dziś **SPORTOWY24**

- **Piłkarze Motoru i Górnika** walczyli o punkty na własnych stadionach **str. 18**
- **Dzisiaj pierwszy mecz** siatkarzy Bogdanki LUK w półfinale PlusLigi **str. 21**
- **Zmarł Jacek Magiera,** drugi trener reprezentacji Polski **str. 22**

kurier lubelski

Poniedziałek 13.04.2026 I Nr. 44 (18.220) I Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) I **www. kurierlubelski.pl**

Które sanatorium wybrać? Ranking najlepszych placówek finansowanych z NFZ **str. 13**

FOT. ADAM JANKOWSKI

Tusk: „Piątka Putina". Wskazuje działania też w Polsce i uderza w PiS **str. 6**

Nieudane negocjacje USA i Iranu. Pakistan nadal chce mediować **str. 8**

FOT. EAST NEWS

FOT. MAŁGORZATA GENCA

LUBLIN

Zalew Zemborzycki przejdzie lifting. Piesi nie będą się już potykać idąc nabrzeżem **str. 4**

Historie kobiet, które uciekły przed przemocą

W Specjalistycznym Ośrodku Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej w Lublinie dostały poczucie bezpieczeństwa i czas, by poukładać życie od nowa **str. 4**

Nr ISSN 2353-6136 Nr indeksu 350-32X

Czy gorzka czekolada jest zdrowa i pomaga się odchudzać? **str. 12**

DROGI BUDOWA TRASY S19 W DECYDUJĄCEJ FAZIE

Kierowcy muszą się uzbroić w cierpliwość

Artur Jurkowski
Lubelskie

Prace na trasie S19 między Lublinem a Lubartowem są na półmetku. GDKKiA zapewnia, że wszystko przebiega zgodnie z planem. W Wandzinie pojawiło się drogowe wahadło. Ruchem będzie sterować przez najbliższych kilka tygodni.

To zmiana, z której kierowcy nie będą zadowoleni. Chodzi o nową organizację ruchu na „dziewiętnastce" z Lublina do Lubartowa.

– W rejonie wiaduktów w Wandzinie wprowadzono ruch wahadłowy. Zmiana organizacji ruchu ma związek z budową trasy S19, a konkretnie przebudową DK19 i budową nowego śladu „krajówki" w tym miejscu oraz włączeniu go do starodroża – informuje Łukasz Minkiewicz, rzecznik prasowy lubelskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad.

Oznacza to, że kierowcy pojadą fragmentem nowo wybudowanej trasy pod wiaduktem drogowym (też nowo powstały) znajdującym się w sąsiedztwie wiaduktu kolejowego.

W ciągu dnia ruchem „na wahadle" będą ręcznie sterować pracownicy.

– Chodzi o to, aby mogli na bieżąco reagować na sytuację na drodze – mówi Minkiewicz.

Ok. godz. 17-18 włączana ma być automatyczna sygnalizacja świetlna. Będzie działać przez całą noc, do godzin porannych.

– Utrudnienia potrwają kilka tygodni – zapowiada Minkiewicz.

Ile dokładnie, nie wiadomo, ale wszystko będzie zależało od warunków atmosferycznych, które mają kluczowe znaczenia dla tempa realizacji robót drogowych.

Pierwsze prace przy budowie trasy S19 ruszyły w grudniu 2024 r. Teraz wchodzą w decydującą fazę.

– Prace zaawansowane są w ok. 50 procentach. Inwestycja przebiega zgodnie z przyjętym harmonogramem – przekonuje Minkiewicz.

Odcinek między Lublinem (węzeł Rudnik) a Lubartowem (węzeł Lubartów Północ) ma 23 km długości. Trasa będzie miała dwie jezdnie, każda z dwoma pasami ruchu. Kontrakt opiewa na 835,7 mln zł, co oznacza, że budowa kilometra trasy kosztuje średnio 36,3 mln zł.

Czytaj str. 4

FOT. GDDKiA

GDDKiA oddanie trasy do użytkowanie planuje na przełomie 2027 i 2028 roku

eprasa.pl 9caab90072

AUTOPROMOCJA 0111228868

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

W środę w Kurierze **Strefa Biznesu**

Wzrost kosztów i dłuższe kolejki. Szpitale szykują się na turbulencje kadrowe ● Na kolei podaż nie nadąża za popytem

O BOOMIE TURYSTYCZNYM

Krzysztof Cugowski

Ze względu na swój zawód bardzo dużo podróżuję nie tylko po Polsce i dlatego zawsze się dziwiłem, że Lublin mający naprawdę ogromne walory turystyczne był jednak na uboczu tego całego biznesu.

To wszystko jest oczywiście biznes. Tak jak ze wszystkim. Dlatego sprawa reklamy i promocji produktu jest rzeczą podstawową. Jednak od wielu lat, myślę o Polsce w całości, przeżywamy boom turystyczny. To oczywiście dotyczy także Lublina.

W przypadku naszego miasta nie jest to taka skala jak w Krakowie, który jest regularnie „zadeptywany", ale to akurat dobrze. Bardzo bym sobie nie życzył, aby podobny los spotkał Lublin. Miejmy nadzieję, że nas to nie czeka, bo to co się dzieje w Krakowie jest kompletnie nie do przyjęcia.

Wracając jednak do sprawy Lublina, to trzeba przede wszystkim zwrócić uwagę, że przez ostatnie dwadzieścia lat miasto bardzo się zmieniło i nie mam na myśli tylko infrastruktury, jak na przykład drogi.

Do tego mamy mnóstwo walorów turystycznych. Nasze Stare Miasto ma oryginalny charakter i jest najbardziej zachowane w swojej formie. Mamy absolutne zabytki jak Kaplicę Trójcy Świętej i Basztę na Zamku Lubelskim.

Po drugie Lublin, chociaż często sami nie zdajemy sobie z tego sprawy, jest bardzo ciekawie położony. Wzgórza, pagórki, dolinki to też czyni go bardzo atrakcyjnym. Tych walorów jest bardzo dużo. Również pod względem historycznym. Lublin jest też miastem dość spokojnym i ludzie, którzy wybierają jakieś miejsca turystyczne, też biorą ten aspekt pod uwagę.

Dlatego wiele lat temu dziwiłem się dlaczego Lublin znajdował się na uboczu, a inne miasta, mniej atrakcyjne, jednak były bardziej popularne. Teraz to się zmieniło. Jestem z tego powodu bardzo szczęśliwy i dumny, bo jest to moje miasto rodzinne, więc jakiekolwiek jego sukcesy, a zwłaszcza tego typu, są mi bliskie sercu.

ROZMOWA DNIA

Sztuczna inteligencja zatrudnia ludzi, na razie eksperymentalnie

Mira Suchodolska
(PAP)

Platformy takie jak Rent-a-Human pozwalają algorytmom zlecać ludziom zadania. Co to oznacza - mówi dr Alek Tarkowski, socjolog i badacz świata cyfrowego.

W lutym tego roku pojawiła się platforma Rent-a-Human, która pozwala sztucznej inteligencji wynajmować ludzi do wykonywania zadań. Czy to nowy etap gospodarki cyfrowej?
Z jednej strony mamy tu nowość - pojawia się koncepcja, w której to nie człowiek zleca pracę, lecz agent AI, który działa w imieniu człowieka lub półautonomicznie. Z drugiej strony jest to raczej rozwinięcie dobrze znanych modeli, często opartych na wyzysku pracowników. Platformy pracy na żądanie funkcjonują od lat - czy to w formie mikrozleceń, czy usług takich jak transport lub dostawy. Rent-a-Human wpisuje się w ten trend, ale wprowadza nowy element: ukrycie zleceniodawcy za algorytmem.

Jak działa ten model?
W teorii mechanizm jest prosty. Agent AI otrzymuje cel - na przykład zdobycie informacji, weryfikację miejsca albo wykonanie dokumentacji. Ponieważ działa wyłącznie w środowisku cyfrowym, korzysta z platformy, by zlecić wykonanie zadania człowiekowi. Te zadania są różnorodne. Część ma sens ekonomiczny - jak zdobycie dokumentu w archiwum, gdzie trzeba fizycznie się pojawić, albo wykonanie zdjęć nieruchomości. Ale są też zadania eksperymentalne, które pokazują ambicje tego modelu - jak polecenie stania na ulicy z tabliczką „płaci mi AI". To pokazuje, że mamy do czynienia nie tylko z narzędziem biznesowym, ale też z eksperymentem społecznym, który bada, jak ludzie reagują na zlecenia od algorytmu. Trzeba też podkreślić, że to na razie chwyt marketingowy - bardzo mało transakcji naprawdę doszło do skutku.

Człowiek staje się w tym modelu fizycznym „przedłużeniem" sztucznej inteligencji?
To bardzo trafne ujęcie. Dzisiejsze systemy AI są sprawcze w świecie cyfrowym. Ale w pewnym momencie trafiają na granicę: rzeczywistość fizyczną. I wtedy potrzebują człowieka jako interfejsu. Kogoś, kto pójdzie w konkretne miejsce, porozmawia z innymi ludźmi. W tym sensie Rent-a-Human bardzo dobrze pokazuje potencjał, jak i ograniczenia AI.

A kto odpowiada za skutki takiej pracy?
To jest obszar nieuregulowany. Systemy prawne nie nadążają za takimi modelami. Europa próbuje na to odpowiadać poprzez regulacje, takie jak AI Act czy dyrektywy dotyczące pracy platformowej. Kraje takie jak USA raczej nie zechcą tego regulować, zostawiając sprawę wolnemu rynkowi.

FOT. CENTRUM CYFROWE

Do tego dochodzi kwestia wynagrodzeń i rozliczeń - w przypadku tej platformy wyłącznie w kryptowalutach.
To istotny element. Kryptowaluty umożliwiają funkcjonowanie poza tradycyjnymi systemami finansowymi. To oznacza większą elastyczność, ale też mniejszą kontrolę - zarówno podatkową, jak i regulacyjną. W praktyce może to prowadzić do sytuacji, w której powstaje równoległa gospodarka pracy - bez składek, bez zabezpieczeń społecznych, bez przejrzystości.

Czy ostatecznie AI może stać się pracodawcą?
Na obecnym etapie - nie w pełnym sensie. Zawsze gdzieś w tle jest człowiek: projektant, właściciel, inwestor. Natomiast możemy mieć do czynienia z sytuacją, w której ta relacja staje się coraz mniej widoczna. I to jest kluczowe pytanie na przyszłość: co się dzieje, gdy przestajemy widzieć, kto podejmuje decyzje ekonomiczne? Bo wraz z tym znika też możliwość egzekwowania odpowiedzialności i ochrony praw pracowników.

Ja jestem pewna, że jeśli coś jest możliwe, to człowiek to zrobi.
Niewątpliwie, ja z kolei liczę, że uda nam się zachować kontrolę społeczną nad tymi zmianami.

PRZYRODA

Bobrowy sukces i gryzący problem

Dwa dni ciepła wygnało mnie na spacer. Znalazłem kilka miejsc zamieszkanych przez bobry i przecierałem oczy ze zdumienia. Oto bobrza siedziba na górskim potoczku. W najbliższej okolicy nie ocalały wierzby iwy, osiki i olsze. Ba, są nawet świeżo podgryzione czeremchy i młode buki, co świadczy o głodowej desperacji. Widać w niższych położeniach panuje tłok i młode bobry zasiedlają obszary, na które kiedyś nawet by nie spojrzały. Z drugiej strony widzę opuszczone nory i zaniedbane tamy. Wygląda na to, że susza i niskie stany wody przegnały zwierzaki precz. Ot, dziwna kolej rzeczy. Udokumentowana historia bobrów sięga pierwszych Piastów. Władca zatrudniał urzędników zwanych bobrowymi, których głównym zajęciem było zarządzanie bobrzymi matecznikami. Bobry to było bogactwo. Ze skór szyto ekskluzywne futra. Pokryty łuskami ogon pozwał zaliczyć bobra w poczet ryb i smakowitych dań postnych. Resztki włosia szły na pędzle, zaś gruczoł zapachowy zwany strojem bobrowym uważano za panaceum na liczne choroby. Sadło, czyli skrom, leczyło najgorsze rany. Nade wszystko ceniono futra, które stały się przyczyną wytępienia bobrów prawie w całej Europie. U nas gatunek ocalono. Z półtorej setki okazów siedem dekad temu stado wzrosło do ponad stu tysięcy. Sukces i gryzący problem o czym opowiem wkrótce. **Grzegorz Tabasz**

Pogoda w regionie

Dzisiaj
MAX **11°C** MIN **1°C**
Barometr **1024 hPa**
Wiatr **wsch. 17 km/h**
Biomet **korzystny**

Jutro
MAX **13°C** MIN **1°C**

Pojutrze
MAX **12°C** MIN **4°C**

Popojutrze
MAX **15°C** MIN **5°C**

Dziś imieniny obchodzą Ida i Przemysław

PISALIŚMY W KURIERZE

13 kwietnia 1999 r.: Ofiara zazdrości. Konkubent i brat podejrzani o śmiertelne pobicie 24-letniej kobiety
Ostatnio między nimi nie układało się najlepiej. Młoda kobieta od kilku dni nie wracała do domu. Prawdopodobnie znalazła innego mężczyznę i u niego przebywała.
Jej starszy brat i konkubent ustalili miejsce pobytu kobiety. Sobotnio-niedzielnej nocy postanowili sprowadzić ją do rodzinnego domu. Przypuszczalnie w trakcie powrotu kobieta, prowadzona przez swojego brata i konkubenta, została kilkakrotnie uderzona. Prawdopodobnie była pod wpływem alkoholu i parokrotnie upadła na ulicy.
Wczesnym rankiem konkubent zadzwonił na policję informując, że kobieta nie żyje. Ciało przewieziono do chełmskiego prosektorium celem dokonania autopsji.
W poniedziałek Sąd Rejonowy w Chełmie tymczasowo aresztował obu mężczyzn pod zarzutem pobicia ze skutkiem śmiertelnym. Grozi im kara od roku do 10 lat pozbawienia wolności.
Zmarła kobieta osierociła dwoje dzieci, którymi dotąd opiekowali się rodzice. ASZ

KALENDARIUM

1883
Profesorowie Uniwersytetu Jagiellońskiego, Zygmunt Wróblewski i Karol Olszewski, jako pierwsi na świecie dokonali skroplenia azotu.

1967
W Sali Kongresowej w Warszawie odbyły się dwa pierwsze polskie koncerty grupy The Rolling Stones.

1943
W niemieckim ministerstwie spraw zagranicznych odbyła się konferencja prasowa ws.odkrytych w Lesie Katyńskim ofiar zbrodni katyńskiej.

1986
Jan Paweł II jako pierwszy w historii Papież odwiedził rzymską synagogę. Podczas tej historycznej wizyty spotkał się z rabinem Elio Toaffem.

eprasa.pl 9caab90072

nasz REGION

LUBELSKIE
Nowy fotoradar już działa
W miejscowości Liśnik Duży przy DK74 uruchomiono nowy fotoradar. Dozwolona prędkość w miejscu pomiaru wynosi 50 km/h. Z kolei od początku 2026 roku na trasie S17, na obwodnicy Garwolina działa odcinkowy pomiarów prędkości. Obejmuje ponad 6-kilometrowy fragment drogi między węzłami Garwolin Południe i Garwolin Zachód. W styczniu odnotowano tam 6 627 wykroczeń, w lutym 5 334.

FOT. CANARD

GM. OPOLE LUBELSKIE
Slalom na hulajnodze
34-letni mężczyzna został zatrzymany przez drogówkę w Kluczkowicach po tym, jak jadąc hulajnogą elektryczną nie trzymał toru jazdy. Badanie wykazało ponad 2,5 promila alkoholu w organizmie.

POW. ŚWIDNICKI

19-latka wyłudziła milion złotych

76-letni mieszkaniec powiatu świdnickiego padł ofiarą zorganizowanego oszustwa inwestycyjnego. Sprawa, którą prowadzą funkcjonariusze Komendy Powiatowej Policji w Świdniku, ma charakter rozwojowy i może obejmować kolejne osoby.

Sprawa rozpoczęła się dwa lata temu, gdy senior natrafił w mediach społecznościowych na ogłoszenie zachęcające do inwestowania pieniędzy. Wkrótce odezwała się do niego kobieta podająca się za opiekuna inwestycyjnego.

Jak wynika z ustaleń śledczych, pokrzywdzony wielokrotnie przekazywał pieniądze osobom wskazywanym przez kobietę.

Przełom nastąpił dzięki pracy operacyjnej funkcjonariuszy, którzy ustalili, że dojdzie do kolejnej próby przekazania pieniędzy. Tym razem senior przygotował aż 700 tysięcy złotych.

– Dzięki pracy operacyjnej funkcjonariuszy ustalono, że dojdzie do kolejnej próby przekazania gotówki. Tym razem pokrzywdzony przygotował 700 tysięcy złotych. W momencie przekazania pieniędzy 19-letniej kobiecie, policjanci zatrzymali ją chwilę po odebraniu pieniędzy – relacjonuje asp. szt. Elwira Domaradzka.

Zatrzymana 19-letnia kobieta została doprowadzona do Prokuratury Rejonowej w Świdniku, gdzie usłyszała zarzuty udziału w oszustwie. Decyzją sądu została tymczasowo aresztowana na trzy miesiące. ASz

MIEJSCOWOŚĆ

Tragiczny finał poszukiwań

Tragicznie zakończyły się poszukiwania zaginionego 52-letniego mieszkańca gminy Józefów nad Wisłą. Jego ciało zostało odnalezione w piątek na terenie powiatu kraśnickiego. Jego zaginięcie w czwartek (9 kwietnia) zgłosiła rodzina.

– Mężczyzna w dniu 31 marca wyszedł z domu i do niego nie powrócił. Od tego dnia nie kontaktował się również z rodziną – przekazała podkom. Katarzyna Bigos z Komendy Powiatowej Policji w Opolu Lubelskim.

Opolscy policjanci po zgłoszeniu zaginięcia przez rodzinę rozpoczęli poszukiwania za 52- latkiem i ustalenia co do możliwych miejsc jego przebywania.

– Niestety, wczoraj na polu w miejscowości Boby Kolonia w powiecie kraśnickim odnalezione zostało ciało mężczyzny przez przypadkową osobę. Czynności na miejscu zdarzenia wykonywane były pod nadzorem prokuratora. Ustalamy szczegółowe okoliczności tego zdarzenia – informuje policjantka. ASz

64 miliony przeszło koło nosa. MPK zaczyna naliczać karę

Artur Jurkowski
Lublin

3 tys. zł za każdy dzień zwłoki za jeden pojazd – lubelskie MPK będzie naliczać karę spółce Arthur Bus, która nie dostarczyła zamówionych autobusów wodorowych.

Fiaskiem zakończyła się współpraca lubelskiego MPK ze spółką Arthur Bus, która miała dostarczyć 20 autobusów wodorowych. Kontrakt opiewał na 64 mln zł, które w całości miały pochodzić z dotacji.

– Spółka Arthur Bus nie dostarczyła do Lublina żadnego autobusu wodorowego. MPK Lublin rozpocznie procedurę naliczania kar umownych – zgodnie z umową, to 3000 zł brutto za każdy dzień zwłoki, za jeden pojazd – informuje Weronika Opasiak, rzecznik prasowy MPK Lublin.

A to dopiero początek.

– Następnie przystąpimy do dalszych kroków wynikających z umowy, w tym odstąpienia od umowy oraz obciążenia spółki Arthur Bus dodatkowymi karami umownymi z tego tytułu. MPK Lublin rozważy również możliwość dochodzenia odszkodowania na drodze sądowej – dodaje Opasiak.

– Kara umowna wynosi 10 procent wartości umowy brutto (6.395.993,82 zł.). Część tej kary umownej będzie możliwa do odzyskania z zabezpieczenia należytego wykonania umowy (1.918.798,15 zł.) – precyzuje wysokość roszczeń Andrzej Wojewódzki, sekretarz Lublina w odpowiedzi na interpelację złożoną do prezydenta Lublina przez radnego Tomasza Gontarza (PiS).

FOT. MAŁGORZATA GENCA

Przetarg na zakup 20 autobusów wodorowych ogłoszono w czerwcu 2024. Niestety autobusów nie będzie

A miało być...

MPK podpisało umowę z Arthur Bus pod koniec kwietnia 2025 r. Kontrakt obejmował dostawę 20 niskopodłogowych, klimatyzowanych autobusów 12 metrowej długości z napędem wodorowym. Pojazdy miały dotrzeć do MPK w czterech transzach, po pięć sztuk każda.

Ostatecznie ich montaż nie ruszył. A spółka Arthur Bus złożyła, jesienią 2025 r., wniosek o upadłość.

100 procent dofinansowania

Projekt zakupu 20 autobusów wodorowych był w 100 proc. dofinansowany przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej (środki z KPO). Oznacza to, że MPK na kupno pojazdów nie wydałoby ani złotówki.

Kontrakt z Arthur Bus opiewał na 64 mln zł. Aby nie stracić pieniędzy MPK wystąpiło w grudniu 2025 r. do NFOŚiGW o wydłużenie terminu realizacji kontraktu. W odpowiedzi usłyszało „nie".

– W obecnej sytuacji NFOŚiGW nie wyraził jednak zgody na wydłużenie realizacji projektu (obecnie to 30 czerwca bieżącego roku), co oznacza, że przy zachowaniu tego terminu, projekt nie może zostać zrealizowany, a umowa na dofinansowanie zostanie rozwiązana – wyjaśnia Opasiak.

Kolejne podejście

MPK planuje złożyć kolejny wniosek do NFOŚiGW o dofinansowanie na zakup nowych pojazdów.

– Pozyskiwanie nowych autobusów jest niezbędne dla zapewniania właściwej realizacji zadań przewozowych nałożonych na „MPK Lublin" Sp. z o.o. przez Gminę Lublin – wskazuje w odpowiedzi na interpelację Wojewódzki.

Lubelskie MPK rozmawia już z NFOŚiGW na temat nowego dofinansowania.

