tym, że Polacy i Polska jako państwo i ludzie zawsze wspierali Ukrainę na różnych etapach naszej walki z Rosją. Wiem, że istnieją pewne trudne kwestie związane z naszą wspólną historią, ale spojrzmy na to szerzej, jesteśmy nowoczesnymi narodami i sąsiadami. Jesteśmy dziś sobie bardzo bliscy. Pamiętajmy, że Ukraina i Polska mają wspólnego wroga - to Rosja - mówił Władimir Kliczko, były mistrz świata w boksie w wadze ciężkiej.

- Nie nazwałbym tego co się stało w polsko - ukraińskich relacjach „eskalacją”. To polityka, zagrywki polityków. Z tego co się stało nie mogą być zadowoleni ani prezydent Ukrainy, ani prezydent Polski. Cieszy się tylko jedna osoba - Putin - mówi Witalij Kliczko. - Dla mnie Polska jest bratnim narodem, bratnim państwem. Dziękuję po stokroć przyjaciele za to co dla nas zrobiliście, za każdy gest, za każdy generator prądu, za każdą zrzutkę finansową. Nigdy tego nie zapomnimy, zawsze będziemy za to wdzięczni - mówił.

SPONSOR GŁÓWNY



SPONSORZY



Przed nami 29. Festiwal Gwiazd w Międzyzdrojach

Jerzy Wicher
Szczecin

Przez cztery dni Międzyzdroje ponownie zamienią się w miejsce spotkań największych nazwisk polskiego filmu, teatru, muzyki i literatury. Od 2 do 5 lipca odbędzie się 29. Festiwal Gwiazd - wydarzenie, które od blisko trzech dekad jest jednym z najważniejszych punktów wakacyjnego kalendarza kulturalnego nad Bałtykiem.

Tegoroczna edycja połączy koncerty, spektakle teatralne, spotkania z artystami, wystawy i tradycyjną Galę Odcisków Dłoni. Festiwal od lat przyciąga nie tylko turystów, ale również ludzi kultury z całej Polski. To właśnie tutaj, na słynnej Alei Gwiazd, można spotkać wybitnych aktorów, reżyserów, muzyków czy pisarzy, często w mniej formalnej atmosferze niż podczas wielkich wydarzeń filmowych. Organizatorzy podkreślają, że ideą imprezy jest skracanie dystansu między twórcami a publicznością.

Program rozpocznie się w czwartek, 2 lipca, konferencją prasową oraz wernisażem wystawy Andrzeja Pągowskiego „Wajda na nowo”. Wieczorem publiczność zobaczy spektakl „Wstyd”, a dzień zakończy koncert „Krakowskie klimaty” w wykonaniu Beaty Rybotyckiej i Jacka Wójcickiego.



Organizatorzy zachęcają, by wcześniej zaplanować udział w płatnych spektaklach i koncertach, ponieważ zainteresowanie nimi jest tradycyjnie bardzo duże.

Kolejne dni wypełnią wydarzenia skierowane do różnych grup odbiorców. Tradycyjnie odbędą się czytania bajek dla najmłodszych oraz otwarte spotkania z gwiazdami na scenie przy Alei Gwiazd. W programie znalazły się również spektakle teatralne, m.in. „Żona do adopcji”, „Rodzinne rewolucje” i „Separatka”, a także spotkania autorskie w ramach cyklu „Gwiazdy Bestsellerów”. Kulminacyjnym punktem festiwalu będzie Gala Odcisków Dłoni, zaplanowana na 4 lipca o godz. 21. To właśnie ten symboliczny moment

od lat buduje wyjątkową tożsamość Międzyzdrojów. Kolejni artyści dołączą do grona twórców, których dłonie zostały uwiecznione na promenadzie, tworząc jedną z najbardziej rozpoznawalnych atrakcji miasta. Tegorocznej gali towarzyszyć będzie koncert Roberta Janowskiego.

Na festiwalowej liście gości znaleźli się m.in. Irena Santor, Katarzyna Grochola, Robert Janowski, Piotr Głowacki, Rafał Zawierucha, Olga Bołdż, Marcin Daniec, Wojciech Gąssowski i Jan Holoubek. To tylko część nazwisk, które będzie

można spotkać podczas wydarzeń odbywających się zarówno w Międzynarodowym Domu Kultury, jak i w przestrzeni miejskiej. Festiwal Gwiazd od lat stanowi także ważny impuls dla lokalnej gospodarki. Początek lipca tradycyjnie oznacza pełne obłożenie hoteli i pensjonatów, większy ruch w restauracjach oraz tysiące turystów odwiedzających kurort. Dla Międzyzdrojów wydarzenie jest jednocześnie skuteczną promocją miasta jako miejsca, które łączy wypoczynek nad morzem z ofertą kulturalną.

KRÓTKO

SZCZECIN

Udźwigniesz tę Ekspedycję?



5. level Ekspedycji w formule open mic, bo w sumie czemu nie? Ludzie mają znacznie głupsze pomysły np. słodzą placki ziemniaczane. Oho, uraziliśmy Cię? To miej odwagę i przyjdź powiedzieć nam to w twarz. Taka okazja tylko za 20 zł. A tak serio, jeśli macie ochotę, czas i poczucie humoru, wpadajcie. Wpadajcie, nawet jeśli macie tylko jeden z tych składników. EXP Pub & Games Room, godz. 19

KOSZALIN

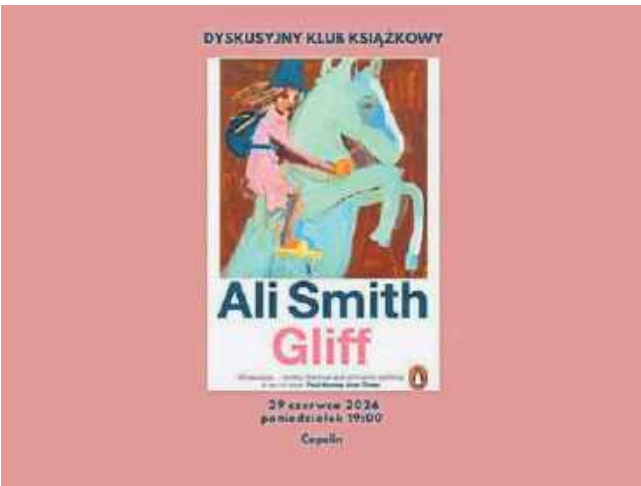
Czytając Lolitę w Teheranie

Po rewolucji islamskiej w Iranie, która miała miejsce w 1979 roku, ulice Teheranu patrolowane są przez obrońców moralności, a fundamentaliści przejmują kontrolę nad uniwersytetami. Kobiety muszą nosić hidżab, ich swobody są ograniczane, a literatura zachodniej literatury staje się aktem buntu. Taki stan rzeczy sprawia, że Azar Nafisi (Golshifteh Farahani), ambitna wykładowczyni literatury, rezygnuje z pracy

na Uniwersytecie Teherańskim. Kobieta potajemnie zaczyna zapraszać do swojego domu grupę najbardziej zaangażowanych studentek. Razem czytają zakazane klasyki literatury zachodniej. Początkowo nieśmiałe młode kobiety stopniowo otwierają się - dzielą marzeniami, lękami, historiami miłosnymi oraz upokorzeniami związanymi z życiem w totalitarnym reżimie. Wtorek, kino Kryterium, godz. 18

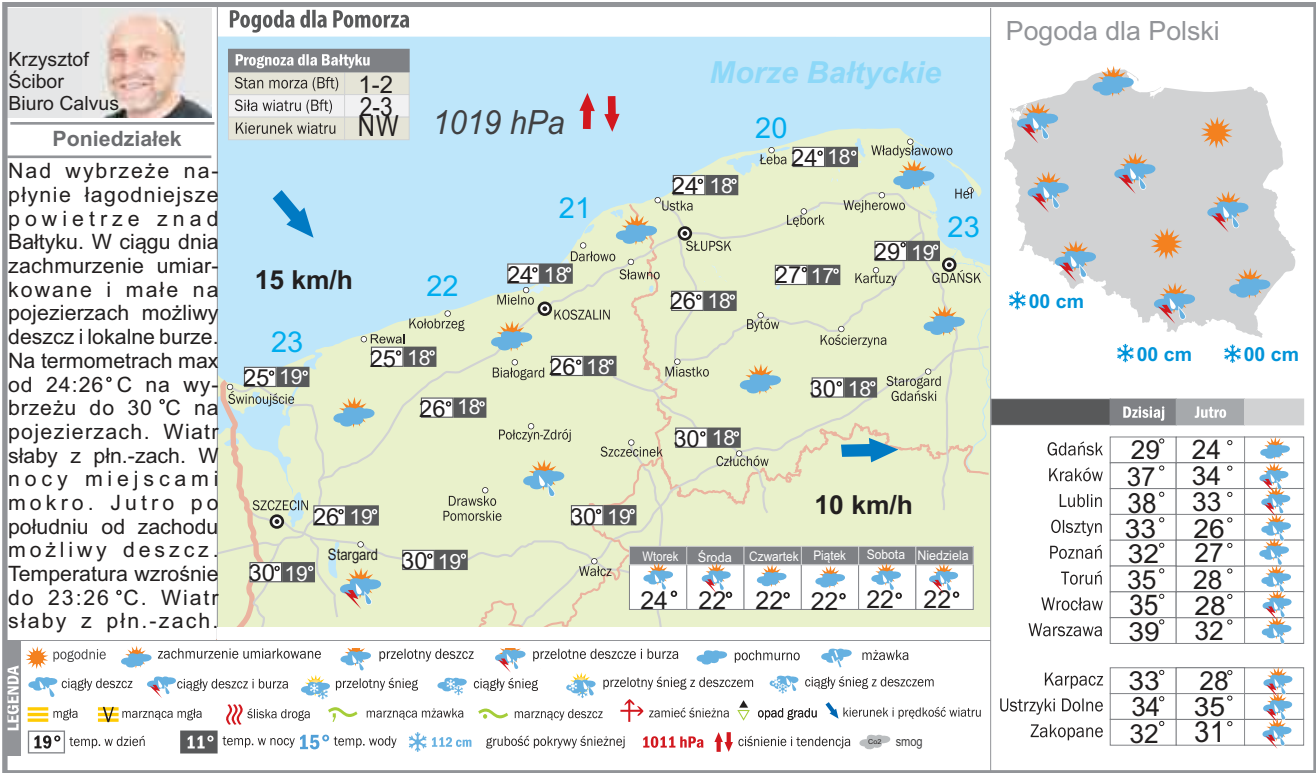
SŁUPSK

Jak żyć w społeczeństwie nadzoru



Na spotkaniu Dyskusyjnego Klubu Książkowego porozmawiamy o najnowszej powieści Ali Smith - Gliff. To literacka dystopia osadzona w niepokojąco bliskiej przyszłości, opowieść o wykluczeniu, języku, kontroli i odporności na świat, który coraz mocniej próbuje wszystko skategoryzować. Bohaterami książki są rodzeństwo - Bri i Rose - funkcjonujące w rzeczywistości nadzoru i społecznych podziałów, gdzie niektórych ludzi uznaje się za „nieweryfikowalnych”. Cepelin Books, godz. 18

POGODA



MAGAZYN

SPORTOWY24

29.06.2026

Leo Messi zdobywał bramki we wszystkich grupowych meczach i na koncie ma już 6 goli. Argentyńczyk prowadzi w tabeli strzelców mundialu STR. 15



FOT. GRZEGORZ WAJDA - DALLAS

Znakomite ostatnie tango wirtuoza piłki

ANALIZA: WIELKIE ROZCZAROWANIA FAZY GRUPOWEJ MISTRZOSTW ŚWIATA STR. 16

Dużo bramek padła podczas mundialu w Ameryce Północnej. Jaka jest przyczyna? STR. 18

Turniej Wielkiego Szlema na kortach Wimbledonu. Jakie są szanse Polaków? STR. 14

SPORTOWY24.PL

Pewne zwycięstwo na starcie przygotowań



FOT. POGONISZCZECIN.PL

Filip Cuić buduje swoją pozycję w Pogoni w nowym rozdaniu

Jakub Lisowski
sport@gs24.pl

Pogoń Szczecin ma za sobą pierwszy letni sparing. Pokonała w ekstremalnych warunkach pogodowych Dynamo Berlin 3:0. W zespole Portowców są też kolejne zmiany personalne.

Spotkania w stolicy Niemiec było nieformalnym debiutem Oscara Garcii w roli trenera Pogoni. Nasz klub przyjął propozycję gry od Dynama, które obchodziło 60. urodziny. Co ciekawe - od paru lat kibice Pogoni i Dynamo mają sztamę, więc do Berlina pojechała spora grupa sympatyków Portowców i nawet wspólnie przemaszzerowali na stadion.

W meczu z czwartoligowym Dynamem nie zagrało kilku zawodników Pogoni m.in. nowi bramkarz Nikolaos Botis oraz napastnik Jean-Pierre Nsame. Mimo to - sztab wystawił mocną „11”, a dał też pograć dużej grupie rezerwowch.

Test przyniósłby jeszcze więcej korzyści, gdyby pozwoliła na to pogoda. A tak drużyny grały w temperaturze ok. 40 stopni. Mimo to - obecni na trybunach doczekali się kilku ciekawych akcji i bramek. Skuteczna była tylko Pogoń, bo wygrała 3:0. Wynik otworzył Filip Cuić, a po przerwie dwie bramki zdobył Karol Angielski. **Skład Pogoni:** Valentin Cojocar (46, Alex Pescovici) - Linus Wahlqvist (46, Kellyn Acosta), Dimitrios Keramitsis (82, Andrzej Ossowski), Mor Ndiaye, Leonardo Borges (82, Michał Osowski) - Patryk Dzik (46, Jan Biegański), Fredrik Ulvestad (62, Igor Brzyski), Natan Ława (62, Maciej Wojciechowski), Mads Agger (46,

Patryk Paryzek, 82, Musa Juwara), Kamil Grosicki (46, Jacek Czapliński) - Filip Cuić (46, Karol Angielski).

Już bez Greenwooda

W Berlinie w składzie Pogoni zabrakło już Sama Greenwooda. Anglik został sprzedany do Bristol City. Ile nasz klub zarobił? Klub milczy, ale mówi się, że nawet ok. 2 mln euro.

Greenwood przyszedł do Pogoni w sierpniu 2025. Przychodził jako zawodnik mający za sobą regularne występy na zapleczu angielskiej ekstraklasy, który miał być gwiazdą rozgrywek. Nic takiego nie było. Trener Thomas Thomasberg miał problem ze znalezieniem mu pozycji, a co gorsza pomocnik nie angażował się w grę. Jego występy coraz bardziej irytowały fanów. Do tego stopnia, że zaraz po rozpoczęciu wiosny - pojawiły się głosy, by Greenwooda pozbyć się jak najszybciej.

W sumie dla Pogoni zagrał w 22 meczach: 20 w ekstraklasie (3 gole, 2 asysty) oraz 2 w Pucharze Polski.

Kto za niego w Pogoni? Płotek nie brakuje. Pogoń mocno niby zabiega o 30-letniego pomocnika Lechii Gdańsk - Rifeta Kapicia. Nie jest to łatwy temat, bo zawodnika obowiązuje umowa ze spadkowiczem z ekstraklasy.

To też nie koniec odejść. Kilku zawodników ma zgodę na odejście i np. do Turcji może trafić Mor Ndiaye, który też nie ma wysokich notowań wśród kibiców.

Nowy asystent

Zmiany w zespole - zmiany w sztabie. Trener Garcia ma już

nowego asystenta. Został nim Joaquin Gomez Blasco - 40 lat, a w CV praca w Hiszpanii, Anglii, Grecji i w kilku innych krajach. Współpracował już z Garcia. - Bardzo cieszymy się, że możemy powitać Joaquina w Pogoni. Jest to doświadczony, inteligentny i nowoczesny trener, który pracował w różnych środowiskach piłkarskich i rozumie standardy wymagane na profesjonalnym poziomie i drużyny - mówi dyrektor skautingu Okan Ozkan.

Powrót w innej roli

Natalia Niewolna wraca po kilkuletniej przerwie do zespołu szczecińskich piłkarzy nożnych, ale w innej roli. Była zawodniczką i trenerką Olimpii została dyrektorem sportowym Pogoni.

- Nowa rola w strukturach klubu jest dla mnie ogromnym wyzwaniem, którego świadomie się podjęłam. Mam nadzieję, że doświadczenie, odbyte kursy i współpraca z całym środowiskiem przyniosą wymierne efekty zarówno w pierwszym zespole jaki i pozostałych drużynach młodzieżowych - mówi Natalia Niewolna.

Przypomnijmy, że to angaż Niewolnej to jedna z wielu letnich decyzji w kobiecej Pogoni. Niedawno klub zatrudnił trenera, którym został Słowak Martin Masaryk - szkoleniowiec młody, ale już z dużym doświadczeniem i sukcesami w pracy w kilku krajach.

Szkoleniowiec zastąpił Piotra Łęczyńskiego, który po 3 latach odszedł z Pogoni.

©P

WŁADEK SIEMIRUNNIJ: Wybrałem Polskę, była dla mnie najlepszą opcją

Anna Gronczewska
Rozmowa

Przyjechałem najpierw do Królewca. Jechałem bussem i gdy tylko przekroczyłem granicę z Polską, to wszystko inaczej wyglądało. To był inny świat - opowiada Władek Siemirunnijski. - Tomaszów Mazowiecki przypomina mi Kamieńsk Uralski, miasto, gdzie mieszka moja babcia. Nie przeszkadza mi, że Tomaszów nie jest wielką metropolią. Lubię małe miasta, sam przecież mieszkałem u babci w Kamieńsku Uralskim. Przypomina te małe, rosyjskie miasta.

Czy pomyślał pan kiedyś, że dziś będzie mieszkał w Polsce, w Tomaszowie Mazowieckim?

Nie, nawet gdy znalazłem się w kadrze Rosji, to o tym nie myślałem.

Bywał pan wcześniej w Polsce?

Nie, choć Tomaszów Mazowiecki znałem ze słyszenia, bo odbywały się tam mistrzostwa świata juniorów. Ja wtedy nie startowałem, ale brałem udział w takich mistrzostwach organizowanych w innych krajach.

W takim razie skąd wziął się pomysł, by tu się przeprowadzić i występować w białoczerwonych barwach?

Mówi się, że do tej przeprowadzki przyczynił się trener Paweł Abratkiewicz. On rzeczywiście też pomógł mi po przeprowadzce do Polski. Ale Polskę wybrałem dzięki Konradowi Niedźwieckiemu, medalistcie olimpijskiemu i prezesowi Polskiego Związku Łyżwiarstwa. On złożył mi konkretną propozycję. Czekał na mnie jeszcze jak potwierdzi to ministerstwo. Wybrałem Polskę, bo zaproponowała mi najlepsze warunki, z możliwością startu na olimpiadzie.

Polscy działacze i trenerzy wiedzieli, że gdzieś w Rosji istnieje taki Władimir?

Kiedy wysłałem pierwszego e-maila do Konrada Niedźwieckiego, nie wiem czy wiedział kim jestem. Ale napisałem, że byłem mistrzem Rosji, medalistą mistrzostw świata juniorów. Myślę, że moje osiągnięcia mu się spodobały.

Pan pochodzi z Jekaterynburga, znajdującego się we wschodniej części Rosji. Jakie to miasto?

Takie jak Warszawa. Warszawa ma chyba 1,9 miliona mieszkańców, w Jekaterynburgu mieszka 1,5 miliona ludzi. To wielkie rosyjskie miasto, czwarte co do wielkości. Leży na granicy między Europą a Azją, po wschodniej stronie Uralu. Nie ma w nim za dużo zabytków, Starego Miasta jak w Warszawie. To bardziej przemysłowe miasto. Jest pałac, wybrukowane ulice, którymi nie pojedzie się szybciej niż 30 kilometrów na godzinę. Ale generalnie takiej starej części miasta nie ma.

Jakie było pana dzieciństwo?

Do szóstego roku życia mieszkałem w Kamieńsku Uralskim. To takie miasto jak Tomaszów Mazowiecki. Mieszkałem tam z babcią i dziadkiem. Babcia żyje, dziadek, niestety, już nie. Ta sytuacja wynikała z tego, że mama miała problemy z mężem, czyli moim biologicznym ojcem. Nie mogłem z nią mieszkać. W Kamieńsku Uralskim chodziłem do żłobka, przedszkola. Mama przyjeżdżała do mnie co tydzień, ale nie miała warunków finansowych, byśmy mogli mieszkać razem. Kiedy miałem sześć lat, sytuacja zmieniła się na tyle, że wróciłem do mamy i zamieszkałem z nią w Jekaterynburgu. Biologiczny ojciec pewnie też tam mieszka, ale nie mamy kontaktu. Mimo tego wszystkiego miałem dobre dzieciństwo.

Czym zajmuje się pana mama?

Jest nauczycielką, uczy matematyki. Myślę, że dziś, po medalu olimpijskim, jest zadowolona, że postawiłem na sport. Już po tym jak zdobyłem medal na mistrzostwach Rosji, powiedział: Dobry jesteś w tym sporcie! Wcześniej chciała, bym poszedł na studia.

W pana rodzinie były tradycje sportowe?

Nie, w mojej rodzinie nie było sportowców. Babcia pracowała w banku, dziadek był inżynierem, pradziadek, tak jak mama, nauczycielem. Taka inteligentna rodzina, w której znalazł się jeden sportowiec, czyli ja.

A pana ojczym czym się zajmuje?

Pracuje w branży IT. Nie pamiętam kiedy zaczęliśmy mieszkać w trójkę. Miałem 10 czy 12 lat. Zacząłem do niego mówić „tata”, gdy przeprowadziłem się do Polski.

A jak pan do niego mówił?

Po prostu Paweł. Jest dla mnie jak ojciec.

Skoro nie było w pana rodzinie tradycji sportowych, to jak to się stało, że zaczął pan uprawiać łyżwiarstwo?

Mama zapisała mnie na karate, ale nie za bardzo mi się podobało. Wtedy powiedziała, że albo będę chodził na karate, albo poszuka mi innego sportu. A jeśli nie będę chciał dalej trenować, to mam się bardzo mocno uczyć. W dodatku wstrzymała mi pieniądze na bułeczki w szkole i ograniczyła oglądanie telewizji. Przez pół roku tylko się uczyłem. Ale pewnego dnia przyszedł do naszej szkoły, jak się potem okazało, mój pierwszy trener, Piotr Liwtajew. Zapytał kto chce uprawiać łyżwiarstwo szybko. Pomyślałem, że jak się zgłoszę, to mama zwróci mi pieniądze na bułeczki. Nie wiedziałem, co mnie tam czeka. Na początku na treningach było bardzo fajnie. Graliśmy w hokeja, w piłkę, jeździliśmy na rolkach.

A na łyżwach?

Na łyżwach też, ale to była bardziej zabawa. Miałem 9 czy 10 lat, gdy pierwszy raz założyłem łyżwy. Mówiono na nie „żelazko”, bo naprawdę wyglądały jak żelazko.

Mama była zadowolona, że uprawia pan sport?

Mamie zależało, bym miał co robić po lekcjach, by nie przychodziły mi do głowy żadne głupoty. Dziś dziękuję jej za to. Teraz nawet nie gram w gry na komputerze. Z czasem przyszedł sukcesy w łyżwiarstwie szybkim. Miałem 15 lat, gdy zdobyłem medal na juniorskich mistrzostwach Rosji. Potem w młodzieżowych mistrzostwach byłem drugi w „master-sie”, czyli biegu masowym. Byłem bardzo szczęśliwy, myślałem, że nie będę musiał już chodzić do szkoły, bo przecież jestem gwiazdą. Wtedy tata powiedział mi: Patrz, tutaj chłopak wygrał od razu trzy dy-



FOT. MAREK OBSZARNY

Władek Siemirunnij po zdobyciu srebrnego medalu olimpijskiego marzy o Pucharze Świata

stanse, a ty byłeś tylko drugi, jeszcze w jakimś „mastersie”. Byłem wtedy w dziewiątej klasie, dwa lata przed maturą. Słowa taty dotarły do mnie, wziąłem się mocno za książki, za naukę.

Co miało decydujący wpływ na to, że przyjechał pan do Polski. Wszyscy mówią dziś, że powodem był wybuch wojny Rosji z Ukrainą.

To było jeszcze dwa miesiące przed wybuchem wojny, w 2022 roku. Miałem już medal mistrzostw świata juniorów. W Rosji nie było problemu z przebicciem się, a ja lubię konkurencję. Źle wyglądały za to przygotowania, szukałem innego wyjścia, jeśli dalej miałem startować. Chciałem, by konkurencja była jeszcze większa. Napisałem do jednego holenderskiego klubu. Oni odpisali mi, że biorą Holendrów, ewentualnie jakichś młodych chłopaków. A ja miałem już 19 lat. Potem wybuchła wojna Rosji z Ukrainą. Strasznie to wyglądało. Tata tłumaczył mi, że jeśli wyjadę z kraju, to będzie bilet w jedną stronę i muszę dobrze przemyśleć decyzję.

Rozmawiał pan o tym z rodzicami?

Bardzo dużo. Miałem propozycję z Kazachstanu, ale tata poradził mi, bym tam nie jechał. Nie odpowiedzieli mi konkretnie na żadne pytanie. Na przykład jak wyglądałaby sprawa z oby-

watelstwem, przygotowaniemi, obozami. A jak napisałem do Konrada Niedźwiedkiego, dostałem konkretne odpowiedzi na wszystkie pytania. Wybrałem Polskę. Była dla mnie najlepszą opcją.

Nie było panu przykro, że zostawia rodziców i nie wiadomo kiedy ich zobaczy?

Na pewno mnie i rodzicom było przykro. Ale z drugiej strony byli zadowoleni, że mam szansę na lepsze życie. Rodzice mi zawsze pomagali, wspierali mnie. Już wcześniej mówili, bym szukał szczęścia gdzieś bliżej Europy, bo tam jest lepsze życie.

Gdyby pan został w Rosji, to pewnie nie wystartowałby na mistrzostwach świata, igrzyskach, nie byłoby olimpijskiego medalu...

Zgadza się. Na sto procent nie byłoby tego srebrnego medalu olimpijskiego.

Pamięta pan swój pierwszy dzień w Tomaszowie Mazowieckim?

Przyjechałem najpierw do Królewca. Jechałem bussem i gdy tylko przekroczyłem granicę z Polską, to wszystko inaczej wyglądało. To był inny świat. Fajne budynki. Tomaszów Mazowiecki przypominał mi Kamieńsk Uralski, miasto, gdzie mieszka moja babcia. Nie przeszkadza mi to, że Tomaszów nie jest wielką me-

tropolią. Lubię małe miasta, sam przecież mieszkalem u babci w Kamieńsku Uralskim. Przypomina te małe, rosyjskie miasta. Też są takie pięciopiętrowe budynki, bloki.

W Tomaszowie Mazowieckim nie ma pan swojego mieszkania. Mówił pan, że chce wybrać polskie miasto, w którym zamieszka na stałe. Dokonał pan wyboru?

Nie wybrałem miasta. Na razie się rozglądam. A w Tomaszowie dobrze się czuję. Mieszkam w wynajmowanym mieszkaniu. Najpierw zamieszkałem w pokoju, który wynajął mi związek, który za wszystko płacił. Mieszkalem wtedy przy restauracji „Janosik”. Ale się stamtąd wyprowadziłem i sam wynajmuję mieszkanie.

Ma pan w Tomaszowie wielu znajomych, przyjaciół?