– Otrzymaliśmy informację, że w ostatnim kwartale bieżącego roku ogłoszony zostanie podobny konkurs. Złożymy pismo, w którym zawnioskujemy do Funduszu o uwzględnienie nas w kolejnym rozdaniu. MPK Lublin nie składa broni, nadal jesteśmy zainteresowani zakupem pojazdów zeroemisyjnych. Szukamy też innych źródeł dofinansowania zakupu pojazdów, gdzie poziom dotacji to 80-100 proc. – podkreśla Opasiak.

Do końca czerwca do Lublina ma dotrzeć łącznie 29 nowych hybrydowych autobusów przegubowych. A do przełomu 2026 i 2027 r. tabor komunalnej spółki uzupełni jeszcze 20 trolejbusów o długości 12 metrów.

REKLAMA 0111470601

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

Ominie Lubartów od zachodu. Obwodnica najbardziej zaawansowana

dokończenie ze str. 1

Ekspresówka będzie przebiegać po zachodniej stronie Lubartowa, wykorzystując korytarz obecnej jednojezdniowej obwodnicy miasta. Od wschodu ominie miejscowość Niemce.

– Na budowanym fragmencie trasy S19 prace najbardziej zaawansowane są na obwodnicy Lubartowa – wskazuje Minkiewicz.

W tym tygodniu na obwodnicy Lubartowa ma być układany asfalt na jezdni głównej. Na części wybudowanych tam obiektów prowadzone są prace wykończeniowe. W Niemcach roboty obejmują m.in. węzeł Niemce Wschód.

W Ciecierzynie trwają prace ziemne. Drogowcy przygotowują się do układania belek, które będą w przyszłości stanowić platformę kładki dla pieszych.

W przyszłości na ekspresówkę będzie można się dostać z czterech węzłów. Lubartów Północ powstanie w miejscu obecnego skrzyżowania DK19 z drogą wojewódzką nr 815. Lubartów Zachód – na przecięciu z drogą powiatową prowadzącą przez Nowodwór do Kozłówki. Dwa kolejne węzły pojawią się w rejonie Niemiec: Niemce Wschód – zaprojektowano na skrzyżowaniu z drogą wojewódzką nr 828 (do Jawidza) a Niemce Południe – w okolicy obecnego skrzyżowania z drogą powiatową prowadzącą do Leonowa.

FOT. GDDKiA

Odcinek między Lublinem (węzeł Rudnik) a Lubartowem (węzeł Lubartów Północ) ma 23 km długości

Piesi nie będą się już potykać spacerując nad zalewem

Artur Jurkowski
Lublin

Budowlańcy pojawią się nad Zalewem Zemborzyckim. Od strony ul. Osmolickiej ma powstać chodnik i opaska. Wypoczywający nad zalewem skorzystają z niego najwcześniej jesienią.

FOT. MAŁGORZATA GEŃ

Na ponad kilometrowym odcinku, od strony ul. Osmolickiej ma powstać wygodny chodnik i opaska. Prace powinny zakończyć się jesienią

Poprawa bezpieczeństwa i poprawa walorów estetycznych – nad Zalewem Zemborzyckim szykuje się kolejna inwestycja. Chodzi o infrastrukturę komunikacyjną. Miasto ogłosiło przetarg na wykonanie prac.

– Szukamy wykonawcy, który zbuduje nowy chodnik wraz z opaską wzdłuż prawego brzegu Zalewu Zemborzyckiego (od ul. Osmolickiej) na nabrzeżach pomiędzy Słonecznym Wrotkowem a Dąbrową – informuje Tomasz Fulara, zastępca prezydenta Lublina.

Prace obejmą odcinek o długości 1164 metry.

– Projektowany odcinek ciągu pieszego zlokalizowany jest wzdłuż wschodniego brzegu zalewu w odległości pół metra od oczepu. Szerokość ciągu pieszego to 2,3 metra – precyzują projektanci.

Nowa nawierzchnia chodnika będzie wykonana z betonu asfaltowego. Powstanie w miejscu, gdzie obecnie znajdują się betonowe płytki.

– Nawierzchnia z betonowych płyt chodnikowych jest w złym stanie. Występują liczne pęknięcia płyt – opisuję „stan istniejący" projektanci.

Inwestycja będzie kontynuacją prac wykonanych już w rejonie ośrodka Słoneczny Wrotków.

Inwestycja jest realizacją części „drogowej" dwóch projektów z XI i XII edycji budżetu obywatelskiego: „Zalew Zemborzycki miejscem wypoczynku wszystkich Lublinian".

Projekt obejmuje też inne elementy infrastruktury wypoczynkowej. Jakie?

– Remont nabrzeża na Marinie: od mola w kierunku zachodnim aż do drogi rowerowej. Analogicznie jak w przypadku remontu chodników na nabrzeżach pomiędzy Słonecznym Wrotkowem a Dąbrową przeprowadzony będzie remont chodnika z wymianą nawierzchni na asfaltową. Zakres obejmie co najmniej odcinek od mola w kierunku zachodnim aż do drogi rowerowej (zgodnie z załącznikiem), ew. w przypadku pozostania środków także od mola w kierunku wschodnim. Realizacja projektu do wysokości środków finansowych – wskazuje Krzysztof Kowalik, autor projektu do budżetu obywatelskiego.

Nowa nawierzchnia chodnika będzie wykonana z betonu asfaltowego. Powstanie w miejscu, gdzie znajdują się betonowe płytki

Miasto szacuje koszt budowy 1,1 km chodnika na 1,57 mln zł.

– Zadanie realizuje Zarząd Inwestycji Miejskich, a wyłoniony w przetargu wykonawca będzie miał pół roku na przeprowadzenie prac – dodaje Fulara.

„Trzeba się nie poddawać". Historie kobiet, które uciekły przed przemocą

Anna Paszkowska
Lublin

Uciekają często w pośpiechu, z dziećmi, bez planu na jutro. W Specjalistycznym Ośrodku Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej w Lublinie prowadzonym przez Caritas Archidiecezji Lubelskiej dostają coś, czego wcześniej brakowało najbardziej – bezpieczeństwo. I czas.

– Swoje przeszłam, ale trzeba się trzymać twardo. Załamywanie się nic nie daje – mówi pani Karolina*, jedna z mieszkanek Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej. Kobieta z dziećmi jest w placówce od prawie 3 miesięcy. Do placówki skierował ją pracownik socjalny. Dziś przyznaje, że to była jedna z najważniejszych decyzji w jej życiu.

Jej historia zaczyna się daleko stąd. Najpierw dom dziecka w Łodzi, potem przeniesienie do wioski dziecięcej w Biłgoraju. – Na początku mówiłam do opiekunki bezosobowo. Nie umiałam powiedzieć „mamo". Ale to była taka prawdziwa, ciepła atmosfera. W końcu poczułam, że to jest dom – wspomina.

Dziś sama jest mamą. Ma dwoje dzieci, trzecie jest w drodze.

„Zareagowałam od razu"

Do ośrodka trafiła po rozstaniu z partnerem.

– To była jednorazowa sytuacja przemocy. Ale wcześniej byłam w związku, gdzie to trwało latami. I wiedziałam, że nie mogę tego powtórzyć – mówi.

Decyzję podjęła natychmiast. – Nie czekałam, czy się powtórzy. Spakowałam się i odeszłam – mówi trzymając się za brzuch.

Dziś jej partner przebywa w areszcie.

– Warunek jest jeden: terapia. Jeśli chce mieć kontakt z dziećmi, musi coś zmienić – podkreśla.

Pobyt w ośrodku wpływa dobrze na nią i dzieci.

– Czuję się dobrze. W sumie można powiedzieć, że odpoczęłam bardzo. Wsparcie z każdej strony idzie tu. Jest się komu wygadać i dopytać o sprawy urzędowe – podkreśla.

Korzysta z pomocy prawnej, która – jak mówi – jest dla niej nieoceniona.

Jej ośmioletni syn Kuba szybko odnalazł się w nowej rzeczywistości. – Powiedziałam mu, że będzie świetlica. Odpowiedział: „To super!" i było po sprawie – śmieje się kobieta.

1,5 roczna córka Amelka z kolei podbija serca wszystkich.

Tu może wydarzyć się wszystko

Kierownik Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej Wioleta Chwiałkowska nie pozostawia złudzeń – każda historia jest inna, a problem przemocy jest jednym z wielu.

– To nie jest tylko przemoc. To uzależnienia, zaburzenia psychiczne, bezradność. Czasem wszystko naraz – mówi.

Wśród kobiet trafiających do placówki są również te, które doświadczyły przemocy seksualnej w relacjach partnerskich lub rodzinnych. Jak wynika z rozmów, często długo nie nazywają tego, co się wydarzyło, bo towarzyszy im wstyd, lęk i brak poczucia sprawczości. Dopiero w bezpiecznych warunkach zaczynają mówić o przekraczaniu granic i przemocy, która wcześniej była wypierana lub normalizowana.

– Kobiety zaczynają dopiero tutaj nazywać to, co je spotykało. Uświadamiają sobie: „to była przemoc – podkreśla kierowniczka .

Nie wszystkie historie kończą się szybkim uwolnieniem od sprawcy. Część kobiet wraca, część wciąż się waha. Bywają też sytuacje skrajnie niebezpieczne.

– Mieliśmy panią w ósmym miesiącu ciąży, która spotkała się ze sprawcą. Skończyło się tak, że pociął jej twarz. Trafiła na SOR i była zszywana – opowiada kierowniczka.

Wspomina też matkę z depresją poporodową, która – jak się okazało – miała trzy promile alkoholu we krwi, opiekując się noworodkiem.

– Musimy być czujni cały czas. Tu decyzje podejmuje się natychmiast – podkreśla.

Siła w małych rzeczach

Mimo trudnych doświadczeń, w ośrodku ważne są codzienne drobiazgi.

– Dzieci biegną do ulubionej opiekunki z otwartymi ramionami. Bawią się, śmieją. To najlepsza terapia – wskazuje.

Same kobiety też szukają ukojenia.

– Lubię zajęcia plastyczne. To mnie uspokaja – przyznaje pani Karolina.

Nowy początek

Choć przyszłość wciąż jest niepewna – czas oczekiwania na miejsce w domu samotnej matki może wynosić nawet rok – kobieta nie traci determinacji.

– Chcę zostać w Lublinie dla syna. Ma tu szkołę, kolegów. Stabilizacja jest najważniejsza – mówi ze łzami w oczach.

Historie takich kobiet pokazują, że nawet po najtrudniejszych doświadczeniach można próbować zacząć od nowa. Warunek jest jeden – jak mówi pani Karolina: – Trzeba się nie poddawać.

*Imiona osób występujących w artykule zostały zmienione lub utajnione.

eprasa.pl 9caab90072

Lubelszczyzna ma już sto rezerwatów przyrody

Anna Paszkowska
Region

W regionie powstały cztery nowe rezerwaty przyrody. Wśród nich znalazł się „Grabowy Las" - symboliczny, setny rezerwat w regionie, który będzie dostępny dla zwiedzających i grzybiarzy.

FOT. RDOŚ W LUBLINIE

Rezerwat „Borowa Góra" znajduje się w gminie Tomaszów Lubelski i zajmuje ponad 3 hektary

W regionie utworzono cztery nowe rezerwaty przyrody: Borowa Góra (Nadleśnictwo Tomaszów), Dołhodęby (Nadleśnictwo Mircze), Zabytów (Nadleśnictwo Krasnystaw)oraz Grabowy Las im. Floriana Święsa (Nadleśnictwo Kraśnik). Wszystkie obejmują tereny pozostające w zarządzie Lasów Państwowych.

– Można powiedzieć, że w naszym regionie mamy już sto rezerwatów przyrody. Aczkolwiek zaznaczam, że to nie jest koniec – podkreśliła Beata Sielewicz, dyrektor Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska.

Najmniejszy z nowych rezerwatów – Borowa Góra – ma powierzchnię 3,31 ha i znajduje się na terenie gminy Tomaszów Lubelski. Jego celem jest ochrona rzadkich roślin ciepłolubnych i wapniolubnych.

– Rezerwat Borowa Góra stanowi fragment murawy z charakterystycznymi gatunkami storczyków – mówił Tomasz Wąsik, zastępca Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Lublinie.

Rezerwat Dołhodęby (50,22 ha), położony w gminie Dołhobyczów, obejmuje grąd subkontynentalny w odmianie wołyńskiej.

Rezerwat Zabytów (79,22 ha), zlokalizowany w gminie Skierbieszów, chroni teren z dużym udziałem buka pospolitego.

Setny rezerwat z funkcją edukacyjną

Największy i najbardziej symboliczny jest rezerwat Grabowy Las im. Floriana Święsa . Zajmuje 95,36 ha na terenie gminy Dzierzkowice w powiecie kraśnickim. Celem jego ochrony jest zachowanie unikalnego krajobrazu wąwozów i rozcięć erozyjnych porośniętych lasami grądowymi.

– Jest to pierwszy rezerwat chroniący budowę geologiczną Wzniesień Urzędowskich – charakterystyczne rozcięcia wąwozowe, pięknie porośnięte lasami. W okresie przedwiosennym teren pokrywają zawilce, tworzące piękne łańcuchy. Ten setny rezerwat, w ponad dziewięćdziesięcioletniej historii ich tworzenia w regionie, postanowiliśmy uczcić jako obiekt pełniący również funkcje edukacyjne, ze względu na rzadko spotykane formy terenu i walory przyrodnicze – mówił Tomasz Wąsik.

Grabowy Las wyróżnia się także nowym podejściem do udostępniania terenu.

– Ten rezerwat będzie udostępniony do wejścia dla mieszkańców. Nie będzie obowiązywał zakaz wchodzenia i zbierania płodów runa leśnego – zapowiedziała dyrektor. – To będzie takie pierwsze rozwiązanie. Będziemy obserwować, jak to będzie działać.

Dwa dni ze zwłokami w domu. Zabójstwo pod Krasnymstawem

Aleksandra Szymczak
Krasnystaw

Policja i prokuratura wyjaśniają okoliczności brutalnej śmierci 32-letniego mieszkańca gminy Kraśniczyn. Do zdarzenia doszło na początku kwietnia.

Do ujawnienia zwłok doszło 7 kwietnia w jednym z domów należących do 71-letniego mężczyzny. Zgłoszenie wpłynęło do dyżurnego Komenda Powiatowa Policji w Krasnymstawie od jednego z mieszkańców. Skierowani na miejsce funkcjonariusze potwierdzili informację.

– W budynku ujawniono ciało 32-letniego mieszkańca gminy Kraśniczyn. Na jego głowie i ciele znajdowały się liczne obrażenia – poinformowała podkom. Anna Chuszcza z KPP w Krasnymstawie.

Wstępne ustalenia śledczych wskazują, że do tragedii doszło dwa dni wcześniej – 5 kwietnia. Według ustaleń, w domu przebywało wówczas dwóch mężczyzn – 31-latek i 32-latek, którzy wspólnie spożywali alkohol. W trakcie spotkania doszło do brutalnego ataku.

– 31-latek zadał pokrzywdzonemu liczne obrażenia, w wyniku których 32-latek poniósł śmierć – przekazali śledczy.

Ciało ofiary zostało zabezpieczone do sekcji zwłok. Badania wykazały, że bezpośrednią przyczyną zgonu były rozległe obrażenia głowy.

Policja natychmiast rozpoczęła poszukiwania sprawcy. W akcję zaangażowano funkcjonariuszy wszystkich pionów krasnostawskiej komendy, a także wsparcie z Komenda Wojewódzka Policji w Lublinie.

Podejrzany został zatrzymany już po kilku godzinach w miejscowości Kraśniczyn. W chwili zatrzymania był nietrzeźwy. Trafił do policyjnego aresztu.

Zgromadzony materiał dowodowy pozwolił prokuratorowi na przedstawienie 31-latkowi zarzutu zabójstwa. Mężczyzna będzie odpowiadał w warunkach recydywy.

Sąd zastosował wobec podejrzanego tymczasowe aresztowanie na okres trzech miesięcy.

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJI ZIEMIA I LUDZIE
0011346478

PRAWDZIWE HISTORIE CZYSTEGO POWIETRZA

Czyste Powietrze Jest OK

Gminy walczą o czyste powietrze

Kowal to niewielkie, liczące ok. 3200 mieszkańców miasto w woj. kujawsko-pomorskim – jedna z najmniejszych pod względem obszaru gmin w Polsce. Prężnie działający tu samorząd postawił na ekologię i wsparcie mieszkańców w wymianie przestarzałych/nieefektywnych źródeł ciepła. – Jako jedna z pierwszych gmin w województwie podpisaliśmy porozumienie z Wojewódzkim Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Toruniu na obsługę programu Czyste Powietrze, by pomagać naszym mieszkańcom – mówi burmistrz Eugeniusz Gołembiewski.

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

Najpierw jednak próbowali ustalić skalę problemu. Kiedy powstała Centralna Ewidencja Emisyjności Budynków, właściciele i administratorzy zostali zobowiązani do wypełnienia deklaracji w tej sprawie. Kowalski samorząd uzyskał od mieszkańców 100 proc. takich deklaracji. Wtedy okazało się, że na 1100 gospodarstw domowych 70 proc. ogrzewanych było kopciuchami. Urzędnicy postanowili to jak najszybciej to zmienić.

Edukacja najskuteczniejsza

Przekonywali mieszkańców do skorzystania z programu Czyste Powietrze przez akcje edukacyjne na festynach i innych imprezach plenerowych oraz przez artykuły w lokalnej prasie. Miasto zainstalowało także dwie stacje monitorujące, by mieszkańcy zobaczyli, jak zmienia się jakość powietrza w zależności od pory roku. Dane publikują na stronie internetowej miasta.
Stacje pokazują też, jaka jest różnica w zanieczyszczeniu powietrza między tą częścią Kowala, w której przeważa liczba kopciuchów, i tą w której kopciuchów już prawie nie ma.

Akcje okazały się bardzo skuteczne i pokazały, jak duże jest zainteresowanie mieszkańców takiej gminy jak Kowal programem – do tej pory na ok. 850 właścicieli prywatnych kotłowni (bo część budynków ma charakter wielorodzinny) aż 369 złożyło wnioski o dofinansowanie. Zawarto 336 umów i już zrealizowano 193 przedsięwzięcia. Łącznie do mieszkańców popłynęło ponad 6 mln zł dotacji.

Jeśli nie kopciuch, to co?

Ponieważ w Kowalu, po wielu latach starań, udało się rozpocząć budowę gazociągu, większość chętnych wymieniała kopciuch na kotły gazowe. Ta opcja była tu najwygodniejsza. W obecnej edycji programu Czyste Powietrze piece na paliwo gazowe nie są już dofinansowywane.

– Z uwagi na zwartą zabudowę miasta, większość mieszkańców decydując się na termomodernizację i zmianę źródła ciepła przy wsparciu z Czystego Powietrza, wybiera obecnie kocioł na pellet – wyjaśnia burmistrz. Do wyboru są też kotły zgazowujące drewno, pompy ciepła, ogrzewanie elektryczne, a w gminach, gdzie jest to możliwe, podłączenie do miejskiej sieci ciepłowniczej.

Kowal chlubi się zielenią i czystym powietrzem

Miasto jest dumne ze swojej urody, tutejsza zieleń była kilkakrotnie prezentowana jako wzorzec na ogólnopolskich konferencjach samorządowych oraz w programach telewizyjnych.
– Staramy się być samorządem pod każdym względem ekologicznym. 100 proc. gospodarstw domowych w naszej gminie jest podłączonych do kanalizacji sanitarnej. Jeszcze przed wdrożeniem przepisów 100 proc. naszych mieszkańców miało podpisane umowy na odbiór odpadów. Zlikwidowaliśmy też kopciuchy we wszystkich budynkach samorządowych – mówi burmistrz Eugeniusz Gołembiewski.
Kowal jest operatorem nowego programu Czyste Powietrze. Zadaniem gminy, która podjęła się funkcji operatora, jest pomoc beneficjentom na wszystkich etapach – od wstępnych konsultacji, po końcowe rozliczenie inwestycji.
Listę gminnych punktów konsultacyjnych i operatorów programu znaleźć można na stronie czystepowietrze.gov.pl.

Dotacja czeka na chętnych

Kto może wystąpić o dotację?
Właściciele i współwłaściciele jednorodzinnych domów mieszkalnych lub lokali mieszkalnych wydzielonych w budynkach jednorodzinnych mających wyodrębnioną księgę wieczystą.

Na co bezzwrotne dofinasowanie?
- Wymiana kopciucha na paliwo stałe na nowe, efektywne i ekologiczne źródło ciepła – pompę ciepła, ogrzewanie elektryczne, kocioł na biomasę (pellet drzewny czy zgazowujący drewno kawałkowe) oraz na podłączenie do miejskiej sieci ciepłowniczej.
- Modernizacja lub wykonanie instalacji grzewczej – instalacja centralnego ogrzewania oraz instalacja ciepłej wody użytkowej (w tym kolektory słoneczne do c.w.u. i pompa ciepła do samej c.w.u.).
- Niezbędne prace towarzyszące przy instalacji c.o. i c.w.u.
- Ocieplenie przegród budynku.
- Wymiana okien i drzwi zewnętrznych oraz bram garażowych.
- Zakup rekuperacji, czyli wentylacji mechanicznej z odzyskiem ciepła.
- Ocena stanu energetycznego domu i wskazanie najlepszego rozwiązania. W nowym programie obowiązkowe są audyt energetyczny i dokument podsumowujący audyt energetyczny oraz – już po zakończeniu inwestycji – świadectwo charakterystyki energetycznej.

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

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

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

POLSKA *i* ŚWIAT

EDUKACJA

Ministerstwo Edukacji Narodowej nie zamierza poszerzać projektowanej nowelizacji Prawa oświatowego w sprawie zakazu korzystania z komórek w podstawówkach o przedszkola – wynika z informacji MEN przekazanej PAP. Resort wyjaśnił, że zasady higieny cyfrowej w przedszkolach są ujęte w rozporządzeniu. Do 23 kwietnia potrwają konsultacje projektu nowelizacji Prawa oświatowego o zakazie korzystania z telefonów w podstawówkach.