Moimi przyjaciółmi są koledzy z kadry, z klubu Pilica Tomaszów Mazowiecki. Z nimi spędzam najwięcej czasu. Ostatnio byłem na wakacjach w Elblągu u mojego przyjaciela z kadry Marcina Bachanka.

A skąd pochodzi pana dziewczyna Klaudia?

Z Tomaszowa, ale teraz mieszka w Łodzi, bo tam studiuję. Poznaliśmy się w Tomaszowie. Jest siostrą mojego przyjaciela Mikołaja Bielasa, który jest w kadrze młodzieżowej polskich panczenistów.

Poszedłem na „domówkę” i tam ją poznałem. Zaczęliśmy się spotykać.

Nie mieszka pan długo w Polsce, ale dobrze mówi po polsku...

Żałuję, że wcześniej nie zacząłem się uczyć, bo mój polski brzmiałby jeszcze lepiej. We wrześniu miną trzy lata jak przyjechałem do Polski.

Pana rodzice byli u pana w Polsce?

Nie, bo nie mogą dostać wizy. Polska daje ją obywatelom Rosji tylko w wyjątkowych przypadkach.

Czyli nie widział pan rodziny od trzech lat?

Spotkałem się z mamą w Rzymie, bo Włosi dają wizy Rosjanom. Było to półtora roku temu. Ja do Rosji nie mogę wrócić, bo tam czeka na mnie bilet do wojska. Taty nie widziałem, ale obiecał, że wyrobi sobie paszport. Razem z mamą zwiedziłem Rzym, robiliśmy po 40 tysięcy kroków dziennie. Było bardzo gorąco, 35-40 stopni Celsjusza.

Po zdobyciu srebrnego medalu olimpijskiego zaraz zadzwonił pan do rodziców..

Mama nie odebrała, telefon był zajęty, bo dzwonili do niej znajomi z gratulacjami. Zadzwoniłem do taty i on odebrał. Bardzo się cieszyli z mojego sukcesu. Krzyczeli i skakali, kiedy byłem

na torze. Potem wyczekiwali na ogłoszenie końcowych rezultatów. Do Polski przyjechała znajoma z Białorusi i przez nią przekazałem rodzicom moje olimpijskie stroje. Wysłałem im też medale z mistrzostw Polski.

Czekanie na przyznanie polskie obywatelstwo było najgorszym momentem w pana życiu?

Rok po przeprowadzce do Polski kończyła mi się wiza, która dawała mi możliwość starania się o obywatelstwo i kartę stałego pobytu. Pojawiło się zagrożenie, że będę musiał wracać do Rosji po wizę. Bardzo bałem się wracać do Rosji, bo tam czekało na mnie wezwanie do wojska. Drugą opcją było to, że dokumenty na kartę pobytu załatwię online, ale nie mogłem opuszczać terytorium Polski. Kadra wyjeżdżała na zagraniczne obozy, a ja siedziałem sam w Tomaszowie. Wtedy bardzo pomógł mi trener Roland Cieślak i klub Pilica Tomaszów Mazowiecki. Skorygowali mój plan treningów, ale był to ciężki czas.

Polska usłyszała o Władymirze Siemirunnym, gdy zdobył pan srebrny i brązowy medal w mistrzostwach świata. Startował pan w polskich barwach, ale jeszcze nie miał obywatelstwa...

Pokazałem, że można dla Polski zdobywać medale nie tylko w biegach sprinterskich, ale też długodystansowych. Ludzie zaczęli emocjonować się tymi biegami. Kiedy dostałem polskie obywatelstwo, kamień spadł mi z serca, wiedziałem, że mam szansę wystąpić na olimpiadzie. Trochę żałuję, że nie zdobyłem kwalifikacji w biegu na 5 tysięcy metrów. Na tym dystansie zdobyłem brązowy medal na mistrzostwach świata. Stało się tak, bo bardzo źle pojechałem w pierwszym Pucharze Świata. Zrobimy z trenerem korekty w treningu i od początku powinno być dobrze. Jeszcze nigdy nie wygrałem biegu w Pucharze Świata, chciałbym to zmienić.

Oprócz łyżwiarstwa pana pasją jest jazda na rowerze.

Tak, ale jest to element pomagający w treningu. Myślę, by wystartować w kolarskich „czasówkach”, nawet w Mistrzostwach Polski. Czech Metodej Jilek, który na olimpiadzie zdobył złoto w biegu na 10 tysięcy metrów, latem jeździ na rolkach, startuje w zawodach. Ja nie umiem dobrze jeździć po wrotkarsku. Wolę rower. Jazda na nim jest dla mnie znakomitą formą przygotowań do sezonu.

Podobno medalu na igrzyskach mogło nie być, bo komus nie spodobał się pana kask?

Było to dziwne. Startowałem w nim przez cały sezon i ni-

komu ten kask nie przeszkadzał. Dwa dni przed startem Holendrzy chodzili i robili zdjęcia mojego kasku. Podeszedł do mnie trener Metodeja Jilka i mi o tym powiedział. Bardzo za to dziękuję Czechowi. Holendrzy generalnie są fajni, rozmawiają przed zawodami, ale czasem robią dziwne rzeczy. Może chodzi o urażoną dumę, o to, że zawsze chcą wygrywać? Ja w dzień startu nie lubię jak wokół mnie jest wielu ludzi. Wolę być sam, ze słuchawkami na uszach. Dlatego przed startem na 10 kilometrów zamieszkałem w hotelu, w którym mieszkała Agata Jabłońska, menadżerka naszej drużyny. Stamtąd do hali miałem tylko pół godziny jazdy. I nagle Agata Jabłońska prosi, bym wysłał jej rozmiar kasku, w którym startuję. Okazało się, że Holendrzy zrobili zamieszanie. Nie znałem rozmiaru, ale mam małą głowę, a kaski były produkowane w dwóch: Si M. Wybrałem S. Całą tą sytuacją byłem bardzo zestresowany. Jak masz dobrą nogę, to nie ma znaczenia czy startujesz w kasku czy bez. Przyjechał do mnie trener Roland, menadżerka Agata i prezes Konrad. Zabrali kask i pokazali sędziemu. Okazało się, że wszystko jest ok. Dziękuję im, że szybko rozwiązali sprawę.

Co pan jeszcze lubi oprócz łyżew i roweru?

Słucham dużo muzyki. Nie tylko przed startem. Jest to głównie techno. Czasem włączę polski rap. Gdy idziemy na siłownię, to biorę głośnik i wybieram muzykę. Koledzy śmieją się, by nie było to tylko techno.

Nie nudzi się pan w Tomaszowie?

Jest spoko. Blisko mam Warszawę, Łódź, gdzie studiuje Klaudia. Jak mam jeden wolny dzień w tygodniu, a zwykle jest to niedziela, to leżę na kanapie lub jadę gdzieś napić się kawki. Od poniedziałku znów trenuję.

Smakuje panu polskie jedzenie?

Jest super! Lubię czerwony barszczyk, kotlet schabowy. Ostatnio próbowałem zupę ogórkową. Była bardzo dobra. Kuchnia polska jest trochę podobna do rosyjskiej, ale ta jest mniej tłusta. W Rosji je się też naleśniki, pielmieni, czyli pierogi.

Medal olimpijski sprawił, że stał się pan znaną osobą. Nie męczy pana popularność?

Nie męczy, a nawet mi się podoba. Nie ma problemu, gdy ktoś chce zrobić sobie ze mną zdjęcie, wziąć autograf.

Jakie ma pan plany?

To przede wszystkich udział w mistrzostwach świata w Chinach. Jak już wspominałem, chciałbym zdobyć Puchar Świata. © 20

Tenis Iga broni tytułu, a Maja... przyzwyczajają się do popularności

WIMBLEDON CZAS ZACZAĆ

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

Dzisiaj rusza najbardziej prestiżowy z Wielkich Szlemów - Wimbledon, z udziałem czterech polskich reprezentantów i dwóch polskich zawodników w grach singlowych.

Iga Świątek, która we wtorek rozpocznie w pierwszej rundzie walkę o obronę tytułu w Wimbledonie meczem z czołową deblistką świata Amerykanką Taylor Townsend, nie ma wygórowanych ambicji w tegorocznej edycji turnieju.

W zeszłym roku na trawie 25-letnia Raszynianka dotarła do finału turnieju w Bad Homburg, a następnie po raz pierwszy w karierze triumfowała w Wimbledonie. Rywalizację na zielonej nawierzchni w tym roku zaczęła jednak od porażki z Amerykanką Emmą Navarro w 2. rundzie imprezy w Bad Homburg (w 1. rundzie miała wolny los).

- Oczywiście, mój sezon na trawie w 2025 roku był fantastyczny. Ale to nie jest tak, że zawsze czułam się na niej komfortowo. Tym razem nie nabrałam takiego rozpędu w Bad Homburg, jaki miałam w zeszłym roku. Czuję, że tę imprezę zacznę z zupełnie innej pozycji i dbam o to, żeby moje ambicje były skromne - powiedziała Świątek, zajmująca trze-



Tak Iga Świątek w zeszłym roku prezentowała się na balkonie kortu centralnego z trofeum Venus Rosewater Dish

cie miejsce w światowym rankingu.

Ponowne zwycięstwo na trawie - jej najmniej ulubionej nawierzchni do ubiegłego roku - będzie ogromnym wyzwaniem. - Jestem w takim miejscu, że naprawdę mam swoje oczekiwania na niskim poziomie. Chociaż wszyscy o tym mówią, czuję, że muszę grać mecze i nic nie będzie łatwe. Jestem w takim miejscu, że naprawdę mam swoje oczekiwania na niskim poziomie. Chociaż wszyscy o tym mówią, czuję, że muszę grać mecze i nic nie będzie łatwe. Jestem w takim miejscu, że naprawdę mam swoje oczekiwania na niskim poziomie. Chociaż wszyscy o tym mówią, czuję, że muszę grać mecze i nic nie będzie łatwe.

Sensacyjna finalistka French Open, Maja Chwalińska, która dzięki dzikiej karcie wystartuje bez eliminacji w Wimbledonie, wciąż przyzwyczajają się do swojej popularności. Mimo uwagi, jaką jej się poświęca, polska tenisistka nie zmienia swoich priorytetów.

Chwalińska będzie rozstawiona z numerem 20 i ma prawo korzystać z obiektów zarezerwowanych dla zawodniczek z tym statusem, ale nie robi tego, bo „te zwykłe są bardzo ładne”. - Fakt, że jestem rozstawiona, niczego nie zmienia. Każda zawodniczka tutaj jest bardzo groźna - oceniła Maja.

W Wimbledonie wystartuje po raz drugi. W 2022 roku wygrała na londyńskiej trawie mecz i była to jej jedyna wielkoszlemowa wygrana aż do tegorocznego French Open, gdy zrobiło się o niej głośno. Po Parryzu zyskała nie tylko większą popularność, ale i kolejnych sponsorów. - Ale moja rutyna, moje priorytety się nie zmieniły. Owszem, jest więcej uwagi, ale moje priorytety są jasne - zapewniła.

W poniedziałek Maja w 1. rundzie zmierzy się z Manan-chayą Sawangkaew z Tajlandii, która do drabinki głównej przedostała się z kwalifikacji.

Pozostałe Polki rozpoczną Wimbledon dzisiaj z Rosjankami: Magda Linette (58. WTA) zagra z rozstawioną z numerem 5 zwyciężczynią tegorocznego Roland Garrosa Mirrą Andriejewą, a Magdalena Fręch (43. WTA) zmierzy się z mającą numer 19. Anną Kalinską.

Hubert Hurkacz, który na liście ATP zajmuje 95. miejsce, spotka się dzisiaj z Casperem Ruudem. Norweg nie błyszczy na kortach trawiastych, w Wimbledonie nigdy nie przebrnął drugiej rundy. Wrocławianin grał w półfinale w 2021 roku.

Jutro Kamil Majchrzak powalczy z Alejandro Tabilo. W maju „Szumi” przegrał z Chilijczykiem na otwarcie French Open, ale w poprzedniej edycji SW 19 dotarł do 1/8 finału.

©P

Biało-Czerwoni na szosie, na parkiecie i w wodzie

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

Miniony weekend nie obfitował w spektakularne sukcesy polskich sportowców. Biało-Czerwoni walczyli w różnych dyscyplinach.

Michał Krasodomski (AZS AWFIS Gdańsk) zajął czwarte miejsce w mistrzostwach Europy w byłej olimpijskiej klasie Finn, które odbyły się jako element 27. edycji żeglarskich regat Lotto Gdynia Sailing Days. Wygrał Holender Martijn van Muyden. Zawody odbyły się w bardzo słabych warunkach wiatrowych. We wtorek zawodnicy dwa razy stanęli na starcie, w środę raz, a w kolejnych dwóch dniach nie udało się rozegrać żadnego wyścigu.

Wioślarze bez błysku

Polscy wioślarze nie zdołali stanąć na podium zawodów ostatniej w tym sezonie rundy Pucharu Świata, która odbyła się w Lucernie. W niedzielę trzy z siedmiu polskich osad, które rywalizowały w Szwajcarii, walczyły o miejsca na podium. Najwyższą lokatę zajęły Julia Rogiewicz i Wiktoria Kalinowska, które wywalczyły piąte miejsce w konkurencji dwójek podwójnych. Na przełomie lipca i sierpnia we Włoszech odbędą się mistrzostwa Europy, a pod koniec sierpnia mistrzostwa świata w Amsterdamie.

Wygrana koszykarzy

Reprezentacja Polski koszykarzy wygrała w Krakowie ze Słowacją 115:80 (29:19, 25:29, 33:16, 28:16) w drugim meczm kontrolnym przed spotkaniami z Austrią i Holandią w kwalifikacjach mistrzostw świata 2027. W pierwszym sparingu podopieczni trenera Igora Milicica pokonali Finlandię 92:87.

Biało-Czerwoni, liderzy grupy F w europejskich eliminacjach, są już pewni awansu do ich drugiej fazy. W ostatnich spotkaniach pierwszego etapu zagrają 3 lipca z Austrią w Wiedniu, a trzy dni później z Holandią w Tauron Arenie Kraków. Rywalizacja w strefie europejskiej o MŚ w Katarze (27 sierpnia-12 września 2027) jest dwuetapowa. Rywalami Polaków w drugim etapie będą ekipy z grupy E, z której awans już wywalczyli mistrz Europy i świata Niemcy, Chorwacja i Izrael.

Mistrzostwa Polski w kolarstwie

Dominika Włodarczyk (UAE Team ADQ) zdominowała mistrzostwa Polski w kolarstwie, które odbyły się w Raszagu koło Biskupca. Włodarczyk zdobyła złoty medal w jeździe indywidualnej na czas oraz ze startu wspólnego. Wśród mężczyzn w jeździe indywidualnej na czas triumfował Michał Kwiatkowski; wyścig elity mężczyzn ze startu wspólnego odbył się w niedzielę już po zamknięciu naszego wydania.

Nowy sternik Polskiego Związku Biathlonu

Agnieszka Cyl została wybrana na prezeskę Polskiego Związku Biathlonu - taką decyzję podjęli delegaci Sprawozdawczo-Wyborczego Walnego Zgromadzenia, które odbyło się w Katowicach. 42-letnia Cyl od kilku lat pełniła funkcję dyrektorki sportowej PZBiath. i była odpowiedzialna za rozwój szkolenia oraz przygotowanie kadr narodowych. Cyl otrzymała 30 głosów, a jej kontrkandydat, wicemistrz olimpijski Tomasz Sikora, uzyskał poparcie 28 delegatów. Nowa prezes obejmuje funkcję po Joannie Badacz. ©P

Zaskakująca decyzja Usyka i porażka Oleksiejczuka

Jacek Kmieciak
redakcja@polskapress.pl

Oleksandr Usyk rzekł się wszystkich mistrzowskich pasów, aby przygotować się do ostatnich walk przed zakończeniem kariery, które planuje stoczyć w USA.

Ukraiński bokser, mistrz świata wagi ciężkiej Oleksandr Usyk (25-0, 16 KO), ogłosił w mediach społecznościowych, że podjął decyzję o zrzeczeniu się wszystkich tytułów mistrzowskich.

„Dzisiaj jest dobry dzień, żeby powiedzieć, że chcę zrzec się wszystkich pasów, które obecnie posiadam. Oddajcie je, żeby ci, którzy stoją za nimi w kolejce, mogli się o nie boksować. Przyjaciele, rzekam się pasów, ale nie zrywam ze sportem. Został mi jeszcze jeden ostatni taniec. Chcę podzięko-



Oleksandr Usyk w ostatniej walce bokserskiej z kickbokserem Rico Verhoevenem był bliski porażki

wać wszystkim, szanuję wszystkie organizacje. Chcę podziękować wszystkim i powiedzieć: „Wkrótce więcej”. Dzięki Bogu za wszystko! Dzięki Ukrainie!” - oznajmił Usyk w piątkowe popołudnie na Instagramie.

23 maja 2026 roku w pobliżu piramid w Gizie w Egipcie odbyła się gala bokserska Glory in Giza. Wydarzeniem wieczoru była walka Usyka z holenderskim kickboxerem Rico Verhoevenem. Walka nie była łatwa dla Ukraińca, ale Oleksandr

znalazł swój moment w jednej z rund i w kontrowersyjnych okolicznościach znokautował rywala.

39-letni Usyk był posiadaczem tytułów mistrza świata WBC, WBA i IBF wagi ciężkiej.

Wcześniej donoszono, że WBC nakazało Usykowi walkę z Niemcem kurdyjskiego pochodzenia Agitem Kabayelem, zwanym „Liver Kingiem” (Królem Wątroby). Przedstawiciele zawodników mieli uzgodnić walkę do 30 czerwca. Tymczasem Kabayel ogłosił już przejście pasa, a Usyk planuje odbyć ostatnie walki w USA.

W sobotni wieczór na gali UFC w Baku polski wojownik w wadze średniej Michał „Husar” Oleksiejczuk zakończył serię trzech zwycięstw poddaniem się w 3 minucie 25 sekundzie pierwszej rundy walki z niemieckim Czczenem Abusem Magomedowem. ©P



Polski Związek Biathlonu ma nowego szefa. Agnieszka Cyl nieznacznie pokonała w wyborach Tomasza Sikorę



W OBIEKTYWIE GRZEGORZA WAJDY W DALLAS: Argentyna w swoim ostatnim meczu w grupie przeciwko Jordanii, mimo że miała już wcześniej zapewniony awans do 1/16 finału, zagrała o zwycięstwo. Lionel Messi wszedł dopiero na ostatnie pół godziny za Lautaro Martinezem i powiększył swój bramkowy dorobek na MŚ 2026 już do 6 goli

Mundial 2026 Argentyna na zakończenie zmagania w grupie pokonała Jordanię, a „Boski Leo” zagrał 30 minut

Obrońca tytułu nie zwalnia tempa, Messi strzelił szóstego gola

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

Obrońca tytułu, reprezentacja Argentyny, w swoim ostatnim meczu w grupie pokonała Jordanię 3:1 w Dallas. Lionel Messi zdobył swoją 6 bramkę na półmetku mistrzostw świata 2026.

Argentyna zapewniła sobie już pierwsze miejsce w grupie J w dwóch poprzednich kolejkach – na finiszu pierwszej fazy mundialu Algieria i Austria nie były w stanie wyprzedzić aktualnych mistrzów świata z powodu przewagi „Albiceleste” w bezpośrednich meczach. To pozwoliło Lionelowi Scaloniemu chronić Leo Messiego i pozostałych liderów przed play-offami.

Zgodnie z oczekiwaniami „Albiceleste” przejęli piłkę i już w 7. minucie strzelili gola, ale Giovanni Lo Celso zrobił to na spalonym. Posiadanie piłki sięgało nawet 82% – tyle wynosiła przewaga Argentyny, ale strzelenie gola nie było możliwe do 19. minuty. Abu Taha sfaulował Lo Celso na linii pol karnego, za co ujrzał żółtą kartkę, a pomocnik Betisu Sevilla wykorzystał rzut wolny. Sytuacja potoczyła się w stylu Messiego: bramkarz nie miał szans w zapobieganiu utracie gola! Sam Leo był zachwycony takim występem.

W 31. minucie Argentyna zdobyła drugiego gola. Środkowy obrońca Marcos Senesi dopadł piłki po odbiciu od poprzeczki, ale obrońca zagrał niebezpiecznie, kopiąc go w głowę.

Sędzia podyktował rzut karny, który Lautaro Martinez wykończył na 2:0!

W tym momencie pierwszej połowy Argentyna niemal przestała stwarzać okazje – pewna przewaga pozwoliła jej na oszczędzanie sił. Na początku drugiej połowy kolejny gol został anulowany – tym razem Lautaro. Napastnik Interu Mediolan był blisko zdobycia pięknej bramki, ale jego strzał zza pola karnego trafił w poprzeczkę.

Gdy Messi szykował się do wejścia na boisko, Jordania nawiązała kontakt – Ehsan Hadad podał na dalszy słupek, a Leandro Paredes nie przypilnował Mousy Tamariego. Co ciekawe, debiutantowi na mundialu udało się dokonać tego, co nie powiodło się Algierii ani Austrii,

czyli pokonać Emiliano Martinez.

Argentyna kontynuowała grę na pół gwizdka, co nie przeszkodziło jej w zdobyciu trzeciej bramki. Ponownie z rzutu wolnego, ale tym razem Messi trafił w dolny róg bramki. Żona Leo Antonella Rocuzzo, oglądająca mecz w towarzystwie dwóch synów w łóży VIP na stadionie AT&T w Arlington w aglomeracji Dallas-Fort Worth, zareagowała gwałtownie na to trafienie, radośnie skacząc i obciskując się ze szczęśliwymi dziećmi.

Był to 19. gol Leo na mistrzostwach świata i 6. w mundialu 2026, co umocniło go na prowadzeniu w klasyfikacji króla strzelców. Co więcej, Messi trafił do siatki już w siedmiu kolejnych meczach na mistrzostwach świata, co jest historycznym osiągnięciem. Pobił tym samym rekord mistrzostw świata ustanowiony przez Francuza Justa Fontaine’a na mundialu 1958, a powtórzony 12 lat później przez Brazylijczyka Jairzinho.

Messi rozpoczął swoją serię 11 bramek w 1/8 finału mundialu 2022 przeciwko Australii. Następnie, w ćwierćfinale, wykończył rzut karny przeciwko Holandii, w półfinale, również z rzutu karnego, przeciwko Chorwacji, a w finale zdobył dwa gole przeciwko Francji. W meczu otwarcia mistrzostw świata 2026 strzelił hat-tricka Algierii, a w drugim spotkaniu dwa gole Austrii.

Jordania została 13. reprezentacją na mistrzostwach świata, której Messi strzelił gole: wcześniej Serbii i Czarnogórze, Bośni i Hercegowinie, Iranowi, Nigerii, Arabii Saudyjskiej, Meksykowi, Australii, Holandii, Chorwacji, Francji, Algierii i Austrii.

Gol strzelony Jordanii był 917. w karierze Lionela w 1327 meczach. Główny konkurent Messiego do miana najlepszego piłkarza w historii współczesnego futbolu, 41-letni Portugalczyk Cristiano Ronaldo, strzelił 975 goli w 1327 meczach.

Messi został też szóstym piłkarzem w historii mundiali, od kiedy zaczęto gromadzić statystyki (od 1966), który strzelił 2 gole bezpośrednio z rzutów wolnych. Przed nim na liście znaleźli się Pele, Rivelino (oba Brazylia), Teofilo Cubillas (Peru), Bernard Genghini (Francja) i David Beckham (Anglia). Był to zresztą 72. gol Lionela z rzutu wolnego w całej jego karierze. Rekordzistą pod tym względem jest Brazylijczyk Juninho Pernambucano z 77. golami. Cristiano Ronaldo strzelił z wolnych 65 goli.

39-letni Argentyńczyk dzieli też z Francuzem Kylianem

Mógł zagrać 90 minut i jeszcze bardziej umocnić swoją legendarną pozycję, ale postanowił skupić się na tym, co będzie dalej

Mbappe pierwsze miejsce w klasyfikacji „kanadyjskiej” (łącznie gole i asysty) tegorocznego mundialu: 6+0 do 4+2.

Podsumowując bramkowe osiągnięcia futbolowego „Mesjasza”, gol strzelony Jordanii był 123 trafieniem w 202 meczach reprezentacji Argentyny. Rekordzistą pod względem bramek zdobytych w drużynie narodowej pozostaje Cristiano Ronaldo ze 145 golami w 230 meczach.

W ostatnich minutach „Albiceleste” oszczędzali siły przed fazą pucharową, w której zagrają z Republiką Zielonego Przylądka, która w grupie H zajęła drugie miejsce za Hiszpanią, sensacyjnie wyprzedzając Urugwaj i Arabię Saudyjską.

„Kolejne zwycięstwo na zakończenie fazy grupowej. Ruszamy razem...” – skomentował Messi na Instagramie.

Selekcjoner Lionel Scaloni odniósł się do posadzenia Messiego na ławce rezerwowych od pierwszych minut meczu przeciwko Jordanii. – Mógł dziś zagrać pełne 90 minut i jeszcze bardziej umocnić swoją legendarną pozycję, z całym szacunkiem dla Jordani. Ale postanowił dać czas kolegom z drużyny i skupić się na tym, co będzie dalej. To wiele o nim mówi, bo nie przejmujemy się liczbami, o których wszyscy mówią. To również wiele mówi o tym, ile znaczy dla niego reprezentacja i koledzy z drużyny – podkreślił.

©P

Najwięksi przegrani fazy grupowej mundialu

Bartosz Głab
redakcja@polskapress.pl

Zakończyła się faza grupowa mundialu. Byliśmy świadkami niespodzianek, a nawet sensacji. Nie dla wszystkich były one pozytywne. Kto najbardziej rozczarował w pierwszej części turnieju?

Na jednego z czarnych koni tegorocznego turnieju była typowana między innymi Turcja, która na piłkarski mundial wróciła po 24 latach. A warto przypomnieć, że przecież reprezentacja tego kraju na MŚ 2002 w Korei i Japonii sensacyjnie zajęła 3. miejsce. Teraz teoretycznie słabi przeciwnicy w grupie dawali nadzieję, że powrót będzie co najmniej przyzwoity.

Rzeczywistość okazała się jednak brutalna. Turcy w pierwszym grupowym meczu sensacyjnie przegrali 0:2 z Australią. Natomiast kilka dni później ulegli także, tym razem 0:1, grającemu ponad pół meczu w osłabieniu Paragwajowi. Finalnie Turcja okazała się pierwszą ze wszystkich reprezentacji, która straciła matematyczne szanse na awans do fazy pucharowej powiększonego przecież mundialu. Wymowny jest także fakt, że w pierwszych dwóch meczach Turcja oddała aż 62 strzały, z czego żaden nie znalazł drogi do bramki rywala.

Fatalnych nastrojów w drużynie oraz całym kraju nie poprawiło nawet zwycięstwo rzutem na taśmę 3:2 ze współgospodarzem turnieju – Stanami Zjednoczonymi.

Urugwaj wyprzedzony przez debiutanta

W grupie H drugą siłą po Hiszpanii miał być Urugwaj prowadzony przez doświadczonego selekcjonera Marcelo Bielsę. La Celeste oczywiście nie byli typowali do fazy medalowej, ale wyjście z grupy, w której było dwóch piłkarskich kopcuszków, było więcej niż obowiązkiem.