„Jedna rozmowa Władysława Kosiniaka-Kamysza z byłym premierem Morawieckim nie oznacza jeszcze budowania koalicji

Stefan Krajewski minister rolnictwa, PLS

KRÓTKO

PAMIĘĆ

86. rocznica zbrodni katyńskiej

FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

Mszą polową przy Muzeum Katyńskim w Warszawie rozpoczęły się wczoraj ogólnokrajowe obchody 86. rocznicy zbrodni katyńskiej. Później odbył się uroczysty Apel Pamięci połączony z oficjalnymi wystąpieniami i ceremonią składania wieńców przed Epitafium Katyńskim.

PRZESTĘPCZOŚĆ

Handlarz bronią w rękach policji

Groźny gangster związany w przeszłości z gangiem mokotowskim został zatrzymany przez policjantów w Puławach. 61-letni Marcin L. poszukiwany był do odbycia czterech lat więzienia za handel bronią. Wcześniej odsiadywał wyrok m.in. za kierowanie zorganizowaną grupą przestępczą.

Mężczyzna ukrywał się ponad rok przed organami ścigania w związku z wyrokiem za handel bronią i amunicją oraz wprowadzanie do obrotu znacznej ilości narkotyków.

„Nie miał jakichkolwiek szans na ucieczkę. W kajdankach na rękach został dowieziony do Aresztu Śledczego w Lublinie" – poinformowała Anna Kamola z zespołu prasowego lubelskiej policji.

Premier porównał piątkę Kaczyńskiego do piątki Putina

Karolina Wrońska
Warszawa

Piątka Putina wobec Polski to piątka Kaczyńskiego – ocenił lider Koalicji Obywatelskiej premier Donald Tusk podczas sobotniego posiedzenia Rady Krajowej KO w Warszawie.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Premier Donald Tusk wziął udział w sobotnim posiedzeniu Rady Krajowej Koalicji Obywatelskiej

Według premiera Donalda Tuska, żeby uporać się z najważniejszymi problemami współczesnego świata, „musimy wyeliminować wszystko to, co pachnie zdradą, co jest kolaboracją z tymi, którzy podnoszą rękę na polską niepodległość i na jedność Europy".

– Plan Putina wobec naszego kraju jest prosty, czytelny, nieskrywany. Możemy nazwać ten plan „piątką Putina". To jest próba rozwiązania, rozbicia i osłabienia Unii Europejskiej i takie klasyczne szczucie na Unię Europejską, które organizują ludzie służący interesom Rosji także tutaj w Polsce – powiedział premier.

W tej „piątce Putina" wymienił też szczucie na Ukrainę, skłócenie Polski i Ukrainy, skonfliktowanie Polski z Niemcami i rozbicie Unii Europejskiej. – Chyba nie muszę nikogo przekonywać, że widzimy aktorów tego spektaklu w Polsce też każdego dnia. Czynnych, aktywnych, często na wysokich stanowiskach – mówił.

W piątce wymienił też zablokowanie środków na zbrojenia w Polsce i w Europie. – Nikt nie ma tak oczywistego interesu w blokowaniu pieniędzy europejskich na zbrojenia Polski jak Putin, i był bliski zrealizowania swojego tego czwartego punktu – podkreślił.

– I piąty punkt – zniszczyć instytucje państwa demokratycznego. Zniszczyć instytucje demokracji liberalnej. Zniszczyć lub podważyć instytucje państwa prawa. Nie tylko w Polsce – zaznaczył

– To, co PiS zrobił tutaj przez lata, tak, to jest realizowanie piątego punktu Putina – stwierdził Tusk.

– Nie macie wrażenia, że ja czytam dzisiaj pięć punktów z nowej piątki Kaczyńskiego? Atak na Unię Europejską. Szczucie na Ukrainę. Konflikt z Niemcami. Zablokowane pieniądze europejskie na zbrojenia w Polsce. Atak na instytucje państwowe – wyliczył.

– To jest piątka Putina i to jest piątka Kaczyńskiego – dodał szef KO.

Przywołana przez szefa KO „piątka Kaczyńskiego to w rzeczywistości „piątka dla zwierząt", czyli projekt noweli ustawy o ochronie zwierząt przedstawiony we wrześniu 2020 r. przez prezesa PiS Jarosława Kaczyńskiego.

Projekt zakładał m.in. zakaz hodowli zwierząt na futra, ograniczenie uboju rytualnego oraz częstsze kontrole schronisk. Projekt utknął w parlamencie i ostatecznie nie wszedł w życie.

Dziesiątka na wybory

Donald Tusk przedstawił w sobotę „dziesiątkę na wybory". To Aleksandra Gajewska (posłanka), Monika Rosa (posłanka), Małgorzata Gromadzka (posłanka), Cezary Tomczyk (poseł), Paweł Bliźniuk (poseł), Maciej Wróbel (poseł), Maciej Tomczykiewicz (poseł), Arkadiusz Marchewka (poseł), Andrzej Domański (minister finansów, poseł) i Adam Szłapka (rzecznik rządu, poseł).

Jak powiedział o wyborach parlamentarnych w Polsce zaplanowanych na jesień 2027 r., „to będą wybory, które będą de facto twardą, ostateczną walką o utrzymanie niepodległości, bezpieczeństwa, jedności i pozycji Polski w Europie, o sprawy najważniejsze".

Rada Krajowa Koalicji Obywatelskiej wybrała w sobotę 15 wiceprzewodniczących, sekretarza i skarbnika. Funkcję wiceprzewodniczących objęli Barbara Nowacka, Adam Szłapka, Andrzej Domański, Radosław Sikorski i Rafał Grupiński oraz 10 tych, którzy byli wiceszefami PO. Sekretarzem generalnym pozostał Marcin Kierwiński, a skarbnikiem Jan Grabiec.

0011508314

Pani

Marlenie Woś

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składają

Prezes, członkowie Okręgowej Rady Lekarskiej w Lublinie oraz pracownicy Lubelskiej Izby Lekarskiej

Koniec azylu dla Ziobry i Romanowskiego? Zmiana ekipy rządzącej na Węgrzech może mieć dla nich znaczenie

Marcin Koziestański
Warszawa

Wybory parlamentarne na Węgrzech mogą mieć bardzo duże znaczenie dla dwóch polskich polityków, którzy otrzymali azyl polityczny w tym kraju.

Pod koniec 2024 roku Marcin Romanowski, poseł PiS (dawnej Suwerennej Polski), oskarżony o nieprawidłowości w sprawie Funduszu Sprawiedliwości, otrzymał na Węgrzech azyl polityczny. Informował o tym jego pełnomocnik, mec. Bartosz Lewandowski.

Ten sam adwokat ogłosił w styczniu 2026 roku, że były minister sprawiedliwości i prokurator generalny Zbigniew Ziobro także otrzymał taki azyl. On także jest oskarżony o szereg przestępstw w związku z aferą Funduszu Sprawiedliwości, postawiono mu między innymi zarzut kierowania grupą przestępczą.

Obaj politycy pokazywali się w towarzystwie premiera Viktora Orbana i liderów rządzącej partii Fidesz. Wspierają także obecny obóz władzy na Węgrzech. Podobnie zresztą środowisko dawnej Suwerennej/Solidarnej Polski.

Sondaże przedwyborcze wskazują, że po raz pierwszy od 2010 roku, kiedy to ekipa Orbana objęła władzę, może ona przegrać na rzecz partii TISZA.

Peter Magyar, lider tego opozycyjnego ugrupowania, zapytany został jeszcze w lutym o to, czego Romanowski i Ziobro mogą się spodziewać, jeśli jego partia przejmie władzę.

– Jeśli będą tu, gdy powstanie rząd TISZY, ekstradycja będzie miała miejsce pierwszego dnia, ale myślę że i tak wybiorą się do Mińska lub Moskwy – powiedział polityk.

Ponadto, biuro prasowe partii oświadczyło, że Węgry nie będą „zapewniać schronienia, nie mówiąc już o azylu, zagranicznym przestępcom".

eprasa.pl 9caab90072

MATERIAŁ INFORMACYJNY SANTANDER BANK POLSKA

0011478355

Czas na **Erste**

Rozmowa z **PIOTREM MIELEWCZYKIEM**, dyrektorem Biura Klienta Biznesowego i **PAWŁEM LISEM**, dyrektorem 1 Oddziału Santander Bank Polska

Santander Bank Polska już wkrótce zmieni się w Erste Bank Polska?

Paweł Lis: Już wkrótce, bo w weekend 24-26 kwietnia 2026 r. planujemy rozpocząć rebranding, czyli zmianę naszej marki na Erste Bank Polska. Od stycznia mamy nowego głównego akcjonariusza – Grupę Erste. Silna, wiodąca grupa bankowa w Europie Środkowej doceniła naszą pozycję rynkową i bardzo dobre wyniki.

Odbieramy to jako dowód uznania oraz potwierdzenie ogromnej wartości naszego banku, osiąganych wyników finansowych i jakości usług. Od prawie 40 lat służymy naszym klientom – z tą samą energią, dopasowanymi produktami, najwyższą jakością. I nadal będziemy.

Piotr Mielewczyk: Polska to rynek o ogromnym potencjale, zatem naturalne, że chcąc wejść na ten rynek, wybrano partnera, który jest mocny, wiarygodny i jakościowo spójny z wartościami. Dochodzi do tego jeszcze jeden aspekt: wysoki poziom eksperckości naszego zespołu. Mamy znakomitych ekspertów, którzy od lat pomagają rozwijać się zarówno lokalnym firmom, jak i dużym międzynarodowym korporacjom. I właśnie to profesjonalne i przewidywalne podejście jest najbardziej cenne w branży bankowej.

Klienci zaczynają zauważać, że część oddziałów Santander Bank Polska wygląda nieco inaczej niż dotychczas. Czy to już początek rebrandingu?

Paweł Lis: Mamy rozbudowaną sieć, tysiące punktów kontaktu z klientem, bardzo wiele materiałów, systemów i elementów wizualnych. Dlatego przygotowania rozpoczęliśmy wcześniej – tak, aby cały proces przebiegł sprawnie i w sposób niemal nieodczuwalny dla klientów. Stąd pewne miejsca są już częściowo dostosowane do nowej identyfikacji. Wszystko robimy etapowo i z zachowaniem pełnej spójności oraz zgodnie z przepisami prawa.

Piotr Mielewczyk: W ten sposób nie tylko zapowiadamy nadchodzącą zmianę i zapoznajemy naszych klientów z nową marką. Chcemy, aby klienci czuli, że wprowadzamy ich w tę zmianę krok po kroku. Przykładamy również dużą wagę do zapewnienia ciągłości działania, stabilności i bezpieczeństwa. W naszej współpracy z klientami nic się nie zmienia.

Czy klienci Santander Bank Polska powinni przygotować się na jakieś zmiany?

Paweł Lis: Nie. Cały proces zmiany marki przeprowadzimy tak, aby był jak najmniej odczuwalny dla naszych klientów. Nowe będzie logo i kolory. Ale nasi klienci nadal bankują z nami jak dotychczas, w placówkach spotykają tych samych doradców. Nasz bank to przede wszystkim ludzie, którzy dbają każdego dnia o klientów.

W banku już przygotowujemy się do procesu zmiany marki. Przede wszystkim informujemy o nowej marce banku w naszych kampaniach reklamowych – dodaliśmy specjalne oznaczenia z informacją o tym, że wkrótce zmienimy się w Erste Bank Polska. Systematycznie informujemy klientów o kolejnych etapach, zwracamy uwagę na aspekty bezpiecznego bankowania. Nie zmieniamy numerów kont, haseł, PIN-ów czy numeru infolinii.

Piotr Mielewczyk: Mamy nowego akcjonariusza, ale fundamenty naszej działalności pozostają bez zmian. Z perspektywy klientów firmowych nic się nie zmienia w naszej codziennej współpracy. Klienci mają tych samych bankierów i doradców, tę samą infrastrukturę, te same produkty, procesy i tę samą bankowość elektroniczną. Wszystkie umowy pozostają w mocy. Warto pamiętać, że takie zmiany są przygotowywane z wyprzedzeniem właśnie po to, aby klienci nie musieli podejmować dodatkowych działań.

Macie ofertę dla wszystkich grup klientów, czy coś się w tej kwestii zmieni?

Paweł Lis: Naturalnie nadal będziemy obsługiwać wszystkie grupy klientów. Mamy ofertę m.in. dla dzieci i młodzieży, rodziny, klientów zamożnych i bardzo zamożnych. Obsługujemy małe i średnie firmy. Jednocześnie rozwijamy ofertę produktów codziennego bankowania, a także kredyty, depozyty i inwestycje. Jeszcze przed wakacjami pojawi się kilka nowości w naszej ofercie. Nadal będziemy rozwijać naszą aplikację mobilną. Chcemy, aby korzystanie z naszych rozwiązań było dla klientów jak najbardziej wygodne i bezpieczne. Ostatnio wprowadziliśmy w bankowości internetowej ochronę behawioralną, aby nasi klienci byli jeszcze bardziej bezpieczni. I będziemy dalej rosnąć z naszymi klientami.

Jesteśmy jednym z najbardziej stabilnych i rentownych banków w kraju, o ugruntowanej silnej pozycji i bardzo dobrych wynikach finansowych. Nasza jakość obsługi oraz produkty są doceniane nie tylko przez klientów, ale także w niezależnych konkursach – jesteśmy „Najlepszym Bankiem dla firm" Forbesa, co roku stajemy na podium w rankingu Złoty Bank czy Instytucji Roku.

Piotr Mielewczyk: Z kolei w segmencie firm i korporacji mówimy o pełnej, zaawansowanej ofercie, począwszy od finansowania inwestycji, poprzez leasing i faktoring, aż po obsługę transakcyjną. I tu pojawia się ogromna szansa dla klientów, którzy działają na rynkach międzynarodowych. Dzięki wsparciu Grupy Erste będziemy mogli oferować naszym klientom dodatkowe możliwości w ramach ekspansji zagranicznej.

À propos ekspansji – jak wygląda przyszłość polskich firm z perspektywy banku?

Piotr Mielewczyk: Uważam, że ta perspektywa rysuje się optymistycznie. Coraz więcej polskich firm wychodzi na nowe rynki. Jednocześnie rośnie ich pozycja tam, gdzie już są obecne. Dzięki połączeniu naszej wiedzy i doświadczenia z międzynarodowym know-how Erste będziemy mogli zapewnić naszym klientom nowe możliwości rozwoju. W praktyce oznacza to większą płynność działania między krajami, dostępność kapitału czy lepszą obsługę walutową.

Paweł Lis: Wzrost polskich firm to z perspektywy gospodarki bardzo ważny trend. Silne firmy budują silną klasę średnią, a silna klasa średnia napędza konsumpcję i sprzedaż detaliczną. To zdrowy, wzajemnie wspierający się ekosystem. Jako bank widzimy, jak dynamicznie rozwija się przedsiębiorczość i jak rośnie skala ambicji polskich firm.

Rebranding to wielkie wyzwanie dla tak dużej organizacji. Czy można powiedzieć, że jak na razie wszystko idzie zgodnie z planem?

Paweł Lis: Zdecydowanie tak. Kluczowe jest jednak to, aby nasi klienci przeszli przez zmianę marki banku w sposób jak najbardziej dla nich wygodny i bezpieczny. Dlatego cały proces przeprowadzamy tak, by był dla nich transparentny. My po prostu robimy swoje: codziennie obsługujemy kilka milionów klientów, realizujemy przelewy, udzielamy kredytów, doradzamy, pomagamy. Bank działa bez zmian. Zapraszamy do naszych placówek oraz do kanałów zdalnych, gdzie można nie tylko otworzyć konto, ale skorzystać z wielu innych produktów, wspierających finanse naszych klientów.

Piotr Mielewczyk: To początek nowego etapu, w którym klienci zyskują siłę nowego międzynarodowego partnera, a jednocześnie zachowują korzyści ze współpracy z bankiem, który znają od lat. Uważam, że to bardzo dobra wiadomość – zarówno dla naszych klientów, jak i dla nas jako instytucji.

O Grupie Erste można przeczytać na erste.pl.

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

Traktory i ciężarówki zablokowały rafinerie, porty i terminal paliwowy

oprac. Anna Nagel
Dublin

Irlandzka policja usunęła w niedzielę traktory i ciężarówki, które od pięciu dni blokowały ruch w centrum Dublina w ramach protestu przeciwko gwałtownemu wzrostowi cen paliw.

Protestujący, rozgniewani ponad 20-procentowym wzrostem cen oleju napędowego od wybuchu wojny amerykańsko-izraelskiej przeciwko Iranowi, użyli w tym tygodniu traktorów i ciężarówek do zablokowania rafinerii ropy naftowej, dwóch portów, terminalu paliwowego oraz wielu dróg w całym kraju.

Protesty spowodowały poważne zakłócenia w transporcie w Dublinie i pozbawiły paliwa około jednej trzeciej stacji benzynowych w kraju, tworząc sytuację, którą minister finansów Simon Harris określił jako „bardzo niebezpieczny moment" dla kraju.

W sobotę policja usunęła blokadę wokół jedynej rafinerii ropy naftowej w kraju, a w niedzielę poinformowała, że rozpoczęła operację mającą na celu usunięcie blokady portu w Galway.

Rząd odmówił bezpośrednich negocjacji z protestującymi, wśród których są rolnicy i kierowcy, prowadzi jednak rozmowy z grupami reprezentującymi sektor rolniczy i transportowy na temat środków mających na celu złagodzenie skutków wzrostu cen paliw.
PAP

FOT. PETER MORRISON/AP/EAST NEWS

Protesty spowodowały poważne zakłócenia w ruchu w Dublinie i pozbawiły paliwa około jednej trzeciej stacji

W Islamabadzie nie osiągnięto porozumienia Iraku z USA

Anna Nagel
Islamabad

Rozmowy pokojowe pomiędzy USA a Iranem, które odbyły się w Islamabadzie, zakończyły się bez zawarcia porozumienia. Obie strony potwierdziły fiasko rozmów.

JACQUELYN MARTIN/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Wiceprezydent USA J.D. Vance opuścił w niedzielę Islamabad po fiasku rozmów z Iranem na temat pokoju na Bliskim Wschodzie

Pakistan będzie „nadal odgrywał swoją rolę w ułatwianiu kontaktów i dialogu" między Iranem a Stanami Zjednoczonymi - zapewnił w niedzielę pakistański minister spraw zagranicznych Ishaq Dar, odnosząc się do fiaska rozmów, które miały miejsce w Islamabadzie.

Prowadzone w sobotę w stolicy Pakistanu negocjacje pokojowe między Iranem a USA zakończyły się niepowodzeniem, co przyznały zarówno irańskie oficjalne media, jak i stojący na czele amerykańskiej delegacji wiceprezydent J.D. Vance. Delegacje obu krajów już wyjechały z Pakistanu. Wcześniej na konferencji prasowej Vance mówił, że „wraca do Stanów Zjednoczonych bez osiągnięcia porozumienia" po 21 godzinach rozmów z Iranem, w których pośredniczył Pakistan.

- Zła wiadomość jest taka, że nie osiągnęliśmy porozumienia. I myślę, że to zła wiadomość dla Iranu znacznie bardziej niż dla Stanów Zjednoczonych - powiedział Vance. - Jasno określiliśmy nasze czerwone linie, w jakich kwestiach jesteśmy gotowi im się przychylić, a w jakich nie, i wyjaśniliśmy to tak jasno, jak to tylko możliwe, a oni postanowili nie zaakceptować naszych warunków - dodał.

- Prostym faktem jest, że musimy zobaczyć stanowcze zobowiązanie, że nie będą dążyć do broni jądrowej i nie będą szukać narzędzi, które umożliwiłyby im szybkie jej uzyskanie. To jest główny cel Stanów Zjednoczonych i to właśnie staraliśmy się osiągnąć poprzez te negocjacje - mówił wiceprezydent USA. Zaznaczył, że dotąd nie widział po stronie Iranu woli całkowitego wyrzeczenia się ambicji nuklearnych.

- Osiągnęliśmy zgodę w wielu punktach rozmów, ale poglądy były różne w dwóch ważnych kwestiach, przez co nie osiągnęliśmy końcowego porozumienia - powiedział w niedzielę rzecznik MSZ Iranu Esmail Bagaei po fiasku rozmów z USA w Islamabadzie.

Zła wiadomość jest taka, że nie osiągnęliśmy porozumienia. I myślę, że to zła wiadomość dla Iranu znacznie bardziej niż dla USA

- Rozmowy odbywały się a atmosferze obustronnej nieufności, zatem to naturalne, że nie należy oczekiwać porozumienia w ciągu jednej sesji - powiedział irańskim mediom Bagaei.

Rozmowy pokojowe USA i Iranu w Islamabadzie rozpoczęły się w sobotę po południu. Władze Pakistanu były mediatorem w negocjacjach, które zaczęły się od osobnych spotkań premiera tego kraju Shehbaza Sharifa z delegacjami Iranu i USA. Vance chwalił pakistańskich gospodarzy, zaznaczając, że nie ponoszą żadnej winy za ich fiasko. PAP

Koniec zakazu domowego pędzenia alkoholu

oprac. Anna Nagel
Nowy York

Amerykański sąd federalny uznał pochodzący z 1868 roku zakaz domowej destylacji alkoholu za niekonstytucyjny. Orzeczenie znosi restrykcje wprowadzone w epoce odbudowy po wojnie secesyjnej.

Federalne przepisy sprzed 158 lat, wprowadzone w celu zapobiegania unikaniu podatków od wyrobów alkoholowych, zostały zakwestionowane przez Amerykanina Ricka Morrisa, który dążył do zalegalizowania produkcji bourbona w domu.

Sąd Apelacyjny Piątego Okręgu z siedzibą w Nowym Orleanie podtrzymał wcześniejsze orzeczenie i podkreślił, że rząd nie może wykorzystywać uprawnień podatkowych do kryminalizowania samej aktywności wytwórczej. W uzasadnieniu wskazano na stanowisko administracji, według której zakaz miał zapobiegać oszustwom, gdyż „destylator może łatwiej ukryć moc alkoholu lub samą działalność, jeśli aparat znajduje się w jego domu". Sąd uznał jednak, że uprawnienia Kongresu dotyczą opodatkowania gotowych przedmiotów, a nie działań, które mogą je dopiero wytworzyć.

Z pozwem wystąpił Morris wraz ze stowarzyszeniem Hobby Distillers' Association, które założył po wcześniejszej odmowie prawa do domowej produkcji alkoholu. Organizacja oceniła wyrok jako historyczne zwycięstwo i punkt zwrotny w działalności destylatorów-amatorów w całych Stanach Zjednoczonych.
PAP

Leon XIV wyrusza w wielką podróż do Afryki. Odwiedzi kraj, w którym nie był żaden papież

oprac. Anna Nagel
Watykan

Papież Leon XIV wyrusza dziś w 11-dniową podróż do Afryki. Jako pierwszy papież w historii odwiedzi Algierię, a następnie złoży wizytę w Kamerunie, Angoli i Gwinei Równikowej.

FOT. VATICAN MEDIA

Papież odwiedzi 11 miast i miejscowości w Afryce

To trzecia zagraniczna podróż wybranego w maju zeszłego roku Leona XIV. Wśród głównych tematów tej podróży będzie dialog międzyreligijny, migracja i sytuacja mniejszości chrześcijańskich, rola Kościoła, pokój, a także ubóstwo i zasoby kontynentu oraz takie wyzwania, jak korupcja czy rany wojen domowych.

Papież będzie przemawiał po angielsku, francusku, portugalsku i hiszpańsku - zapowiedziano w Watykanie. W programie podróży jest 18 przelotów samolotem i śmigłowcem.

Od poniedziałku do środy amerykański papież będzie w Algierii, której nie odwiedził wcześniej żaden z jego poprzedników. To dziesiąte co do wielkości państwo świata i największe w Afryce, liczące 46 milionów mieszkańców. 98 procent ludności to muzułmanie; chrześcijanie stanowią 0,3 procent. Szacuje się, że katolików jest tam około 9 tysięcy.

Po przylocie do stolicy kraju, Algieru, Leon XIV odda hołd poległym w wojnie o niepodległość Algierii przy pomniku Męczenników Maqam Echahid, a następnie spotka się z prezydentem Abd al-Madżidem Tabbunem. Wygłosi też przemówienie do przedstawicieli władz i społeczeństwa. W pierwszym dniu wizyty w Algierze odwiedzi również Wielki Meczet, jedną z największych świątyń islamskich na świecie, która może pomieścić 120 tysięcy osób. Papież będzie potem w ośrodku pomocy prowadzonym przez siostry augustianki oraz w stołecznej bazylice, w której spotka się ze wspólnotą katolicką kraju.

We wtorek uda się do miasta Annaba, czyli starożytnej Hippony, gdzie przez ponad 30 lat biskupem był święty Augustyn. Odprawi mszę w tamtejszej bazylice, której święty ten jest patronem i odwiedzi dom zakony augustianów.

W środę 15 kwietnia rozpocznie się drugi etap papieskiej podróży - wizyta w Kamerunie. Pond 60 procent jego ludności to chrześcijanie: katolicy i protestanci. Po przylocie do stolicy, Jaunde Leon XIV wygłosi przemówienie do władz i spotka się z ich przedstawicielami oraz z duchowieństwem. Odwiedzi też sierociniec. Na mszy, którą Leon XIV odprawi 17 kwietnia w Duali, spodziewanych jest około 600 tysięcy osób.

Papież powróci do Watykanu 23 kwietnia. To będzie jedna z najdłuższych w ostatnich latach papieskich podróży. PAP

eprasa.pl 9caab90072

MATERIAŁ INFORMACYJNY NCBR

0011503898

Nauka i biznes łączą siły na rzecz innowacji. Powraca Ścieżka SMART dla konsorcjów

Narodowe Centrum Badań i Rozwoju ogłosiło nowy konkurs Ścieżka SMART Projekty realizowane w konsorcjach. Instytucja przeznaczy w nim 350 mln zł z programu Fundusze Europejskie dla Nowoczesnej Gospodarki na innowacyjne projekty badawczo-rozwojowe, których powodzenie wymaga współpracy biznesu, nauki, a także organizacji pozarządowych.

Komórkowa terapia raka trzustki, innowacyjne metody leczenia nowotworów głowy i szyi czy też nowoczesne kable elektroenergetyczne wysokich napięć oparte na oksydowanych drutach aluminiowych, zapewniające zwiększoną moc przesyłową i niższe straty energii - to tylko wybrane przykłady projektów, które aktualnie realizują konsorcja, z dofinansowaniem z Funduszy Europejskich. Aby uzyskać wsparcie, partnerzy tworzący te konsorcja dopracowali szczegóły przedsięwzięć, formalnie zawiązali współpracę oraz złożyli wnioski do Narodowego Centrum Badań i Rozwoju.

- *Jednym z głównych priorytetów NCBR jest łączenie nauki i biznesu. I to między innymi dzięki takim instrumentom jak konkurs Ścieżka SMART, możemy zbliżać te dwa światy. Kierujemy tu wsparcie na projekty, których realizacja wymaga współpracy. Takie podejście pomaga tworzyć rozwiązania o wysokiej wartości naukowej, po czym wdrażać je na rynek. W ten sposób innowacje znajdują swoje zastosowanie w naszym życiu codziennym – czy to w leczeniu, pozyskiwaniu przyjaznej środowisku energii, czy usprawnieniu działań* – powiedział **prof. dr hab. inż. Jerzy Małachowski**, dyrektor Narodowego Centrum Badań i Rozwoju.

W naborze mogą być dofinansowane projekty, które są realizowane przez przedsiębiorstwa (MŚP lub duże) w ramach konsorcjum z innymi przedsiębiorstwami, organizacjami badawczymi lub organizacjami pozarządowymi. Liderem konsorcjum musi być przedsiębiorstwo.

Uproszczone procedury

W nowym konkursie Ścieżki SMART zrezygnowano z modułowości wniosków o dofinansowanie. Każde z konsorcjów aplikując do NCBR musi obowiązkowo zaplanować realizację prac badawczo-rozwojowych w celu wytworzenia innowacyjnych produktów, technologii, usług lub procesów. Każdy z członków konsorcjum musi być odpowiedzialny za realizację przynajmniej jednego zadania w ramach prac B+R. Dodatkowo, w projekcie można zaplanować zadania związane z promocją zagraniczną wypracowanych w toku prac projektowych rozwiązań oraz działania związane z rozwojem kompetencji pracowników zaangażowanych w realizację projektu.

Wszystkie zgłoszone w naborze projekty muszą wpisywać się w Krajowe Inteligentne Specjalizacje. Komisja Europejska dopuściła możliwość realizacji projektów podwójnego zastosowania, czyli rozwiązań, które mogą zostać użyte zarówno w celach cywilnych, jak i wojskowych. Przedmiot projektu nie może dotyczyć rozwiązań mających zastosowanie wyłącznie militarne.

Nabór wniosków o dofinansowanie rozpoczął się 9 kwietnia 2026 r. i potrwa do 12 czerwca 2026 r. (w ostatnim dniu naboru do godz. 16.00). Łączny budżet naboru to 350 mln zł, a kwota wnioskowanego dofinansowania nie może przekroczyć 140 mln zł na cały jeden projekt.

Każda osoba, która chciałaby uzyskać więcej informacji na temat naboru Ścieżka SMART Projekty realizowane w konsorcjach może zgłosić się do działającego w NCBR Punktu Informacyjnego. Pytania można kierować telefonicznie, mailowo bądź umówić się na spotkanie stacjonarne lub online.

Nabór Ścieżka SMART Projekty realizowane w konsorcjach realizowany jest w ramach Priorytetu I. Wsparcie dla przedsiębiorców programu Fundusze Europejskie dla Nowoczesnej Gospodarki.

Więcej informacji dostępnych jest na stronie: gov.pl/ncbr

Fundusze Europejskie dla Nowoczesnej Gospodarki | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | NCBR Narodowe Centrum Badań i Rozwoju

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

Chciałam się dowiedzieć, dlaczego mój ojciec nie mógł zasnąć

Katarzyna Kachel

W pewnym momencie zrozumiałam, że z jakiegoś powodu moi przodkowie nie chcieli, bym dowiedziała się, co się im przydarzyło. Traz już wiem, że nie jestem w tym wyjątkowa i że istnieją rodziny, które skazują swoje dzieci i wnuki na życie w milczeniu, wśród niedopowiedzeń i pilnie strzeżonych tajemnic – mówi Magda Huzarska-Szumiec, dziennikarka, autorka książki „Dlaczego mój ojciec nie mógł zasnąć. O dziedziczeniu milczenia i traumy".

Czego ty szukasz? – nie bez irytacji pyta twoja mama ojca we lwowskim hotelu. Rodzice rozmawiają na tyle głośno, że słyszysz odpowiedź, która brzmi: Przeszłości. Chciałbym się w końcu od niej uwolnić. A ty czego szukałaś?

Przeszłości. Ale nie po to, by się od niej uwolnić albo się od niej odciąć, ale by ją poznać. Szukałam korzeni mojej rodziny i dziś po skończeniu pracy nad książką jedyne, czego jestem pewna, to fakt, że nadal niewiele wiem. Rozmowa, którą przytaczasz, miała miejsce, kiedy z rodzicami i bratem pojechaliśmy na wymarzone wczasy do Bułgarii. Byłam wtedy siedmio-, może ośmioletnim dzieckiem, które wyrusza w podróż życia. Ojciec się uparł, by jechać przez Lwów, co było kompletnym bezsensem i nadkładaniem drogi. W hotelu, w którym się zatrzymaliśmy, spędziliśmy parę godzin, bo pogryzły nas pluskwy i mama zarządziła ewakuację. Z tamtej perspektywy wydawało się, że przystanek w tym strasznym miejscu był kompletną pomyłką, ale to właśnie wtedy ojciec jedyny raz powiedział cokolwiek o sobie, choć wówczas także nie padło zbyt wiele słów. Wynikało z nich tylko, że w trakcie wojny urodził się we Lwowie i tu spędził dzieciństwo. Nigdy wcześniej ani później z jego ust nie usłyszałam nic więcej na temat przeszłości.

A ty nie pytałaś?
Kiedy jesteś dzieckiem, nie zadajesz pytań. Skoro dorośli nie mówią o sobie, nie snują przy stole rodzinnych opowieści, uznajesz, że to jest normalne, że tak jest i już.

Ale masz domysły?
Czułam, nadal czuję, że w rodzinie ojca musiało się wydarzyć coś, co sprawiło, że stali się tak dalecy, niedostępni, że swoje własne wnuki traktowali przedmiotowo. Nie było w tych relacjach uczucia, nie było czułości. Wydawać by się mogło, że dziadkowie wybudowali sobie mur, którym odcięli się od najbliższych osób. Teraz wiem, że mogło to wynikać z ich strachu, z tego, że może zdarzyć się znowu coś takiego, co spowoduje po raz kolejny utratę. Zresztą tak naprawdę dziadków widziałam kilka razy w życiu i nie wspominam tych spotkań dobrze.

Zabawkami cię nie rozpieszczali, ale piszesz, że babka ugotowała ci raz całkiem smaczną parówkę.
Bo byłam chuda i zagłodzona, jak oceniły z ciotką Małgorzatą, oglądając mnie dokładnie w świetle lampy. A ja marzyłam tylko o tym, by wrócić do domu. Choć ta parówka była pyszna. W Rzeszowie, gdzie mieszkałam, takich nie było. W Katowicach kupowało się je łatwiej, bo były przydziały dla górników. Ale wracając do zasadniczej kwestii, zastanawiałam się, czy moja niechęć do dziadków wynikała z moich subiektywnych odczuć, czy może jestem przewrażliwiona i przesadzam, demonizuję ich obraz (...). Część mojej rodziny ze strony ojca pozostawała wciąż otoczona mrokiem tajemnicy. Kiedyś znajomy opowiedział mi, że poznał ludzi, którzy noszą takie samo nazwisko i też pochodzą ze wschodu. Okazało się, że organizują rodzinne zjazdy, dzięki którym utrzymują ze sobą ścisły kontakt. Aż podskoczyłam z radości, bo wydawało mi się, że wreszcie trafiłam na jakiś trop. Ale ci ludzie nic nie wiedzieli o moich dziadkach.

FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Co z tym zrobiłaś?
Odpuściłam, choć znasz mnie i wiesz, że nie przyszło mi to łatwo. W pewnym momencie zrozumiałam, że widocznie z jakiegoś powodu moi przodkowie nie chcieli, bym dowiedziała się, co się im przydarzyło.

Napisałaś książkę, która prowadzona jest dwutorowo. Z jednej strony to opowieść o tym, jak z okruchów pamięci budujesz swój dom, a z drugiej to historia pana Bolesława.
Tak, nawet tytuły poszczególnych rozdziałów odnoszą się do pomieszczeń, z których zbudowany jest dom. Ta część to moja prywatna historia, która zazębia się ze zbeletryzowaną opowieścią o panu Bolesławie, mężczyźnie, którego poznałam zupełnie przypadkowo w areszcie śledczym przy Montelupich.

Skąd się tam wzięłaś?
Pracując w „Gazecie Krakowskiej" upierałam się, żeby pisać o Holokauście, ale też o wszystkim, co jest związane z kulturą żydowską. Pracowałyśmy razem, więc wiesz, że moje zainteresowania nie zawsze pokrywały się z zainteresowaniami redaktorów. Dlatego od czasu do czasu robili mi niespodzianki i zlecali tematy, które były dla mnie dość abstrakcyjne. Jednym z nich była rozmowa ze skazanym za morderstwo mężczyzną. Może to i byłoby ekscytujące z dziennikarskiego punktu widzenia, ale nie w tych okolicznościach i nie w tym dniu, który dokładnie opisuję w książce. Nie miałam jednak innego wyjścia i znalazłam się za kratkami. I tam jeden z wychowawców poprosił mnie o rozmowę ze starszym panem, który przychodził czytać więźniom wiersze. Tak poznałam pana Bolesława. Siedzieliśmy razem w celi, a on opowiadał mi historię swojego życia. W pewnym momencie doszedł w niej do ucieczki z przemyskiego getta. Wcześniej getto udało się opuścić jego mamie, od której dostał wiadomość, że czeka na niego na Winnej Górze. To takie wzniesienie na obrzeżach Przemyśla, dziś dość luksusowy teren z pięknymi przedwojennymi willami. Tylko jak miał ją znaleźć wystraszony chłopiec, który już doskonale wiedział, co grozi mu za ucieczkę z zamkniętej dzielnicy żydowskiej. Biegł przez miasto, aż poczuł zapach świeżego pieczywa. Dochodził on z kamienicy, w której znajdowała się piekarnia. On był tak strasznie głodny, że nie bacząc na niebezpieczeństwo, wszedł do niej. Piekarze go przegonili, pobiegł wówczas do mieszkania na pierwszym piętrze, gdzie przygarnęła go pewna kobieta z małą dziewczynką. Nakarmiła wystraszonego chłopca, umyła, pozwoliła mu się przespać i zaprowadziła do mamy. I teraz wyobraź sobie, że siedzę przed człowiekiem, który ze szczegółami opisuje mi moją babcię i mamę, która miała wtedy dwa latka. Na dodatek

REKLAMA 0011497208

GIEŁDA MIESZKAŃ
18-19 KWIETNIA
Galeria GALA, Fabryczna 2, Lublin

eprasa.pl 9caab90072

obydwie mieszkały w kamienicy nad piekarnią, która wówczas była jedna w tej części miasta, czyli na Zasaniu.

Nie zadałaś mu żadnych pytań?
Uciekłam. W normalnej sytuacji każdy dziennikarz powinien złapać temat i go nie wypuścić, ja nie wydobyłam z siebie żadnego słowa. To było ponad 20 lat temu, dokładnie w tym roku, kiedy zmarły moja mama i babcia. Nie byłam w stanie dalej tego słuchać. Wyparłam to spotkanie z pamięci. Przez długie lata nikomu o tym nie opowiedziałam. Musiało upłynąć sporo czasu, aż zdecydowałam się o tym mówić. Pamiętam dokładnie wieczór po spotkaniu w Muzeum Polin w Warszawie, które dotyczyło „Niusi z listy Schindlera". Z redaktorkami z Wielkiej Litery poszłyśmy na kolację i opowiadałyśmy sobie różne historie z życia. Ja opowiedziałam tę. Kiedy skończyłam, usłyszałam: „A czy ty wiesz, że masz początek kolejnej książki?". Zaczęłam się śmiać, ale równocześnie zrozumiałam, że to było coś ważnego, że była to historia, której bałam się do tamtej pory dotknąć.

Chciałaś ją opowiedzieć sobie czy innym?
Przede wszystkim sobie. Sama wiesz, pisząc swoje książki, że robi się to dla siebie. Dopiero później przychodzi refleksja, że ktoś będzie je czytał i że może w opisanych historiach odnajdzie siebie. Ja dzięki książkom innych ludzi zrozumiałam, skąd biorą się moje takie a nie inne zachowania, dlaczego tak gwałtownie reaguję na sytuacje, które są całkiem naturalne i nie powinny wzbudzać we mnie lęku, z kolei ze stoickim spokojem wysłuchuję strasznych opowieści Ocalonych. Kiedy pisałam książkę o Niusi, uświadomiłam sobie, że słucham jej opowieści bez większego, emocjonalnego zaangażowania, jakbym wybudowała sobie mur, który oddzielał mnie od jej strasznej historii. Ta pancerna ściana pozwalała mi się zdystansować, stanąć obok i tylko słuchać, a nie przeżywać tego, co przeżywała moja bohaterka. Wytworzyłam w sobie mechanizm obronny, który umożliwiał mi przebywanie w jej świecie i równocześnie opisywanie tego co się w nim działo.

To dlaczego to robiłaś?
Bo z jednej strony czułam przed tym tematem lęk, a z drugiej niezwykłe nim zaciekawienie. W książce „Dlaczego mój ojciec nie mógł zasnąć" cytuję profesora Pawła Holasa, który zajmuje się zawodowo badaniem transmisji traum między generacjami. Mówi, że często zdarza się, iż pokoleniowo przekazywane są nie tylko treści i znaczenia emocjonalne samych traumatycznych przeżyć, ale też sposób, w jaki nasz przodek sobie z nimi radził. Sam profesor, kiedy był już dorosły, dowiedział się, że ma korzenie żydowskie. Doświadczył wtedy silnego strachu. Nagle bowiem uświadomił sobie, że jeszcze niedawno za to mordowano, że fakt pochodzenia wiąże się z całym bagażem uprzedzeń. I nie miał tu znaczenia fakt, że dziś nic mu nie grozi. Z jednej strony stara się temat omijać, a z drugiej w niego brnie. Czułam podobnie. Choć pisząc książkę nigdzie nie użyłam słowa „Żyd" w kontekście moich przodków. Nie zrobiłam tego, ponieważ nie wiem. Nie mam pewności, jakie było pochodzenie mojego ojca, ani moich dziadków. Nie mam żadnych namacalnych dowodów, tylko całą garść przeczuć, niedopowiedzeń, zawieszonych w połowie zdań.

Co miałaś na myśli, mówiąc o swoich gwałtownych reakcjach w sytuacjach, które dla innych są całkiem naturalne?
W książce opowiadam o tym, jak tłum ludzi, którzy skakali obok mnie pod sceną podczas koncertu Maanamu, sprawił, że wpadłam w histerię. Kora śpiewała moje ulubione kawałki „Cykady na Cykladach" czy „Nie poganiaj mnie, bo tracę oddech", a ja usiłowałam się wydostać z sali, bo czułam, że to ja zaraz stracę oddech, a może i życie. Ten atak paniki był niewspółmierny do tego, co się działo podczas koncertu. Dziś wiem, że mógł on wynikać z tego, co naukowcy nazywają transmisją transgeneracyjną na poziomie epigenetycznym, czyli z przekazywania w genach kolejnym pokoleniom pamięci o sytuacjach stresowych, które były udziałem przodków. Pamiętam, jak w szkole pojechaliśmy na wycieczkę do obozu koncentracyjnego Auschwitz-Birkenau. Tam dałam dopiero popis, choć miejsce może było bardziej adekwatne do takiego zachowania.

Mama zapytała cię zanim wsiadłaś do autokaru: „Na pewno chcesz tam jechać"?
Myślisz, że odpuściłabym sobie wycieczkę z klasą? To przecież miała być przygoda. Ale moja reakcja w obozie, kiedy się zgubiłam i chodziłam po barakach sama, a potem szukałam wyjścia, była za mocna. Dostałam ataku histerii i długo nie mogłam się uspokoić. Na pewno w dużym stopniu ta panika była wynikiem przeczytanych lektur, obejrzanych filmów, tego, czym karmiono wówczas dzieci niemal od kołyski. Kto nie oglądał „Stawki większej niż życie" albo „Czterech pancernych i psa"? Nie dawałam się odciągnąć od telewizora, choć panicznie się bałam, gdy na ekranie pojawiali się Niemcy.

Wrócę do twojego ojca. Bardzo poruszyła mnie scena jego pogrzebu, na który pojechałaś razem z bratem. Moment, kiedy patrzysz na trumnę i czujesz cholerną złość, bo tak naprawdę go nie znałaś, nie wiedziałaś, kim był.
Pamiętam dobrze, kiedy mieszkałam w akademiku w Krakowie i do moich koleżanek przyjeżdżali ojcowie, a ja im strasznie zazdrościłam. Nie samych odwiedzin, ale relacji, wspólnych spacerów po Plantach. Ja nie mogłam mojego ojca zaprosić na spacer, porozmawiać z nim, zapytać o te istotne i mniej istotne sprawy, bo go w moim życiu nie było. I właściwie jedno z ważniejszych pytań, które sobie stawiałam w trakcie pisania tej książki, brzmiało: „Dlaczego?" I, jak wiesz, nie potrafię sobie do dziś na nie odpowiedzieć.

Z książki wynika, że twoim życiem rządzą przypadki.
Nie wiem, może sama je prowokuję, ale przypadkiem natknęłam się na pana Bolesława, przypadkiem dowiedziałam się o tym, co zrobiła moja babcia, kolejnym przypadkiem było spotkanie rodziny ze strony ojca, której wcześniej nie znałam. Opowiedzieć ci, jak do tego doszło?