Czołowa ekipa z Ameryki Południowej turniej rozpoczęła fatalnie, od remisu 1:1 z Arabią Saudyjską, a na dobrą sprawę mogła to spotkanie nawet przegrać. Mimo fatalnego wyniku szanse na awans były wciąż spore, bo następnym rywalem była debiutująca na mundialu Republika Zielonego Przylądka. Urugwajczycy przeliczyli się, bo znów nie zdołali sięgnąć po komplet punktów, rywalizacja zakończyła się remisem 2:2.

Zaledwie 2 oczka i mecz o wszystko z Hiszpanią to nie był wymarzony scenariusz.



FOT. GRZEGORZ WAJDA

O przegranych piszemy obok. Największym wygranym okazał się Zielony Przylądek

Na niekorzyść La Celeste działał również fakt, że wewnątrz zespołu atmosfera była bardzo napięta, wręcz wojenna.

Mimo wielu negatywnych czynników początek meczu z mistrzem Europy nie był taki zły. Do 42. minuty utrzymał się bezbramkowy remis, a wtedy doświadczony bramkarz Fernando Muslera popełnił katastrofalny błąd, przepuszczając proste uderzenie rywala.

Wynik utrzymał się do końcowego gwizdka i Urugwaj został w grupie wyprzedzony przez Republikę Zielonego Przylądka. I okazał się jedną z najgorszych reprezentacji,

które zajęły 3. miejsca w swoich grupach.

Szkocja miała problemy nawet z Haiti

Ze sporymi nadziejami do Ameryki Północnej poleciała również Szkocja, która – to trzeba Wyspiarzom oddać – dwóch grupowych rywali łatwych nie miała. Ekipa z Wysp Brytyjskich trafiła na Brazylię i Maroko, ale również i na Haiti, które miało być popularnym „chłopcem do bicia”. Jednak mundial brutalnie zweryfikował reprezentację z Europy, która nawet ze wspomnianym Haiti miała spore problemy.

Zwycięstwo 1:0 nad zespołem z Karaibów i porażka 0:1 z Marokiem sprawiły, że mimo 3 punktów szanse na awans były niske. Zadaniem Szkotów na mecz z Brazylią było nie przegrać wysoko.

Tymczasem po koszmarnych błędach w obronie i braku nawiązania jakiegokolwiek walki mecz zakończył się porażką 0:3, a na dobrą sprawę Canarinhos mogli wygrać dużo wyżej.

©

Mistrzostwa świata w statystykach. Tabele, punkty, klasyfikacja strzelców

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

Za nami faza grupowa mistrzostw świata w USA. Kanadzie i Meksyku. Oto komplet wyników, tabele oraz klasyfikacja strzelców.

GRUPA A

Wyniki: Meksyk - RPA 2:0 (Quinones 9, Jimenez 67), **Korea Płd. - Czechy 2:1** (Hwang In-Beom 67, Oh Hyeon-Gyu 80 - Krejci 59), **Czechy - RPA 1:1** (Sadilek 6 - Mokoena 83), **Meksyk - Korea Płd. 1:0** (Romo 50), **Czechy - Meksyk 0:3** (Garcia 55, Quinones 61, Fidalgo 90+4), **RPA - Korea Południowa 1:0** (Maseko 63).

1. Meksyk	3	9	6-0
2. RPA	3	4	2-3
3. Korea Południowa	3	3	2-3
4. Czechy	3	1	2-6

GRUPA B

Wyniki: Katar - Szwajcaria 1:1 (Muheim 90+4 - Embolo 17), **Kanada - Bośnia i Hercegowina 1:1** (Larin 78 - Lukic 21), **Szwajcaria - Bośnia i Hercegowina 4:1** (Manzambi 74, 90, Vargas 84, Xhaka 90+7 - Mahmić 90+3), **Kanada - Katar 6:0** (Larin 16, David 29, 45+3, 90+2, Saliba 64, Al Mannai 75 samobój), **Bośnia i Hercegowina - Katar 3:1** (Alajbegović 29, Abunada (samob. 34, Mahmić 80 - Al Haydos 42), **Szwajcaria - Kanada 2:1** (Vargas 46, Manzambi 57 - David 76).

1. Szwajcaria	3	7	7-3
2. Kanada	3	4	8-3
3. Bośnia i Hercegowina	3	4	5-6
4. Katar	3	1	2-10

GRUPA C

Wyniki: Brazylia - Maroko 1:1 (Vincius Junior 32 - Saibari 21), **Haiti - Szkocja 0:1** (McGinn 28), **Szkocja - Maroko 0:1** (Saibari 2), **Brazylia - Haiti 3:0** (Cunha 23, 36, Vincius Junior 45+3), **Maroko - Haiti 4:2** (Hakimi 39, Saibari 45+1, Rahimi 78, Yassine 89 - Bono 10 (samob, Isidor 43)), **Szkocja - Brazylia 0:3** (Vincius Junior 7, 45+3, Cunha 60).

1. Brazylia	3	7	7-1
2. Maroko	3	7	6-3
3. Szkocja	3	3	1-4
4. Haiti	3	0	2-8

GRUPA D

Wyniki: USA - Paragwaj 4:1 (Bobadilla 7, Balogun 31, 45+3, Reyna 90+8 - Mauricio 73), **Australia - Turcja 2:0** (Iranakunda 27, Matcalf 75), **USA - Australia 2:0** (Burgess 11 sam., Freeman 43), **Turcja - Paragwaj 0:1** (Galarza 2), **Paragwaj - Australia 0:0**, **Turcja - USA 3:2** (Guler 10, Yilmaz 31, Ayhan 90+8 - Trusty 3, Berhalter 49).

1. USA	3	6	8-4
2. Australia	3	4	2-2
3. Paragwaj	3	4	2-4
4. Turcja	3	3	3-5

GRUPA E

Wyniki: Niemcy - Curaçao 7:1 (Nmecha 6, Schlotterbeck 38, Havertz 45+5, 88, Musiala 47, Brown 68, Undav 83 - Comenencia 21), **Wybrzeże Kości Słoniowej - Ekwador 1:0** (Diallo 90), **Niemcy - Wybrzeże Kości Słoniowej 2:1** (Undav 68, 90+4 - Kessie 30), **Ekwador**

- Curaçao 0:0, **Ekwador - Niemcy 2:1** (Angulo 9, Plata 77 - Sane 2), **Curaçao - Wybrzeże Kości Słoniowej 0:2** (Pepe 7, 64).

1. Niemcy	3	6	10-4
2. WKS	3	6	4-2
3. Ekwador	3	4	2-2
4. Curaçao	3	1	1-9

GRUPA F

Wyniki: Holandia - Japonia 2:2 (van Dijk 51, Summerville 64 - Nakamura 57, Kamada 89), **Szwecja - Tunezja 5:1** (Ayari 7, 90+6, Isak 30, Gyokers 59, Svanberg 84 - Rekik 43), **Holandia - Szwecja 5:1** (Brobbe 5, 17, Gakpo 47, 54, Summerville 89 - Elanga 59), **Tunezja - Japonia 0:4** (Kamada 4, Ueda 31, 83, Ito 69), **Tunezja - Holandia 1:3** (Mastouri 54 - Skhiri 3 bram. samob., Brobbey 7, van Hecke 62).

1. Holandia	3	7	10-4
2. Japonia	3	5	7-3
3. Szwecja	3	4	7-7
4. Tunezja	3	0	2-12

GRUPA G

Wyniki: Belgia - Egipt 1:1 (Ashour - Hany 66 samobój), **Iran - Nowa Zelandia 2:2** (Just 7, 54 - Rezaeian 32, Mohebbi 64), **Belgia - Iran 0:0**, **Nowa Zelandia - Egipt 1:3** (Surman 15 - Ziko 58, Salah 67, Trezeguet 82), **Nowa Zelandia - Belgia 1:5** (Just 84 - Trossard 28, 50, De Bruyne 66, Lukaku 86, Saelemaekers 90+4), **Egipt - Iran 1:1** (Saber 5 - Razaieian 14).

1. Belgia	3	5	6-2
2. Egipt	3	5	5-3
3. Iran	3	3	3-3
4. Nowa Zelandia	3	1	4-10

GRUPA H

Wyniki: Hiszpania - Republika Zielonego Przylądka 0:0, **Arabia Saudyjska - Urugwaj 1:1** (Al-Amri 41 - Araujo 80), **Hiszpania - Arabia Saudyjska 4:0** (Yamal 10, Oyarzabal 21, 24, Al-Tambakti 49 samobój), **Urugwaj - Republika Zielonego Przylądka 2:2** (Araujo 44, Canobbio 45+6 - Lenini 21, Varela 61), **Urugwaj - Hiszpania 0:1** (Baena 42), **Republika Zielonego Przylądka - Arabia Saudyjska 0:0**.

1. Hiszpania	3	7	5-0
2. Zielony Przylądek	3	3	2-2
3. Urugwaj	3	2	3-4
4. Arabia Saudyjska	3	2	1-5

GRUPA I

Wyniki: Francja - Senegal 3:1 (Mbappe 66, 96, Barcola 82 - Mbaye 95), **Irak - Norwegia 1:4** (Hussein 38 - Haaland 28, 42, Ostigard 75, Hussein 98 samobój), **Francja - Irak 3:0** (Mbappe 14, 54, Dembele 66), **Norwegia - Senegal 3:2** (Pedersen 43, Haaland 48, 58 - Sarr 53, 90+3), **Norwegia - Francja 1:4** (Aasgaard 21 - Dembele 7, 20, 32, Doue 90+4), **Senegal - Irak 5:0** (Diarra 4, Sarr 56, Gueye 59, 71, Ndiaye 82).

1. Francja	3	9	10-2
2. Norwegia	3	6	8-7
3. Senegal	3	3	8-6
4. Irak	3	0	1-12

GRUPA J

Wyniki: Argentyna - Algieria 3:0 (Messi 16, 60, 75), **Austria - Jordania 3:1** (Schmid 21, Al

Arab 74 samobój, Amautović 100 z karnego, Olwan 49), **Argentyna - Austria 2:0** (Messi 38, 90+5), **Jordania - Algieria 1:2** (Al Rashdan 36 - Benbouali 69, Gouri 82), **Jordania - Argentyna 1:3** (Tamari 55 - Le Celso 19, Martinez 31, Messi 80), **Algieria - Austria 3:3** (Belghali 45, Mahrez 60, 90+3 - Amautvic 28, Sabitzer 55, Kalajdzic 90+6).

1. Argentyna	3	9	8-1
2. Austria	3	4	6-6
3. Algieria	3	4	5-7
4. Jordania	3	0	3-8

GRUPA K

Wyniki: Portugalia - DR Konga 1:1 (Neves 6 - Wissa 45+5), **Uzbekistan - Kolumbia 1:3** (Fayzullaev 60 - Munoz 40, Diaz 65, Campaz 90+9), **Portugalia - Uzbekistan 5:0** (Ronaldo 6, 39, Mendes 17, Nematow 60 samobój, Leao 87), **Kolumbia - DR Konga 1:0** (Munoz 76), **DR Konga - Uzbekistan 3:1** (Wissa 68, j90+1, Mayele 78 - Shomurodov 10), **Kolumbia - Portugalia 0:0**.

1. Kolumbia	3	7	4-1
2. Portugalia	3	5	6-1
3. DR Konga	3	4	4-3
4. Uzbekistan	3	0	2-11

GRUPA L

Wyniki: Ghana - Panama 1:0 (Yirenkyi 90+5), **Anglia - Chorwacja 4:2** (Kane 12 z karnego, 42, Bellingham 47, Rashford 85 - Baturina 36, Musa 45+5), **Anglia - Ghana 0:0**, **Panama - Chorwacja 0:1** (Budimir 54), **Chorwacja - Ghana 2:1** (Sucić 31, Vlasicić 83 -

Luckassen 73), **Panama - Anglia 0:2** (Bellingham 62, Kane 67).

1. Anglia	3	7	6-2
2. Chorwacja	3	6	5-5
3. Ghana	3	4	2-2
4. Panama	3	0	0-4

CZOŁÓWKA STRZELCÓW

6 goli: Leo Messi (Argentyna)
4 gole: Erling Haaland (Norwegia), Kylian Mbappe (Francja), Vincius Junior (Brazylia), Ousmane Dembele (Francja)
3 gole: Johan Manzambi (Szwajcaria), Deniz Undav (Niemcy), Ismael Saibari (Maroko), Jonathan David (Kanada), Matheus Cunha (Brazylia), Elijah Just (Nowa Zelandia), Brian Brobbey (Holandia), Ismaila Sarr (Senegal), Yoane Wissa (DR Konga), Harry Kane (Anglia).

Pary 1/16 finału

RPA - Kanada
Brazylia - Japonia
Niemcy - Paragwaj
Holandia - Maroko
Wybrzeże Kości Słoniowej - Norwegia
Francja - Szwecja
Meksyk - Ekwador
Anglia - DR Konga
Belgia - Senegal
USA - Bośnia i Hercegowina
Hiszpania - Austria
Portugalia - Chorwacja
Szwajcaria - Algieria
Australia - Egipt
Argentyna - Zielony Przylądek
Kolumbia - Ghana
©



W swoim trzecim meczu na mundialu Senegal pokonał Irak aż 5:0 i zapewnił sobie awans do 1/16 finału. W drugim spotkaniu grupy I Francja nie dała szans Norwegii, wygrywając 4:1. Klasyczny hat-trick zaliczył Ousmane Dembele. Tym razem na listę strzelców nie wpisał się największy gwiazdor Trójkolorowych, Kylian Mbappe

Mundial 2026 Senegal znacząco poprawił sobie humor. Awansował, ale zza pleców Francji i Norwegii

Podrażnione Lwy Terangi bez kompleksów. Mane ma ogromny apetyt

Specjalnie dla Polska Press
Jaromir Kruk z Toronto

Po dwóch porażkach - z Francją 1:3 i Norwegią 2:3 w zespole Senegalu zrobiło się nerwowo. Piłkarze najlepszego zespołu Afryki poprawili sobie jednak humor.

Świetnie zorganizowana na niedawnym Pucharze Narodów Afryki drużyna, w początkowych mundialowych meczach była pełna dziur. Dlatego Pape Thiaw z Irakiem zdecydował się posadzić na ławce... kapitana.

35-letni Kalidou Koulibaly, obecnie zawodnik Al-Hilal SC, wcześniej filar Napoli i Chelsea, wziął winę za porażkę z Norwegią na siebie. - Nie możemy przegrywać meczów w taki sposób.

Popiełniałem proste błędy, to nie powinno mi się zdarzyć, przepraszam. Rozmawiałem z selekcjonerem i jeśli będę mógł pomóc drużynie, to pomogę z ławki. Najważniejszy jest interes reprezentacji Senegalu, a wierzę, że wygrana z Irakiem da nam awans do 1/16 finału. Jesteśmy mistrzami Afryki i nie możemy się poddawać - mówił kapitan Koulibaly, który podobnie jak koledzy z kadry, nie zgadza się z decyzją CAF o zweryfikowaniu wyniku z finału ostatniego PNA na walkower dla Maroka.

Dla przypomnienia: na boisku Senegalczyki zwyciężyli 1:0, ale... zeszli z murawy i dopiero po namowach na nią powrócili. Do takiego protestu namówił ich szkoleniowiec Thiaw, ale inne zdanie miał Sadio Mane i finał

został dokończony (choć sprawa znajdzie epilog w Trybunale Arbitrażowym w Lozannie). Na razie jednak Lwy Terangi skupiają się na finałach mistrzostw świata 2026. Wybierali się na nie z nadziejami na nawiązanie do sukcesu sprzed 24 lat, kiedy dotarli aż do ćwierćfinału. W tamtej kadry grał Pape Thiaw, który dziś nie ma wcale słabszego składu niż wtedy Bruno Metsu.

Porażki z rywalami z Europy mocno jednak zachwiały optymizmem w narodzie, ale Senegalczyki wiedzieli, że wysoka wygrana z Irakiem pomoże im przebić się do 1/16 finału mundialu. Na trybunach BMO Field w Toronto zasiadło wielu sympatyków Lwów Terangi i szybko cieszyli się z trafienia Habiba Diarry. Kiedy w 8 minucie czer-

wony kartonik zobaczył Rebin Sulaka, szanse na efektowne zwycięstwo (wice)mistrzów Afryki wzrosły.

- Zaczęliśmy grać lepiej w drugiej połowie. Mamy bardzo silny zespół i w spotkaniach z Francją i Norwegią były szanse na lepsze wyniki - mówił potem Pape Gueye, 27-letni pomocnik Villarrealu. Jego dublet po przerwie, trafienia Ismaily Sarra i Ilimane Ndiaye dały Lwom Terangi efektowne zwycięstwo 5:0. Z ławki nawet nie musiał wstawać Koulibaly, zresztą senegalscy obrońcy nie mieli praktycznie pracy. - Po głupiej czerwonej kartce w konfrontacji z tak dobrą drużyną nie mieliśmy szans. Z minuty na minutę dawał znać ubytek sił - przyznał Merchas Doski, piłkarz Iraku grający w czeskiej Viktorii Pilzno.

Iracy kibice nie mieli pretensji do swojej drużyny, która walczyła do końca, ale piłkarsko rywal nakrył ją czapką. - Wiedzieliśmy, że trzeba strzelić jak najwięcej goli. Lubimy grać ofensywnie. My możemy zejść daleko w tym mundialu - podsumował Habib Diarra, który zaliczył niezły sezon w Sunderlandzie i awansował do europejskich pucharów. Nie zdołał się jeszcze nauczyć angielskiego i z dziennikarzami w Toronto rozmawiał tylko po francusku.

Senegalscy żurnaliści nie ukrywali zadowolenia z wysokich rozmiarów zwycięstwa, które, jak się okazało, dało pro-

mocję do 1/16 finału. Lwy Terangi, grając na luzie, są w stanie pokazać więcej, a mają potencjał, skoro selekcjoner sadza na ławie nawet kogoś takiego jak Koulibaly. W Senegalu zabrakło też kontuzjowanego Edouarda Mendy'ego, bramkarza Al-Ahli FC, który musiał opuścić plac w trakcie boju z Norwegią. Doznał urazu kolana, a wskoczył za niego rok młodszy, 33-letni Mory Diaw, golkeeper francuskiego Le Havre AC. Ma opinię dobrego fachowca.

W innych formacjach Thiaw też ma spory wybór, senegalscy dziennikarze mówią, że większy niż Norwegia, która w batalii z Francją dała odpocząć największym gwiazdom i przegrała 1:4. Zachwycił Ousmane Dembele, autor hat-tricka. Takich asów jak on we francuskiej kadrze Didier Deschamps, któremu zmarła mama, ma kilku. Nawet przed Trójkolorowymi Senegalczyki nie mają jednak żadnych kompleksów; przypominają o inauguracji finałów mistrzostw świata w 2002 i zwycięstwie po bramce Pape Bouby Diopa.

Wspomniany gracz, ikona senegalskiej piłki nożnej, zmarł

Mane ma szczególną motywację, bo ze względu na kontuzję zabrakło go na poprzednim światowym czempionacie

w 2020 roku, jego rodacy i FIFA jednak o nim nie zapominają. - Mistrzostwa świata to wspaniała impreza i nie przyjeżdża się na nie jak na wakacje. Jestem doskonale przygotowany do udziału w nich, największa w tym zasługa Marcelino, mojego trenera z Villarrealu. On wiedział, jak mi zależy na mundialu i pomagał w klubie, dawał cenne wskazówki - opowiada Pape Gueye, który wyrasta na czołową postać kadry. To on zdobył gola w finale Pucharu Narodów Afryki z Marokiem i dał powód, aby cały Senegal nie zgadzał się z werdyktem CAF o walkowerze.

Sportowa złość Lwów Terangi widoczna była podczas drugiej połowy z Irakiem, a teraz podopiecznych Thiawa czekają poważniejsze wyzwania. Nie ma dla nich znaczenia, że wyszli z trzeciej lokaty w grupie. - Jestem dumny z postawy zespołu w spotkaniu z Irakiem, wygraliśmy wysoko, zrealizowaliśmy cel. Szczególne słowa uznania należą się Sadio Mane, to świetny piłkarz i człowiek, który dba o team spirit i ma znakomity wpływ na resztę - podsumował Thiaw, selekcjoner Senegalu, który wie, że Mane ma szczególną motywację, bo ze względu na kontuzję zabrakło go na poprzednim światowym czempionacie - w 2022 roku. I teraz marzy o sukcesie z Lwami Terangi. A Lwy kompleksów nie mają. A dodatkowo - są podrażnione... ©©

Mundial z rekordową liczbą goli. Pięć powodów podwyższenia skuteczności

Damian Świdorski
redakcja@polskapress.pl

Mundial 2026 wystartował 11 czerwca, do tej pory rozegrano 72 mecze ze 104 zaplanowanych. W dotychczasowych meczach padło już 212 bramek, co jest absolutnym rekordem.

Na mundialu w USA, Kanadzie i Meksyku zakończyła się faza grupowa. Rekord bramek na jednym turnieju został już dawno przekroczony. Stadiony są w większości zapełnione, choć były o to obawy, a FIFA szczyty się rekordową frekwencją. - A najlepsze dopiero przed nami - zapowiedział szef FIFA Gianni Infantino w wywiadzie dla SNTV na początku tygodnia. Do fazy pucharowej przeszły 32 reprezentacje, czyli tyle, ile uczestniczyło na siedmiu poprzednich mundialach. Wchodzimy w etap 1/16 finału, który jest nowością w programie MŚ.

Inny wniosek z dotychczasowych rozgrywek można zamknąć stwierdzeniem, że to turniej gwiazd. Największym blaskiem błyszczy Argentyńczyk Lionel Messi, który w trzech występach zdobył sześć bramek. Prowadzi w klasyfikacji strzelców, a niejako

po drodze z 19 trafieniami został najlepszym strzelcem w historii mundialu, a jednocześnie śrubuje rekord meczów - 29 - w MŚ.

Za Messim w klasyfikacji strzelców plasują się z czterema golami Francuzi Kylian Mbappe, Ousmane Dembele, Norweg Erling Haaland i Brazylijczyk Vinicius Junior. Inni wielcy też już trafili na tym turnieju: Harry Kane - trzy razy, Cristiano Ronaldo - dwa. 212 bramek to o 40 więcej niż poprzedni rekord. Średnia goli - 2,94 na mecz - jest bardzo wysoka. Ostatnio porównywalna - 2,97 - była w... Meksyku, 56 lat temu! Średnio więcej goli padało poprzednio w 1958 roku w Szwecji - 3,60.

Oglądamy najbardziej bramkostrzelne mistrzostwa świata w historii! Warto się zatem zastanowić, czemu oglądamy tyle goli? Przyczyn jest kilka.

1. Liczba meczów

Oczywiście, liczba uczestników, a co za tym idzie - rozegranych spotkań - ma wpływ na grad bramek. W północnoamerykańskim turnieju mamy czterdzieści meczów więcej niż w poprzednim w Katarze, więc to naturalne, że w protokołach meczowych zapisało się więcej strzelców.

2. Dłuższe spotkania, trudny klimat

Większą liczbę goli można tłumaczyć także przez wysokie temperatury, bo piłkarze nie są w stanie wytrzymać całego spotkania na takiej samej intensywności. Na dodatek, przez dwie przymusowe przerwy na nawodnienie, mecz 90-minutowy często trwa nawet 110 minut i piłkarze są coraz bardziej zmęczeni, co ułatwia tym

lepiej przygotowanym i zaadaptowanym do warunków strzelanie większej liczby goli.

3. Zmiana formuły

Mecze na południowoamerykańskim turnieju są zupełnie inne niż np. w Lidze Mistrzów UEFA i większości innych znanych nam dotąd rozgrywek. Zamiast dwóch połów organizatorzy zafundowali nam de facto 4 kwarty, w środku każdej z tra-

dycyjnych części gry pojawiła się „hydration break” - trwająca aż 3 minuty - która nie zostaje bez wpływu na płynność gry. Zawodnicy zespołów posiadających inicjatywę są wybijani z rytmu, co mocno wpływa na ich koncentrację. Także w grze defensywnej. Natomiast ci, którym w danej fazie spotkania gra nie układa się zbyt dobrze, zyskali możliwość otrzymania dodatkowych wskazówek od szkoleniowców, przedstawienia szyków i poprawienia mankamentów. Oczywiście, najbardziej na wprowadzeniu dwóch dodatkowych formatów reklamowych zyskały telewizje - i Amerykanie zarabiają na tym gigantyczne pieniądze, ale dodatkowe przerwy wpłynęły także na grę i postawę zawodników na boisku.

4. Giganci częściej grają ze słabszymi

Wielkie nacje, jak Hiszpania, Francja, Argentyna, Brazylia czy Niemcy, na poprzednich turniejach mierzyły się w fazie grupowej najczęściej z jednym równorzędnym przeciwnikiem i dwoma średniakami. Teraz największe drużyny grają w fazie grupowej z dużo słabszymi przeciwnikami. W turnieju uczestniczy wiele drużyn, które albo wracają na mundial

po kilku dekadach, albo nawet debiutują na finałowej scenie. To także przekłada się na skuteczność i fakt, że największą w stanie strzelić zdecydowanie więcej bramek w fazie grupowej niż często w turniejach, w których świętowali zdobycie mistrzostwa świata.

5. Przemęczenie uczestników

Sezon 2025/2026 był wyczerpujący. Były eliminacje do mundialu na wszystkich kontynentach, baraże, czempionat w Afryce i wielomiesięczne rozgrywki ligowe z rozszerzonymi europejskimi pucharami. Piłkarze są przemęczeni i popełniają więcej błędów. W 72 meczach tego mundialu tylko Panamie nie udało się strzelić bramki w fazie grupowej. Wyniki 0:0 są rzadkością, natomiast coraz więcej meczów kończy się „hokejowymi” wynikami: Niemcy - Curacao 7:1, dwa mecze Szwecji - wygrana 5:1 z Tunezją i klęska 1:5 z Holandią, Portugalia - Uzbekistan 5:0, czy Algieria - Austria 3:3.

Tendencja jest powszechna. Amerykanie nie lubią nudy i zapewne nieprzypadkowo na ich terenie atrakcyjność spotkań - dzięki większej liczbie goli - wyraźnie wzrosła.



FOT. GRZEGORZ WAJDA

Vinicius Junior przyjechał w bardzo dobrej formie - również strzeleckiej - na północnoamerykański mundial

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 94 347 35 12
Przez internet: ibo.polskapress.pl
W Biurze Ogłoszeń:

Oddział Koszalin: ul. Partyzantów 17, 75-411 Koszalin, tel. 94 347 35 12
Oddział Słupsk: ul. Henryka Pobożnego 19, 76-200 Słupsk, tel. 59 848 81 03
Oddział Szczecin: Al. Niepodległości 26/U1, 70-412 Szczecin, tel. 91 48 13 310

RUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH:

■ NIERUCHOMOŚCI
■ HANDLOWE
■ MOTORYZACJA

■ FINANS/BIZNES
■ NAUKA
■ PRACA

■ ZDROWIE
■ USŁUGI
■ TURYSTYKA

■ BANK KWATER
■ ZWIERZĘTA
■ ROŚLINY, OGRODY

■ MATRYMONIALNE
■ RÓŻNE
■ KOMUNIKATY

■ ŻYCZENIA
■ /PODZIĘKOWANIA
■ GASTRONOMIA

■ ROLNICZE
■ TOWARZYSKIE

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

KUPIĘ Twój problem z udziałem w nieruchomości, spadku! Nie wiesz co robić, nie dogadujesz się z rodziną, współwłaścicielem? Sprzedaj mi swój udział! 602738759

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

MALOWANIE_DACHÓW.
788-016-988.

USŁ. łazienki, hydraulika 696498391.