Opowiadaj.
Pewnego razu mój brat poszedł do lekarza, którego nie tyle zastanowiło jego zdrowie, co fakt, że ma kolegę ze studiów, który nosi to samo imię i nazwisko, a na dodatek urodził się w tym samym roku co Maciek. Od słowa do słowa i tak poznaliśmy naszego najbliższego kuzyna Maćka. Okazało się, że ma on młodszą siostrę Alicję. Parę lat temu umówiliśmy się wszyscy na Kazimierzu. Nigdy nie zapomnę, jak do „Kolanka" wszedł nieznany mi wcześniej Maciek. Nagle w drzwiach zobaczyłam mężczyznę tego samego wzrostu co mój ojciec, wyglądającego identycznie jak on, mającego ten sam tembr głosu, podobnie gestykulującego. Ale to nie wszystko. Za chwilę odkryliśmy, że nasze dzieci noszą te same imiona, mamy podobne zainteresowania, pasje. Wymyśliłabyś to? Krok po kroku okazywało się, że nie znając się, nie mając ze sobą kontaktu, dokonywaliśmy w życiu bardzo podobnych wyborów. Jak widać, genów nie da się oszukać.

REKLAMA 0011508579

OBWIESZCZENIE STAROSTY KRASNOSTAWSKIEGO

Zgodnie z art. 11d ust. 5 ustawy z 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2025r. poz. 1691) Starosta Krasnostawski zawiadamia o wszczęciu postępowania administracyjnego na wniosek Zarządu Powiatu Krasnostawskiego reprezentowanego przez Dyrektora Zarządu Dróg Powiatowych w Krasnymstawie w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pod nazwą: **„Rozbudowa drogi powiatowej Nr 3118L Felicjan – Bobrowe – Wielobycz od km 2+204 do km 5+073".**

I. Działki wchodzące pod inwestycję:
- obręb ewidencyjny 0003 Bobrowe, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
działka nr 353, 86/2, 573,
- obręb ewidencyjny 0016 Olesin, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
Działka nr 434,
- obręb ewidencyjny 0021 Wielobycz, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
Działka nr 373,

II. Działki dzielone pod inwestycję:
- obręb ewidencyjny 0003 Bobrowe, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
1. działka nr 574 wg projektu podziału na działki nr **574/1**, 574/2,
2. działka nr 551/1 wg projektu podziału na działki nr **551/4**, 551/5,
3. działka nr 546 wg projektu podziału na działki nr **546/1**, 546/2,
4. działka nr 545/1 wg projektu podziału na działki nr **545/4**, 545/5,
5. działka nr 542 wg projektu podziału na działki nr **542/1**, 542/2,
6. działka nr 541 wg projektu podziału na działki nr **541/1**, 541/2,
7. działka nr 537 wg projektu podziału na działki nr **537/1**, 537/2,
8. działka nr 536 wg projektu podziału na działki nr **536/1**, 536/2,
9. działka nr 533 wg projektu podziału na działki nr **533/1**, 533/2,
10. działka nr 532/1 wg projektu podziału na działki nr **532/3**, 532/4,
11. działka nr 532/2 wg projektu podziału na działki nr **532/5**, 532/6,
12. działka nr 527/1 wg projektu podziału na działki nr **527/3**, 527/4,
13. działka nr 526 wg projektu podziału na działki nr **526/1**, 526/2,
14. działka nr 519 wg projektu podziału na działki nr **519/1**, 519/2,
15. działka nr 477 wg projektu podziału na działki nr **477/1**, 477/2,
16. działka nr 476 wg projektu podziału na działki nr **476/1**, 476/2,
17. działka nr 475 wg projektu podziału na działki nr **475/1**, 475/2,
18. działka nr 474 wg projektu podziału na działki nr **474/1**, 474/2,
19. działka nr 473 wg projektu podziału na działki nr **473/1**, 473/2,
20. działka nr 472 wg projektu podziału na działki nr **472/1**, 472/2,
21. działka nr 468 wg projektu podziału na działki nr **468/1**, 468/2,
22. działka nr 467 wg projektu podziału na działki nr **467/1**, 467/2,
23. działka nr 458/2 wg projektu podziału na działki nr **458/4**, 458/5,
24. działka nr 413 wg projektu podziału na działki nr **413/1**, 413/2,
25. działka nr 412 wg projektu podziału na działki nr **412/1**, 412/2,
26. działka nr 411 wg projektu podziału na działki nr **411/1**, 411/2,
27. działka nr 410 wg projektu podziału na działki nr **410/1**, 410/2,
28. działka nr 409 wg projektu podziału na działki nr **409/1**, 409/2,
29. działka nr 72/6 wg projektu podziału na działki nr **72/9**, 72/10,
30. działka nr 701/1 wg projektu podziału na działki nr **701/2**, 701/3,
31. działka nr 73/1 wg projektu podziału na działki nr **73/2**, 73/3,
32. działka nr 178 wg projektu podziału na działki nr **178/1**, 178/2,
33. działka nr 179 wg projektu podziału na działki nr **179/1**, 179/2,
34. działka nr 309/1 wg projektu podziału na działki nr **309/3**, 309/4,
35. działka nr 309/2 wg projektu podziału na działki nr **309/5**, 309/6,
36. działka nr 310 wg projektu podziału na działki nr **310/1**, 310/2,
37. działka nr 315/3 wg projektu podziału na działki nr **315/4**, 315/5,
38. działka nr 322 wg projektu podziału na działki nr **322/1**, 322/2,
39. działka nr 323 wg projektu podziału na działki nr **323/1**, 323/2,
40. działka nr 327 wg projektu podziału na działki nr **327/1**, 327/2,
41. działka nr 330/1 wg projektu podziału na działki nr **330/3**, 330/4,
42. działka nr 330/2 wg projektu podziału na działki nr **330/5**, 330/6,
43. działka nr 331 wg projektu podziału na działki nr **331/1**, 331/2,
44. działka nr 337 wg projektu podziału na działki nr **337/1**, 337/2,
45. działka nr 338 wg projektu podziału na działki nr **338/1**, 338/2,
46. działka nr 339 wg projektu podziału na działki nr **339/1**, 339/2,
47. działka nr 340 wg projektu podziału na działki nr **340/1**, 340/2,
48. działka nr 341 wg projektu podziału na działki nr **341/1**, 341/2,
49. działka nr 342 wg projektu podziału na działki nr **342/1**, 342/2,
50. działka nr 343 wg projektu podziału na działki nr **343/1**, 343/2,
51. działka nr 181/3 wg projektu podziału na działki nr **181/4**, 181/5,
52. działka nr 352/2 wg projektu podziału na działki nr **352/7**, 352/8,
53. działka nr 408/2 wg projektu podziału na działki nr **408/3**, 408/4,
- obręb ewidencyjny 0016 Olesin, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
54. działka nr 389 wg projektu podziału na działki nr **389/1**, 389/2,
55. działka nr 390 wg projektu podziału na działki nr **390/1**, 390/2,
56. działka nr 391 wg projektu podziału na działki nr **391/1**, 391/2,
57. działka nr 392 wg projektu podziału na działki nr **392/1**, 392/2,
58. działka nr 393 wg projektu podziału na działki nr **393/1**, 393/2,
59. działka nr 394 wg projektu podziału na działki nr **394/1**, 394/2,
60. działka nr 395 wg projektu podziału na działki nr **395/1**, 395/2,
- obręb ewidencyjny 0020 Wielkopole, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
61. działka nr 82 wg projektu podziału na działki nr **82/1** 82/2,
62. działka nr 83 wg projektu podziału na działki nr **83/1**, 83/2,
- obręb ewidencyjny 0021 Wielobycz, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
63. działka nr 375 wg projektu podziału na działki nr **375/1**, 375/2,
64. działka nr 376 wg projektu podziału na działki nr **376/1**, 376/2,
65. działka nr 377 wg projektu podziału na działki nr **377/1**, 377/2,,
66. działka nr 378 wg projektu podziału na działki nr **378/1**, 378/2
67. działka nr 379 wg projektu podziału na działki nr **379/1**, **379/2**, 379/3,
68. działka nr 380 wg projektu podziału na działki nr **380/1**, 380/2,
69. działka nr 381 wg projektu podziału na działki nr **381/1**, **381/2**, 381/3,
70. działka nr 382/2 wg projektu podziału na działki nr **382/3**, 382/4,

III. Określenie nieruchomości lub ich części, z których korzystanie będzie ograniczone:
- obręb ewidencyjny 0003 Bobrowe, jednostka ewidencyjna 060603_2 Gorzków:
Działka nr **86/1** (przebudowa innych dróg publicznych).

Pogrubioną czcionką oznaczono działki przeznaczone pod inwestycję - wg przedłożonych projektów podziału.
Zakres inwestycji obejmuje: wycinkę drzew, karczowanie pni, roboty rozbiórkowe, roboty ziemne, wykonanie nawierzchni jezdni, wykonanie poboczy, wprowadzenie stałej organizacji ruchu, wykonanie urządzeń bezpieczeństwa ruchu, roboty wykończeniowe.

Jednocześnie zawiadamia się strony postępowania, że z dokumentacją można zapoznać się, a także składać uwagi i wnioski w przedmiotowej sprawie, w trakcie prowadzenia ww. postępowania w Wydziale Architektury i Budownictwa Starostwa Powiatowego w Krasnymstawie, ul. Sobieskiego 3, 22-300 Krasnystaw, w godz. 8-15. Zgodnie z art. 49 Kodeksu postępowania administracyjnego, doręczenie uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Niniejsze obwieszczenie umieszcza się w Biuletynie Informacji Publicznej Starostwa Powiatowego w Krasnymstawie i Urzędu Gminy Gorzków oraz na tablicach ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Krasnymstawie i Urzędu Gminy Gorzków.

eprasa.pl 9caab90072

strona ZDROWIA
stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Ranking najlepszych sanatoriów na NFZ

Które sanatorium wybrać na turnus finansowany z NFZ? Oczywiście najlepsze! Ale co to właściwie znaczy i jak stwierdzić, które sanatoria są rzeczywiście dobre? Z pomocą przychodzą sami pacjenci, piszący recenzje zakładów leczniczych w Google. Na ich podstawie stworzyliśmy aktualny ranking 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce i w poszczególnych województwach.

ZA TYDZIEŃ:

- Kto i dlaczego nie powinien jeść czosnku? Przeciwwskazania mogą cię zaskoczyć
- Zanieczyszczone powietrze sprzyja alergiom. Nasilają się objawy

FOT. FREEPIK

Czy gorzka czekolada jest zdrowa i pomaga się odchudzać?

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Gorzka czekolada uchodzi za superfood. Zawiera duże ilości polifenoli, flawonoli i katechin. Działa przeciwzapalnie, korzystnie wpływa na serce i pracę mózgu. Ale czy wspomaga odchudzanie?

FOT. FREEPIK

Gorzka czekolada może wpływać na zmniejszenie stężenia insuliny we krwi

Gorzka czekolada, zawierająca minimum 70 proc. miazgi kakaowej, to źródło wielu składników mineralnych oraz niektórych witamin – ma ich zdecydowanie więcej niż inne typy czekolady.

Wśród najcenniejszych wymienianie są przede wszystkim potas, fosfor, magnez, wapń, żelazo, jod, niacyna, witamina E, tiamina i ryboflawina. Gorzka czekolada to także skarbnica antyoksydacyjnych polifenoli, które sprawiają, że jedzenie prawdziwej gorzkiej czekolady pomaga zmniejszyć ryzyko wystąpienia chorób sercowo-naczyniowych, takich jak nadciśnienie, miażdżyca, zakrzepicy żylna czy nawet udaru mózgu.

Mimo całego dobrodziejstwa należy pamiętać, że gorzka czekolada należy do dość kalorycznych produktów. 100 g, czyli tradycyjna tabliczka, dostarcza przeciętnie 500 kcal, 40 g tłuszczu, 13 g białka, 8 g węglowodanów i 6 g błonnika.

Czy gorzka czekolada pomaga w odchudzaniu?

Badania pokazują, że gorzka czekolada może wpływać na zmniejszenie stężenia insuliny we krwi, co z kolei może skutkować zwiększoną utratą masy ciała i zmniejszonym magazynowaniem tłuszczu. Inne wyniki – potrzebujące jeszcze potwierdzenia – wskazują także na to, że ciemna czekolada może pomóc w kontrolowaniu prawidłowego poziomu cukru we krwi.

Inne badania potwierdziły, że ciemna czekolada może zmniejszyć łaknienie i dawać uczucie sytości, co może być pomoce w utracie wagi. Według badaczy jedzenie czekolady nie tylko sprawiło, że uczestnicy badania byli miej głodni (spadł u nich poziom greliny – hormonu stymulującego głód), ale byli również bardziej najedzeni i zadowoleni niż osoby, które jadły inne rodzaje czekolady. Badania pokazały też, że u 15 kobiet z nadwagą, które codziennie przez tydzień spożywały czekoladę, zaobserwowano obniżenie poziomu cholesterolu i zmniejszenie masy ciała.

Dieta czekoladowa? Niekoniecznie...

W świetle wyników badań czekolada rzeczywiście może być uznana za superfood sprzyjający utracie wagi. Jednak nie należy w związku z tym przechodzić na „dietę czekoladową", ale uznać ją za pełnowartościowy produkt, który warto włączyć do codziennego jadłospisu, jeśli zależy nam na utrzymaniu aktualnej wagi lub zrzuceniu kilku kilogramów. Jest z pewnością dobrym wyborem, jeśli mamy ochotę na słodką przekąskę. Lepiej wybrać wtedy kostkę gorzkiej czekolady niż sięgnąć po przetworzone sklepowe słodycze lub mleczną albo białą czekoladę. Według dietetyków bezpieczną i zalecaną porcją dla osób zdrowych jest 15-50 g dziennie, przez pięć dni w tygodniu. Im częściej sięgamy po czekoladę, tym porcje powinny być mniejsze.

Nieliczne przeciwwskazania do jedzenia gorzkiej czekolady, to oprócz nietolerancji pokarmowych i alergii, niektóre choroby nerek i układu moczowego oraz tendencja do częstych zaparć.

Mimo jej zalet należy pamiętać, że gorzka czekolada to kaloryczny produkt. Tradycyjna tabliczka dostarcza przeciętnie 500 kcal.

Dodaj do kawy, a zyskasz energię i dobry nastrój

Kawa z czekoladą gorzką to połączenie espresso lub mocnej kawy filtrowanej z rozpuszczoną gorzką czekoladą (o wysokiej zawartości kakao) i mlekiem (lub jego roślinnym zamiennikiem). Najpopularniejszą i najbardziej klasyczną formą tego napoju jest mokka (lub caffè mocha), czyli jeden z wariantów kawy latte. Jednak w kawie mokka nie ma mlecznej pianki tak jak w latte czy cappuccino. Dlatego ozdabia się ją bitą śmietaną, jednak nie polecam tego pomysłu ze względu na to, że podwyższa kaloryczność napoju. Kawa z gorzką czekoladą wyróżnia się intensywnym smakiem kakao, który doskonale komponuje się z goryczką kawy. Najlepszy efekt uzyskasz, rozpuszczając czekoladę w gorącym espresso i spieniając mleko. Połączenie kawy (kofeiny) i gorzkiej czekolady (kakao) dostarcza nie tylko przyjemnych doznań smakowych, ale także łączy korzystne właściwości obu tych składników:

- Zwiększa koncentrację i poprawia nastrój – kofeina to stymulant, który zwiększa czujność i koncentrację. Kakao z gorzkiej czekolady zawiera teobrominę – łagodniejszy stymulant, który w połączeniu z kofeiną może wydłużać i wzmacniać poczucie skupienia oraz poprawiać nastrój. Kakao może także wspierać uwalnianie endorfin, czyli hormonów szczęścia.
- Wspomaga odchudzanie – gorzka czekolada potrafi przyspieszyć metabolizm i wspomóc spalanie tłuszczu, podczas gdy kawa działa jako naturalny środek zmniejszający łaknienie (ograniczający apetyt).
- Działa antyoksydacyjnie – zarówno kawa, jak i gorzka czekolada są bogate w przeciwutleniacze (polifenole, flawonoidy). Flawonoidy w kakao są jednymi z silniejszych. Przeciwutleniacze pomagają w walce z wolnymi rodnikami, co ma znaczenie w profilaktyce chorób serca i neurodegeneracyjnych.
- Wspiera serce i układu krążenia – flawonole zawarte w kakao mogą poprawiać przepływ krwi poprzez zwiększenie produkcji tlenku azotu, co przyczynia się do obniżenia ciśnienia krwi i poprawy funkcjonowania naczyń krwionośnych. Kofeina może mieć krótkotrwały efekt podnoszący ciśnienie, ale umiarkowane spożycie kawy jest generalnie neutralne lub korzystne dla zdrowia serca.
- Chroni mózg i układ nerwowy – flawonoidy z kakao są badane pod kątem ich zdolności do poprawy funkcji poznawczych, w tym pamięci i czasu reakcji.

eprasa.pl 9caab90072

„Świetna lokalizacja, pokoje czyste i przytulne”. Ranking najlepszych sanatoriów na NFZ

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Które sanatorium wybrać na turnus finansowany z NFZ? Oczywiście najlepsze! Ale co to właściwie znaczy i jak stwierdzić, które sanatoria są rzeczywiście dobre?

FOT. JACEK BABICZ/ZDJĘCIE ILUSTRACYJNE

Zobacz listę najlepszych sanatoriów na NFZ

Z pomocą przychodzą sami pacjenci, piszący recenzje zakładów leczniczych w Google. Na ich podstawie stworzyłem aktualny ranking 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce, a także listy najlepszych sanatoriów dla poszczególnych województw. Łącznie oceniłem 31 sanatoriów.

Sanatoria nie są sobie równe i dlatego już na etapie konsultacji z lekarzem i uzyskiwania skierowania warto zaznaczyć w dokumentacji, w którym konkretnie zakładzie chcielibyśmy dobyć turnus. NFZ nie musi uwzględnić naszych preferencji, ale może to zrobić, więc warto spróbować.

Jak wybrać dobre sanatorium? Na co zwracać uwagę, poza dopasowaniem do profilu naszych dolegliwości? Z opinii i opowiadań pacjentów można wyciągnąć wnioski na temat tego, jakie powinno być dobre sanatorium. Cechy idealnego miejsca na turnus to:

- Szeroka i zróżnicowana oferta zabiegowa, profesjonalna i troskliwa opieka lekarska, z częstymi konsultacjami.
- Wysoki standard pokoi, czystość całego budynku i otoczenia, także (zwłaszcza!) sal i sprzętów zabiegowych.
- Dobre jedzenie, dostosowane do indywidualnych potrzeb żywieniowych pacjentów.
- Wygodne rozplanowanie ośrodka, bez konieczności długich i wyczerpujących marszów z jednej sali zabiegowej do drugiej, zwłaszcza bez konieczności wspinania się na strome schody.
- Ładne i zadbane otoczenie z ogródkiem lub parkiem, czyste powietrze bez dymu z pieców czy palarni.
- Pacjenci leczący się na NFZ powinni być traktowani na równi z komercyjnymi, bez rażących różnic w podejściu personelu czy ofercie zabiegów.

Wszystko świetnie, ale skąd wiadomo, które sanatorium rzeczywiście jest dobre czy wręcz bliskie ideałowi? Najlepiej spytać o zdanie samych pacjentów, którzy już odbyli turnusy.

Nie musisz wcale nigdzie dzwonić czy mailować - najprościej sprawdzić opinie pacjentów o danym sanatorium, publikowane w Google. Wyszukiwarka Google pozwala każdemu napisać recenzję danego miejsca, także sanatorium.

Pacjenci chętnie dzielą się w recenzjach Google swoimi wrażeniami z pobytów, opisują wszystko bez ogródek i cenzury, i wystawiają oceny od 0 do 5. Znane sanatoria miewają po kilkaset i więcej recenzji.

Recenzje Google to świetne źródło informacji o jakości danego sanatorium. By ułatwić ci wybranie najlepszego sanatorium w całym kraju lub w twojej okolicy, stworzyłem dwa rankingi właśnie na podstawie opinii pacjentów.

TOP 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce

Zobacz mój ranking najlepszych polskich sanatoriów na NFZ. Stworzyłem go na podstawie ocen i opinii samych kuracjuszy, publikowanych w Google.

Na liście znajdują się tylko sanatoria przyjmujące pacjentów na NFZ, z ocenami równymi lub wyższymi 4,0 i liczbą recenzji wynoszącą 400 lub więcej.

Liczba recenzji jest ważna, ponieważ świadczy o popularności, a więc i renomie danego sanatorium, a także zwiększa wiarygodność jego ogólnej oceny przez internautów.

Zastosowałem punktację, która decyduje o miejscu w rankingu. Obliczenie jest proste: mnożę średnią ocen przez liczbę recenzji. Sanatoria z ocenami poniżej 4,0 (zobacz kolejne rankingi niżej) dostają karę minus 200 punktów.

- **Miejsce 1: 22 Wojskowy Szpital Uzdrowiskowo-Rehabilitacyjny w Ciechocinku.**

Średnia ocen w Google: 4,6; liczba recenzji w Google: 1516, punktacja: 6973,6.

- **Miejsce 2: Sanatorium Uzdrowiskowe KRYSTYNKA w Ciechocinku**

Średnia ocen w Google: 4,6, liczba recenzji w Google: 1462, punktacja: 6725,2

- **Miejsce 3: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju**

Średnia ocen w Google: 4,2, liczba recenzji w Google: 915, punktacja: 3843.

- **Miejsce 4: Łazienki II Pałac w Ciechocinku**

Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 853, punktacja: 3412.

- **Miejsce 5: BiaVita Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA**

Średnia ocen w Google: 4,5, liczba recenzji w Google: 495, punktacja: 2227,5

- **Miejsce 6: Świerkowy Zdrój Medical SPA Rymanów-Zdrój**

Średnia ocen w Google: 4,4, liczba recenzji w Google: 437, punktacja: 1922,8

- **Miejsce 7: Świerkowy Zdrój Medical SPA Iwonicz-Zdrój**

Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 410; punktacja: 1640.

Które sanatoium jest najlepsze w twoim województwie?

Poniżej znajdziesz listę polskich sanatoriów, przyjmujących pacjentów na turnusy finansowane przez NFZ według województw.