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

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

KRAJ - MORZE

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

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI., 668-571-329

Rolnicze

ZWIERZĘTA HODOWLANE

KURKI odchowane 784 461 566.

REKLAMA

0011545596

AUTOREKLAMA

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego w Szczecinie

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t. j. Dz. U. z 2026, poz. 399)

informuje, że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Oddziału przy ul. Potulickiej 2 wywieszony został wykaz terenu pod garaż nr 1 22 o pow. 35,32 m², stanowiącego część działki nr 226/40, położonej w Rosnowie, KW nr KO1K/00046573/5, przeznaczonego do najmu w drodze bezprzetargowej.

Wszelkie informacje można uzyskać pod numerem tel. 91 447 2033.

Oddział Regionalny w Szczecinie
ul. Potulicka 2, 70-952 Szczecin, skr. poczt. 1100
Sekretariat: tel. 91 447-20-00, Kancelaria: tel. 91 447-21-10, faks 91 447-20-01
e-mail: szczecin@amw.com.pl - www.amw.com.pl

aktualne z całej Polski
przetargi

nasze komunikaty.pl

Jestem z wykształcenia architektem krajobrazu



Cleo w „Dzień dobry TVN” Fot. Ewelina Fuminkowska

Z ŻYCIA GWIAZD

Marcela Leszczak jest dumna

Celebrytka nie ukrywa, że bardzo cieszy się, iż ma pozytywne relacje z byłym partnerem – Michałem Koterskim. – On zawsze będzie częścią mojego życia, bo mamy razem dziecko. Jestem dumna z tego, że mogę pozytywnie wypowiadać się o ojcu mojego syna. Mam nadzieję, że tak zostanie – powiedziała w Pudelku.

Maciej Dowbor pracował z najlepszymi

Popularny prezenter poinformował na Instagramie, że po dwóch latach odchodzi z „Dzień dobry TVN”. „Spełniłem swoje wielkie zawodowe marzenie, miałem możliwość pracowania w najlepszym morning show w Polsce, z topowymi fachowcami w branży” – napisał na pożegnanie.

Mandaryna o byłym mężu

W mediach roi się od doniesień na temat powrotu Michała Wiśniewskiego do jego pierwszej byłej żony. Nic dziwnego, że kiedy Mandaryna pojawiła się w podcaście „P.S. I Love You by Ama”, została zapytana o to, jakie ma dziś relacje z byłym mężem. – Bardzo go cenię, również jako artystę. W wielu sytuacjach dalej słucham tego, co ma do powiedzenia. Nie zawsze się z nim zgadzam, ale inna perspektywa zawsze jest cenna. Dla mnie od zawsze najważniejsze było to, żeby dzieci miały tatę. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Dunkierka

TVN Fabuła, 20:00

Jest lato 1940 r. Na plażach Dunkierki na północy Francji Niemcy blokują brytyjskie i francuskie wojska. Otoczeni przez przeciwnika żołnierze czekają na cud. Na ratunek uwięzionym żołnierzom spieszą nawet właściciele prywatnych statków. W tym samym czasie mała eskadra lotnicza osłania wycofujących się z kontynentu żołnierzy.

Wielki mur

Polsat, 22:05

Wojownik William (Matt Damon) zostaje uwięziony w Wielkim Murze. Odkrywa tajemnicę jednego z cudów świata. Dołącza do ogromnej armii, by zmierzyć się z siłą pozornie nie do powstrzymania.

Pułkownik Kwiatkowski

TVP 2, 23:25

Rok 1945. Tytułowy bohater, lekarz ginekolog, wdaje się w awanturę z radzieckim wojskowym. Chcąc ratować skórę, podaje się za pułkownika UB. Podstęp się udaje, a Kwiatkowski postanawia kontynuować maskaradę.

W nich cała nadzieja

Stopklatka, 23:55

Ziemia po wojnach klimatycznych. Ludzkość została eksterminowana. W cieniu nieczynnej elektrowni żyje prawdopodobnie ostatni człowiek – Ewa, której towarzyszy robot Artur. Okazuje się on dla Ewy śmiertelnym zagrożeniem.

KRZYŻÓWKA NR 97

Poziomo:

- 3) sarta drewna do spalania,
- 6) wytrzymałość fizyczna i psychiczna,
- 11) widnieją na przekroju drzewa,
- 12) marynarz na rosyjskim okręcie,
- 13) okrutne, bezprawne rządy,
- 14) niezbędna do transfuzji,
- 15) wojskowy pakt północno-atlantycki,
- 16) mały statek rybacki,
- 17) ptak z rodziny krukowatych,
- 18) dostarczany do supersamu,
- 19) bezbarwny gaz palny,
- 21) futro ze skór rudego ssaka,
- 23) mała ..., krótki żal,
- 26) sojowy produkt spożywczy,
- 27) mały domek na działce,
- 30) poemat Juliusza Słowackiego,
- 31) Północna lub Południowa w USA,
- 34) napój bogów na Olimpie,
- 38) ciężka kara przy wioślach,
- 39) mityczne stworzenie, lew z ludzką głową,
- 40) sprzęt w karetce pogotowia,
- 41) słynna rola Anthony'ego Quinna,
- 42) wykrywa żyły wodne, różdżkarz.

Pionowo:

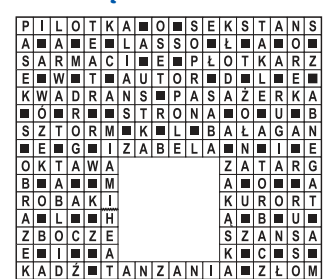
- 1) sztubacki dowcip, figiel,
- 2) mocne, ciemne piwo,
- 3) sprawa, którą należy ukrywać,
- 4) kończy grecki alfabet,
- 5) kobieta o rozległej wiedzy,
- 6) stolica i największe miasto stanu Hawaje,
- 7) staropolski tytuł grzecznościowy,



- 8) kruszący materiał wybuchowy,
- 9) drobny deszcz, kapuśniaczek,
- 10) altówka miłosna, wildamora,
- 20) Egida zrobiono przez He-fajstosa,
- 22) wyprawiona skóra kozia,
- 24) iglasty las syberyjski,
- 25) zawiadomienie o przesyłce pocztowej,
- 28) kosmetyk jak napój,

- 29) społeczeństwo, narodowość,
- 31) Agnieszka, serialowa Fran-nia Maj,
- 32) gumowy but na niepogodę,
- 33) rasa psa myśliwskiego,
- 35) przesadna uczuciowość wypowiedzi,
- 36) bezdrzewna formacja roślinna na półkuli północnej,
- 37) „... i Ludmiła”, poemat Puszkina.

ROZWIĄZANIE NR 96



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny radzi zaufać intuicji – dzięki temu pojawi się szansa na miłe zaskoczenie.

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój i cierpliwość przyniosą dziś najlepsze efekty. Horoskop na dziś to wskazówka, by unikać niepotrzebnych sporów z bliskimi.

Baran (21.03 - 19.04)

Nowe pomysły przyciągną uwagę otoczenia. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi, by wykorzystać okazję do ciekawej rozmowy.

Byk (20.04 - 20.05)

Poświęć więcej czasu rodzinie oraz własnym potrzebom. Horoskop dzienny zapowiada, że wieczór przyniesie chwilę wytchnienia.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja energia będzie zaraźliwa. Horoskop na dziś radzi śmiało realizować plany, ale pamiętać również o odpoczynku i równowadze.

Rak (22.06 - 22.07)

Drobne obowiązki szybko uda się zakończyć. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że uporządkowanie spraw poprawi Ci nastrój.

Lew (23.07 - 22.08)

Harmonia w relacjach okaże się dziś kluczem do sukcesu. Horoskop dzienny zapowiada, że otwarta oraz szczerza rozmowa wiele wyjaśni.

Panna (23.08 - 22.09)

Nie bój się zmian, bo mogą otworzyć nowe możliwości. Horoskop na dziś to wskazówka, by zachować jednak równowagę w finansach.

Waga (23.09 - 22.10)

Optymizm pomoże pokonać przeszkody. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że niespodziewanie może pojawić się dobra wiadomość...

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja przyniesie oczekiwane rezultaty. Horoskop dzienny podpowiada, by wieczorem znaleźć czas na relaks i odpoczynek.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Kreatywność będzie Twoim największym atutem. Horoskop na dziś sugeruje, by podzielić się pomysłami z innymi. Dobrze na tym wyjdzie.

Koziorożec (22.12 - 19.01)

Intuicja wskaże właściwy kierunek. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi zadbać o swoje samopoczucie i unikać nadmiernego pośpiechu.



naszemasto.pl

wydanie bezpłatne | CZERWIEC 2026 r.

NAD MORZEM

MIELNO • UNIEŚCIE • USTRONIE MORSKIE • DARŁOWO • ŁAZY



REKLAMA

0011528100

Zapraszamy gości indywidualnych i grupy zorganizowane

Czym bawił się

Leonardo da Vinci

LEONARDO

Darłowo Jarosławiec
Krupy
Dąbki 205
Sławno

Czynne codziennie od 9 - 19 PARK EDUKACJI I ROZRYWKI

tel. 501 042 503

Statek Julek ponownie wypłynął na wody jeziora Jamno

Statek Julek gotowy na kolejny sezon. Wróciły rejsy z Koszalina do Mielna

STATEK

4 czerwca 2026 roku na jezioro Jamno wrócił statek pasażerski Julek, obsługujący sezonową linię nr 1S. Rejsy będą realizowane do 30 sierpnia 2026 roku.

#Natalia Sobierajska

Statek Julek kursuje po jeziorze Jamno również w tym roku. Rejsy odbywać się będą zgodnie z obowiązującym rozkładem jazdy na trasie linii nr 1S.

Realizacja kursów uzależniona jest od warunków pogodowych. W przypadku silnego wiatru, burz lub innych niekorzystnych zjawisk atmosferycznych rejs może zostać odwołany.

Decyzję o wypłynięciu każdorazowo podejmuje kapitan statku. Aktualne informacje dotyczące realizacji rejsów można uzyskać pod numerem telefonu 887 041 957.

Bilety jednorazowe oraz bilety łączone na przejazdy auto-

busami i rejs statkiem Julek dostępne są:

- w biletomacie na statku,
- w aplikacji MAM Koszalin,
- u załogi statku.

ILE KOSZTUJE PRZEPRAWA STATKIEM?

Bilet jednorazowy na przeprawę statkiem kosztuje 30 zł w taryfie normalnej oraz 15 zł w taryfie ulgowej. Bilet uprawnia do skorzystania z jednego kursu statku, niezależnie od czasu trwania przeprawy.

Bilet jednorazowy na przeprawę statkiem dla posiadaczy Koszalińskiej Karty Mieszkańca kosztuje 15 zł w taryfie normalnej oraz 7,50 zł w taryfie ulgowej. Uprawnia do odbycia jednego rejsu statkiem bez względu na czas przeprawy.

Bilet czasowy 120-minutowy na kursy autobusów i statków kosztuje 36 zł w taryfie normalnej oraz 18 zł w taryfie ulgowej. Pozwala na nieograniczoną liczbę przejazdów autobusami i statkami przez 120 minut od momentu skasowania.



Rejsy statku uzależnione są od pogody

FOT. ARCHIWUM GK24

Bilet czasowy 24-godzinny (dobowy) na kursy autobusów i statków kosztuje 60 zł w taryfie normalnej oraz 30 zł w taryfie ulgowej. Umożliwia nieograniczoną liczbę przejazdów au-

tobusami i statkami przez 24 godziny od chwili skasowania.

Bilet jednorazowy za przewóz roweru na statku kosztuje 10 zł. Bilet uprawnia do przewiezienia roweru podczas jed-

nego kursu statku, niezależnie od czasu trwania przeprawy.

Bilety 120-minutowe i 24-godzinne można kupić również w biletomatach stacyjnych, biletomatach autobusowych

oraz na stacjach paliw MZK w formie papierowej. Bilety 30-dniowe są dostępne w aplikacji MAM Koszalin oraz w biletomatach stacyjnych.

JAK WYGLĄDA ROZKŁAD JAZDY?

Z Przystani Jamno do Przystani Unieście statek odpływa o godzinach: 08:30, 10:30, 12:30, 14:30, 16:30 oraz 18:30.

Z Przystani Unieście do Przystani Mielno kursy realizowane są o godzinach: 08:50, 09:30, 10:50, 11:30, 12:50, 13:30, 14:50, 16:50, 17:30 oraz 18:50.

Z Przystani Mielno do Przystani Unieście statek odpływa o godzinach: 09:10, 11:10, 13:10 oraz 17:10.

Natomiast z Przystani Mielno do Przystani Jamno kursy odbywają się o godzinach: 09:50, 11:50, 13:50, 15:50, 17:50 oraz 19:20.

Dzięki temu pasażerowie mogą przez cały dzień podróżować pomiędzy Jamnem, Unieściem i Mielnem, korzystając z regularnych połączeń wodnych na Jeziorze Jamno.

Rrzebudowa trasy rowerowej do Mielna. Pojawił się już nowy asfalt



Tak przebiegają prace przy przebudowie ścieżki



FOT. RADOŚLAW BRZOSTEK

TRASA ROWEROWA

Jeszcze chwila i przebudowywana trasa rowerowa z Mścic do Mielna powinna być oddana do użytku. Jej 700-metrowy odcinek powstaje też w Unieściu.

#Jakub Roszkowski

Cztery kilometry trasy rowerowej z Mścic do Mielna przez

Strzeżenice przebudowuje spółka Onde. Zrobi to za 2,5 miliona złotych. Wygrała przetarg i wstępnie zobowiązała się zakończyć prace przed wakacjami.

Jak słyszymy, na razie nie ma żadnych opóźnień, nie było żadnych niespodzianek w terenie, prace posuwają się więc zgodnie z harmonogramem.

To najstarsza trasa rowerowa w regionie, jedna z naj-

starszych w kraju. Powstała w latach 70. ubiegłego wieku. Prowadzi z Koszalina do Mielna, dalej przez cały kurort aż do Łazu.

Remontem objęty jest odcinek z Mścic do Mielna. Wczoraj na wysokości miejscowości Strzeżenice ekipa drogowców układała już asfalt. Po wschodniej stronie ścieżki jest już także ułożony krawężnik na niemal całej

długości. Rowerzyści bali się, że wystający krawężnik może powodować niebezpieczne zdarzenia, upadki, uspokajamy, asfalt ułożony jest do poziomu górnej krawędzi krawężnika.

Drugi odcinek tej trasy objęty remontem to odcinek w Unieściu, rodzinnej części Mielna. Tam powstaje około 200 metrów zupełnie nowej, brakującej trasy, wzdłuż daw-

nego osiedla domków wojskowych, a kolejne około 500 metrów jest przebudowywane. Drogowcy zrywają stary, pękany i poniszczony korzeniami asfalt, wkrótce też zaczną tu już kłaść nowy asfalt.

Prace tutaj również prowadzone są zgodnie z harmonogramem i powinny zakończyć się przed wakacjami. Ten drugi odcinek wykonuje za 600 tys. zł firma Colas.

naszemiasto.pl

ADRES REDAKCJI

75-411 Koszalin, ul. Partyzantów 17,
tel. 94 347 35 52

redakcja.koszalin@naszemiasto.pl

PREZES MAKROREGIONU POMORZE

Piotr Grabowski

REDAKTOR NACZELNY

Jarosław Jaz

DYREKTOR REKLAMY MAKROREGIONU
POMORZE

Ewa Żelazko,

ewa.zelazko@polskapress.pl

REDAKTOR PROWADZĄCY

Natalia Sobierajska

natalia.sobierajska@polskapress.pl

PRODUCT MANAGER

Monika Burchardt

monika.burchardt@polskapress.pl
tel. 500 324 451

BIURO REKLAMY

Mateusz Dziuk

mateusz.dziuk@polskapress.pl
tel. 697 770 133

WYDAWCA

Polska Press Sp. z o.o.

02-672 Warszawa, ul. Domaniewska 45,
tel. 22 201 41 00

PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY

Zenon Nowak

DRUK

Polska Press Oddział Poligrafia,
85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

Materiałów nie zamówionych nie zwracamy.

REKLAMA

0011528379

Biedronka NA FALI



MOJE WAKACJE. MOJE OKAZJE.
MOJA BIEDRONKA.



BĄDŹ NA FALI WYDARZEŃ. AKTUALNY HARMONOGRAM
SEZONOWY JUŻ DOSTĘPNY NA **WWW.BIEDRONKA.PL***

*KALENDARZ EVENTÓW OBOWIĄZUJE W OKRESIE WAKACYJNYM.



Biedronka
Codziennie niskie ceny

W Zagrodzie odpoczniesz i poznasz kulturę

Zagroda Jamneńska to miejsce, gdzie czas płynie wolniej. **Tu odpoczniesz od gwaru**



ZAGRODA JAMNEŃSKA

Jeśli podczas wakacji nad morzem zapragniesz na chwilę uciec od tłoku promenad i gwaru plaż, skieruj się do Zagrody Jamneńskiej.

#Joanna Boroń

To miejsce, w którym czas płynie wolniej, a sielski klimat dawnej pomorskiej wsi pozwala naprawdę odpocząć i odkryć kulturę, jakiej nie znajdziesz nigdzie indziej.

- Zagroda Jamneńska znajduje się w koszańskińskiej dzielnicy Jamno, niespełna 2 km od przystani na jeziora Jamno, gdzie z Mielna i Unieścia w sezonie letnim można przepłynąć tramwajem wodnym Julek, a następnie urządzić sobie krótki spacer, bądź dojechać autobusem linii nr 1 MZK Koszalin.

Choć na turystycznej mapie Pomorza Środkowego Zagroda pojawiła się stosunkowo niedawno to szybko zdobyła sympatię odwiedzających. Od otwarcia w kwietniu 2019 roku chętnie zaglądają tu właśnie zarówno turyści wypoczywający w Mielnie, Łazach czy Sarbinowie, jak i ci, którzy są w podróży między Gdańskiem a Szczecinem. To idealny pomysł na spokojne, inspirujące popołudnie i poznanie zupełnie innego świata.

A ten jest naprawdę wyjątkowy, bo i powstawał w wyjątkowych okolicznościach. Przez wieki Jamno pozostawało odizolowane - otoczone mokradłami i bezdrożami, rozwijało się własnym rytmem, tworząc odrębne tradycje i styl życia. Dziś tę niezwykłą historię można odkrywać w zagrodzie - zarówno poprzez nowoczesną, interaktywną wystawę, jak i tradycyjną ekspozycję.

Sercem Zagrody jest zrekonstruowana chałupa kmiecia, w której można zajrzeć do świata dawnych mieszkańców i poznać unikatową kulturę jamneńską.

Zwiedzających zachwycają przede wszystkim bogato zdobione meble z charakterystycznymi ornamentami oraz nietypowe wnętrza łóżkowe, w których spali domownicy. W jednej przestrzeni mieszkali ludzie i zwierzęta - oddzieleni jedynie zasłoną. To detale, które pozwalają naprawdę poczuć klimat dawnych czasów.

Dużym zainteresowaniem cieszą się także stroje jamneńskie. Można je nie tylko obejrzeć, ale i przymierzyć - założyć koronkowe czółko czy ślubną koronę, a nawet kapelusz pana młodego. To świetna zabawa i okazja do wyjątkowych zdjęć.

Najmłodsi również nie będą się nudzić - z ciekawością zaglądają w każdy zakamarek,

wypatrując julka, czyli skrzata z lokalnych podań. Choć niełatwo go dostrzec, podobno czasem udaje się uchwycić jego cień...

Tuż obok Zagrody stoi zabytkowy kościół Matki Bożej Różańcowej z XIV wieku. Tę jednonawową świątynię gotycką można także zwiedzać w wybrane dni. W jakie? Tego z pewnością będzie można się dowiedzieć już na miejscu. Zagroda ożywa szczególnie podczas Jarmarków Jamneńskich. Jeśli w tym roku przyjdziecie na Pomorze Środkowe w pierwszych dniach wakacji, albo na początku sierpnia to na pewno będziecie mogli wziąć udział w takim wydarzeniu.

- Terminy ustalamy z dużym wyprzedzeniem i już teraz mogą zaprosić na powitanie lata z Jarmarkiem Jamneńskim 21 czerwca, a kolejny odbędzie się w połowie wakacji - 2 sier-

nia - zachęca Anna Michalik z Zagrody Jamneńskiej.

Taki Jarmark to prawdziwa uczta dla oka, ucha i kubków smakowych. Za każdym razem w wydarzeniu udział bierze około 60 wystawców tworząc w ten sposób wielobarwny jarmark. Na stoiskach można znaleźć przepiękne prace rękodzielnicze m.in. drewniane rzeźby, ceramiczne naczynia i ozdoby, dziergane serwety, chusty i sweterki, świeczki sojowe i biżuterię. Są i stanowiska z miodami, ciastami i innymi słodkościami. O kubki smakowe zawsze dbają też Koła Gospodyń Wiejskich serwując ręcznie lepione pierogi, bigosy i zupy. Z kolei za oprawę muzyczną odpowiadają lokalni artyści. Każdy jarmark to także okazja, żeby spotkać się z owieczkami z jamneńskiego stada. Podczas wydarzenia można je pogłaskać, pokarmić marchewką i zrobić sobie pa-

miątkowe zdjęcie. W Zagrodzie przez cały rok organizowane są także warsztaty rękodzielnicze związane ze sztuką i rzemiosłem. Są to m.in. zajęcia plastyczne wykonywane techniką polichromii z wykorzystaniem przepięknych wzorów jamneńskich. Prawdziwym hitem są niezmiennie warsztaty ceramiczne, na których można od podstaw wykonać przeróżne naczynia, czy też bibeloty, które mogą ozdobić każde pomieszczenie i będą fantastyczną pamiątką z wakacji.

- Stawiamy na zajęcia, które rozbudzą ciekawość i motywację dzieci oraz młodzieży. Wiejskie podwórko, ogród, domowa spiżarnia to skarbnica materiałów, które wykorzystujemy do zajęć - czytamy na stronie internetowej zagrody (zagrodajamno.pl), gdzie można znaleźć niezbędne informacje na temat najbliższych planowanych warsztatów.

REKLAMA

0011535141

XXI

MIĘDZYNARODOWY ZŁOT POJAZDÓW MILITARNYCH

„GAŚNIENICE I PODKOWY”

13-16 SIERPNIA 2026r.

BORNE SULINOWO

ZAGRAJĄ ZESPOŁY

MAWIK WIEŚCINKO
NOCNA ZMIANA BLUESA
13 SIERPNIA

Myslovitz
14 SIERPNIA

IRA
15 SIERPNIA

ORGANIZATORZY







BALTIC HEAVEN
— Restaurant —



POZNAJ SMAKI, KTÓRE OPOWIADAJĄ HISTORIĘ

„Jedzenie zachwyciło nie tylko smakiem, ale i estetyką – potrawy były bardzo wykwintne i przygotowane z najwyższą starannością. Całe doświadczenie było wyjątkowe i z pewnością warte polecenia”.



ZAREZERWUJ STOLIK JUŻ TERAZ: 509 142 512 / 693 158 203



LOKALIZACJA

UL. NADMORSKA 75, SARBINOWO



GODZINY OTWARCIA

NDZ.–CZW. 8:00–22:00

PT.–SOB. 8:00–23:00

LOKALIZACJA

UL. CICA 16, USTRONIE MORSKIE



GODZINY OTWARCIA

NDZ.–CZW. 7:30–22:00

PT.–SOB. 7:30–23:00



Nowe trasy będą obsługiwać autobusy PKS Koszalin

Ruszyły nowe linie autobusowe do Mielna

AUTOBUSY

Władze wybrały głównego operatora do obsługi w powiecie koszalińskim dodatkowych linii autobusowych. Pierwsze autobusy ruszyły w drogę 1 czerwca.

#Piotr Polechoński

Chodzi o realizację projektu w ramach którego na terenie powiatu koszalińskiego mają powstać nowe połączenia autobusowe.

Stać się tak ma m.in. dzięki przyznaniu dofinansowania od wojewody zachodniopomorskiego w wysokości 1 mln 309 tys. zł.

Wniosek do wojewody złożył powiat koszaliński - zrobił to w imieniu pięciu gmin, które podpisały z nim umowę (te gminy to Będzino, Biesiekierz, Manowo, Świeszyno i Sianów). Zgodnie z założeniami pierwszej nowej linii miała zostać uru-



FOT. RADOŚLAW BRZOSTEK

chomiona w czerwcu tego roku, pozostałe 36 we wrześniu.

- I tak się stało, 1 czerwca autobusy wyruszyły w trasę - mówi starosta Tomasz Tesmer.

Autobusy należą do PKS Koszalin oraz pięciu regionalnych przewoźników (to lokalne konsorcjum zostało ostatecznie wybrane przez starostwo na głównego operatora).

NA RAZIE JEDNA, RESZTA WE WRZEŚNIU

Całkowity koszt projektu to 2 mln 400 tys. zł. Brakującą kwotę dołożyły gminy ze swoich budżetów (powiat zajął się koordynacją całości, w tym za-

trudnieniem ludzi, którzy będą przy tym projekcie pracować).

Za te pieniądze zostanie uruchomionych łącznie 37 dodatkowych połączeń autobusowych, głównie takich, dzięki którym szereg miejscowości

zyska bezpośrednie połączenie z Koszalinem (mają też być obsługiwane szkolne dowozy).

Szczegółowa trasa pierwszej linii - która została uruchomiona 1 czerwca - wygląda następująco: Koszalin (autobus ruszy ze Starych Bielic, a potem zatrzyma się na przystankach: Dworzec PKP 02, Dworzec PKP 01, Katedra 02, Rynek Staromiejski 01, Politechnika 01), Sianów (Plac pod Lipami, ul. Tylina, ul. Mickiewicza, ul. Dworcowa, ul. Dębowa), Skibno, Sucha Koszalińska, Kleszcze, Osieki, Łazy, Unieście (ul. Morska), Mielno.

Cena jednorazowych biletów normalnych do 10 kilometrów wynosić będzie 4 zł (miesięczny: 128 zł), za przejazd trasą pomiędzy 11 - 15 kilometrów zapłacimy 5 zł (miesięczny: 160 zł), a za trasę pomiędzy 16 - 20 kilometrów 6 zł (miesięczny: 192).

Więcej szczegółów można znaleźć na stronie: pkskoszalin.pl.

Centrum przesiadkowe w Mielnie gotowe na sezon

POCIĄGI

Rozbudowa Centrum Przesiadkowego w Mielnie dobiegła końca. Inwestycja ma znacząco poprawić komfort podróżowania nad morze.

#Jakub Roszkowski

Centrum przesiadkowe integruje kolej, ruch pieszy oraz transport rowerowy, odpowiadając na potrzeby mieszkańców, turystów i osób aktywnie spędzających

czas nad morzem. Już od 13 czerwca wszyscy wypoczywający nad morzem mogą korzystać z wygodnego połączenia szynowego na trasie Mielno - Koszalin.

W ramach inwestycji przebudowano torowisko i znacząco wydłużono peron - z 22 do 86 metrów - co umożliwia obsługę dłuższych składów i większej liczby pasażerów. Wybudowano też pawilon z kasą biletową, toaletami i przechowalnią bagażu, strefę Bike&Ride z parkingiem

rowerowym oraz blisko 500 metrów nowej ścieżki rowerowej.

Przy ul. Lechitów wykonano nowe przejście, które usprawni komunikację pomiędzy ul. Wakacyjną, centrum miejscowości oraz przystankiem kolejowym.

Istotnym elementem inwestycji jest także rozwój infrastruktury rowerowej. Przy centrum przesiadkowym powstała zadaszona wiata dla rowerów oraz zielona przestrzeń wspierająca turystykę rowerową. Po drożni będą mogli wygodnie łą-



FOT. RADOŚLAW BRZOSTEK

czyć przejazdy koleją z dalszym zwiedzaniem okolicy na dwóch kółkach.

Inwestycja ma przyczynić się do zmniejszenia liczby samochodów na drogach, ograniczenia emisji spalin oraz poprawy jakości powietrza. Jednocześnie zwiększy dostępność komunikacyjną Mielna i ułatwi codzienne przemieszczanie się mieszkańców regionu. Całkowita wartość inwestycji wynosi 7 366 336,63 zł, z czego 5 100 000 zł stanowi dofinansowanie unijne.

REKLAMA

0011531097

Biżuteria
na zamówienie!

Obdaruj
bliskich czymś
wyjątkowym!

Kamienie - Świata -

www.kamienieswiata.pl
ul. Unii Lubelskiej 12
Kołobrzeg
☎ 609 601 800

na
32 lata
rynku

★ MINERAŁY ★ BIŻUTERIA
★ UPOMINKI ★ LAMPY SOLNE
★ HANDMADE
★ KAMIEŃ DO OCZYSZCZANIA WODY

REKLAMA

0011528370



MUZEUM W KOSZALINIE – TU POZNASZ HISTORIĘ MIASTA I REGIONU

WYDARZENIA:

- 8 lipca, godz. 17** – oprowadzanie kuratorskie po wystawie „Melancholia wędrowca”
- 15 lipca, godz. 17** – oprowadzanie kuratorskie po wystawie „1945. Koniec i początek. 80 lat polskiego Koszalina”
- 19 lipca, godz. 12** – spotkanie z cyklu W samo południe pn. „Tajemnice Pomorza. Kręgi kamienne”
- 22 lipca, godz. 17** – oprowadzanie kuratorskie po wystawie „Reorientacje. Odsłona kolekcji sztuki współczesnej”
- 28 lipca, godz. 11** – przedstawienie „Czerwony Kapturek” w Domku Kata – Teatr Władca lalek ze Słupska
- 5 sierpnia, godz. 17** – oprowadzanie kuratorskie po wystawie „Melancholia wędrowca”
- 8 sierpnia, godz. 19-24** – Noc Gotów w Kamiennych Kręgach w Grzybnicy – koncert Karoliny Skrzyńskiej
- 23 sierpnia, godz. 12** – spotkanie z cyklu W samo południe pn. „Nie tylko Konungahela, czyli morską potęgą Słowian”
- 26 sierpnia, godz. 17** – oprowadzanie kuratorskie po wystawie „1266 – 2026. Od Cussalina przez Cöslin do Koszalina. Osiem wieków historii miasta”



TRZY NOWE WYSTAWY Z OKAZJI 760-LECIA MIASTA KOSZALINA:

1266-2026. Od Cussalina przez Cöslin do Koszalina. Osiem wieków historii miasta

Koszalińskie Koło Czasu

Melancholia Wędrowca



Koszalin, ul. Młyńska 37-39
tel. 94 343 20 11

Czynne od wtorku do niedzieli w godz. 10-18

Więcej na:
muzeumwkoszalinie.pl

Wystawy archeologiczne, etnograficzne, historyczne i sztuki współczesnej:

- ▶ Pradzieje Pomorza
- ▶ Sztuka dawna i rzemiosło od baroku do secesji
- ▶ 1945. Koniec i początek. 80 lat polskiego Koszalina **tylko do 9 sierpnia!**
- ▶ Pomorska codzienność połowy XX wieku (zabytkowa chałupa rybacka, warsztat szewski, kuźnia)
- ▶ Reorientacje. Odsłona kolekcji sztuki współczesnej **tylko do 26 lipca!**

CENY BILETÓW:

bilet normalny **15 zł** / ulgowy **12 zł** / rodzinny (co najmniej 1 osoba dorosła + 1 dziecko) **10 zł** / grupowy (powyżej 14 osób) **10 zł**. Bilet wstępu na jedną wystawę (stałą lub czasową) **10 zł**.

W KAŻDĄ NIEDZIELĘ WSTĘP NA WYSTAWY STAŁE JEST BEZPŁATNY

ZAGRODA JAMNEŃSKA – TU POZNASZ WYJĄTKOWĄ KULTURĘ JAMNEŃSKĄ

Chata kmieca, a w niej:

- ▶ pięknie zdobione meble
- ▶ stroje weselne
- ▶ warsztat tkacki i stolarski



WYDARZENIA:

- 2 sierpnia godz. 11-16** – Wakacyjny Jarmark Jamneński
- 30 sierpnia godz. 10-16** – Dni Architektury Drewnianej
- Zapraszamy także na warsztaty etnograficzne i ceramiczne

CENY BILETÓW:

bilet normalny **10 zł** / ulgowy **8 zł** / rodzinny (co najmniej 1 osoba dorosła + 1 dziecko) **5 zł** / grupowy (powyżej 14 osób) **5 zł**.



Koszalin – Jamno, ul. Jamneńska 24
tel. 94 341 65 87

Czynna od wtorku do niedzieli w godz. 10-18

Więcej na:
zagrodajamno.pl

Zarobki ratowników nad polskim morzem

Ile zarabia ratownik wodny nad Bałtykiem? Wynagrodzenie i warunki są zachęcające

RATOWNIK

Szefowie ratowników wodnych w Mielnie, Kołobrzegu i Darłowie już szukali chętnych do pracy na plażach. Oferują nawet 9 tysięcy złotych na rękę.

#Jakub Roszkowski

Zacznijmy od Kołobrzegu. Tutaj szukali 50 ratowników, którzy będą pracować na łącznie 10 stanowiskach. Praca zaczęła się - to oczywiście - w czerwcu, a potrwa do końca sierpnia, czyli przez całe wakacje.

Potrzebni byli ludzie z uprawnieniami, czyli po-

siadający stopień Ratownika Wodnego w myśl ustawy MSWiA, mający ważną legitymację WOPR oraz posiadający kwalifikacje do prowadzenia Kwalifikowanej Pierwszej Pomocy.

Ratownik Wodny w Kołobrzegu otrzyma 8.000 - 8.300 złotych brutto miesięcznie. Kwota uzależniona jest od liczby przepracowanych już sezonów. Krótko mówiąc, im więcej lat doświadczenia, tym lepiej. Ale to nie wszystko. Ratownik wodny jako Starszy Wieży otrzyma dodatek w wysokości 1550 zł brutto za miesiąc. Mało? Dla Starszego Plaży jest 9.400 zł

brutto miesięcznie, dla zastępcy kierownika kąpieliska jest 9.600 zł brutto za miesiąc, a dla sternika motorowodnego 8.600 zł brutto miesięcznie.

Do wynagrodzenia doliczane są też tzw. świadczenia niepieniężne: darmowy nocleg i wyżywienie.

W Mielnie ratownik wodny, który spełni wszystkie wymagania i zaliczy bieg, a będzie to jego pierwszy sezon nad morzem, dostanie na rękę miesięcznie 7.800 złotych. Bardziej doświadczeni otrzymają 8.000 zł na rękę miesięcznie. Starszy Wieży otrzyma co miesiąc 8.500 zł

na rękę. W Mielnie też zapewnią noclegi, obiad dostarczany na plażę, kompletny ubiór ratowniczy, wodę mineralną i okulary.

W Darłowie miasto zapewni chętnym do pracy na plaży zakwaterowanie, ciepły posiłek, wodę mineralną, kompletny ubiór. Wynagrodzenie też oferują tu solidne: 8.000 zł netto miesięcznie, jeśli będzie to nasz pierwszy lub drugi sezon na plaży, 8.500 zł netto miesięcznie, jeśli to trzeci i kolejny sezon w pracy tutaj. Wieżowi dostaną 9.000 zł netto miesięcznie.

WOPR w Międzyzdrojach ofertuje pracę na umowę

zlecenie, a wynagrodzenie oscyluje w granicach między 7900 a 8300 zł brutto za miesiąc. Każdemu ratownikowi zapewnione zostają zakwaterowanie, obiad, woda, odzież robocza i ubezpieczenie. Okres zatrudnienia od 1 maja do 30 września. Do obowiązków należą: czuwanie nad bezpieczeństwem osób kąpiących się, stała obserwacja akwenu, wykonywanie czynności ratownika wodnego, udzielanie kwalifikowanej pierwszej pomocy oraz praca w godzinach 10-18

W Niechorzu oraz Pogorzeli przedmioty, które są od-

górnie zapewnione to nocleg, wyżywienie, kurtka softshell, woda oraz reszta odzieży. W tym przypadku wynagrodzenie zależne jest od doświadczenia danego ratownika. To znaczy:

- brak doświadczenia - 7 812 zł / miesiąc,
- od 1 do 3 sezonów - 8 060 zł / miesiąc,
- powyżej 3 sezonów - 8 308 zł / miesiąc,
- dodatek 150 zł za pracę przez cały miesiąc,
- dodatek 300 zł za pracę przez cały sezon,
- dodatek 800 zł za pełnienie funkcji sternika motorowodnego.

Zachodniopomorskie to dla rowerzystów raj

Pomorze Zachodnie najszybciej rozwija swoją sieć tras rowerowych. Korzystajcie!

TRASY ROWEROWE

Najbardziej znanym wśród szlaków rowerowych na Pomorzu Zachodnim jest Velo Baltica. Ale to tylko jedna z propozycji. Jest tu łącznie 1300 km głównych tras.

#Joanna Boroń

Zachodniopomorskie ma do zaproponowania rowerzystom różne trasy, o różnym stopniu trudności. Zachodniopomorskie oferuje ponad 1300 km głównych tras rowerowych!

Velo Baltica jest trasą wchodzącą w skład między-

narodowego szlaku EuroVelo 10 (trasa rowerowa R10), który poprowadzono wokół Morza Bałtyckiego. Jest częścią europejskiej sieci szlaków rowerowych EuroVelo. Nazwa Velo Baltica określa polską część tego szlaku. Jest to jedna z najdłuższych oznakowanych tras rowerowych w Polsce, mierząca około 540 km! Rozpoczyna się w Świnoujściu, a kończy w Elblągu i w większości prowadzi blisko Bałtyku, bywa, że biegnie jego brzegiem. Jadąc trasą rowerzyści zwiedzić mogą Kołobrzeg, Darłowo, Ustkę, Łebę, Puck oraz Trójmiasto. W sezo-

nie (głównie lipiec-sierpień) trzeba mieć na uwadze, że szlak jest mocno uczęszczany przez turystów. Szczególnie zatłoczony jest wówczas odcinek Kołobrzeg-Mielno. Dalej trasa oddala się nieco od morza i jazda rowerem jest znacznie spokojniejsza.

Stary Szlak Kolejowy to prawie 200-kilometrowa trasa w województwie zachodniopomorskim. Formalnie rozpoczyna się w Kołobrzegu, a kończy już w Wielkopolsce, w małej miejscowości Skrzatusz, niedaleko Piły. Budowa Starego Szlaku Kolejowego nie została jeszcze w pełni zakończona, ale prace trwają i kolejne odcinki dróg rowerowych są sukcesywnie oddawane do użytku. Ta wyjątkowa trasa, oznaczona na mapach numerem 15, prowadzi przez najbardziej malownicze zakątki regionu - od nadmorskiego Kołobrzegu, przez pojezierza, aż po wielkopolski Skrzatusz. Jednym z największych atutów szlaku jest to, że w znacznej części prowadzi po dawnych torowiskach kolejowych. Co to oznacza dla rowerzysty? Przede wszystkim łagodne podjazdy i przyjemne zjazdy.

Trasa rowerowa wokół Zalewu Szczecińskiego to polsko-

niemiecki szlak rowerowy okrążający słynny zalew pętlą o długości blisko 300 km. Jej niemiecka nazwa to Stettiner Haff Rundweg. Trasa oficjalnie ma swój początek w Szczecinie, ale jako, że jest to pętla, wycieczkę można rozpocząć w dowolnym miejscu. Trasa fragmentami istotnie biegnie zaraz przy brzegach Zalewu, w innych przemierza tereny polne i leśne, szczególnie w Wolińskim Parku Narodowym bogatym w buki.

Blue Velo to zachodniopomorski szlak rowerowy o długości 266 km. Swoją podróż ma w Świnoujściu, skąd do-

ciera do Szczecina, objeżdżając po drodze Zalew Szczeciński od wschodu. Na tym odcinku Blue Velo pokrywa się ze szlakiem wokół Zalewu Szczecińskiego.

Trasa Pojezierzy Zachodnich mierzy prawie 340 km, nie wszystkie odcinki są jednak ukończone. Rozpoczyna się na granicznym moście w Siekierkach, przebiega przez Trzcińsko-Zdrój, Choszczno, Drawsko Pomorskie, Borne Sulimowo, Szczecinek, a kończy w pobliżu miejscowości Miastko. W sumie szlak wiedzie przez pięć parków krajo-

REKLAMA

0011538834



DANIA KUCHNI POLSKIEJ:

Domowe obiady Ryby
słodkości i napoje

Zapraszamy i życzymy
smacznego!

📍 **Ul. Bolesława Chrobrego 13A**
Ustronie Morskie
☎ **513 898 153**

**KABACZEK SMAK I TRADYCJA**

REKLAMA

0011534092

*Tu zaczyna się smak
Twojego urlopu.*

KABACZEK PICO BELLO

★ Śniadania ★ Obiady ★ Pizza ★ Desery
★ Dania dla dzieci ★ Napoje



☎ 519 702 752 ✉ : kontakt@kabaczekpicobello.pl

📍 ul. Bolesława Chrobrego 13a, Ustronie Morskie

🌐 www.kabaczekpicobello.pl 📱 @Kabaczek Pico Bello 📷 /restauracja_kabaczek_picobello

Archiwum Państwowe na swoim koncie ma wiele publikacji, warto po nie sięgnąć

Dokumentują historię miasta i regionu. Chętnie się nią ze wszystkimi dzielą

MUZEUM

Archiwum Państwowe w Koszalinie jest jednym z punktów Staromiejskiej Trasy Turystycznej. Z Mielna do Koszalina jest bardzo blisko, dlatego warto się wybrać.

#Joanna Boroń

Budynek zbudowany w stylu neogotyckim w latach 80. XIX w. Do końca I wojny światowej obiekt był siedzibą szpitala garnizonowego. W 1925 r. rozpoczął tu działalność Urząd Skarbowy.

Od maja 1945 r. do 1957 r., w okresie tworzenia polskiej

państwowości na terenie tzw. Ziemi Odzyskanych, w budynku działał Szpital Powiatowy i Miejski, a następnie Państwowa Szkoła Pielęgniarska. W kolejnych latach funkcjonowała tu wiele organizacji. W 1988 r. stał się główną siedzibą Archiwum Państwowego w Koszalinie i tę funkcję pełni do dziś.

Archiwum Państwowe jest instytucją głęboko i trwale związaną z miastem oraz jego mieszkańcami. Od lat pełni kluczową rolę w gromadzeniu, zabezpieczaniu, opracowywaniu i udostępnianiu bezcennych źródeł historycznych dotyczących dziejów

Koszalina i regionu. Zespół Archiwum obejmuje dokumenty urzędowe, fotografie, mapy, materiały ikonograficzne oraz archiwa prywatne mieszkańców, które razem tworzą unikalną opowieść o rozwoju miasta, jego społeczności i tożsamości kulturowej.

Archiwum Państwowe w Koszalinie nie jest jedynie instytucją przechowującą dokumenty, lecz także aktywnym uczestnikiem życia kulturalnego miasta, który w sposób systematyczny podejmuje działania edukacyjne, popularyzatorskie i integrujące mieszkańców wo-

kół lokalnej historii. Poprzez otwartość na współpracę z mieszkańcami, darczyńcami oraz instytucjami, Archiwum realnie współtworzy pamięć i dziedzictwo Koszalina, dbając o zachowanie jego historii dla kolejnych pokoleń. AP w Koszalinie regularnie organizuje inicjatywy skierowane do szerokiego grona odbiorców: pokazy archiwaliów, prelekcje, wykłady, wydarzenia plenerowe, dni otwarte w siedzibie z wolnym dostępem dla wszystkich chętnych m.in. z okazji Międzynarodowego Dnia Archiwów czy też Dnia Darczyńcy.

Na terenie AP w Koszalinie dostępne są wystawy plenerowe - dwie na murze okalającym siedzibę tj. wystawa „Jak hartowała się scena” o pierwszych latach działalności Bałtyckiego Teatru Dramatycznego w Koszalinie oraz „Z archiwum koszalińskiego rocka” o lokalnej scenie muzycznej w latach 80. i 90. XX wieku. Na terenie przy budynku obejrzeć można również wystawę plenerową pt. „Fotograf mówi zdjęciami. Krzysztof Sokołowski”.

W ramach działalności podstawowej istnieje możliwość skorzystania z zasobu Archiwum w czytelni akt, a także skorzystania z oferty eduka-

cynnej w postaci lekcji i wycieczek archiwalnych.

Archiwum prowadzi również działalność wydawniczą, w związku z czym istnieje możliwość pozyskania nieodpłatnych egzemplarzy publikacji dotyczących historii regionu Pomorza Środkowego.

Działalność wydawnicza to między innymi publikacje: „Kryminalny Koszalin”, „200 twarzy Koszalina. Fasady koszalińskich budynków”, „Mapy i plany Koszalina do 1945 roku”, „Mapy i plany Koszalina po 1945 roku”, „Fotograf mówi zdjęciami. Krzysztof Sokołowski” oraz „Nieznane twarze Koszalina”.

To było wyjątkowe wydarzenie

Walczyli o wolność, wojna rozrzuciła ich po świecie. Przyjechali do Mielna

WETERANI

17 polskich kombatantów z różnych stron świata przez kilka dni przybywało w Mielnie. Spotkali się z przedstawicielami armii oraz szkolną młodzieżą.

#Piotr Polechoński

Ich przyjazd zorganizowała Polska Grupa Pamięci Historycznej z Belgii i jest to druga edycja, bo pierwszy raz takie wydarzenie odbyło się w Mielnie rok temu.

Weterani z różnych frontów II wojny światowej przyjechali i w mieleńskim ośrodku „Re-

wita” przebywali przez kilka dni. Nad polskie morze dotarli z członkami rodzin i opiekunami, bo bohaterowie walki o wolność Polski są już w bardzo podeszłym wieku. Trafili tutaj z krajów rozrzuconych po całym świecie, z miejsc, w których się osiedlili po zakończeniu wojny.

- Wielu weteranów ma za sobą traumatyczne przeżycia, wiele z nich straciło w wyniku działań wojennych zdrowie. Żadne uroczystości czy medale nie wynagrodzą ich cierpienia. Dla nich taki wypoczynek to nie tylko podreperowanie zdrowia czy zwykła wycieczka, ale wy-

tkanie z innymi kombatantami, którzy nierzadko przeszli podobną drogę - mówili nam organizatorzy.

Jakie punkty zawierał program ich pobytu? M.in. oprócz spacerów nad morzem były to spotkania z przedstawicielami koszalińskich jednostek wojskowych, w tym wizyta w Centrum Szkolenia Sił Powietrznych w Koszalinie i Muzeum Obrony Przeciwlotniczej, spotkania ze szkolną młodzieżą, udział w koncertach zorganizowanych specjalnie dla nich (zagrał zespół wojskowy Riviera z Gdyni).

Podczas II Światowego Turnusu dla Kombatantów w Miel-

nie, w uznaniu zasług Kombatantów i Patriotycznych Polakom Czarnym Krzyżem Polski Czarny Krzyż zostali odznaczeni :

- Por. Józef Kwiatkowski, Żołnierz 6 Pomorskiej Dywizji Piechoty, uczestnik walk o Warszawę, Wał Pomorski, Kołobrzeg, Operację Odrzańską i Berlińską, Żołnierz 1 Armii Wojska Polskiego, 99 lat.

- Por. Edward Róg z Olsztyna, Żołnierz 6 Pomorskiej Dywizji Piechoty, Syn Pułku, uczestnik walk o Warszawę, Wał Pomorski, Kołobrzeg, Operację Odrzańską i Berlińską, Żołnierz 1 Armii Wojska Polskiego, lat 98.

- Por. Janusz Maksymowicz ps. Janosz, Powstaniec Warszawski, prezes Związku Powstańców Warszawskich, lat 98.

- Justyna Sapor, Opiekun Kombatantów i Weteranów, Związek Kombatantów RP i BWP w Mielnie, organizator II Turnusu.

- Łukasz Suchanowski, wiceprezes ZKRPIBWP w Mielnie, Zachodniopomorski Wojewódzki ZKRPIBWP, organizator turnusu, opiekun Kombatantów i autor książki o por. Kwiatkowskim.

- Witold Gudyś, organizator II Światowego Turnusu dla We-

teranów II wś, Prezes Stowarzyszenia Polska Grupa Pamięci Historycznej.

- Anna Maria Beza, działaczka Kombatantka i Patriotyczna PSZnZach, opiekun Kombatantów, upamiętniająca walki na Monte Cassino i Polskie miejsca Pamięci.

- Mariusz Charubin, Prezes Związku Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych, NSZ, w Warszawie z siedzibą w Piszcu.

- Andrzej Ruta, Polskie Stowarzyszenie Kombatantów w Kanadzie.

- Dariusz Święcicki, Grupa Rekonstrukcji Historycznej GRYP w Koszalinie.

REKLAMA

0011539108



Najbardziej gofry we wsi!

LODY • DESERY • KAWA • NAPOJE

Gofry i naleśniki
własnej produkcji



📍 Bolestawa Chrobrego 19a, Ustronie Morskie

📱 /malagastronomia.aga



RODZINNY PARK ROZRYWKI

WYSKOKOWA ZABAWA

☎ tel. 730 073 730

🌐 www.playpark.pl

📍 PlayPark Koszalin



Na wakacje wcale nie trzeba opuszczać kraju, aby poczuć tropikalny klimat

Najpiękniejsze plaże w Polsce. Są idealne na wakacje, urlop i weekend

PLAŻA

Polskie plaże sprawiają, że zrezygnujesz z wyjazdu na Wyspy Kanaryjskie. Sprawdź, które miejscowości oferują zapierające dech w piersiach widoki.

#Patrycja Seklecka

Polskie plaże to nie tylko parawy, tłum i „orzeszki w karmelu”. Mijając ulubione lokalizacje turystów, na krajowym wybrzeżu można natknąć się na prawdziwe „perły Bałtyku” – plaże, których wygląd zachwyca i sprawia, że zaczynamy zastanawiać się, czy spędzanie urlopu za granicą ma sens.

PLAŻA W SARBINOWIE

Piaszczysta plaża w Sarbinowie to idealne miejsce do wypoczynku. Jeżeli preferujecie aktywne formy spędzania czasu, Sarbinowo oferuje spacer promenadą biegnącą wzdłuż wybrzeża. Jej częścią



To nie zachód słońca na rajskiej wyspie, a plaża w Sarbinowie!

FOT. 123RF.COM

jest betonowy mur oporowy, który stanowi zabezpieczenie miejscowości przed falami Bałtyku.

PLAŻA W ROZEWIU

W zestawieniu pośród najpiękniejszych plaż w Polsce

znalazła się także plaża w Rozewiu. Przede wszystkim dlatego, że jej okolica jest malownicza, a sama plaża jest bardzo urokliwa. Na tle bardziej znanych lokalizacji tego typu, plaża w Rozewiu wyróżnia się klifem, lasami oraz przede

wszystkim – ciszą i spokojem. Wsluchiwanie się w szum fal i wypoczynek nad brzegiem morza na pewno naładują baterie do dalszego zwiedzania – ta niewielka osada skrywa XIX-wieczną latarnię morską, w której znajduje się muzeum

i taras widokowy – koniecznie zaopatrzenie się w aparat!

PLAŻE W ŚWINOUJŚCIU

Świnoujście może pochwalić się aż 10 kilometrami piaszczystych plaż, które dzięki „cofaniu się” morza są dość szerokie (nawet na 70 metrów!). Co warto tam docenić? Szum morza, ogrom miejsca i czystość. Wypoczywają tam nie tylko ludzie, ale i... łabędzie. Majestatyczne ptaki przesiadują na plaży godzinami, licząc na różne smakołyki.

PLAŻE W CHAŁUPACH

Plaża w Chałupach to także jedna z najpiękniejszych plaż w Polsce, która z powodzeniem mogłaby zostać uznana za rajska. Wszystko za sprawą drobnego, jasnego piasku i panoramy z widokiem na Morze Bałtyckie. Plaże w Chałupach, choć rozsławione przez Zbigniewa Wodeckiego dzięki piosence „Chałupy welcome to”, nie są zatłoczone. Jedną z nich to ważny ośrodek wodnych

sportów ekstremalnych, szczególnie windsurfingu. Jeżeli naprawdę chcecie poczuć smak wolności i swobody to miejsce jest stworzone dla was.

PLAŻA W JAROSŁAWCU

Czy to Chorwacja? Nie, choć rzeczywiście może się tak wydawać. Chorwacja słynie z kamienistych plaż, jednak żeby je zobaczyć nie musicie wybierać się aż tam – ta w Jarosławcu może zachwycić niejednego amatora zagranicznych wyjazdów. Kamienie zamiast piasku mają swoich zwolenników – podobno po wyjściu z wody nie przyklejają się do każdej części ciała. Może latem warto to sprawdzić na własnej skórze?

Wielu ludzi podczas wypoczynku nad morzem czy jeziorem zapomina, że plaże są częścią środowiska naturalnego, o które trzeba dbać. Pod żadnym pozorem nie należy zostawiać po sobie śmieci. Wszystkie opakowania, chusteczki czy inne odpady należy zawsze zabrać ze sobą i wyrzucić!

Najlepsze lokalizacje, z których obejrzysz najwspanialsze panoramy

Krajobrazy jak z pocztówek! Najlepsze punkty widokowe Pomorza Zachodniego

PUNKTY WIDOKOWE

Wielu amatorów podróży po Polsce zgodzi się ze stwierdzeniem, że woj. zachodniopomorskie to jeden z najbardziej wyjątkowych zakątków kraju.

#Patrycja Seklecka

Nawet najbardziej opornym nietrudno docenić jego piękno – często wystarczy wspiąć się na szczyt wieży widokowej, by docenić piękno tamtejszych terenów. Jeśli ty także marzysz o zobaczeniu pocztówkowych krajobrazów Pomorza Zachodniego, zapamiętaj nazwy wymienionych niżej lokalizacji. Bez względu na to, ile czasu planujesz spędzić w woj. zachodniopomorskim, postaraj się wygospodarować czas na odwiedzenie chociaż jednego z nich. Obiecuję, że nie pożałujesz!

Tę część Polski charakteryzuje ogromna różnorodność, a urokliwych punktów widokowych powstaje coraz więcej.

Choć każdy z nich oferuje unikatowe doświadczenia, wybrałam dla ciebie 4 lokalizacje, które moim zdaniem po prostu trzeba znać. Miejsca te będą także doskonałym wyborem dla osób, które planują odwiedzić Pomorze Zachodnie po raz pierwszy w życiu.

WIEŻA WIDOKOWA NA GÓRZE CHEŁMSKIEJ W KOSZALINIE

Jeśli chcesz zobaczyć z góry słynne zachodniopomorskie jeziora – Jamno, Bukowo i Lubiatowskie – podczas pobytu w Koszalinie nie przegap okazji i wejdź na szczyt zabytkowej wieży widokowej na Górze Chełmskiej.