- **Dolnośląskie**

Miejsce 1: Centrum Medyczne Karpacz. Średnia ocen w Google: 3,6, liczba recenzji w Google: 185, punktacja: 466

- **Kujawsko-Pomorskie**

Miejsce 1: 22 Wojskowy Szpital Uzdrowiskowo-Rehabilitacyjny w Ciechocinku. Średnia ocen w Google: 4,6, liczba recenzji w Google: 1516, punktacja: 6973,6.

- **Lubelskie**

Miejsce 1: Sanatorium Uzdrowiskowe ZNP w Nałęczowie. Średnia ocen w Google: 4,3, iczba recenzji w Google: 62, punktacja: 266,6

- **Podkarpackie**

Miejsce 1: Świerkowy Zdrój Medical SPA Rymanów-Zdrój. Średnia ocen w Google: 4,4, liczba recenzji w Google: 437, punktacja: 1922,8

- **Podlaskie**

Miejsce 1: Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA. Średnia ocen w Google: 4,5, liczba recenzji w Google: 495, punktacja: 2227,5

- **Pomorskie**

Miejsce 1: Sanatorium Sobieszewo. Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 324, punktacja: 1296

- **Śląskie**

Miejsce 1: Sanatorium Uzdrowiskowe Malwa w Ustroniu. Średnia ocen w Google: 4,0, liczba recenzji w Google: 97, punktacja: 388

- **Świętokrzyskie**

Miejsce 1: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju. Średnia ocen w Google: 4,2, liczba recenzji w Google: 915, punktacja: 3843

Więcej szczegółów na: stronazdrowia.pl

FOT. GETTY IMAGES

Szpinak i ziemniaki to najbardziej zanieczyszczone warzywa wg EWG

Brudna Dwunastka 2026 ma najwięcej pestycydów

Ola Głowacka
redakcja@stronazdrowia.pl

Każdego roku Environmental Working Group (EWG) publikuje raport z listą tzw. Brudnej Dwunastki - warzyw i owoców o najwyższej zawartości pozostałości pestycydów.

W 2026 r. lista ponownie zaskakuje - badania USDA po umyciu, szorowaniu i obraniu próbek wykazały aż 264 różne pestycydy.

Oto 12 produktów o najwyższej zawartości pestycydów. Lista powstała na podstawie analizy ponad 54 tys. próbek 47 rodzajów owoców i warzyw:

- Szpinak - numer 1; najwięcej pestycydów w przeliczeniu na masę, przeciętnie minimum cztery różne substancje na próbkę.
- Truskawki - popularne, ale z reguły przenoszą ślady dziesiątek pestycydów.
- Jarmuż, kapusta włoska, gorczyca - ponad połowa próbek zawierała substancje potencjalnie rakotwórcze.
- Winogrona;
- Nektarynki;
- Brzoskwinie;
- Wiśnie;
- Jabłka - często spryskiwane środkami chemicznymi po zbiorach.
- Gruszki - jedne z najbardziej skażonych owoców.
- Jeżyny - nowość na liście, badane ponownie od 2023 r.
- Borówki
- Ziemniaki - najbardziej zanieczyszczone warzywo według EWG.

Naukowcy od lat dokumentują wpływ pestycydów na organizm. EWG przypomina, że wcześniejsze badania łączyły ekspozycję z porodami przedwczesnymi, wadami wrodzonymi, chorobami serca, zwiększonym ryzykiem nowotworów, poronieniami, obniżeniem jakości nasienia.

Amerykańska Akademia Pediatrii ostrzega także, że narażenie w ciąży zwiększa ryzyko wad wrodzonych, obumarcia płodu i niskiej masy urodzeniowej, a u dzieci wiąże się z problemami z koncentracją i uczeniem się oraz ryzykiem nowotworów.

Tegoroczny raport po raz pierwszy szeroko podkreśla obecność pestycydów z grupy PFAS, tzw. wiecznych chemikaliów - trudnych do rozkładu i kumulujących się w organizmie. Ponad 60% próbek Brudnej Dwunastki zawierało PFAS, związane m.in. z zaburzeniami hormonalnymi, chorobami tarczycy, uszkodzeniem wątroby, obniżoną płodnością, osłabieniem odporności.

FOT. FREEPIK

Jak zmniejszyć ilość pestycydów w jedzeniu? Jednym ze sposobów jest właściwe mycie

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

Rak wywołuje stres, stres karmi raka. Jak przerwać ten zaklęty krąg?

oprac. Emil Hoff
redakcja@stronazdrowia.pl

Przewlekły stres może uruchamiać procesy sprzyjające rozwojowi choroby onkologicznej i osłabia mechanizmy obronne organizmu - uważają badacze z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu.

FOT. STOCKASSO, 123RF.COM

Psychoterapia w onkologii nie jest wyłącznie wsparciem emocjonalnym. Interwencje psychologiczne mogą zmniejszać lęk i depresję, poprawiać jakość życia oraz wpływać na markery stresu i zapalenia

W gabinecie onkologicznym stres pojawia się już w chwili diagnozy, narasta na kolejnych etapach leczenia i często nie ustępuje nawet po zakończeniu terapii - napisali badacze w komunikacie. - Stres towarzyszy decyzjom terapeutycznym, oczekiwaniu na wyniki badań, lękowi przed nawrotem choroby i zmianom w codziennym funkcjonowaniu. Badania pokazują, że przewlekły stres może uruchamiać procesy biologiczne sprzyjające rozwojowi choroby onkologicznej i osłabia mechanizmy obronne organizmu.

Analiza przygotowana przez badaczy z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu została opublikowana w 2026 roku w International Journal of Molecular Sciences. Autorzy przeanalizowali dane dotyczące czterech nowotworów - raka piersi, prostaty, trzustki i jajnika - porządkując je według pięcioletniego przeżycia.

Z biologicznego punktu widzenia przewlekły stres oznacza długotrwałe obciążenie zdolności adaptacyjnych organizmu. Nie jest to jednorazowa reakcja na trudne wydarzenie, lecz stan, w którym układy odpowiedzialne za reagowanie na zagrożenie pozostają aktywne przez tygodnie lub miesiące.

W onkologii stres ma charakter wielowymiarowy. Obejmuje nie tylko lęk czy smutek, ale także czynniki społeczne, zawodowe, rodzinne i egzystencjalne. Dla wielu pacjentów oznacza konieczność redefinicji planów życiowych, ról społecznych i poczucia kontroli nad własnym ciałem.

Autorzy analizy opisują mechanizmy łączące przewlekły stres z przebiegiem nowotworu jako trzy powiązane ze sobą etapy.

Pierwszym z nich jest alarm hormonalny. Przewlekły stres prowadzi do utrzymującej się aktywacji osi podwzgórze–przysadka–nadnercza (HPA) oraz układu współczulnego. W praktyce oznacza to długotrwałe podwyższenie poziomu kortyzolu, adrenaliny i noradrenaliny.

- Organizm działa, jakby stale był w trybie zagrożenia. To wiąże się z nasileniem procesów zapalnych oraz immunosupresją, co może sprzyjać progresji nowotworu i osłabiać odpowiedź na leczenie - powiedziała cytowana w komunikacie współautorka przeglądu Katarzyna Herbetko, studentka Wydziału Lekarskiego i doktorantka Nauk Medycznych i Nauk o Zdrowiu UMW.

Drugim etapem jest wpływ na odporność i stan zapalny. Hormony stresu oddziałują na funkcjonowanie układu immunologicznego. Długotrwała ekspozycja na kortyzol i katecholaminy może osłabiać nadzór immunologiczny oraz przesuwać równowagę w stronę przewlekłego, nisko nasilonego stanu zapalnego. Jest to środowisko, w którym komórkom nowotworowym łatwiej przetrwać, namnażać się i unikać mechanizmów kontroli.

Trzecim elementem jest wpływ na środowisko guza. Na poziomie tkankowym przewlekły stres może oddziaływać na angiogenezę (czyli proces, który polega na tworzeniu nowych naczyń krwionośnych i występuje w przebiegu wielu nowotworów złośliwych), migrację komórek nowotworowych oraz procesy związane z opornością na leczenie. Autorzy zaznaczają jednak istotne zastrzeżenie: są to mechanizmy biologicznie zgodne z obecną wiedzą, ale w badaniach klinicznych bardzo trudno oddzielić wpływ stresu od zaawansowania choroby, intensywności terapii i innych czynników klinicznych.

Jednym z kluczowych wniosków przeglądu jest to, że przewlekły stres nie oddziałuje w taki sam sposób we wszystkich nowotworach. Jego znaczenie biologiczne i kliniczne zależy zarówno od typu choroby, jak i od jej rokowania.

W nowotworach o lepszym przeżyciu, takich jak rak piersi i rak prostaty, stres najczęściej przyjmuje postać przewlekłej niepewności. Pacjenci żyją z chorobą przez dłuższy czas, zmagając się z lękiem przed nawrotem, skutkami ubocznymi leczenia oraz trwałymi zmianami w jakości życia. W tym kontekście na pierwszy plan wysuwa się biologiczna rola sygnalizacji adrenergicznej i glukokortykoidowej, która w badaniach przedklinicznych wiąże się między innymi z procesami przerzutowania oraz odpowiedzią na terapię. Nie oznacza to, że stres „niweczy leczenie", lecz że u części pacjentów może stanowić dodatkowy czynnik biologiczny współkształtujący przebieg choroby.

Inny obraz wyłania się w nowotworach o gorszym rokowaniu, takich jak rak trzustki i rak jajnika. W tej grupie dystres (czyli nadmierny stres) psychiczny i depresja występują częściej i zwykle mają większe nasilenie.

Co istotne, objawy psychiczne mogą czasem wyprzedzać rozpoznanie nowotworu, co sugeruje udział mechanizmów biologicznych, a nie wyłącznie reakcję emocjonalną na diagnozę. Na poziomie biologicznym dominują tu mechanizmy zapalne i cytokinowe, w tym podwyższony poziom IL-6, oraz znaczne obciążenie ogólnoustrojowe - czytamy w komunikacie.

- Dystres psychiczny nie jest tylko emocją, ale czynnikiem, który może dokładać się do fizjologicznego przeciążenia organizmu i obniżać rezerwy niezbędne w procesie leczenia - powiedziała Herbetko.

Autorzy przeglądu podkreślili, że psychoterapia w onkologii nie jest wyłącznie wsparciem emocjonalnym. Dane pokazują, że interwencje psychologiczne mogą zmniejszać lęk i depresję, poprawiać jakość życia oraz wpływać na markery stresu i zapalenia, takie jak poziom kortyzolu czy wybrane cytokiny. Jednocześnie badacze zachowują ostrożność interpretacyjną.

- Nie ma prostej zależności: psychoterapia równa się dłuższe przeżycie. Widzimy realne, mierzalne zmiany biologiczne, ale obecny stan wiedzy nie pozwala na jednoznaczne wnioski dotyczące śmiertelności - zaznaczyła Herbetko.

Najważniejszy przekaz analizy jest jednoznaczny: przewlekły stres nie jest winą pacjenta. Jest natomiast czynnikiem powiązanym z mierzalnymi procesami biologicznymi, który podobnie jak ból, niedożywienie czy zaburzenia snu może i powinien być adresowany klinicznie.

Autorzy postulują systemowe włączenie psychoonkologii do standardu opieki, rutynowy screening dystresu i szybkie ścieżki pomocy, wsparcie dla partnerów i opiekunów, a także rozwój interwencji cyfrowych oraz strategii podtrzymujących efekt terapii.

- Psychoonkologia nie może być dodatkiem. Przewlekły stres powinien być traktowany jako modyfikowalny czynnik ryzyka w onkologii, analizowany w kontekście złożonych interakcji biologicznych, psychologicznych i środowiskowych - podsumowała Herbetko.

Groźna choroba płuc, o której mówi się za mało

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

Jedno zaostrzenie przewlekłej choroby płuc może mieć poważne konsekwencje. Zwiększa ryzyko zawału serca i udaru nawet dziesięciokrotnie.

Zaostrzenia przewlekłej obturacyjnej choroby płuc niosą ze sobą poważne konsekwencje zdrowotne. Jak ujawniła dr n. med. Małgorzata Czajkowska-Malinowska, podczas konferencji „POChP w Polsce 2026: aktualne kierunki profilaktyki i leczenia", znacząco zwiększają ryzyko rozwoju chorób sercowo-naczyniowych.

- Co to zaostrzenie oznacza dla pacjenta? Nie tylko pobyt w szpitalu, nie tylko zagrożenie życia. Konsekwencje zaostrzeń przekładają się także na ryzyko rozwoju chorób sercowo-naczyniowych. Im cięższe jest zaostrzenie, tym ryzyko rozwoju chorób sercowo-naczyniowych jest większe. Dla przykładu, ciężkie zaostrzenie zwiększa dziesięciokrotnie ryzyko zawału serca, udaru mózgu w okresie do 30 dni po zaostrzeniu – powiedziała ekspertka.

Co więcej, podwyższone ryzyko utrzymuje się nawet do roku po zaostrzeniu. Choć stopniowo maleje, nadal pozostaje istotne.

Pacjenci z przewlekłą obturacyjną chorobą płuc zmagają się również z wieloma innymi obciążeniami. Szacuje się, że około 35 proc. chorych doświadcza objawów lęku i depresji. Prowadzi to do ograniczenia aktywności w życiu codziennym, zawodowym i społecznym, a nawet rodzinnym.

W efekcie wielu pacjentów stopniowo ulega wykluczeniu społecznemu, które dodatkowo pogłębia się wraz z postępem choroby i problemami psychicznymi.

POChP jest jedną z najczęstszych przyczyn zgonów na świecie. Zajmuje trzecie miejsce, tuż po zawale serca i udarze mózgu.

Choroba ta polega na postępującym ograniczeniu przepływu powietrza w drogach oddechowych oraz uszkodzeniu pęcherzyków płucnych.

W jej przebiegu najczęściej obserwuje się takie objawy jak:

- nawracająca lub stała duszność, która może pojawiać się nawet podczas codziennych czynności,
- przewlekły kaszel,
- długotrwałe odkrztuszanie wydzieliny.

eprasa.pl 9caab90072

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

NAJLEPSZA PORA NA PICIE KAWY

Czy picie kawy na czczo jest zdrowe?

Okazuje się, że moment wypicia kawy wpływa na poziom stresu, produkcję hormonów, trawienie, jakość snu, a nawet przyswajanie składników odżywczych. Wypicie kawy pierwsze dwie-trzy minuty po przebudzeniu wydaje się idealnym scenariuszem. Niestety, nasz organizm widzi to inaczej.

Co dzieje się w ciele, gdy pijesz kawę na pusty żołądek?

- Wzrost kortyzolu – tuż po przebudzeniu ciało naturalnie produkuje wysoki poziom hormonu stresu. Kawa na czczo może dodatkowo „przepalić" ten wzrost, powodując rozdrażnienie i szybkie opadnięcie sił później w ciągu dnia.
- Podrażnienie błony śluzowej żołądka – kawa stymuluje wydzielanie kwasu solnego, co u niektórych osób powoduje pieczenie, zgagę, nudności lub nasilenie objawów refluksu.
- Skoki cukru we krwi – kofeina może zwiększać insulinooporność w momencie wypicia, co na czczo niektórym osobom daje efekt nagłego „tąpnięcia" energii.
- Większe uczucie niepokoju lub „telepania" – brak jedzenia wzmacnia działanie kofeiny.

Dla kogo kawa na czczo jest ryzykowna?

Dla osób z refluksem, wrażliwym żołądkiem, wahaniami cukru lub tendencją do lęku i kołatania serca. Kawę na czczo mogą pić osoby o szybkim metabolizmie, niewrażliwych na kofeinę, które nie mają problemów gastrycznych.

Kiedy najlepiej pić kawę?

Większość dietetyków i gastroenterologów wskazuje, że najzdrowszym momentem na kawę jest wypicie jej po śniadaniu, najlepiej około 60–90 minut po przebudzeniu. To zdecydowanie korzystniejsza opcja dla większości osób. Argumenty są proste:

- Mniejsze skoki kortyzolu – poranny hormon stresu powoli opada, a kawa działa harmonijniej.
- Żołądek jest chroniony – pokarm osłania śluzówkę, dzięki czemu kawa nie podrażnia.
- Energia jest stabilniejsza – kofeina wolniej się wchłania, nie daje gwałtownych skoków i spadków.
- Lepsze wchłanianie składników odżywczych – kawa ogranicza absorpcję żelaza i niektórych mikroelementów, więc wypicie jej po posiłku zmniejsza ten efekt.
- Mniejszy niepokój, drżenie rąk czy kołatanie – jedzenie amortyzuje działanie kofeiny.

To właśnie dlatego tak wiele osób po porannej kawie po śniadaniu czuje stabilne pobudzenie, bez „zjazdu" energii po godzinie.

Czy są „najlepsze godziny" na kawę?

Naukowcy podpowiadają, że najlepszy czas na kawę to 9:30–11:30, kiedy poziom kortyzolu naturalnie spada, a ciało lepiej reaguje na kofeinę. Unikaj picia kawy tuż po przebudzeniu – z powodu naturalnego piku kortyzolu, a także po godzinie 15–16, ponieważ może zaburzyć sen, zwłaszcza u osób wrażliwych.

Jaka kawa jest najzdrowsza?

To, jaką kawę wybierzesz, ma duże znaczenie.

- Kawa parzona w filtrze – najzdrowsza pod względem wpływu na układ krążenia – filtr zatrzymuje diterpeny podnoszące cholesterol.
- Espresso – bogate w antyoksydanty, szybko działa, ma krótszy kontakt z żołądkiem.
- Cold brew – łagodniejsze dla żołądka, ma niższą kwasowość.
- Kawa z mlekiem – może zmniejszać podrażnienia żołądka, jest dobra opcja dla osób wrażliwych.

Lepiej unikać za to kaw 3w1, przesłodzonych latte z syropami i dużych porcji kaw (np. z przelewu) na pusty żołądek.

Czy są dobre i złe dodatki do kawy?

Tak. Pięć najgorszych dodatków do kawy to cukier, słodzik, bita śmietana, syropy smakowe i śmietanka w proszku. Ta ostatnia to „sama chemia" - najgorszy dodatek do kawy. Natomiast picie kawy z odpowiednimi dodatkami, takimi jak imbir czy kardamon, może przynieść mnóstwo korzyści naszemu organizmowi.

- Kawa z imbirem obniża poziom cukru we krwi i działa przeciwzapalnie.
- Kawa z kardamonem wpływa na obniżenie poziomu trójglicerydów.
- Kawa z cynamonem cejlońskim zmniejsza stężenie glukozy we krwi.
- Kawa z goździkami to źródło antyoksydantów.

Naturalny sposób na mocne kości

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Jajka można jeść w całości, a ich zwykle wyrzucane skorupki są cennym, naturalnym źródłem wapnia. Zamiast kupować suplementy, możesz wykorzystać je jako wsparcie dla kości i stawów.

Warunkiem jest odpowiednie przygotowanie. Jak bezpiecznie stosować skorupki jajek? Dlaczego warto włączyć je do diety?

FOT. GETTY IMAGES

Wystarczy zaledwie pół skorupki jajka, aby zaspokoić dzienne zapotrzebowanie na wapń dla dorosłego człowieka. Oprócz wapnia i białka skorupki jaj zawierają również stront, fluor, magnez, cynk, krzem i selen, które wpływają na zdrowie kości

Czy można jeść skorupki z jajek?

Skorupki jajek dodawane były do paszy dla kur, aby wspomóc ich organizm do produkcji kolejnych jajek. Okazuje się jednak, że ludzie też mogą je jeść i czerpać korzyści z tego taniego suplementu diety, który zwykle uznawany jest za odpad i wyrzucany. Zamiast do kosza na śmieci skorupki jajek umieść w swojej domowej apteczce i jedz dla zdrowia.

Skorupki jajek składają się głównie z węglanu wapnia, białka oraz innych składników mineralnych. Jedna skorupka zawiera około 40 proc. wapnia, a każdy gram dostarcza 381–401 mg. Wystarczy zaledwie pół skorupki jajka, aby zaspokoić dzienne zapotrzebowanie na wapń dla dorosłego człowieka, które wynosi 1000 mg.

Na co pomagają skorupki z jajek?

Skorupki jajek to naturalny suplement wapnia. Zawarty w nich węglan wapnia to najpowszechniejsza forma wapnia występująca także w muszlach ostryg czy rafach koralowych. Badania sugerują, że węglan wapnia ze skorupek jaj jest lepiej przyswajany przez organizm niż czysty węglan wapnia zawarty w suplementach.

Oprócz wapnia i białka skorupki jaj zawierają również niewielkie ilości innych składników mineralnych takich jak stront, fluor, magnez, cynk, krzem i selen. Wszystkie te pierwiastki wpływają na zdrowie kości. Dzięki temu suplementowanie, czyli uzupełnianie swojej diety o sproszkowane skorupki jajek znacznie zmniejsza ryzyko osteoporozy. Jest to choroba układu kostnego polegająca na zmniejszaniu się gęstości kości, przez co stają się one słabe i łamliwe. Związana jest ona z wiekiem, ale też z niedoborami wapnia, które mogą dotyczyć także młodych osób, a nawet dzieci. Wynika to z nieprawidłowej diety i nadmiaru śmieciowego jedzenia.

Proszek ze skorupek jajek może uzupełnić te niedobory i zapewnić zdrowe i mocne kości oraz zęby.

Badania wykazały, że poprawia on mineralizację kości dużo skuteczniej niż suplement wapnia.

Skorupki jajek działają także antybakteryjnie i zmniejszają stan zapalny w organizmie, dzięki czemu łagodzą zapalenie stawów i bóle pleców.

Nie tylko sama skorupka jajek ma wiele wartości odżywczych, ale też znajdująca się tuż pod nią błona, która zwykle ściśle do niej przylega. Biała błonka jest źródłem białka i kolagenu, zawiera także kwas hialuronowy, glukozaminę i siarczan chondroityny.

Wszystkie te składniki wspomagają sprawność i ruchomość stawów oraz bóle i inne objawy chorób reumatycznych.

Dodatkowo kolagen i kwas hialuronowy wpływają także na gęstość skóry, odmładzają ją i wygładzają zmarszczki.

Jak skorupki od jajek przygotować do zjedzenia?

Jeśli przypadkiem wpadnie ci kawałek skorupki jajka do potrawy, nie musisz się jej już obawiać.