Z tarasu widokowego rozciąga się panorama na Morze Bałtyckie, Koszalin oraz okoliczne miejscowości, m.in. Sianów. Wieża ma 31,5 m wysokości, a na jej szczyt prowadzi 140 schodów.

Z Mielna do Góry Chełmskiej jest około 17 km, a dojazd samochodem zajmuje zwykle 20-25 minut, w zależności od natężenia ruchu.

WZGÓRZE GOSAŃ: WIDOK NA BAŁTYK I ZATOKĘ POMORSKĄ

Wyjątkowy widok na Morze Bałtyckie zapewnia wzgórze Gosań. Na szczycie najwyższego wzniesienia na polskim wybrzeżu (93,4 m n.p.m.) trafisz podążając ścieżką turystyczną prowadzącą przez piękny, bukowy las. Ciekawostką turystyczną jest też widoczny z góry wrak niemieckiego betonowca (rodzaj statku), który zatonął w 1945 roku i do dziś leży na dnie Bałtyku.

PANORAMA BAŁTYKU Z LATARNI MORSKIEJ W ŚWINOUJŚCIU

Wejście na szczyt najwyższej latarni morskiej w Polsce powinno być priorytetem każdego turysty, który wybiera się na Pomorze Zachodnie. Wzniesiona w Świnoujściu konstrukcja ma wysokość 69 metrów. Zobacysz z niej nie tylko bezkresne morze, ale także miejski port, wyspę Uznam i wybrzeże Międzyzdrojów. Nadbałtyckie panoramy obejrzysz także ze szczytów latarni morskich w Kołobrzegu, Gąskach, Nie-



Góra Chełmska to najwyższe wzniesienie morenowe w regionie

FOT. ARCHIWUM GK24

chorzu, Darłowie, Wolińskim Parku Narodowym (latarnia Kikut) czy Jarosławcu.

PUNKT WIDOKOWY „PIASKOWA GÓRA” W WOLIŃSKIM PARKU NARODOWYM

Turyści, szczególnie ci, którzy nieczęsto bywają na Pomorzu

Zachodnim, zazwyczaj mają w planach odwiedzin w Wolińskim Parku Narodowym. Ta przepiękna część regionu może pochwalić się także kilkoma punktami widokowymi. Z punktu „Piaskowa Góra” zobaczysz jedną z największych atrakcji parku, czyli Jezioro

Turkusowe. Jego barwa oglądana z góry prezentuje się niesamowicie! Na dalszym planie zobaczysz także urokliwą miejscowość Wapnica, jezioro Wicko Małe, kawałek delty wstecznej rzeki Świny, Wyżnicę oraz obniżenie Doliny Trzciągowskiej.

REKLAMA

0011534503

Wesołe Miasteczko Robland

CZYNNE CODZIENNIE OD 12:00 DO 23:00 OD 26.06 DO 30.08.2026

URZĄDZENIA REKREACYJNE W WESOŁYM MIASTECZKU:

- 1) Koło Widokowe 30R,
- 2) Autodrom (Samochody),
- 3) Pałac Śmiechu,
- 4) Crazy Dance,
- 5) Samoloty,
- 6) Jet Star Kolejka Górska (Roller Coaster),
- 7) Karuzela Dziecięca,
- 8) Wild Mouse (Mała Kolejka Górska),
- 9) Magic Caves - Pałac Strachu,
- 10) Bungee,
- 11) Strefa Dmuchańców

BOOSTER MAX

- 60m wysokości, prędkość 120km/h, przeciążenia 6G.



FB @ Wesołe Miasteczko Robland

FB @ BoosterMaxxx



ul. Kolejowa 1, USTRONIE MORSKIE

REKLAMA

0011531777

Poznaj unikatową KULTURĘ JAMNEŃSKĄ



Gotycki kościół pw. Matki Boskiej Różańcowej na osiedlu Jamno jest jednym z najstarszych i najcenniejszych zabytków w Koszalinie. To jednonawowa świątynia gotycka zbudowana w XIV wieku. Rozbudowany i przebudowany został w 1737 roku i w XIX wieku. Posiada liczne fragmenty barokowego zabytkowego wyposażenia z XVIII wieku (ambona, chrzcielnica). Wewnątrz świątyni znajduje się strop z polichromią z motywami jamneńskimi.

Więcej informacji

<https://www.koszalin.pl/pl/kultura-jamnenska>

Bezpłatne zwiedzanie z przewodnikiem
kościółka pw. Matki Bożej Różańcowej w Jamnie
czwartek w godz. 16.00-19.00
od 18 czerwca do 27 sierpnia 2026 r.



Mielno stanowi doskonałe miejsce na letni wypoczynek

Odkryj uroki Mielna. Przewodnik po letnich atrakcjach nad Bałtykiem

ATRAKCJE

Mielno znane jest ze swoich urokliwych plaż, malowniczych jezior i nocnego życia. Mielno oferuje wiele atrakcji, które przyciągają wczasowiczów.

#opr. Natalia Sobierajska

Mielno, popularny kurort nad Bałtykiem, jest miejscem, które przyciąga wielu turystów, zarówno z Polski, jak i z zagranicy. Miasto to położone jest na Wybrzeżu Słowińskim, nad Morzem Bałtyckim, oraz nad jeziorem Jamno, co czyni je atrakcyjnym miejscem dla miłośników wodnych przygód i relaksu na plaży. Odkryjmy razem, jakie atrakcje czekają na turystów w Mielnie tego lata.

Spacerując po urokliwym mieleńskim deptaku, prowadzącym do głównego zejścia na plażę, można podziwiać charakterystyczny Pomnik Morsa oraz rozpoczynającą się tam Promenadę Przyjaźni. Pro-



W Unieściu, rodzinnej części Mielna można odwiedzić przystań rybacką

FOT. JAKUB ROSZKOWSKI

menada ta, o długości około 1,5 kilometra, jest doskonałym miejscem na romantyczne spacer i obserwację pięknych zachodów słońca.

Największą atrakcją Mielna jest oczywiście plaża. Czysta,

strzeżona i zradiofonizowana, przyciąga turystów z restauracjami, barem, smażalniami ryb oraz innymi punktami gastronomicznymi i handlowymi. To idealne miejsce do relaksu, opalania i kąpieli w Bałtyku.

Oprócz plaży Mielno oferuje także inne interesujące atrakcje. Warto odwiedzić przystań rybacką w dzielnicy Unieście oraz jezioro Jamno, które jest idealne dla miłośników sportów wodnych i wędkarstwa.

Spacer po mieleńskim kościele Przemienienia Pańskiego, który znajduje się na wzniesieniu, pozwoli na zobaczenie gotyckiej budowli z XV wieku.

Ciekawą atrakcją jest także zwiedzanie ścieżki edukacyjnej nad Jamnem, która powstała na terenie dawnego składowiska odpadów komunalnych i oferuje przyjemne miejsce do spacerów i odpoczynku wśród przyrody.

Leśna ścieżka przygód i tajemnic to ciekawy pieszy szlak przyrodniczy i edukacyjny dla dzieci znajdujący się niedaleko centrum Mielna, przy drodze rowerowej R10 w kierunku Ustronia. Prowadzi przez między innymi wydmy nadmorskiego lasu oraz obiekty historyczne, takie jak bunkry z II Wojny Światowej.

ATRAKCJE DLA DZIECI W MIELNIE

Mielno jest również doskonałym miejscem dla rodzin z dziećmi. Rejsy statkami po jeziorze Jamno to jedna z propozycji dla tych, którzy chcą zoba-

czyć okolicę z innej perspektywy. Statek Julek oferuje możliwość zwiedzania jeziora i słuchania interesujących historii regionu.

Dzieci będą zachwycone wizytą w wesołym miasteczku, gdzie znajduje się wiele atrakcji, takich jak karuzele, diabelski młyn czy pontony. Park Linowy Tukan to doskonałe miejsce dla aktywnych maluchów, którzy chcą przetestować swoje umiejętności na trasach o różnym stopniu trudności.

Dla miłośników historii i kultury wartym odwiedzenia miejscem jest Grodzisko Słowińskie, gdzie dzieci mogą wcielić się w rolę rycerzy i księżniczek oraz poznać życie Słowian poprzez pokazy rzemiosł i walk. To doskonała okazja, aby nauczyć się czegoś nowego i spędzić czas w nietypowy sposób.

Mielno to miejsce, w którym każdy znajdzie coś dla siebie. Ciesz się słońcem, plażą i rozmaitymi atrakcjami tego urokliwego kurortu nad Bałtykiem.

Ceny świeżych ryb nad Bałtykiem zaskakują

Świeże, smażone, wędzone. Ile zapłacimy za dorsza lub flądre nad Bałtykiem?

CENY RYB

Za 100 gram dorsza w smażalniach płaci się od 16 do 18 zł, a więc za kilogram mamy 160 lub 180 zł. Takie ceny były pod koniec maja w Darłowie.

#Tomasz Turczyn

Nasz fotoreporter sprawdził, jak tuż przed sezonem sytuacja wygląda w Kołobrzegu. Ceny za 100 g smażonego dorsza wynoszą od 16 do 20 złotych, ale już za zestaw ryba + frytki + surówka zapłacimy od 60 do 70 złotych wwyż.

W jednej ze smażalni w Darłowie za 100 gramów smażonego dorsza trzeba zapłacić 17 zł, a więc za kilogram mamy 170 zł. Niewiele tańsza jest tuszka z flądry - 15 zł za 100 gramów. Z kolei za smażonego łososia - filet płacimy 18 zł za 100 gramów, ale już za tatar z łososia 25 zł za 100 gramów. W porównaniu do tego stosunkowo tani jest smażony śledź - 7 zł za 100 gramów.

Na Bałtyku dozwolony jest tzw. przyłów. Czyli jeśli rybak wypłynie na połów innych gatunków ryb i trafi się dorsz to może go zatrzymać. Ale są to niewielkie ilości trafiające na polskie Wybrzeże.

W ofercie smażalni są też zestawy - ryba z frytkami i surówką. Taka porcja to koszt ponad 60 zł od osoby np. z halibutem. Halibut to smaczna ryba atlantycka, która w Bałtyku występuje sporadycznie. W Darłowie znajdujemy w menu smażonego dorsza - zestaw obiadowy w średniej cenie około: 50-60 zł.

W Kołobrzegu ceny za 100 gramów smażonego dorsza wynoszą od 16 do 20 złotych, ale już za zestaw ryba + frytki + surówka zapłacimy od 60 do 70 złotych wwyż.

W jednej z hurtowni ryb powiedziano nam, że bez problemu można kupić dorsza atlantyckiego i tylko takiego. Z kolei jeden z właścicieli smażalni podkreślił, że jej prowadzenie to też znaczny koszt i na te koszty trzeba zarobić.

Łosoś Bałtycki w Jarosławcu - to wydatek rzędu 95 zł za kilogram - do samodzielnego usmażenia. Dorsz - tuszka z głową - 38 zł za kilogram i tu też do samodzielnego usmażenia. Dorsz - tuszka bez głowy do smażenia - 45 zł za kilogram. Tyle, że wiele miejsc noclegowych nie wyraża zgody

na samodzielne smażenie ryb na ich terenie z uwagi na ich zapach, a raczej jego przenikanie. Ewentualnie - o ile to jest dozwolone - pozostaje turystom upieczenie ryby na grillu.

Kwoty połowowe na 2026 r. w Morzu Bałtyckim przyznane przez Unię Europejską:

- Dorsz (obszar 22-24): 266 t

(Polska: 31 t, brak zmiany w stosunku do 2025 r.),

- Dorsz (obszar 25-32): 430 t (Polska: 113 t, brak zmiany),

- Śledź (obszar 22-24): 788 t (Polska: 103 t, brak zmiany),

- Śledź (obszar 25-29, z wyłączeniem Zatoki Ryskiej): 96 463 t (Polska: 24 033 t, +15% w stosunku do 2025 r.),

- Gładzica (obszar 22-32): 10 973 t (Polska: 1 645 t, -3%),

- Łosoś (obszar 22-31): 25 537 szt. (Polska: 1 605 szt., -27%),

- Szprot (obszar 22-32): 201 975 t (Polska: 59 300 t, +45%),

Kwoty połowowe dorsza i łososia w obszarze 22-31 przeznaczane są wyłącznie na przyłów (tzw. połowy przypadkowe).



FOT. AUTOR ZDJĘCIA

REKLAMA

0011538349



JULEK
prześiądź się na fale

MZK

SEZON 2026
04.06-30.08

PRZYSTAŃ MIELNO | PRZYSTAŃ JAMNO | PRZYSTAŃ UNIEŚCIE

Przeżyj niezapomnianą przygodę, podróżując statkiem Julek przez malownicze Jezioro Jamno!

Nasze rejsy to doskonała okazja, aby zobaczyć piękno natury i dotrzeć do centrum Koszalina.

JAK DOJECHAĆ?

Z Przystani Mielno lub Przystani Unieście przez Jezioro Jamno możesz łatwo dotrzeć do centrum Koszalina statkiem Julek (linia statkowa 1S), a następnie przejechać się na autobus linii nr 21S. Przesiadka odbywa się na Przystani Jamno.

GDZIE KUPIĆ BILETY?

Bilety na rejs statkiem oraz na autobus można nabyć w:

- Biletomacie na statku
- Stacjonarnym biletomacie
- Biletomacie w autobusie

ZAPROSZENIE NA REJSY STATKIEM JULEK PRZECZ JEZIORO JAMNO!

Nie czekaj! Zarezerwuj swoje miejsce na pokładzie statku Julek i ciesz się niezapomnianą podróżą!

UWAGA!

W przypadku silnego wiatru o realizacji rejsów decyduje kapitan. W razie pytań skontaktuj się z nami pod numerem telefonu: ☎ 887 041 957.



Zeskanuj kod QR i sprawdź najbliższy rejs



REKLAMA

0011536077

Aquapark Helios Ustronie Morskie

ul. Polna 3, Ustronie Morskie
tel. (94) 35 15 095

www.gosir-ustronie-morskie.pl

W ofercie m.in.:

- basen kryty
- kąpielisko otwarte
- zjeżdżalnie
- sauny: sucha i parowa
- bowling
- korty tenisowe
- boisko do siatkówki plażowej
- pełnowymiarowe boisko do piłki nożnej z nawierzchnią sztuczną i naturalną

Jesteśmy otwarci
codziennie
od 9 do 21

Aquapark bilety:
25 zł/h
cały dzień
tylko 60 zł

tu jesteśmy





LEGO Harry Potter

Wypelnij
Magia
Kądy Dzień

WIZARDING
WORLD

ZOSTAŃ CZARODZIEJEM
TWÓRZ, ODKRYWAJ I BAW SIĘ W MAGICZNYM ŚWIECIE KŁOCKÓW LEGO®!

29-30 SIERPNI, GODZ. 12-18

LEGO AND THE LEGO LOGO ARE TRADEMARKS OF THE LEGO GROUP © 2026 THE LEGO GROUP
WIZARDING WORLD CHARACTERS, NAMES AND RELATED INDICIA ARE © & ™ WARNER BROS. ENTERTAINMENT INC. PUBLISHING RIGHTS © JKR. (S26)

TURNIEJ FORTNITE

ACTIVE
GAMING ZONE

steelseries

komputronik

G-MASTER



huzaro

LEVEL

STREFA FREE TO PLAY

Poczuj gamingowe emocje
z Fortnite!

Zapraszamy do pełnej atrakcji strefy, w której spotkasz influencerów i graczy Fortnite z TEAM ACTIVE. Zagraj na profesjonalnych komputerach gamingowych, sprawdź swoje umiejętności w simracingu i baw się na najnowszych konsolach PS5. A 18 lipca weź udział w turnieju Fortnite 1 vs 1 i zawalczy o atrakcyjne nagrody!

13-18.07
11.00-19.00



REKLAMA

0011538135



**27.07–8.08
12.00–19.00**

Misja: tajne dane – zostań agentem!

Przeżyj niezwykłą przygodę jak ze szpiegowskiego filmu!
Wyrusź na tajną misję pełną zagadek i zadań specjalnych.
Sprawdź się w roli agenta i zdobądź certyfikat.
Podejmiesz wyzwanie?

 **FORUM**
KOSZALIN

Od Świnoujścia, aż po Jarosławiec rozciąga się szlak latarni morskich

Szlakiem latarni morskich Pomorza Zachodniego. Warto to zobaczyć!

LATARNIE MORSKIE

Na polskim wybrzeżu jest aż piętnaście czynnych latarni morskich. To doskonały pretekst do zaplanowania wycieczki wzdłuż naszej linii brzegowej.

#Joanna Boroń

Najbardziej wysunięta na zachód latarnia znajduje się w Świnoujściu, a najbardziej na wschód - w Krynicy Morskiej. Szlak łączący te punkty, a prowadzący przez wszystkie pozostałe latarnie morskie, ma długość 616 km. Możesz przejechać go samochodem, podzielić na krótsze odcinki, ale możesz też przejechać go... rowerem! W naszej części, czyli w województwie zachodniopomorskim 7, w tym najwyższa latarnia nad polskim morzem, czyli ta w Świnoujściu.

A jeżeli macie czas tylko na bardzo krótki wypad, ale ma to być nad morze żeby zobaczyć morską latarnię, to pole-



Latarnia w Gaskach w sezonie przeżywa obłęzenie

FOT. JOANNA BOROŃ

camy Dziwnów i Park Miniatur i Kolejek, który spodoba się nie tylko najmłodszym. Pomiedzy miniaturowymi torami z licznymi poruszającymi się parowozami, lokomotywami i wagonami stoją szczegółowo wykonane makietki latarni mor-

skich z polskiego wybrzeża. Kilka zdjęć zobaczcie na końcu galerii.

Latarnia morska w Świnoujściu znajduje się u ujścia Świny do morza. To najwyższy obiekt tego typu nad Bałtykiem i jeden z najwyższych na świecie. Za-

chwycy nie tylko rozmiarami, ale też historią. Do dziś można ją podziwiać, dzięki decyzji niemieckiego latarnika, który w czasie wojny nie wykonał rozkazu wysadzenia jej.

Latarnia Kikut jest zlokalizowana na terenie Woliń-

skiego Parku Narodowego, na brzegu klifowym. Została przekształcona z dawnej wieży orientacyjno-widokowej w drugiej połowie XIX wieku. Jest zbudowana z charakterystycznych ciosanych kamieni polnych.

Latarnia morska Niechorze znajduje się na skraju Niechorza, tuż nad brzegiem klifu otoczonym gęstym lasem. Obiekt wyróżnia się charakterystycznym kształtem ośmiokątnej wieży, u której podnóża stoi dwukondygnacyjny budynek mieszkalny. Latarnia miała zostać wysadzona podczas wycofywania się Niemców z nadmorskich terenów w 1945 roku, na szczęście obiekt udało się rozbroić.

Latarnia morska w Kołobrzegu mieści się przy falochronie osłaniającym wejście do portu. Z jej szczytu można podziwiać widok na morze, port oraz park zdrojowy. Pierwszą latarnię w tym miejscu uruchomiono już w 1666 roku. Jednak przez wieki konstrukcja

uległa rozbiórkom i przebudowom, aż do obecnej postaci.

Latarnia w Gaskach charakteryzuje się okrągłą wieżą wybudowaną z czerwonej cegły. Ciekawostką jest fakt, że do jej budowy materiały były dowożone morzem. Jej światło po raz pierwszy rozbłysło w 1878 roku. Na jej szczyt prowadzi 226 krętych schodów. U podnóża konstrukcji można również zobaczyć dom mieszkalny latarnika oraz budynki gospodarcze.

Latarnia morska w Darłowie znajduje się u nasady falochronu wschodniego, osłaniającego wejście do portu w Darłowie. Jej silna konstrukcja przez wieki opierała się sztormom. Cała konstrukcja sąsiaduje ze stacją pilotów.

Latarnia morska w Jarosławcu działa od 1838 roku. Świeciła nieprzerwanie przez ponad sto lat, aż do drugiej wojny światowej. Swoją działalność wznowiła dopiero po zakończeniu działań wojennych.

Święta Góra Polanowska wraz z Górą Chełmską w Koszalinie jest zaliczana do świętych gór Pomorza

Dobry kierunek: Święta Góra Polanowska. Łączy wyjątkową historię, tradycje

GÓRA POLANOWSKA

Święta Góra Polanowska na terenie Nadleśnictwa Polanów to miejsce, które warto zobaczyć! To około 40 km od Koszalina, które można pokonać autem albo rowerem.

#Joanna Boroń

To też dobra trasa dla piechurów. Biegnie tędy Szlak Jakubowy. Święta Góra Polanowska jest położona ok. 2 km od Polanowa, na wysokości ponad 150 m n.p.m. Trasa prowadząca z parkingu u podnóża Góry aż do celu, nie jest trudna, z niewielkimi podejściami, nadaje się na spokojny spacer, to nieco ponad kilometr w jedną stronę. Droga jest utwardzona.

Każdy, kto tu dotrze autem, powinien zaparkować u podnóża Świętej Góry Polanowskiej - Nadleśnictwo Polanów przygotowało tam miejsca postojowe. Natomiast wjazd na samą górę samochodem jest możliwy tylko w wyjątkowych

sytuacjach, po wcześniejszym uzgodnieniu.

Święta Góra Polanowska wraz z Rowokołem koło Smołdzina i Górą Chełmską w Koszalinie jest zaliczana do świętych gór Pomorza. Znajduje się na liście tras pielgrzymkowych. W 2010 r. łączący dwie Święte Góry - Chełmską i Polanowską, średniowieczny szlak pielgrzymkowy, ponownie został włączony do europejskiej sieci dróg św. Jakuba. - Sam stąd zacząłem swoją wędrówkę - opowiada Jacek Todys, Nadleśniczy Nadleśnictwa Polanów.

Najstarsze ślady aktywności osadniczej na Świętej Górze Polanowskiej pochodzą z VIII w. p.n.e. Pierwotnie święte góry Pomorza to były miejsca kultu pogańskiego. Podczas chrystianizacji, na polecenie papieża rzymskich, zastępowano je świątyniami katolickimi, na Pomorzu najczęściej poświęconymi Matce Boskiej.



Na szczycie góry znajduje się czynna pustelnia o statusie sanktuarium

FOT. NADLEŚNICTWO POLANÓW

Sprowadzeni w okolice Polanowa cystersi w XIV w. wybudowali na szczycie kaplicę z obrazem Matki Boskiej. Słynący cudami wizerunek oraz uzdrawiające właściwości wody ze źródła, tryskającego na zboczu góry, sprowadzały tu setki pątników.

Po II wojnie światowej na Świętej Górze Polanowskiej poświęcono drewniany krzyż i zapowiedziano budowę nowej kaplicy. Pod koniec lat 70. XX w. przy krzyżu umieszczono ołtarz polowy. Każdego roku w Uroczystość Matki Kościoła i Narodzenia Najświęt-

szej Marii Panny wierni pielgrzymowali na Świętą Górę Polanowską.

6 czerwca 1999 r. w Pelplinie został poświęcony przez Jana Pawła II kamień węgielny pod budowę kaplicy. Pustelnia zaprojektowana została w stylu pomorskim - oparta na wzor-

nictwie budownictwa kaszubskiego. Pomysłodawcą, mieszkańcem i gospodarzem pustelni jest o. Janusz Jędrzysek. W latach 2003-2004 obok fundamentów dawnej świątyni franciszkanie zbudowali kaplicę i pustelnię pw. Matki Bożej Błogosławionej. Trasa wiedząca na szczyt jest przyozdobiona rzeźbionymi drewnianymi figurami. - To nie jest droga krzyżowa, to droga różańcowa - podkreśla Nadleśniczy Jacek Todys. - Głównym pomysłodawcą jest Ojciec Janusz - gospodarz Sanktuarium i Pustelni na Świętej Górze Polanowskiej, a wykonawcą - miejscowy artysta, który wykonał rzeźby w stylu kaszubskim. Warto wiedzieć, że Polanów stanowił historycznie centrum kaszubszczyzny. Tu co roku odbywa się Odpust Kaszubski.

Święta Góra Polanowska to także miejsce pielgrzymek Ormian. Tradycja sięga 2016 r., kiedy stanął tu ormiański kamień krzyżowy zwany chacz-karem. Pomnik stanowi upamiętnienie ofiary ludobójstwa.

REKLAMA

0011542246

Zapraszamy do jedynej w Mielnie restauracji *z widokiem na jezioro!*

Dla smakoszy – autorskie dania
rybne i mięsne, świeże sałatki,
aromatyczne makarony, dania
dla dzieci, a także pizza i burgery.

Tylko u nas – w jednym miejscu – **kuchnia polska, amerykańska
i śródziemnomorska z owocami morza**. Nie może zabraknąć deserów
– **lody, ciasto dnia – oraz orzeźwiających drinków!** A dla miłośników
japońskich smaków – **najlepsze sushi w Mielnie**, w tym wyjątkowe **sushi
burgery i sushirrito!**

I pamiętajcie – codziennie od 20:00
zapraszamy na gorący Disco Dancing!

Nova Kuchnia – **nie pożałujesz!**



📍 **CHROBREGO 26B, MIELNO** | ☎ **509 877 262**

JESTEŚMY RÓWNIEŻ W **SARBINOWIE! NADMORSKA 39 - ZAPRASZAMY!**

REKLAMA

0011539142

STODOLA

KEBAP & GRILL

Wyjątkowy okaz smaku...

ROLLO
CAMEMBERR

...występuje nad Bałtykiem!

NADBRZEŻNA 1
USTRONIE MORSKIE

150 g mięsa do wyboru z soczkiem i serem, sałata lodowa, pomidor, ser camembert, prażona cebulka

Nowy sos!
COUNTRY
Słodka cebulka z chili



Spacer po lesie pozwala zredukować napięcie i stres

Spacer po lesie przynosi same korzyści. Obniża poziom stresu, pomaga lepiej spać

SPACER PO LESIE

Przy zawrotnym tempie pracy i życia, często brakuje czasu na relaks. Wakacje to idealny moment do zatrzymania się w ciszy i oderwania od codzienności.

#Katarzyna Zawada

O chwilę oddechu łatwo na wsiach, ale czy w mieście lub na terenach podmiejskich da się ją znaleźć? Tu z pomocą przychodzą lasy.

Las to bogactwo roślin i zwierząt. Wśród drzew można znaleźć ukojenie, a lista zalet wydaje się nie mieć końca. Choć na przyrodę trzeba uważać, np. podczas grzybobrania, gdy mogą trafić się nieznane i trujące gatunki, warto korzystać z dobrodziejstwa natury. Jeśli człowiek szanuje otaczającą go florę i faunę, ona odwzajemni mu się tym samym. Trzeba jednak pamiętać o kilku zasadach. Dzikich zwierząt nie wolno zaczepiać, dokarmiać,



Kąpiel leśna to forma skupienia się na naturze

FOT. TOMASZ BOLT/POLSKA PRESS

płoszyć, zabierać ich młodych, należy też zachować ciszę i odpowiedni dystans. W przypadku roślin zabrania się zrywania chronionych gatunków i niszczenia m.in. runa leśnego. Wizyty w lesie szczególnie działają na osoby prowadzące

intensywny tryb życia. To tam można się wyciszyć i obniżyć poziom hormonu odpowiadającego za stres. Leśnicy zwracają uwagę, że w naturalnym środowisku używa się uwagi mimowolnej, co sprawia, że umysł odpoczywa. Czasem

wystarczy krótki spacer lub jazda na rowerze, aby poczuć się lepiej po ciężkim dniu. To także świetna alternatywa dla młodych osób, które zamiast trwonić godziny na wpatrywaniu się w ekran telefonu lub telewizora, mogą zapewnić sobie

aktywny wypoczynek lub po prostu być na świeżym powietrzu.