Jednak może ona swoją chrupkością zepsuć przyjemność z delektowania się daniem, a zbyt duży kawałek może podrażnić błonę śluzową jamy ustnej i przełyk.

Aby więc można było zjeść skorupki z jajek, trzeba je najpierw odpowiednio przygotować i zmielić na proszek:

- Jajka umyj w wodzie z łagodnym detergentem, może być płyn do mycia naczyń.
- Oddziel skorupki od wnętrza jaja, umieść je w misce i zalej wrzątkiem. Jajka możesz też ugotować i obrać ze skorupek.
- Odcedź skorupki z wody i wyłóż na blachę. Pozostaw do wyschnięcia na całą noc.
- Na drugi dzień wstaw wysuszone skorupki do piekarnika nagrzanego do 100 stopni na ok. 10 min.
- Po ostudzeniu zmiel je na drobny proszek w młynku do kawy lub moździerzu.
- Przesyp proszek do szczelnego szklanego pojemnika.

Spożywaj po jednej łyżeczce dziennie. Taka ilość zawiera 800-1000 mg wapnia, czyli pokrywa dzienne zapotrzebowanie dorosłego człowieka na ten pierwiastek. Naturalny suplement możesz dodawać do zup, kanapek, pizzy, sałatek, sosów, mięsa mielonego, panierki do kotletów, soków, koktajli, a nawet kawy.

CIEKAWE

Maseczka ze skorupek

Skorupki zawierają nie tylko witaminy i składniki mineralne, ale też kolagen i kwas hialuronowy, które ujędrniają, napinają i wygładzają skórę.

Jak zrobić maseczkę jajeczną ze skorupki jajka? Wystarczy więc jedno jajko i miseczka:

- Oddziel żółtko od białka. Żółtko wykorzystaj do przygotowania potrawy lub innego kosmetyku.
- Skorupki pozostaw na kilka godzin do wyschnięcia.
- Następnie zmiel w młynku lub rozetrzyj w moździerzu na drobny proszek.
- Dodaj do nich ubite na pianę białko i wymieszaj.
- Tak przygotowaną maseczkę nałóż na twarz, delikatnie masując skórę.
- Pozostaw na 15 minut i spłucz letnią wodą.

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

Sny o elektrowni atomowej u schyłku Polski Ludowej

Mariusz Grabowski

40 lat temu, 10 kwietnia 1986 r., przyjęto tzw. prawo „atomowe". Miało pomóc w przemianie PRL-u w państwo korzystające z energii jądrowej. Program docelowo obejmował wybudowanie kilku elektrowni i elektrociepłowni.

Już 15 lat wcześniej - 12 sierpnia 1971 r. rząd PRL podjął decyzję o budowie polskiej elektrowni jądrowej. Komisja Planowania przy Radzie Ministrów ustaliła lokalizację pierwszej polskiej elektrowni jądrowej we wsi Kartoszyno koło Żarnowca.

Komuniści planują

„Atomowe" plany Polski Ludowej były imponujące. Miały diametralnie zmienić obraz polskiej energetyki. Koncepcja budowy elektrowni jądrowej w Polsce pojawiła się już w latach 50., w momencie gdy Związek Radziecki przystąpił do programu „Atom dla pokoju". Utworzono wtedy Instytut Badań Jądrowych w Świerku koło Otwocka. W 1958 r. uruchomiono tam pierwszy w Polsce doświadczalny reaktor jądrowy EWA, który pracował do 1995 r.

Wybór miejsca na siłownię atomową w Żarnowcu także nie był przypadkowy. Za budową w tym miejscu przemawiały dwa fakty - gęstość zaludnienia oraz warunki geograficzne. Prawo atomowe z 1986 r., ściślej ustawa „Prawo atomowe w Polsce", było z kolei pierwszym tej rangi aktem w prawie polskim normującym działalność związaną z wykorzystaniem energii jądrowej.

Program energetyki jądrowej docelowo obejmował wybudowanie kilku elektrowni i elektrociepłowni jądrowych. Kolejną po Żarnowcu elektrownią miała być Elektrownia Jądrowa Warta położona koło miejscowości Klempicz w Wielkopolsce.

Fakty vs. akty

Gdy uchwalano prawo „atomowe", budowa w Żarnowcu trwała już ponad trzy lata. W 1982 r. wysiedlono część mieszkańców przydzielając im, w ramach rekompensaty, ziemię i domy w niedalekim Odargowie. Na 70 hektarach przeznaczonych pod elektrownię gruntów ruszyły prace budowlane. Budynków miało powstać łącznie 189, w tym w 79 miała działać sama elektrownia.

Do 1986 r. ukończono prace nad większością obiektów pomocniczych elektrowni, takich jak hale magazynowe, kotłownia technologiczna, hydrofornia, oczyszczalnia ścieków, stołówka, budynki socjalne, hotele pracownicze. Wzniesiono również „Ośrodek Pomiarów Zewnętrznych", czyli stację meteorologiczną z 205- metrowym masztem, która od razu zaczęła działać jeszcze przed wybudowaniem elektrowni.

FOT. CC

17 grudnia 1990 r. rząd Tadeusza Mazowieckiego podjął uchwałę o postawieniu inwestycji „Elektrownia Jądrowa Żarnowiec w budowie" w stan likwidacji

Harmonogram szwankował, jak to w socjalizmie. Minister górnictwa i energetyki zżymał się na posiedzeniu rządu: „Elektrownia jądrowa w Żarnowcu jest zaawansowana do tego stopnia, że myśmy już przejęli dokumentację kompletną radziecką. (...) buduje się to według licencji. (...) Jedyny problem to decyzje".

Z nowym generatorem

Serca elektrowni stanowić miały cztery bloki wyposażone w: reaktory WWER- 440 o mocy elektrycznej 440 MW, zaprojektowane w ZSRR, a wyprodukowane w zakładach Škoda w Czechosłowacji, turbozespoły typu 4K- 465 produkcji zakładów Zamech w Elblągu oraz generatory GTHW-600 produkowane przez Dolmel z Wrocławia.

Reaktor WWER-440 był radziecką odmianą używanego wówczas na całym świecie reaktora typu PWR, w którym chłodziwem, moderatorem i reflektorem jest zwykła woda pod ciśnieniem, w przeciwieństwie do moderowanych grafitem reaktorów RBMK, stosowanych tylko na terenie ZSRR, w tym także w Czarnobylu.

W Żarnowcu planowano uruchomienie modelu V-213 reaktora WWER należącego do reaktorów tzw. II generacji.

Rozdziały i paragrafy

Sięgnijmy do tekstu ustawy. W rozdziale 1., punkcie 1. czytamy: „Ustawa reguluje działalność związaną z wykorzystaniem energii atomowej na potrzeby społeczno- gospodarcze kraju, określa obowiązki jednostek organizacyjnych prowadzących tę działalność, organy właściwe w tym zakresie i ich zadania, zasady odpowiedzialności cywilnej za szkody jądrowe i odpowiedzialność za wykroczenia przeciwko bezpieczeństwu jądrowemu i ochronie radiologicznej".

Następnie ustawodawca precyzyjnie ustalał: czym są obiekty jądrowe, materiały jądrowe, źródła promieniowania jonizującego, odpady promieniotwórcze. Ponadto określał „transport materiałów jądrowych oraz źródeł i odpadów promieniotwórczych", organizował „szkolenie i ochrona zdrowia pracowników" i ustanawiał odpowiedzialność cywilną za szkody jądrowe.

W rozdziale 9. szczegółowo omówiono rolę i zadania Państwowej Agencji Atomistyki. Zaliczono do nich m.in. koordynację i kontrolę działań w zakresie bezpiecznego wykorzystywania energii atomowej, badania i zastosowanie energii atomowej w gospodarce narodowej, produkcję aparatury i urządzeń jądrowych oraz źródeł promieniotwórczych i obrotu nimi, a także ewidencję, kontrolę i ochronę fizyczną materiałów jądrowych.

Triumfy prawne

Trzy lata przed ustawą „atomową", 31 grudnia 1983 r., Rada Ministrów podjęła uchwałę o planowanym terminie oddania do eksploatacji bloku nr 1 w grudniu 1990 r. i nr 2 rok później. W uchwale czuć było nutę triumfalizmu, jak się okazało przedwczesnego.

Prace budowlane przy budynku głównym rozpoczęto w październiku 1984 r., a w maju 1985 r. zakończono etap prac przygotowawczych. W 1985 r. prezes Państwowej Agencji Atomistyki wydał zezwolenie na realizację pierwszego etapu elektrowni. Było to zielone światło dla rozpoczęcia właściwych robót - wznoszenia budynków dwóch pierwszych bloków energetycznych z użyciem tzw. bloków przestrzennie zbrojonych, dostarczanych z Gdyni.

To wtedy wmurowano uroczyście akt erekcyjny, którego pierwsze słowa brzmiały dość zabawnie: „Naonczas, kiedy w rządzie PRL premierem był generał armii Wojciech Jaruzelski - PZPR zarazem pierwszy sekretarz, Radzie Państwa przewodniczył profesor Henryk Jabłoński, a tekę ministra energetyki dzierżył generał dywizji Czesław Piotrowski - mocą umowy zawartej między ościennymi i przyjacielskimi sobie krajami PRL i ZSRR elektrownię jądrową wznieść postanowiono".

Żarnowiec i okolica

Można śmiać się z upodobania towarzyszy do staropolszczyzny, ale od strony technicznej Żarnowiec był inwestycją na wskroś nowoczesną. Budowanie w technologii bloków przestrzennie zbrojonych przypominało w pewnym stopniu wznoszenie budowli z klocków – puste, sześcienne bloki układano w wymagany sposób, a następnie wypełniano je betonem. Co ciekawe, podobne techniki budowy stosuje się dziś w niektórych nowoczesnych siłowniach III generacji.

„Na inwestycji skorzystać miała też okolica. Niemal 2,5 tys. mieszkań dla budowniczych i przyszłej załogi elektrowni zaczęto budować w Wejherowie, Gniewinie i Redzie. W tych miejscowościach miała też powstać bogata infrastruktura: żłobek, dwa przedszkola, trzy szkoły oraz hotele, restauracje, dom kultury, oczyszczalnie ścieków, gazociągi, drogi, poczta, sklepy" - trafnie zauważył Andrzej Zawistowski w tekście o Żarnowcu w „Gazecie Prawnej" z kwietnia 2017 r. W kolejnych latach podobne inwestycje miały być prowadzone w Lęborku. Nie wszystkie zamierzenia zrealizowano, ale część budynków powstała i służy do dzisiaj.

Strach i „Żarnobyl"

Jednak dalsze przygotowania do budowy atomu przerwała katastrofa czarnobylska z 26 kwietnia 1986 r. W jej wyniku gwałtownie wzrosła fala protestów przeciwko budowie elektrowni. W czasie ich trwania powstał nawet neologizm „Żarnobyl" będący zlepkiem dwóch nazw miejscowości - Żarnowca i owianego złą sławą Czarnobyla.

Emocje po katastrofie były tak wielkie, że przeprowadzone referendum w 1990 r. w województwie gdańskim potwierdziło konieczność zamknięcia projektu (przy frekwencji wynoszącej 44,3 proc. opowiedziało się w 86,1 proc. przeciwko budowie elektrowni. Za było jedynie 13,9 proc. poprawnie oddanych głosów). Ponadto stał się on również celem działań środowisk aktywistów. Mowa tutaj np. o Franciszkańskim Ruchu Ekologicznym czy Gdańskim Forum Ekologicznym. Obie organizacje przeprowadziły dziesiątki wykładów, manifestacji na temat zagrożenia, jakie może wynikać z budowy elektrowni atomowej w Polsce.

Po latach określenie nabrało dodatkowego znaczenia. Ruina, w jaką popadła budowa niedoszłej elektrowni, nasuwała pewne skojarzenia z wymarłym miastem Prypeć opustoszałym po czarnobylskiej katastrofie.

Przerwanie budowy

Rok później, w 1987 r., po okresie pozornej stabilizacji, w wyniku źle przeprowadzonych reform, gospodarka PRL tkwiła już w głębokim kryzysie. Pojawiły się problemy z finansowaniem budowy elektrowni „Żarnowiec", co skutkowało wyhamowywaniem robót do tego stopnia, że pod koniec 1988 r. zabezpieczano jedynie istniejące konstrukcje, nie wznosząc nowych. Kryzys gospodarczy i związane z tym narastające niezadowolenie społeczne przyczyniły się do przeprowadzenia w Polsce transformacji ustrojowej i gospodarczej.

17 grudnia 1990 r. nowy, demokratyczny rząd Tadeusza Mazowieckiego podjął uchwałę o postawieniu inwestycji „Elektrownia Jądrowa Żarnowiec w budowie" w stan likwidacji. Rozpoczęto demontaż i złomowanie już zakupionych urządzeń elektrowni.

Reaktory przeznaczone dla Żarnowca trafiły do Finlandii i na Węgry. Sprzedano też część sprzętu zakupionego wcześniej na potrzeby elektrowni.

W 1997 r. na terenie niedoszłej budowy uruchomiono Specjalną Strefę Ekonomiczną „Żarnowiec".

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Dla kibiców. I nie tylko

MAGAZYN

SPORTOWY TYDZIEŃ

Motor Lublin w siódmym meczu z kolei nie zaznał porażki, ale po remisie z Rakowem Częstochowa pozostał niedosyt... STR. 18

FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Zdobyty punkt czy stracone dwa?

Koszykarki LOTTO AZS UMCS Lublin jutro zaczną walkę o złoto mistrzostw Polski
STR. 18

Siatkarze Bogdanki LUK Lublin zagrają dzisiaj pierwszy półfinał w Warszawie
STR. 21

Zmarł Jacek Magiera, drugi trener piłkarskiej reprezentacji Polski
STR. 22

eprasa.pl 9caab90072

Trener zadowolony z gry, nie z wyniku

- Nie przegraliśmy siódmego meczu z rzędu, chociaż ten remis dla mnie osobiście jest dzisiaj jak porażka. Tak się wszyscy czujemy, ale jutro wstajemy, robimy analizę i budujemy się przed kolejnymi spotkaniami - mówił trener Mateusz Stolarski, podczas pomeczowej konferencji prasowej.

Na pytanie, czego zabrakło Motorowi, żeby zgarnąć pełną pulę, odpowiadał:

- Niczego. Jeżeli tak będziemy grać, będziemy czołową drużyną w lidze. Bardzo dobry mecz Motoru z bardzo dobrym rywalem, który pomimo meczu w czwartek (Raków awansował w czwartek po rzutach karnych, w starciu z GKS-em Katowice, do finału STS Pucharu Polski - przyp. red.), ma przecież bardzo jakościowych piłkarzy. Jeżeli Motor będzie w stanie trzymać taki poziom gry, no to będziemy tylko szli do przodu.

Szkoleniowiec nie miał też pretensji do Łabojki o sprokurowanie karnego. - Atakuje piłkę, jest plecami. Nie wiem, co miałbym więcej od niego oczekiwać w tej sytuacji. Skacze do głowy, czyści pole karne, bardzo dobra interwencja - analizował Mateusz Stolarski.

PKO BP Ekstraklasa Motor Lublin zwycięstwo miał na wyciągnięcie ręki, ale zremisował

PODZIAŁ PUNKTÓW NA ARENIE

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Wydawało się, że Motor wygra z Rakowem, ale w doliczonym czasie gry wyrównującego gola z karnego zdobył Jonatan Brunes.**

Motor Lublin	**1 (0)**
Raków Częstochowa	**1 (0)**

Bramki: N'Diaye 67 - Brunes 90+2 (k)

Motor: Brkić - P. Stolarski (85 Wójcik), Ede (78 Najemski), Matthys, Luberecki, Łabojko, Wolski (78 Karasek), Rozdrigues, N'Diaye, Ronaldo (59 Van Hoeven), Czubak (78 Dadashov). Trener: Mateusz Stolarski

Raków: Zych - Mosór, Racovitan, Svarnas, Ilenić (59 Pieńko), Struski (10 Repka), Bulat, Ameyaw (46 Carlos), Diaby-Fadiga (59 Brusberg), Makuch (74 Rocha), Brunes. Trener: Łukasz Tomczyk

Sędziował: Bartosz Frankowski (Toruń)
Widzów: 14312

FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Motor (bilans: 9-12-7) nie przegrał siódmego meczu z rzędu

Początek należał do gospodarzy. Piłkarze Motoru już w 4. minucie stworzyli sobie świetną okazję na otworzenie wyniku. Po dośrodkowaniu Jakuba Łabojki, piłkę głową zgrywał Karol Czubak, a z około czterech metrów formalność chciał dopełnić Bartosz Wolski. W ostatnim momencie uprzedził go jednak Marko Bulat, który wybił futbolówkę na rzut rożny.

W pierwszej części bramki nie padły, ale jeśli ktoś miał strzelić, to bliżej był Motor. W każdej z tych akcji zamieszany był Wolski, jak w 25. minucie, po dwójkowej akcji z Fabio Ronaldo.

Goście zagrozili dwukrotnie i w obydwu przypadkach po wrzutach z autu Ariela Mosóra. Za pierwszym razem skiksował Patryk Makuch, za drugim strzał głową Bogdana Racovitana obronił Ivan Brkić.

Po zmianie stron inicjatywę wyraźnie przejęli przyjezdni, klarowanych sytuacji jednak brakowało. W 66. minucie głową zaskoczyć Brkicia próbował rezerwowy Isak Brusberg, ale golkiper Lublinian spokojnie złapał piłkę. W odpowiedzi z atakiem wyszli gospodarze i jak się okazało, akcja zaowocowała golem. Z lewej strony dośrodkował Bradly Van Hoeven, który kilka minut wcześniej pojawił się na placu gry, a do siatki trafił N'Diaye - to jego ósme trafienie w sezonie.

Pierwsze w 81. minucie mógł zanotować Paweł Stolarski, który kapitalnie złożył się do strzału z linii szesnastego metra. Świetną obroną popisał się jednak Oliwier Zych. Za chwilę, po drugiej stronie boiska, swój zespół uratował natomiast Brkić, przy próbie głową Jonatana Brunesa.

Norwego dopiął jednak swego już w doliczonym czasie. W powietrznej walce o piłkę łokciem trafił go Jakub Łabojko i po analizie VAR arbiter wskazał na jedenasty metr. A rzut karny na bramkę zamienił sam poszkodowany, ustalając wynik spotkania. ©℗

Jutro zaczną grę o złoto

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

KOSZYKÓWKA. **Zawodniczki LOTTO AZS UMCS Lublin w sobotę poznały rywalki w finale ORLEN Basket Ligi Kobiet. Będą nimi koszykarki z Poznania. Pierwszy mecz jutro o 18 w Lublinie.**

Lublinianki swoją serię zakończyły już prawie tydzień temu, bo we wtorek. Wygrały wszystkie trzy spotkania ze Ślęzą Wrocław, podczas gdy do wyłonienie lepszego z pary Enea AZS Politechnika Poznań - KSSSE Enea AJP Gorzów Wielkopolski potrzebnych było aż pięć konfrontacji. Finalnie nieoczkiwania awansował Poznań.

Nieoczekiwanie, bo zespół pochodzącego z Lublina trenera Wojciecha Szawarskiego rundę zasadniczą zakończył na czwartym miejscu, podczas gdy rywal z Gorzowa Wlkp. był pierwszy.

Tak jak lider był faworytem w półfinale, tak w finale będzie nim wicelider rundy zasadniczej, czyli ekipa lubelska.

Ale w tym sezonie w bezpośednich starciach Lublinianek i Poznanianek jest remis 1:1.

Jutro i pojutrze w Lublinie (godz. 18) dwa pierwsze mecze toczącego się do trzech zwycięstw finału.

AZS UMCS zagra w nim trzeci raz w historii. W 2022 roku skończyło się porażką, ale rok później zwycięstwem.©℗

FOT. ARCHIWUM

AZS UMCS zaczyna jutro w hali MOSiR im. Zdzisława Niedzieli walkę o drugie w historii klubu mistrzostwo

Komplet punktów Górnika w starciu z Chrobrym

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **W 28. kolejce Betclic 1. Ligi, piłkarze Górnika Łęczna wygrali w sobotę przed własną publicznością z Chrobrym Głogów.**

Górnik Łęczna	**1 (0)**
Chrobry Głogów	**0 (0)**

Bramka: Deja 61

Górnik: Budziłek - Szabaciuk, Hołownia, Jaroszyński, Biedrzycki, Nowogoński, Deja, Ahmedov, Tkacz (71 Janaszek, 90+2. Osipiuk), Orlik, Spáčil (79 Paryzek). Trener: Jurij Szatałow

Chrobry: Arndt - Lis, Kozajda, Mazur, Mandrysz (73 Ozimek), Tupaj (79 Szabłowski), Ibe-Torti (73 Bonecki), Lewkot, Stróżik, Janczukowicz (79 Zarówny), Bartlewicz. Trener: Łukasz Becella

Sędziował: Damian Krumplewski (Mrągowo)

FOT. ARCH. GÓRNIK ŁĘCZNA/KACPER PACOCHA

Do końca sezonu zostało sześć kolejek. W najbliższej Łęcznianie zmierzą się na wyjeździe w poniedziałek (20 kwietnia, godz. 18) z Miedzią Legnica

Górnicy nie byli faworytami w rywalizacji z Chrobrym. Zespół z Dolnego Śląska świetnie bowiem sobie radzi w trwającym sezonie i realnie liczy się w grze o awans do PKO BP Ekstraklasy. Łęcznianie zamierzali jednak zatrzymać rywali i zdobyć bezcenne punkty w grze o utrzymanie w Betclic 1. Lidze.

Do przerwy w Łęcznej utrzymywał się bezbramkowy remis, choć obie drużyny miały swoje okazje, by otworzyć wynik spotkania. Pierwszy kwadrans był wyrównany, z pojedynczymi sytuacjami po obu stronach, natomiast z biegiem czasu delikatnie zaczęła zarysowywać się przewaga gości. Mimo to, żadna z ekip nie zdołała znaleźć sposobu na skuteczne wykończenie akcji.