Napięcie ciała wpływa na koncentrację, jest mniejsza i trudniej skupić się na codziennych obowiązkach. Także brak ruchu i zła dieta nie sprzyjają dobremu samopoczuciu, dlatego warto jak najczęściej przebywać na zewnątrz. W lesie można odreagować złe emocje, poczuć spokój i naładować baterie na kolejne dni. Zapach przyrody przywołuje też wiele przyjemnych wspomnień, kojarzy się z bez troską.

Taka terapia jest darmowa, a lasów w Polsce jest tak wiele, że każdy znajdzie swój ulubiony. Nawet krótkie wycieczki działają dobrze na zdrowie, można uniknąć depresji i poprawiać odporność. Wśród śpiewających ptaków i szelestu traw wyzwalają się endorfiny, które automatycznie poprawiają nastrój. Ciężki dzień w pracy? Potrzeba odpoczynku od hałasu? Nadmierny stres? Poczucie może dać to, co nas otacza, czyli las.

Nie bez znaczenia jest aspekt poznawczy, każda wycieczka pozwala odkryć nowe gatunki roślin lub zwierząt, co pobudza kreatywność. Szczególnie istotne jest to w rozwoju dzieci, które w pierwszych latach życia poznają świat poprzez zmysły. Mogą też poprzez zabawę uczyć się, jak funkcjonuje las i jego mieszkańcy. W okresie jesiennym dobrym pomysłem na wycieczkę jest wspólne grzybobranie lub zbieranie szyszek.

Niektórzy polecają takie kąpiele leśne, to nic innego jak całkowite oddanie się urokom lasu. Przynosi korzyści zarówno psychiczne, jak i fizyczne. Regularne wizyty wśród otaczającej przyrody obniżają ciśnienie, dotleniają organizm, mogą też wpływać na lepszy sen. Taka metoda powstała w Japonii, gdzie lasy stały się sposobem na przeciwdziałanie stresowi wśród mieszkańców. Głównym założeniem jest skupienie się na tym, co znajduje się obok.

Wbrew stereotypom naturyzm nie ma wiele wspólnego z ekshibicjonizmem

Plaże nudystów nad Bałtykiem. Gdzie szukać swobody i spokoju?

PLAŻE NUDYSTÓW

Wzdłuż polskiego wybrzeża istnieją miejsca zupełnie inne od głośnych i kolorowych kurortów - spokojniejsze, bardziej naturalne i wolne od plażowego zgiełku.

#Joanna Boroń

Plaże nudystów od lat przyciągają ludzi, którzy szukają kontaktu z naturą, ciszy i atmosfery większej swobody niż na klasycznych kąpieliskach. Dla większości osób to po prostu sposób wypoczynku oparty na komforcie, akceptacji własnego ciała i szacunku wobec innych. Nad Bałtykiem można znaleźć kilka miejsc szczególnie popularnych wśród naturystów - nie tylko tych oficjalnych. W Polsce funkcjonuje kilkadziesiąt oznaczonych i nieoficjalnych plaż oraz ośrodków naturystycznych nad Bałtykiem, ale i nad jeziorami.

Oto kilka tych najpopularniejszych.

CHAŁUPY - LEGENDA POLSKIEGO NATURYZMU

To chyba najbardziej znana plaża nudystów w Polsce. Jej popularność zaczęła się jeszcze w latach 80., między innymi za sprawą słynnej piosenki „Chałupy Welcome To”. Szeroka plaża, las sosnowy i stonkowo luźna atmosfera sprawiają, że miejsce do dziś przyciąga zarówno stałych bywalców, jak i osoby odwiedzające je pierwszy raz.

Najbardziej znane odcinki znajdują się między Chałupami a Kuźnicą. Nie są one formalnie oznaczone jako plaże naturystyczne, ale zwyczajowo funkcjonują od lat.

DĘBKİ

- NATURA I PRZESTRZEŃ

Dębki od dawna uchodzą za jedną z najbardziej klimatycznych miejscowości nad polskim morzem. Plaża jest szeroka, a spacer kilka minut dalej od głównych wejść pozwala znaleźć spokojniejsze fragmenty wybierane przez naturystów. To miejsce szczególnie

lubią osoby ceniące kontakt z przyrodą. W okolicy znajdują się lasy, ujście Piaśnicy i mniej komercyjna zabudowa niż w popularnych kurortach. Atmosfera bywa bardziej kameralna niż w Chałupach.

ŁĘBA I OKOLICE RUCHOMYCH WYDM

W rejonie Łeby również można znaleźć odcinki odwiedzane przez naturystów, szczególnie dalej od głównych wejść i zatłoczonych części plaży. Okolice wydm oraz tereny sąsiadujące z Słowiński Park Narodowy tworzą wyjątkowy krajobraz - bardziej surowy i dziki niż w centralnej części wybrzeża. To dobre miejsce dla osób, które chcą połączyć plażowanie z długimi spacerami i kontaktem z naturą.

MIĘDZYDZROJE I ZACHODNIE WYBRZEŻE

Na zachodnim wybrzeżu Polski również istnieją miejsca popularne wśród naturystów. W okolicach Międzyzdrojów czy Świnoujścia łatwo znaleźć

mniej uczęszczane fragmenty plaż, zwłaszcza bliżej granicy niemieckiej. Wpływ niemieckiej kultury FKK (Freikörperkultur) jest tam wyraźnie widoczny - naturyzm od dawna traktowany jest bardziej naturalnie niż w wielu innych regionach Europy. Plaże są sze-

rokie, a duża przestrzeń pozwala zachować prywatność i komfort.

GRZYBOWO - CZTERY KILOMETRY WOLNOŚCI

Plaża naturystyczna leżąca pomiędzy Grzybowem a Dźwirzynem liczy sobie już kilkanaście

lat i znajduje się na wysokości szlupa określającego 341 km wybrzeża. Miejsce to znane jest od połowy lat 70 ubiegłego wieku. Plaża dla nudystów o długości około 4 km, znajduje się na zachód od centrum miasta i jest łatwo dostępna oraz wyraźnie oznaczona.



Na plaży nudystów zasadą jest bycie nago. Ubrane osoby mogą krępować

FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS



Najcenniejszym zabytkiem darłowskiego muzeum jest jego siedziba – jedyny w Polsce nadmorski zamek gotycki. Został wzniesiony w 1352 roku przez **Bogusława V**, księcia jednej z najdłużej panujących w Europie dynastii - **Gryfitów**. Wizytówką darłowskiego zamku jest urodzony tu **Eryk I Pomorski**, król Danii, Szwecji i Norwegii.

Oprócz wystaw stałych, rozlokowanych w 9 komnatach zamkowych, na sezon letni muzeum przygotowało dodatkowe wystawy czasowe:

„Izba tortur. Cela czarownic” – ekspozycja tylko dla zwiedzających, którzy posiadają mocne nerwy! 31 replik znanych i mniej znanych narzędzi tortur oraz wiele reprodukcji, ukazujących w jaki sposób wymuszano przyznanie się do zabronionych czynów.

„Wystawa morska” – stanowi podróż przez wieki nadmorskiej historii żeglugi, szkutnictwa i rzemiosła portowego; odtworzono na niej m. in. rufę statku, średniowieczny port, czy kajutę kapitańską. Dzięki wystawie można poznać potęgę Hanzy, tajniki handlu morskiego i nawigacji.

„Średniowieczna komnata zabaw” – sala zabaw logicznych i ruchowych dla miłośników średniowiecznych klimatów.

„Z żaglami w tle” – Darłowo i port na szklanych diapozytywach.

„Szkarłatna Zbrojownia” – wystawa uzbrojenia i wyposażenia straży zamkowej.

Sezon letni (1 maja - 31 sierpnia) - muzeum czynne codziennie 10.00 - 18.00 (kasa do godz. 17.00)

we wrześniu - czynne codziennie 10.00 - 16.00 (kasa do godz. 15.00)

Zamek Książąt Pomorskich - Muzeum w Darłowie, ul. Zamkowa 4, 76-150 Darłowo, tel. 94 314 23 51
biuro@zamekdarlowo.pl www.zamekdarlowo.pl facebook.com/zamekdarlowo

W Mielnie sezon ruszył 27 czerwca

Start sezonu już za chwilę. Od kiedy kąpieliska nad Bałtykiem będą strzeżone?



Praca ratownika to duża odpowiedzialność



KĄPIELISKA

Na większości kąpielisk morskich w województwie zachodniopomorskim ratownicy rozpoczną pracę 1 lipca. Tak będzie m.in. w Kołobrzegu i Darłowie

#PAP/ N. Sobierajska

Rady miast i gmin określają liczbę uruchamianych w danym roku strzeżonych kąpielisk i terminy, w których będą działać. Obowiązek ten wynika z ustawy Prawo wodne z dnia 20 lipca 2017 r. i późniejszych jej zmian.

W 2026 r., zgodnie z przyjętymi przez samorządy uchwałami, większość wyznaczonych kąpielisk morskich w Zachodniopomorskiem zacznie być strzeżona przez ratowników dopiero od 1 lipca.

Do tego czasu plaże pozostają niestrzeżone, w tym także w najbliższy weekend, gdy zgodnie z prognozą Instytutu Meteorologii i Gospodarki Wodnej temperatura powietrza nad Bałtykiem w sobotę może przekroczyć 30 st. C. Kąpiący wejdą do Bałtyku na własne ryzyko.

Jednym z wyjątków będzie kąpielisko Centralna w Ustroniu Morskim, które ratownicy strzegą już od wtorku. Jest pierwszym z sześciu uruchomionych w tej nadmorskiej gminie. Pozostałe trzy kąpieliska w Ustroniu Morskim i dwa w Sianochach będą strzeżone od 1 lipca.

W terminie od 1 lipca do 31 sierpnia funkcjonować będzie większość z 10 kąpielisk morskich w Kołobrzegu. Będą to: Pomnik Zaślubin, Moło, Słoneczko, Kamienny Szaniec, Marina Hotel, Plaža Wojskowa,



Radzikowo. Wcześniej, bo od 27 czerwca, ratownicy zaczęli pracę w trzech lokalizacjach: Bałtyk, Plaža TRM i Podczele. Kąpieliska: Moło, Słoneczko i Plaža Wojskowa sezon letni zakończą wcześniej, 19 sierpnia.

W Darłowie będzie 10 strzeżonych kąpielisk, po pięć w Darłowie Zachodnim i Darłowie Wschodnim.

Przed 1 lipca, 27 czerwca uruchomimy po jednym kąpielisku na zachodniej i wschodniej plaży Darłówka. Wszystkie strzeżone będą w lipcu i sierpniu - przekazał PAP w środę Waldemar Śmigieński z Referatu Sportu i Rekreacji darłowskiego magistratu.

Zaznaczył, że miasto z obsadą ratowników nie ma problemu od kilku sezonów.

Od trzech lat Darłowo dofinansowuje kurs dla ratowników wodnych. Kandydat do plaża do niego zaledwie 500 zł. Tym sposobem rocznie przybywa nam blisko 15 osób z wymaganymi kwalifikacjami. Dążymy do tego, by mieć ratowników tylko z Darłowa - podkreślił Śmigieński.

Dodał, że na brak kłopotów z naborem ratowników ma także wpływ wysokość wynagrodzenia. Osoba, dla której to pierwszy lub drugi sezon na plaży, zarobi miesięcznie 8 tys. zł „na rękę”. Tzw. wieżowi mogą liczyć na 9 tys. zł. Zatrudnieni spoza gminy mają zapewnione zakwaterowanie, wszyscy - ciepły posiłek i kompletny ubiór.

Ze względu na dobre zarobki o obsadę ratowników nie mar-

twi się również szef mieleńskich ratowników Leszek Pytel. W gminie Mielno początkujący ratownik zarobi 7,8 tys. zł miesięcznie.

Tradycyjnie organizowany bieg kwalifikacyjny planujemy na 26 czerwca. Spodziewam się nadwyżki chętnych. Wyberzemy najlepszych - powiedział PAP Pytel.

Zaznaczył, że w gminie Mielno sezon kąpielowy rozpoczyna się 27 czerwca i od tego dnia na wszystkich 17 kąpieliskach (7 w Mielnie, 4 w Sarbinowie, po 2 w Gąskach, Chłopach i Mielniku) będą ratownicy. Zatrudnieni będą mieć zagwarantowane zakwaterowanie, ciepły posiłek dostarczany na plażę i kompletny ubiór.

NAJPOPULARNIEJSZE PLAŻE W ZACHODNIOPOMORSKIM

Najbardziej popularne i najwyżej oceniane plaże w województwie zachodniopomorskim to szerokie, piaszczyste pasy wybrzeża w znanych kurortach takich jak Świnoujście, Kołobrzeg, Międzyzdroje oraz Mielno. Region ten regularnie dominuje w ogólnokrajowych zestawieniach, takich jak Ranking Polskich Plaży, dzięki świetnej infrastrukturze turystycznej i czystości potwierdzonej międzynarodowym certyfikatem Błękitnej Flagi.

Plaža w Świnoujściu - Najszersza plaža w Polsce, która miejscami osiąga szerokość nawet do 200 metrów. Charakteryzuje się bardzo łagodnym zejściem do morza i wyjątkowo

ciepłą wodą jak na warunki bałtyckie. Regularnie nagradzana Błękitną Flagą.

Plaža w Kołobrzegu - Łączy walory rozrywkowe z uzdrowskowymi. Oferuje czysty, drobny piasek, długą promenadę spacerową oraz charakterystyczne moło będące świetnym punktem widokowym.

Plaža w Międzyzdrojach - Znana z urokliwego moła, bliskości Wolińskiego Parku Narodowego oraz spektakularnych widoków na klify. Oferuje doskonale rozwiniętą bazę gastronomiczną.

Plaža w Mielnie - Jeden z najbardziej imprezowych i rozpoznawalnych punktów na mapie wybrzeża. Plaža jest szeroka i piaszczysta, otoczona niezliczoną liczbą restauracji, barów oraz atrakcji sezonowych.

Plaža w Trzęsaczu - Unikalne miejsce, w którym można podziwiać słynne ruiny gotyckiego kościoła na klifie. Plaža jest niezwykle malownicza i chętnie wybierana na romantyczne spacer.

Plaža Dąbki - Doskonała dla rodzin z dziećmi, ze względu na czysty piasek i bezpieczne, strzeżone kąpieliska. Dodatkowym atutem jest bliskość jeziora Bukowo.

Plaža Darłówek - Szerokie i czyste kąpielisko z płytka wodą przy brzegu, co czyni je bezpiecznym wyborem dla najmłodszych.

Plaža w Łazach - Spokojniejsza alternatywa dla pobliskiego Mielna. Cechuje się szerokim, czystym pasem piasku oraz łagodnymi wydmami.

Plaža w Gąskach - Słynie z pięknych zachodów słońca oraz zabytkowej latarni morskiej, z której można podziwiać panoramę okolicy.

REKLAMA

0011539608

Zapraszamy do naszego **CAŁOROCZNEGO PENSJONATU.**

Czekają na Państwa 43 miejsca noclegowe w pokojach 2-, 3- i 4-osobowych. Każdy pokój jest zaopatrzony w TV, lodówkę, czajnik elektryczny, ręczniki, suszarkę.

Rano zapraszamy na śniadanie w formie szwedzkiego bufetu, a wieczorami na obiadokolację również w formie szwedzkiego bufetu. Na całym obiekcie dostępne bezpłatne WiFi. Znajdujemy się 15 minut od plaży i 10 minut od centrum miasta.

Na naszym obiekcie znajdują się plac zabaw dla dzieci, hala sportowa oraz boisko Orlik. Do Państwa dyspozycji jest również sauna i balia z ciepłą wodą a wieczorami organizujemy wieczorki taneczne.

**573 730 374**

rezerwacja@pensjonatalmaduo.pl



Zapraszamy również serdecznie do **DOMKU SMAKÓW W MIELNIE.**

Smaczna, domowa kuchnia na wagę, która idealnie uzupełni Państwa pobyt nad naszym kochanym polskim morzem. Czekamy na Państwa z naszymi tradycyjnymi i pysznymi posiłkami od czerwca do września i jesteśmy otwarci od godziny 12:00. Do zobaczenia!

Dołącz do naszych obserwujących, jest nas już ponad 400 000!

Domek Smaków Mielno Ewelina



Domek Smaków



@domek_smakow



Podpowiadamy, co będzie się działo w regionie. Atrakcji nie brakuje

Kalendarz imprez w regionie Koszalina, Darłowa i Szczecinka na wakacje 2026



Każdy znajdzie coś dla siebie!



Sunrise Festiwal 2025

WYDARZENIA

Przyjechaliście nad morze, brakuje Wam planów? Podpowiadamy, gdzie warto się wybrać! Przygotowaliśmy zbiór wydarzeń, które warto wpisać w kalendarz

#Joanna Boroń

Już 4 lipca malownicze moło w Nowym Warpnie za sprawą Festiwalu Piosenki Śpiewanej pod Żaglami „AKWENADA”, zamieni się w muzyczny port, do którego przybiją fani żeglarstwa, morskich opowieści i najlepszej energii. Wydarzenie łączy Otwarty Przegląd Konkursowy solistów i zespołów z całego kraju z koncertem uznanych artystów sceny szantowej. Festiwal zaplanowany jest na 4 lipca (sobota) w Porcie Jachtowym w Nowym Warpnie. Na festiwalowej scenie wystąpią: EKT Gdynia, Stary Szmugler, Dair, W Korcu Maku.

14. Festiwal Media i Sztuka w Darłowie od 2 do 5 lipca - nadmorska dzielnica Darłówek Wschodnie, kino Bajka w Darłowie. To cykl wydarzeń ze znanymi ludźmi ze świata mediów, kultury i także koncerty oraz eventy np. Promujące książki. Wszystko na luzie w letniej - koktajlowej atmosferze nadmorskiego kurortu.

27. Międzynarodowy Zlot Historycznych Pojazdów Wojskowych w Malechowie. Impreza startuje 2 i potrwa do 5 lipca. Zlot jest w Malechowie na terenie Fortu Mariana. To coś dla miłośników militariów. W Malechowie nie zabraknie militarnego bazaru, poligonu - tu można pojeździć ciężkim sprzętem. Rokrocznie nie brakuje także inscenizacji batali-



Festiwal Światła w Szczecinku

stycznych będących ozdobą tej imprezy.

43. edycja „Pyrzyckich Spotkań z Folklorem” zaplanowana na 3-5 lipca to najważniejsze wydarzenie artystyczne społeczności pyrzyckiej, podtrzymujące regionalną tożsamość oraz popularyzujące tradycję, kulturę i folklor z zakresu tańca, muzyki i śpiewu, rękodzieła i rzemiosła. Głównym celem festiwalu „Pyrzyckie Spotkania z Folklorem” jest upowszechnianie tradycji i kultury ludowej regionu oraz prezentacja kultury ludowej innych narodów, a także odrodzenie, popularyzacja i dalsza aktywizacja zespołów kulturowych tradycje ludowe w zakresie tańca, śpiewu, muzyki, rękodzieła i rzemiosła - w duchu wzajemnego zrozumienia i poszanowania własnej tożsamości, ze szczególnym uwzględnieniem przemian zachodzących we współczesnej sztuce ludowej oraz podtrzy-

mywania tradycyjnego przekazu ludowego.

Jedną z najstarszych imprez w regionie jest Festiwal Gwiazd w Międzyzdrojach. 29. edycja wydarzenia odbędzie się od 2 do 5 lipca. To coroczne, kulturalne wydarzenie kulturalne przyciągające czołową polską artystów, którzy w Alei Gwiazd zostawiają swoje odciski dłoni. W programie festiwalu są spektakle teatralne, koncerty, spotkania z aktorami i twórcami filmowymi.

28. edycja Western Pikniku odbędzie się w dniach 17-19 lipca na terenie amfiteatru oraz mariny w Stepnicy. Organizacja wydarzenia realizowana jest we współpracy z gminą Stepnica. W programie znalazły się koncerty i występy artystów związanych z muzyką country, folk i blues. Na scenie wystąpią m.in.: Country Sisters, Babsztyl, Droga na Ostrołękę, Maja Bogucka, ŚLAD BAND, Sławek Wierchowski & Nocna

Zmiana Bluesa oraz zespół Łzy. Publiczność zobaczy również pokazy taneczne w wykonaniu Tomasza i Angeli - instruktorów tańca country - oraz grupy Caramelka Dance Show.

Tego lata Szczecinek - za sprawą Art Piknik Festival - ponownie na kilka dni zamieni się w stolicę sztuki i muzyki. Przed nami nie tylko koncerty znanych artystów, ale także towarzyszące im wystawy i wernisaże, a także występy teatrów ulicznych oraz warsztaty artystyczne. Organizatorzy zapowiadają wyjątkową atmosferę i różnorodny program, który przyciągnie zarówno mieszkańców, jak i turystów. Tegoroczny szczeciński Art Piknik odbędzie się w dniach 24-25 lipca.

Sunrise Festival to jeden z największych festiwali muzyki elektronicznej w Europie Środkowo-Wschodniej. Od 2019 roku Sunrise Festival odbywa się w Podczelu - na te-

renie byłego lotniska. Sunrise Festival 2026 rozpocznie się 31 lipca i trwać będzie trzy dni.

Tegoroczna edycja największego w naszym kraju festiwalu Pol'and'Rock odbędzie się w dniach 30 lipca - 1 sierpnia. Po raz kolejny nieczynna płyta lotniska w Broczynie pod Czaplkiem na kilka dni zmieni się w przestrzeń do spotkań, wypełnioną koncertami największych gwiazd oraz młodych artystów. Oprócz scenicznych występów będziemy mogli wziąć udział także w licznych spotkaniach i warsztatach, a także odwiedzić Akademię Sztuk Pięknych, która od lat jest ważnym elementem festiwalu.

Baltic Drive Festival w Nadmorskim Parku Kultury w Kołobrzegu-Podczelu to niezwykle wydarzenie wakacyjne łączące miłośników motoryzacji. Festiwal prezentuje pojazdy z różnych epok i regionów, w tym amerykańskie, europejskie oraz z okresu PRL, a także kampery. Baltic Drive Festival to każdego roku nowa dawka motoryzacyjnego życia pod każdym względem, masa sportu, zapachu palonej gumy, ryku silników. Kolejna edycja wydarzenia zaplanowana jest od 7 do 9 sierpnia.

Tego lata na szczecińskim niebie ponownie zrobi się tłoczno i... bardzo kolorowo. Tegoroczny Festiwal Balonowy, który odbędzie się w dniach 6-8 sierpnia, zapowiada się niezwykle widowiskowo. W górę poszybują dziesiątki balonów, a wieczorami będzie można podziwiać efektowne pokazy nocnych iluminacji. Na uczestników czekać będą także liczne atrakcje towarzyszące, strefy relaksu i wydarzenia dla całych rodzin. Kulmi-

nacyjnym punktem festiwalu z pewnością będzie Nocna gala, w trakcie której czas balonów podświetlane będą strumieniami ognia w rytm muzyki.

Trzy dni atrakcji, program wypełniony po brzegi, kilka stref i scen, do tego stoiska jarmarkowe i strefa zabaw dla najmłodszych. Żagle Szczecin 2026, które odbędą się w Szczecinie w dniach 14-16 sierpnia, to jedna z największych i najbardziej widowiskowych imprez żeglarskich w Polsce, przyciągająca do miasta załogi żaglowców, miłośników morza oraz tysiące widzów. Żagle Szczecin to cykliczna impreza żeglarska organizowana nad Odrą, podczas której można zobaczyć żagłowce i jednostki historyczne, wziąć udział w wydarzeniach portowych oraz - w wybranych przypadkach - popłynąć w rejs wybranymi jednostkami. Miejsce? Wały Chrobrego i Łasztownia.

W Borne Sulimowu trwają przygotowania do tegorocznego Zlotu Militarnego „Gąsienice i podkowy”, który jak o roku przyciągnie miłośników historii, wojskowości i militariów z całej Polski. W programie zaplanowane są m.in. pokazy sprzętu wojskowego, przejazdy pojazdów militarnych, rekonstrukcje historyczne oraz atrakcje dla całych rodzin. Wydarzenie to zaplanowano w dniach 13-16 sierpnia.

Festiwal Światła łączy sztukę nowoczesną z przestrzenią miejską. Poprzez zastosowanie laserów, projekcji, światła LED i efektów dźwiękowych tworzy się niepowtarzalny spektakl, który działa na wyobraźnię i emocje widzów. W pierwszej połowie września w Szczecinku odbędzie się kolejna edycja tego wydarzenia.

REKLAMA

0011542247

„Polska kuchnia na nowo”

Rodzinne bistro, w którym poczujecie się jak w domu.



Zapraszamy od wtorku do soboty od 13:00 do 20:00, a w niedziele od 13:00 do 18:00

Ale Ziółko!
BISTRO

☎ 881 425 252
 📍 Bukowa 29, Koszalin
 📱 Bistro „Ale Ziółko”



REKLAMA

0011542249

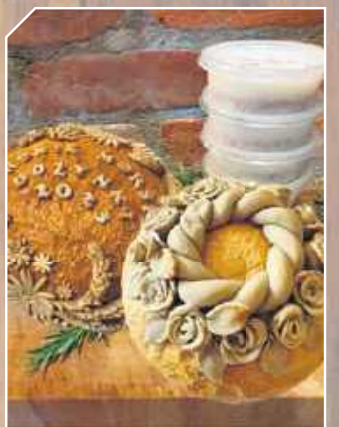


DOM WESELNY I SKANSEN W USTRONIU MORSKIM

ul. Kołobrzeska 15 | tel. 781 975 572 | e-mail: skansenustronie@gmail.com | www.salaweselnaustroniemorskie.pl



- ➔ Całoroczna gospoda z tradycyjnym jadłem
- ➔ Biesiadne wieczory przy grillu z muzyką
- ➔ Warsztaty piekarskie
- ➔ Skansen z elementami muzealnymi:
 - 140-letni piec chlebowy
 - Działające żarna
 - Krajalnice
 - Dochówki do wypieku pieczywa
- i inne
- ➔ Tradycyjne pieczywo i ciasta
- ➔ Imprezy okolicznościowe, tel. 888 953 360
- ➔ Sala weselna
- ➔ Ogród



Jedną z imprez, podczas, której można spróbować regionalnych smaków jest Festiwal Słowian i Wikingów

Zachodniopomorskie smaki to wyjątkowy koktajl. Poznaj regionalne potrawy



Okazją by spróbować regionalnych smaków są Jarmarki



Zagroda Jamneńska zaprasza w wakacje

KUCHNIA

Wakacje to świetna okazja by poznawać nowe smaki. Podpowiadamy wam, czego powinniście spróbować odwiedzając Zachodniopomorskie.

#Joanna Boroń

Mieszkańcy Pomorza Zachodniego pochodzą z różnych zakątków Polski. Ich przodkowie przybywali tutaj, kiedy po wojnie zmieniły się granice. Napływającą na Pomorze Zachodnie ludność stanowili przeważnie osadnicy z centralnej Polski, ale także ludność z dawnych wschodnich terenów naszego kraju. Na te ziemie przywieźli też swoje potrawy. Nie bez znaczenia jest też wyjątkowy klimat tych ziem.

Pomorze Zachodnie może pochwalić się produktami wytwarzanymi zgodnie z dawnymi recepturami, które zostały wpisane na Listę Produktów Tradycyjnych. Część z nich, poprzez udział w lokalnych konkursach, wystawach czy jarmarkach rozpoznawalna jest od lat na naszym kulinarnym rynku, część zacytujemy dopiero odkrywając na nowo. Na liście dominują produkty z kategorii: miody, napoje, wyroby piekarnicze czy warzywa i owoce, ale nie brakuje również produktów rybołówstwa, gotowych dań oraz produktów mięsnych. Wszystkie świadczą o historii tego regionu i jego mieszkańcach.

Zachodniopomorskie produkty regionalne to połączenie tradycji rybackich, kresowych i pomorskich, z których najsłynniejsze to Paprykarz Szczeciński, pasztecik szczeciński, wędzone węgorze oraz miody



Paprykarz Szczeciński jest najbardziej znanym smakiem

drahimskie. Region słynie z przetwórstwa ryb, wypieku tradycyjnych chlebów (np. ko-przywieński) oraz wyrobów mięsnych, w tym gęsiny.

Miody na liście produktów regionalnych zajmują wyjątkową pozycję. Najbardziej znany jest Miód Drahimski. Pszczelarstwo było przez stulecia jednym z tradycyjnych zajęć miejscowej ludności. W starostwie drahimskim i okolicy, jak podają źródła bartników było jedenastu, każdy z nich na rzecz Drahimia dawał pół kłody miodu na rok. Ponad dziewięćset pszczelich rodzin zbierało nektar z Puszczy Drawskiej. Dziś teren ten leży w obrębie Drawskiego Parku Krajobrazowego, obfituje w bogactwo wszelkiej roślinności i niezliczoną ilość pożytków pszczelich. Znajdują się tutaj ogromne wrzosowiska, piękne aleje starych lip, akacjowe zagajniki i barwiące krajobraz na żółto i czerwono

uprawy rzepaku i gryki. Blisko dwustu pszczelarzy pozyskuje miód, zachowując tradycję tego ginącego już zawodu. Dzięki tradycji własnej oraz niezwyklej czystości środowiska i wyjątkowej trosce o rodziny pszczele, miód ten jest najwyższej jakości.

Na liście regionalnych smaków zabraknąć nie może paprykarza szczecińskiego. Receptura powstała w 1965 roku podczas dalekomorskich połowów. Początkowo jego głównym składnikiem było mięso z różnych gatunków afrykańskich ryb, pulpa pomidorowa sprowadzana z Bułgarii, Węgier i Rumunii, ostra afrykańska papryczka - pima, warzywa i przyprawy.

Na liście produktów regionalnych jest i Śledzik kołobrzewski. Głównym składnikiem do przygotowania śledzika kołobrzewskiego jest śledź bałtycki, który poddawany jest specjalnemu procesowi marynowa-

nia. Znajdziecie go w karcie lokalnych restauracji.

Wśród różnorodności i charakterystycznych gatunków ryb występujących w jeziorach Pojezierza Drawskiego, obok szczupaków, węgorzy, leszczy, od dawna wymieniana jest także sielawa.

Tuż po wojnie, kiedy ww. teren był zasiedlany przez ludność napływową, sielawę nazywano małą sieją, od niemieckiej nazwy „kleine Maräne”. Sielawy jest coraz mniej i występuje od połowy maja do końca września. Wciąż jednak najczęściej występuje jej i odławia się w jeziorach: Pile, Drawsko, Siecin, Komorze i Lubie. Nieprzerwanie od prawie siedemdziesięciu lat ludność Pojezierza Drawskiego wykorzystuje ten smaczny, naturalnie występujący surowiec, poddając sielawę wędzeniu według tradycyjnej receptury.

Na terenie Pyrzyce, w tym również pobliskiej wsi - Przele-

wice, tradycja wyrobu różnych wędlin przetrwała do czasów nam współczesnych. Dobrze znanym wyrobem wędliniarskim z tamtego terenu był wędzony udziec wieprzowy z Przelewic. Na Pomorze Zachodnie przepis na ten produkt przywieziony został z okolic Wielunia. Jakość i niepowtarzalny smak wędzonego udźca znany jest nie tylko lokalnej społeczności pyrzyckiej, ale poprzez udział w licznych targach, wystawach i konkursach, także innym mieszkańcom województwa zachodniopomorskiego.

Dawniej w kuchni pomorskiej często wyczuwalnym smakiem był aromat chmielowo-słodowy pochodzący z piwa. W XVI wieku ten alkoholowy trunek pełnił ważną rolę w każdym szczecińskim domu. Był nie tylko podstawowym napojem gaszącym pragnienie, ale również bazą do przygotowywania różnego rodzaju potraw, m.in. zup. Obecnie do tradycji wytwarzania zup piwnych na terenie województwa zachodniopomorskiego powrócili mieszkańcy wsi Bęczna w gminie Łobez.

Pisząc o tradycyjnych smakach zapomnieć nie można o paszteciku. Historia pasztecika szczecińskiego sięga końca lat 60. XX wieku. Ówczesna Szczecińska Spółdzielnia Społem otrzymała w 1969 roku z radzieckiego demobilu maszynę służącą do wyrabiania „pierożków”. W radzieckich jednostkach wojskowych służyła w razie nagłej potrzeby do wyżywienia żołnierzy. Fabryczna nazwa maszyny to „Automat do przygotowania pierożków”. Aby produktowi nadać polską nazwę, pracownicy WSS Społem w Szczecinie

wymyślili nazwę „pasztecik”, która lepiej przystawała do charakteru wyrobu z ciasta drożdżowego nadziewanego zmielonym farszem mięsnym. Receptura pasztecika szczecińskiego oparta jest tylko na naturalnych składnikach i naturalnych metodach dojrzewania ciasta drożdżowego. W tradycyjnie produkowanych pasztecikach nie występują żadne zamienniki surowców naturalnych. Tajemnica receptury kryje się w odpowiednich proporcjach i odpowiednim sposobie ich mieszania, które kulturowane są od samego początku powstania pierwszego pasztecika na początku lat siedemdziesiątych.

Przegląd regionalnych smaków wpisanych na listę produktów regionalnych, kończymy słodkim akcentem - szczecińskimi pierniczkami. Tradycję wypiekania pierników na terenie województwa zachodniopomorskiego datuje się już od roku 1845.

Ten słodko-korzenny produkt wypiekany jest w charakterystycznych kształtach związanych najczęściej z tematyką morską: statków, marynarzy, mew, ryb, kotwic, żaglówek, lartni itd. Pierniki wykończone są polewą cukrową lub kuwaturą czekoladową. Tak przygotowane podawane są na stoły podczas różnych świąt, jarmarków czy konkursów.

Świetną okazją by spróbować zachodniopomorskich smaków są organizowane w całym regionie jarmarki - na straganach królują przetwory przygotowane przez lokalnych przedsiębiorców czy koła gospodyń wiejskich, które kultuwają tradycje kulinarne.

Jednym z takich wydarzeń jest Jarmark Jakubowy.

REKLAMA

0011543670



Jeden z najstarszych browarów w Polsce, warzący piwo nieprzerwanie od 1825 roku, ulokowany jest w otulinie Ścisłego Rezerwatu Przyrody, obszaru NATURA 2000, którego sercem jest Dolina Pięciu Jezior.

Na uczestników zlotu czekać będą kultowe **POŁCZYŃSKIE PIWA** – warzone od pokoleń na naturalnej wodzie artezyjskiej w zabytkowym Browarze Połczyn-Zdrój!



www.browarpolczyn.pl

BROWAR POŁCZYN

STRATEGICZNYM PARTNEREM
XXVIII ZŁOTU POJAZDÓW MILITARNYCH
W MALECHOWIE!



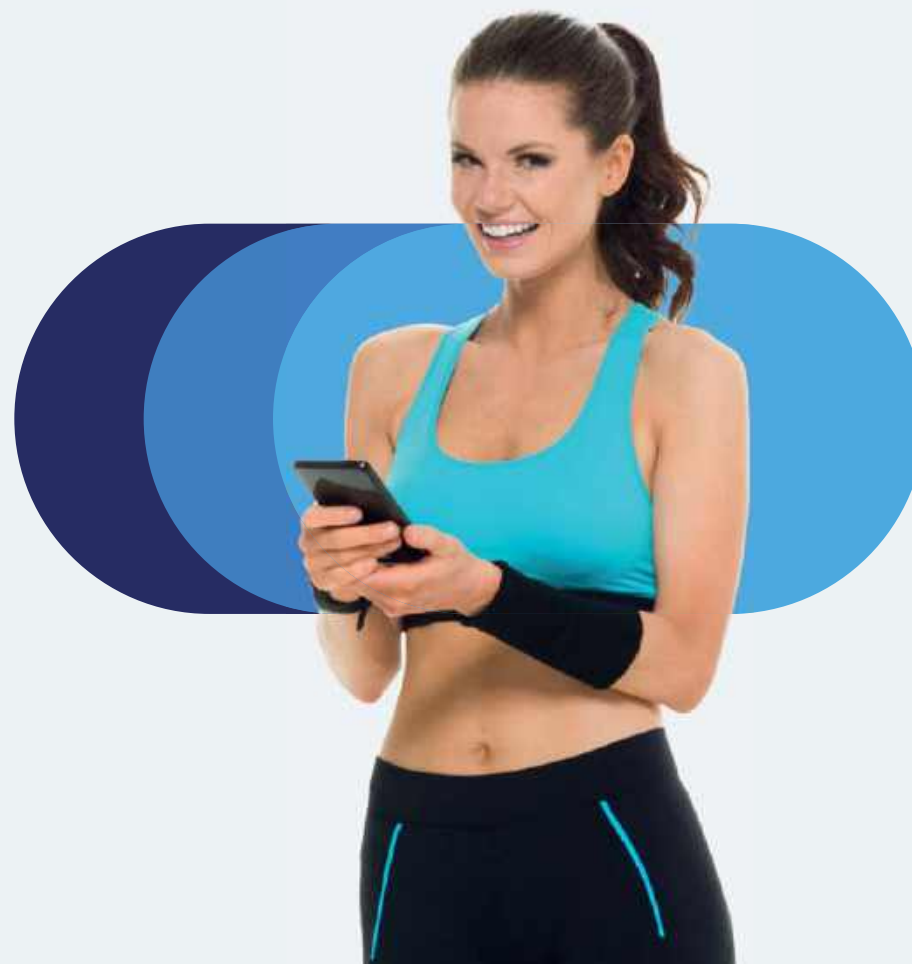
AUTOREKLAMA

0011545717

Polecamy →

strona
zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

Dzięki temu unikniesz niepotrzebnego stresu i będziesz mógł w pełni cieszyć się słonecznym dniem

Poradnik plażowicza. Co zabrać ze sobą na plażę? O tym musisz pamiętać!



Zobacz nasz praktyczny poradnik!



Pamiętaj o tych kilku podstawowych rzeczach

PORADNIK PLAŻOWICZA

Wyjazd na plażę to doskonały sposób na relaks i odpoczynek, jednak warto odpowiednio się do niego przygotować.

#Natalia Sobierajska

Wybierasz się na plażę? Dobre przygotowanie sprawi, że dzień nad wodą będzie przyjemny i bezpieczny. Oto praktyczna lista rzeczy, o których warto pamiętać.

NAJWAŻNIEJSZA JEST OCHRONA PRZED SŁOŃCEM

Przede wszystkim pamiętaj o ochronie przed słońcem. W torbie plażowej nie powinno zabraknąć kremu z odpowiednim filtrem SPF, który skutecznie ochroni skórę przed szkodliwym działaniem promieniowania UV. Osoby o jasnej i wrażliwej skórze powinny wybierać preparaty z filtrem SPF 50 lub 50+, natomiast dla ciemniejszej karnacji odpowiedni może być filtr SPF 30. Warto zwrócić uwagę, aby kosmetyk zapewniał ochronę zarówno przed promieniowaniem UVA, odpowiedzialnym za przyspieszone starzenie się skóry, jak i UVB, które powoduje oparzenia słoneczne.

Na rynku dostępnych jest wiele rodzajów preparatów ochronnych. Największą popularnością cieszą się klasyczne kremy do opalania, które dobrze sprawdzają się na twarzy i całym ciele. Osoby aktywne mogą sięgnąć po lekkie mleczka lub emulsje, które szybko się wchłaniają i nie pozostawiają tłustej warstwy. Coraz częściej wybierane są również spraye ochronne, umożliwiające szybkie i wy-



Ciesz się słońcem bez zmartwień

godne nakładanie produktu nawet na trudno dostępne miejsca. Dla dzieci oraz osób z bardzo wrażliwą skórą polecane są filtry mineralne, które tworzą na powierzchni skóry ochronną barierę odbijającą promienie słoneczne.

Należy pamiętać, że jednorazowe nałożenie kremu nie zapewni ochrony przez cały dzień. Preparat warto aplikować około 20-30 minut przed wyjściem na słońce, a następnie ponawiać aplikację co 2-3 godziny oraz po każdej kąpieli, nawet jeśli producent deklaruje wodoodporność produktu.

Oprócz kosmetyków ochronnych warto zabrać ze sobą okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV400, które zabezpieczą wzrok przed szkodliwym promieniowaniem, oraz nakrycie głowy, takie jak czapka z daszkiem, kapelusz lub chusta. Dzięki temu zmniejszysz ryzyko po-

parzeń słonecznych, przegrzania organizmu oraz udaru cieplnego, które mogą skutecznie zepsuć nawet najprzyjemniejszy dzień na plaży.

WYGODNY WYPOCZYNEK

Równie ważne jest zapewnienie sobie komfortu podczas wypoczynku. Duży ręcznik, koc lub mata plażowa pozwolą wygodnie rozłożyć się na piasku. Jeśli planujesz spędzić na plaży wiele godzin, dobrym rozwiązaniem będzie także parawan lub namiot plażowy, który zapewni odrobinę cienia i ochronę przed wiatrem.

Podczas upalnych dni organizm szybko traci wodę, dlatego nie zapominaj o odpowiednim nawodnieniu. Zabierz ze sobą zapas wody mineralnej oraz lekkie przekąski, takie jak owoce, kanapki czy batony zbożowe. W przypadku dłuższego pobytu przyda się również torba termiczna, która po-

może utrzymać świeżość jedzenia i napojów.

Jeżeli planujesz kąpiele, koniecznie spakuj strój kąpielowy, klapki oraz dodatkowy ręcznik do osuszenia po wyjściu z wody.

Dobrym pomysłem jest także zabranie wodoodpornego worka na mokre ubrania, dzięki czemu pozostałe rzeczy w torbie pozostaną suche.

Nie zapomnij również o najważniejszych drobiazgach. Telefon komórkowy, dokument tożsamości, karta płatnicza lub niewielka ilość gotówki mogą okazać się niezbędne. Warto zabezpieczyć elektronikę i dokumenty w wodoodpornym etui, które ochroni je przed wilgocią i piaskiem.

PAMIĘTAJ O BEZPIECZEŃSTWIE

Rodziny z dziećmi powinny dodatkowo pamiętać o odpowiednim przygotowaniu najmłodszego do pobytu na plaży. Warto zabrać ze sobą zabawki

do piasku, takie jak łopatkę, wiaderka czy foremki, które zapewnią dzieciom wiele godzin kreatywnej zabawy. Niezbędny będzie również zapas ubrań na zmianę, ponieważ mokry strój kąpielowy lub ubrudzone piaskiem ubrania mogą szybko obniżyć komfort malucha. Przydatne okażą się także chusteczki nawilżane, które pomogą oczyścić ręce przed jedzeniem lub usunąć piasek z twarzy i ciała.

Podczas całodziennego pobytu na plaży warto zadbać o odpowiednią ilość przekąsek i napojów. Owoce, kanapki, musy owocowe czy zdrowe batoniki pozwolą szybko zaspokoić głód, a regularne picie wody ochroni dziecko przed odwodnieniem. Dobrym rozwiązaniem jest również zabranie torby termicznej, dzięki której jedzenie i napoje zachowają świeżość nawet podczas wysokich temperatur.

Dla najmłodszych przydadzą się także rękawki, koła ratunkowe lub kamizelki wypornościowe, które zwiększają bezpieczeństwo podczas zabawy w wodzie. Należy jednak pamiętać, że żadne akcesoria nie zastąpią stałej opieki osoby dorosłej. Dzieci powinny zawsze pozostawać pod czujnym nadzorem rodziców lub opiekunów, szczególnie podczas kąpieli.

Nie można zapominać również o ochronie przed słońcem. Dziecięca skóra jest wyjątkowo delikatna, dlatego warto stosować kremy z wysokim filtrem SPF 50+, regularnie je reaplikować oraz zadbać o lekkie nakrycie głowy i przewiewną odzież. W godzinach największego nasłonecznienia dobrze jest zapewnić dziecku miejsce w cieniu, na przykład pod parasolem

lub namiotem plażowym. Dzięki odpowiedniemu przygotowaniu rodzinny dzień na plaży będzie nie tylko przyjemny, ale przede wszystkim bezpieczny.

Na koniec warto spakować niewielką apteczkę, która może okazać się niezwykle przydatna podczas pobytu na plaży. Powinna zawierać podstawowe środki opatrunkowe, takie jak plastry, bandaż elastyczny oraz środek do dezynfekcji ran. Warto również zabrać preparat łagodzący skutki ukąszeń owadów, środek przeciwbólowy i oparzenia słoneczne, na przykład leki przyjmowane na stałe przez członków rodziny.

Dobrym pomysłem jest wyposażenie apteczki w żel lub piankę łagodzącą podrażnienia i oparzenia słoneczne, na przykład preparat z aloesem lub pantenolem. Dzięki temu szybko przyniesiesz ulgę skórze, jeśli mimo stosowania filtrów dojdzie do zacerwienia. Przydatne mogą okazać się również krople do oczu, które pomogą złagodzić podrażnienia wywołane przez piasek, wiatr czy słoną wodę.

Osoby spędzające czas aktywnie powinny pomyśleć o środkach na stłuczenia i drobne urazy, takich jak chłodzące kompresy lub maści przeciwozryźkowe. Tak wyposażona apteczka nie zajmie wiele miejsca w bagażu, a może okazać się nieocenioną pomocą w przypadku drobnych urazów, nagłego pogorszenia samopoczucia czy innych nieprzewidzianych sytuacji. Dzięki temu wypoczynek będzie nie tylko przyjemny, ale również bezpieczny dla całej rodziny. Dobrze przygotowana torba plażowa to gwarancja udanego wypoczynku.

AUTOREKLAMA

0011545715

RELACJE KOMENTARZE WYNIKI

SPORTOWY24

sportowy24.pl

Myślisz, że znasz już wszystkie atrakcje polskiego wybrzeża?

Ciekawostki o Pomorzu i Bałtyku. Rekiny przy polskim wybrzeżu i inne niespodzianki



Ruiny kościoła w Trzemeszynie



Kamienne kręgi

CEKAWOSTKI

Pomorze to nie tylko świetne miejsce na letnie wakacje czy urlopy. O każdej porze roku region jest pełen niespodzianek i pozytywnych zaskoczeń.

#Emil Hoff

Myślisz, że znasz już wszystkie atrakcje polskiego wybrzeża? Że miasta i przyroda Pomorza Zachodniego już cię niczym nie zaskoczą? Że głębie Bałtyku nie kryją już przed wami tajemnic? Udowodnię ci, że się mylisz.

By zachęcić cię do zwiedzania i poznawania niezwykłego polskiego wybrzeża, wybrałem kilka niesamowitych faktów o miastach, przyrodzie i atrakcjach województwa pomorskiego i zachodniopomorskiego, a także o samym Bałtyku, które cię zaskoczą i zadziwią.

TAJEMNICZE KAMIENNE KRĘGI

W miejscowościach Węsiory i Odry turyści mogą obejrzeć tajemnicze kamienne kręgi, jedyne takie w Polsce. Prawdopodobnie wzniesli je Goci i Gepidowie w pierwszych wiekach naszej ery jako miejsca spotkań rad plemiennych i pochówku elity. Kręgi w Węsiorach nazywane bywały nawet Polskim Stonehenge.

DWA TRÓJMIASTA

Chociaż wszyscy słyszeli o Trójmieście, czyli połączonej aglomeracji Gdańska, Gdyni i Sopotu, nie każdy wie, że w Pomorskiem jest jeszcze drugie Trójmiasto, tzw. Małe Trójmiasto Kaszubskie, na które składają się Wejherowo, Rumia i Reda.



Słynny Dar Pomorza

BAŁTYK ZABIERA NAM ZIEMIĘ

Brzegi Bałtyku erodują, a morze wdziera się w głąb Polski. Co roku morze zabiera ok. 50 ha ziemi. Przykładem wdzierania się Bałtyku w głąb lądu są słynne ruiny kościoła w Trzemeszynie. Wzniesiono go XV w., wówczas w odległości ok. 2 km od brzegu morza. Dziś kościół stoi tak blisko wody, że połowa ścian zawałała się i wpadła do Bałtyku.

POLSKA IBIZA

Latem Mieleno zamienia się w jedno z najbardziej imprezowych miejsc nad Bałtykiem – często mówi się o nim żartobliwie „polska Ibiza”. W sezonie przyciąga tłumy młodych ludzi, koncerty plenerowe i nocne imprezy, które trwają do rana, podczas gdy zaledwie kilka ulic dalej można znaleźć spokojne, rodzinne plaże.

Co ciekawe, Mieleno leży między Morzem Bałtyckim a je-

ziorem Jamno, więc można tam w jeden dzień pływać zarówno w morzu, jak i w jeziorze. Taka lokalizacja sprawia, że miejscowość jest popularna nie tylko wśród plażowiczów, ale też wśród miłośników sportów wodnych, takich jak windsurfing czy kajaki.

PIERWSZY POLSKI STATEK, KTÓRY OPŁYNAŁ ZIEMIĘ

Pierwszym statkiem, który pod polską banderą opłynął całą planetę, jest słynny Dar Pomorza, okręt-muzeum, który można zwiedzać w Gdyni. Wyprodukowano go w Niemczech, a w polskich reках jest od 1929 r. Zakupiono go do celów szkoleniowych dla Szkoły Morskiej w Gdyni. Dar Pomorza odbył 103 rejsy szkolne po całym świecie, a od 1983 r. jest pływającym muzeum jako jeden z oddziałów Centralnego Muzeum Morskiego w Gdańsku.

NAJDŁUŻSZY BUDYNEK MIESZKALNY W POLSCE

Jeśli lubicie ciekawostki budowlane, w czasie wycieczki po Gdańsku koniecznie musicie zobaczyć tzw. falowiec, czyli najdłuższy blok mieszkalny w Polsce. Znajduje się w dzielnicy Przymorze, przy ul. Obrońców Wybrzeża. Ma aż 860 m długości.

POLSKI DUBAJ W JAROSŁAWCU

Sztuczna plaża w Jarosławcu, nazywana Polskim Dubajem, to największa tego rodzaju plaża w Europie. Ma powierzchnię ok. 5 ha. Plaża jest zbudowana bardzo solidnie i może przetrwać każdy sztorm. Otaczają do ponadto malowniczy klif.

PRAWDZIWA POLSKA WENECJA

Kilka miast w Polsce pretenduje do miana naszej rodzimej Wenecji z uwagi na ładne kanały czy nadbrzeżne promenady. Tymczasem tytuł prawdziwej

polskiej Wenecji przysługiwać powinien tylko Świnoujściu. To jedyne miasto w Polsce położone w całości na wyspach: Wolin, Uznam, Karsibór i niemal 40 pomniejszych.

BAŁTYK NAJMLĘDSZYM MORZEM NA ŚWIECIE

Bałtyk to najmłodsze morze na świecie. Powstał zaledwie ok. 12 tys. lat temu po wycofaniu się lądolodu i stopnieniu lodowców. Woda zalała wówczas doliny i równiny, porośnięte gęstym lasem. Skamieniała żywica drzew, leżących do dziś na dnie Bałtyku, nazywana jest bursztynem. Bałtyk ma powierzchnię nieco większą od Polski: ok. 377 tys. km kwadratowych (Polska liczy 322 tys.).

TSUNAMI NA BAŁTYKU

Jeśli myślicie, że tsunami na Bałtyku pojawia się tylko w koszmarnych snach turystów, którzy przejeżdżali się goframi, jesteście w błędzie. Wiadomo przynajmniej o jednym bałtyckim tsunami. W 1497 r. woda wdarła się aż na 1400 m w głąb lądu. Zdarzenie opisał mnich-kronikarz z Darłowa, potwierdziły je też badania podziemnych osadów piasku morskiego. Nie wiadomo, co było przyczyną niszczycielskiej fali. Możliwe, że miało miejsce podziemne trzęsienie ziemi lub usunięcie się dużej części klifu gdzieś w Skandynawii.

REKINY W BAŁTYKU

W Bałtyku występują trzy gatunki rekinów, na szczęście żaden nie jest groźny dla ludzi. Żarłacz śledziowy (na zdjęciu) dorasta do 3 m długości i 200 kg wagi. Trzyma się jednak głębin i nie zapuszcza blisko plaż. Koleń to mniejszy rekin, dorasta do 160 cm długości i waży do 9

kg. Rekinek psi to wprawdzie żarłacz, ale mały, do 75 cm długości, zupełnie niegroźny dla ludzi.

OKRĘT Z ORDEREM

ORP Błyskawica, który także można oglądać w Gdyni, to bohater wojenny, odznaczony Krzyżem Złotym Orderu Wojennego Virtuti Militari (okręty mają status prawny osób, dlatego mogą podlegać karom i zaszczytom). ORP Błyskawica otrzymał order za swoje zasługi w walkach morskich w czasie II wojny światowej (w kampanii wrzesniowej, walkach o Narwik i potem na Morzu Śródziemnym).

NAJDŁUŻSZE MOŁO EUROPY

Moło w Sopocie jest nie tylko piękne, ale też rekordowe. Drewniany pomost ma długość 511,5 metra w głąb Zatoki Gdańskiej, co czyni go najdłuższym mołem nad Morzem Bałtyckim i jednym z najdłuższych w Europie. Jego historia sięga jednak znacznie dalej niż obecna konstrukcja – pierwsze drewniane moło w Sopocie powstało już w 1827 roku jako niewielki pomost spacerowy.

Na przestrzeni lat obiekt był wielokrotnie przebudowywany i wydłużany, a jego obecny kształt ukształtował się na początku XX wieku. W 1910 roku osiągnął długość zbliżoną do dzisiejszej, choć wygląd i konstrukcja były wtedy inne niż obecnie. Spacerując po moło, można podziwiać panoramę Zatoki Gdańskiej, a przy sprzyjającej pogodzie nawet poczuć morską bryzę daleko od brzegu. To jedno z tych miejsc, które szczególnie przyciąga turystów o zachodzie słońca, kiedy widok na morze tworzy wyjątkowy klimat.

REKLAMA

0011538136

**FORUM**
KOSZALIN

U nas jest wszystko!

**HalfPrice**
Great brands**TKmaxx****NEWYORKER***MediaMarkt* **Kaufland****castorama****Multikino****MOHITO****RITUALS...****SEPHORA****PANDORA****RESERVED****iSpot** Premium Reseller**DECATHLON****TOUS****ZDROFIT**
WIĘCEJ NIŻ FITNESS**POPEYES**

#rowerynaforumkręć kilometry!

Pobierz aplikację i poznaj najpiękniejsze nadmorskie trasy rowerowe.



Google play



App store



HOSSOLAND

Niesamowita atrakcja dla rodzin spędzających wakacje nad morzem



ZESKANUJ
KOD QR
I KUP BILET
ONLINE



RODZINNE
ATRAKCJE



NIEZAPOMNIANE
EMOCJE



LETNIA
PRZYGODA