Po zmianie stron spotkanie nabrało tempa, a jako pierwsi groźnie zaatakowali gospodarze. W 56. minucie po szybkim przechwycie w środku pola i strzale Kamila Nowogońskiego, bramkarz gości Dawid Arndt zdołał sparować piłkę na rzut rożny. Pięć minut później Górnik dopiął jednak swego. Po faulu przed polem karnym, Adam Deja popisał się kapitalnym uderzeniem z rzutu wolnego, dając Łęcznianom prowadzenie 1:0. 32-latek zanotował swojego drugiego gola w tym sezonie.

W 71. minucie podopieczni trenera Jurija Szatałowa mogli podwyższyć wynik, lecz groźne uderzenie Kamila Orlika ponad poprzeczką przeniósł Arndt. Chwilę później szkoleniowiec gospodarzy zdecydował się na pierwszą zmianę – boisko opuścił Tkacz, a w jego miejsce pojawił się Fryderyk Janaszek.

Chrobry próbował jeszcze doprowadzić do wyrównania, jednak mimo doliczonych przez arbitra dziewięciu minut, rezultat nie uległ już zmianie i tym samym zielono-czarni zainkasowali finalnie komplet punktów.

Górnik (bilans: 4-11-13), pomimo sobotniego triumfu nadal jest w strefie spadkowej: zajmuje szesnastą lokatę z dorobkiem 23 pkt. i traci sześć oczek do bezpiecznego miejsca w tabeli. ©℗

eprasa.pl 9caab90072

PKO Ekstraklasa Ligową kolejkę poprzedziła druzgocąca informacja

Legia nie zagrała z Górnikiem do końca i straciła dwa punkty

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

Totalny ścisk panuje w tabeli PKO Ekstraklasy. Legia Warszawa mogła odskoczyć od strefy spadkowej, ale pogubiła się w finałowej akcji hitu z Górnikiem. I zamiast 3 punktów ugrała tylko oczko.

FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

Kibice stołecznej Legii w przejmujący sposób pożegnali trenera Jacka Magierę

Kolejkę poprzedziła druzgocąca informacja. W piątkowy poranek zmarł nagle asystent selekcjonera reprezentacji Polski Jacek Magiera, związany wcześniej z Legią Warszawa, Rakowem Częstochowa czy Śląskiem Wrocław. Miał 49 lat. Wszyscy, którzy go znali podkreślają: - To był wspaniały, prawy człowiek.

Wszystkie weekendowe mecze zostały poprzedzone minutą ciszy. Przejmujące obrazki zobaczyliśmy w stolicy na stadionie przy Łazienkowskiej. Ultrasi Legii, choć mieli bardzo mało czasu, zaprezentowali przepiękną sektorówkę z wizerunkiem zmarłego. Odpalone race podświetliły jego inicjały. - Nigdy nie zapomnimy - skandowały trybuny. Piłkarze zagrali z czarnymi opaskami.

Mecz długo nie chciał się rozkręcić. Dopiero w ostatnich minutach padły obie bramki. Legia po analizie VAR dostała karnego, zamienionego na gola po mocnym uderzeniu Rafała Augustyniaka. Gdy jej kibice zaczęli już sprawdzać aktualną tabelę i dostrzegli w niej wirtualny awans na jedenaste miejsce, wtedy Górnik w finałowej akcji doprowadził do wyrównania. Fanów uszczęśliwił Paweł Bochniewicz, a więc stoper, który po latach wrócił z Holandii i dopiero doszedł do formy po zerwaniu więzadeł. - Będzie co opowiadać wnukom - napisał dumny w mediach społecznościowych.

Górnik z powodu podziału punktów opuścił podium. W Zabrzu po takim finiszu nikt się specjalnie chyba tym nie przejmuje, tym bardziej że zespół wywalczył upragniony awans do finału Pucharu Polski. A ten jest przecież przepustką do trzeciej rundy eliminacji Ligi Europy.

Planu awaryjnego nie ma już Jagiellonia, która w dalszym ciągu ma za to problem z wygrywaniem. Tym razem ugrała tylko i aż remis z Koroną w Kielcach. Tylko - bo uchodzi za głównego pretendenta do tytułu. I aż - gdyż wcale nie była lepszą drużyną. Poza tym upiekło się jej z nieodgwizdaniem jedenastki, kiedy Sławomir Abramowicz wskoczył na Wiktora Długosza.

Powiew optymizmu nastąpił w Widzewie. Zespół pod wodzą Aleksandra Vukovicia wydłużył serię bez porażki - do pięciu meczów. Mało tego, po serii remisów w końcu sięgnął po komplet punktów. Po męczarniach skromnie pokonał u siebie Bruk-Bet Termalikę Nieciecza, wciskając jedyną bramkę tuż przed doliczonym czasem. Grał już wówczas o jednego zawodnika więcej - po czerwonej kartce dla Arkadiusza Kasperkiewicza.

Łodzianie pozostają w grze o byt, natomiast drużyna Słoników powoli musi oswajać się z perspektywą rychłego (po sezonie) powrotu na zaplecze. Strata już jest gigantyczna.

Duże rzeczy robi za to Zagłębie Lubin, które po trzech z rzędu porażkach wróciło do zwycięzania. Wynik z Radomiakiem został ustalony w 4. minucie. Wtedy błysnął Marcel Reguła, którego ciężko będzie zatrzymać w zespole, skoro są chętni na wydanie oczekiwanej kwoty rzędu 5-6 mln euro. Młodzieżowego reprezentanta żegnały oklaski.

Na własnych zasadach mecz rozegrała Wisła Płock. Udało jej się zatrzymać najlepszą ofensywę ligi, czyli Lechię Gdańsk (55 zdobytych bramek w sezonie). Nafciarze przeprowadzili też akcję dającą zwycięstwo. Jeszcze przed przerwą błysnął pozyskany w zimowym okienku Kyriakos Savvidis, przedzierający się w gąszczu rywali w polu karnym. ©℗

28. KOLEJKA EKSTRAKLASY

WISŁA PŁOCK - LECHIA GDAŃSK 1:0
Bramka: Savvidis 30

KORONA KIELCE - JAGIELLONIA BIAŁYSTOK 1:1
Bramki: Remacle 22 - Pululu 29-karny

ZAGŁĘBIE LUBIN - RADOMIAK RADOM 1:0
Bramka: Reguła 4

WIDZEW ŁÓDŹ - BRUK-BET NIECIECZA 1:0
Bramka: Bergier 89

LEGIA WARSZAWA - GÓRNIK ZABRZE 1:1
Bramki: Augustyniak 82-karny - Bochniewicz 90+6

CRACOVIA - ARKA GDYNIA 2:2
Bramki: Charpentier 24, Perković 53 - Kubiak 29, Gutkovskis 47

MOTOR LUBLIN - RAKÓW CZĘSTOCHOWA 1:1
Bramki: Ndiaye 68 - Brunes 90+1

1.	Lech Poznań	27	45	46-37
2.	KGHM Zagłębie Lubin	28	44	42-33
3.	Jagiellonia Białystok	28	43	44-35
4.	Górnik Zabrze	28	43	40-33
5.	Wisła Płock	28	42	29-26
6.	Raków Częstochowa	28	40	37-35
7.	GKS Katowice	27	39	36-35
8.	**Motor Lublin**	**28**	**39**	**37-40**
9.	Lechia Gdańsk	28	37	55-51
10.	Korona Kielce	28	37	36-34
11.	Cracovia Kraków	28	37	33-33
12.	Piast Gliwice	27	35	34-36
13.	Legia Warszawa	28	34	33-32
14.	Radomiak Radom	28	34	43-42
15.	Arka Gdynia	28	34	30-47
16.	Pogoń Szczecin	27	34	36-42
17.	Widzew Łódź	28	33	33-35
18.	Bruk-Bet Termalica	28	25	33-51

29. kolejka:
17 kwietnia (piątek)
GKS Katowice - Motor Lublin (godz. 18.00), Legia Warszawa - Zagłębie Lubin (godz. 20.30)
18 kwietnia (sobota)
Radomiak Radom - Widzew Łódź (godz. 14.45), Górnik Zabrze - Korona Kielce (godz. 17.30), Pogoń Szczecin - Lech Poznań (godz. 20.15)
19 kwietnia (niedziela)
Bruk-Bet Termalica Nieciecza - Wisła Płock (godz. 12.15), Raków Częstochowa - Cracovia Kraków (godz. 14.45), Arka Gdynia - Jagiellonia Białystok (godz. 17.30)
20 kwietnia (poniedziałek)
Lechia Gdańsk - Piast Gliwice (godz. 19.00)

JEDENASTKA KOLEJKI

NAJLEPSI STRZELCY

15 goli
Tomáš Bobček (Lechia Gdańsk), Karol Czubak (Motor Lublin)
13 goli
Mikael Ishak (Lech Poznań)
12 goli
Jonatan Braut Brunes (Raków Częstochowa)
11 goli
Sebastian Bergier (Widzew Łódź), Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok)
10 goli
Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok)

BOHATER WEEKENDU

Sebastian Bergier (Widzew)
Dwunasty gol w sezonie. Dzięki niemu zespół drżący o utrzymanie dopisał nie jeden, ale trzy punkty. Tuż przed doliczonym czasem gry znalazł sposób na bramkarza ostatniej Bruk-Bet Termaliki Nieciecza. Kto by się w Łodzi spodziewał latem, że zawodnik ściągnięty za darmo będzie najskuteczniejszy na tym etapie?

FOT. PAP/MARIAN ZUBRZYCKI

Trener Jagiellonii na zwycięstwo w Kielcach będzie musiał jeszcze poczekać

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. **Adrian Siemieniec, trener Jagiellonii Białystok nie ma szczęścia do meczów z Koroną w Kielcach. Na pierwsze zwycięstwo w Świętokrzyskiem musi jeszcze poczekać.**

Dla Siemieńca, który niedawno przedłużył kontrakt z Jagiellonią, była to czwarta wizyta w Kielcach w roli trenera Jagiellonii i po raz kolejny nie udało mu się wywieźć kompletu punktów. W piątek jego „Jaga" zremisowała w Kielcach 1:1. Bilans jego występów na tym terenie to teraz dwa remisy i dwie porażki.

- Będę musiał poczekać na zwycięstwo w Kielcach. Bardzo liczyłem na to, że to będzie dzisiaj, ale nie zrobiliśmy tego - powiedział na pomeczowej konferencji prasowej.

Z postawy swoich podopiecznych zadowolony był szkoleniowiec gospodarzy Jacek Zieliński, choć nie krył, że czuje niedosyt, wskazując na przewagę statystyczną swojego zespołu, który oddał aż 21 strzałów.

- Uważam, że zagraliśmy dobry mecz. Myślę, że jeden z lepszych na wiosnę, jeśli nie najlepszy. Byliśmy dzisiaj mimo wszystko stroną dominującą - ocenił spotkanie trener Korony.

Mecz w Kielcach toczył się w atmosferze żałoby po zmarłym w piątek Jacku Magierze. Obaj szkoleniowcy swoje wypowiedzi rozpoczęli właśnie od zmarłego byłego trenera m.in. Legii Warszawa i Śląska Wrocław, oddając mu hołd. Adrian Siemieniec przyznał, że Magiera był mu szczególnie bliski.

- Żadne słowa nie oddadzą tego, jak my wszyscy się czujemy. Żegnaj Jacku i spoczywaj w pokoju - powiedział trener Jagiellonii.

- Straciliśmy porządnego, dobrego człowieka i dobrego trenera. Przykre - mówił wyraźnie poruszony szkoleniowiec gospodarzy Jacek Zieliński.

Od oświadczenia swoją konferencję rozpoczął także trener Lechii Gdańsk John Carver po meczu w Płocku z Wisłą, przegranym przez jego zespół 0:1.

- Zanim zacznę podsumowywać spotkanie, chciałbym powiedzieć, w imieniu społeczności Lechii Gdańsk, że jesteśmy pogrążeni w smutku, że odszedł znakomity trener Jacek Magiera. Wierzę, że dzieli nas tylko czas, a nie odległość, że się spotkamy. Łączymy się z rodziną w smutku - powiedział.

Trener Wisły Mariusz Misiura nie krył zadowolenia z faktu, że jego zespół na tym etapie rozgrywek ma już 42 punkty.

- Gratuluję mojej drużynie dyscypliny i realizacji planu sztabu szkoleniowego. Przygotowanie do meczu było fantastyczne. Ten wynik, który dziś zrobiliśmy, jest kluczem dla nas, że po zdobyciu 40 pkt ten sezon się nie zakończy, ale żeby się dopiero rozpoczął - podsumował mecz Misiura. ©℗

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

Siatkarze Avii zakończyli sezon

Siatkarze PZL Leonardo Avii Świdnik przegrali we własnej hali z CUK Aniołami Toruń 1:3, w drugim ćwierćfinałowym meczu fazy play off PLS 1. Ligi. Torunianie w rywalizacji do dwóch zwycięstw zwyciężyli 2-0 i tym samym awansowali do półfinału rozgrywek. Z kolei dla żółto-niebieskich, sobotnia porażka oznacza koniec sezonu 2025/26.

- Spodziewaliśmy się wyrównanego boju i taki też był. Po meczu wyjazdowym, tym razem zagraliśmy zdecydowanie lepszą siatkówkę, postawiliśmy się Aniołom, ale nie wystarczyło to pokonania rywali - podkreślał trener Jakub Guz, w rozmowie z mediami klubowymi.

Półfinalistami PLS 1. Ligi kampanii 2025/26, oprócz CUK Aniołów, zostały drużyny BBTS Bielsko-Biała, GKS Katowice i KKS Mickiewicza Kluczbork.

PZL Leonardo Avia Świdnik - CUK Anioły Toruń 1:3 (23:25, 25:22, 24:26, 22:25)
Avia: Rawiak 10, Machowicz 12, Pigłowski 3, Rykała 16, Sokołowski 20, Oziabło 4, Kuś (libero) oraz Borkowski. Trener: Jakub Guz
Anioły: Krysiak 15, Jankowski 6, Surgut 9, Paolinetti 29, Podleśny 4, Urbańczyk 1, Podborączyński (libero) oraz Brzóstowicz 5, Skadorwa, Tynecki (libero). Trener: Marcin Kryś

ORLEN Superliga Puławianie przegrali w Legionowie na zakończenie rundy zasadniczej

O UTRZYMANIE ŁATWO NIE BĘDZIE...

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

PIŁKA RĘCZNA. **Szczypiorniści KS LOTTO Puławy przegrali na wyjeździe z drużyną Zepter KPR Legionowo 24:41, w meczu 26. serii ORLEN Superligi.**

Zapter KPR Legionowo	**41 (21)**
KS LOTTO-Puławy	**24 (14)**

Zepter KPR: Tsintsadze, Liljestrand - Kosmala 7, Wiaderny 7, Chabior 5, Matuszak 5, Maj 4, Jelen 4, Laskowski 3, Słupski 3, Brinovec 2, Jagielski 1, Ciok, Stawicki, Petrychenko, Lewandowski. Kary: 8 min. Trener: Tomasz Strząbała

KS LOTTO: Petkovski, Ciupa - Jaworski 7, Antolak 5, Racotea 4, Artemenko 3, Adamczewski 3, Cacak 1, Łyżwa 1, Wisiński, Kowalik, Bereziński, Savytskyi. Kary: 14 min. Trener: Piotr Dropek

Sędziowali: Michał Orzech i Robert Orzech (Brodnica)

FOT. ORLEN SUPERLIGA/RAFAŁ BOGUCKI

Bartosz Zmarzlik (15+1) był najlepiej punktującym zawodnikiem sobotnich zawodów

Zespół z Puław w premierowej odsłonie miał niższą skuteczność rzutów z gry - 58 procent (14/24), podczas gdy Zepter KPR osiągnął 70 procent (21/30). Co ciekawe lepiej prezentowali się puławscy bramkarze, którzy interweniowali ze skutecznością 44 procent (8/29). Z kolei golkiperzy z Legionowa zanotowali tyko 22 procent udanych obron (4/18), ale to gospodarze prowadzili 21:14.

- Przeciwnicy od początku postawili bardzo trudne warunki i nie daliśmy rady postawić się w taki sposób, jaki chcieliśmy. Teraz w walce o utrzymanie zrobimy na pewno wszystko, by pozostać w ORLEN Superlidze - mówił w rozmowie dla Superligi Ignacy Jaworski, obrotowy KS LOTTO.

Po zmianie stron Legionowianie szybko powiększyli przewagę (24:14). Na pierwsze trafienie gości w drugiej połowie trzeba było czekać natomiast do 36. minuty - jego autorem był Ignacy Jaworski.

Na kwadrans przed końcową syreną Puławianie przegrywali jeszcze „tylko" 21:29, ale końcówka spotkania należała już zdecydowanie do gospodarzy. Legionowianie zdominowali ostatnie piętnaście minut, wygrywając ten fragment aż 12:3, przypieczętowując efektowne zwycięstwo nad „niebiesko-biało-czerwonymi".

Statuetkę MVP meczu otrzymał Mateusz Kosmala.

KS LOTTO z bilansem 4 zwycięstw i 20 porażek (10 pkt.), zakończyło fazę zasadniczą ORLEN Superligi na przedostatnim - dwunastym miejscu w ligowej tabeli. Puławski team o dwa oczka wyprzedza MKS Zagłębie Lubin, natomiast do jedenastego Piotrkowianina Piotrków Trybunalski, będącym na miejscu uprawniającym do gry w barażach o utrzymanie, traci trzy punkty. Drużynę trenera Piotra Dropka, czekają teraz cztery mecze w grupie spadkowej. ©℗

Trzecioligowe derby Świdnika dla Avii. Żółto-niebiescy coraz bliżej awansu do 2. ligi

Marcin Puka
m.puka@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Derby bez sensacji. Lider tabeli - Avia pokonała na wyjeździe będącą w strefie spadkowej Świdniczankę 4:1.**

FOT. AVIA ŚWIDNIK/FACEBOOK

Avia jest 1. – 59 pkt., Chełmianka – 3. (52 pkt.), Podlasie – 11 (37 pkt.), Stal – 16. (19 pkt.), Świdniczanka – 17 (16 pkt.). Do końca sezonu Betclic 3. Ligi zostało osiem kolejek

Goście sobotniej potyczki mają bilans 18-5-3, a dzięki remisom w 26. serii gier zajmującego drugie miejsce KSZO 1929 Ostrowiec Świętokrzyski i trzeciej Chełmianki Chełm, powiększyli przewagę nad rywalami odpowiednio do czterech i siedmiu punktów.

- Bardzo ważne zwycięstwo. Ogromnie się cieszymy, bo chcieliśmy zmazać plamę z poprzedniej rundy. To zwycięstwo dedykujemy naszym kibicom. Cieszymy się, że tak licznie się stawili, byli z nami. Pomimo tych problemów w pierwszej połowie pokazaliśmy, że jesteśmy lepszym zespołem - mówi Damian Zbozień, obrońca Avii, cytowany przez klubowy portal.

- Jesteśmy bardzo niezadowoleni i rozgoryczeni końcowym rezultatem, który nie odzwierciedla przebiegu tego spotkania. Początek meczu był bardzo niemrawy z naszej strony, co poskutkowało stratą bramki w niegroźnej sytuacji z wrzutu z autu, na którą byliśmy przygotowani - wyjawia Łukasz Jankowski, coach Świdniczanki. - Po straconej bramce zaczęliśmy grać zdecydowanie lepiej. Uważam, że osiągnęliśmy przewagę nad przeciwnikiem i nie widać było różnicy między zespołami, jaka dzieli je w tabeli. Stworzyliśmy sytuacje zakończone strzałami i jeden z nich znalazł drogę do bramki, dając nam wyrównanie. Byliśmy zdeterminowani i konsekwentni w naszych poczynaniach i i rywal oprócz stałych fragmentów w ogóle nam nie zagrażał do końca pierwszej połowy, bo dobrze realizowaliśmy założenia przedmeczowe, z czego wynikają dwie zmiany w szeregach przeciwnika - dodaje.

Mecz rozpoczął się „zgodnie z planem". Już w 8. minucie derbów Zbozień wrzucił mocno futbolówkę z autu w pole karne, a tam celną główką popisał się Szymon Kamiński.

Jednak po kilku minutach znów był remis. Adam Nowak, były gracz Avii oddał strzał zza szesnastki, a piłka po rykoszecie zaskoczyła Mateusza Białka.

Następnie dominowali przyjezdni, a wynik mogli zmienić chociażby Kamil Rozmus i dwukrotnie Zbozień, ale ostatecznie na półmetku zmagań był remis.

Po zmianie stron dominował lider, chociaż długo wydawało się, że bramka „Świdni" w tej części gry będzie zaczarowana.

- Mówiliśmy o konsekwencji i o tym, że przeciwnik szybciej będzie tracił siły. Mamy bardzo mocną ławkę rezerwowych, więc wiedzieliśmy, że jeszcze możemy podkręcić tempo. I tak było. Z każdą minutą rośliśmy w siłę i łapaliśmy coraz więcej luzu - dodawał trener Avii, Wojciech Szacoń.

- Pierwsze 20 minut drugiej połowy było wyrównane, ale po tym czasie zauważalna zaczęła być różnica między zespołami, ponieważ zaczęliśmy opadać z sił. Przeciwnik zrobił zmiany, które podniosły jakość. Bramkę na 1:2 straciliśmy po kolejnym stałym fragmencie gry z rzutu rożnego i nad tym najbardziej ubolewamy, że zbyt łatwo daliśmy sobie strzelić te dwa gole - ocenia Jankowski, trener Świdniczanki. ©℗

Świdniczanka - Avia Świdnik 1:4 (1:1)
Bramki: Nowak 16 - Kamiński 8, 68, Remeniuk 70, Pigiel 83
Świdniczanka: Śliwka - Szatała, Szymala, Mykytyn, Sienicki, Figiel (31 Dubiel), Tymosiak, Woder (66 Konojacki), Nowak (81 Luczuk), Poleszak, Białek (81 Kutyła). Trener: Łukasz Jankowski
Avia: Białka - Zbozień, Orzechowski, Rozmus, Pigiel, Uliczny, Kamiński (68 Jodłowski), Kalinowski (46 Assuncao), Remeniuk (88 Wojtkowski), Zuber (46 Niepsuj), Łącki (88 Pisarek). Trener: Wojciech Szacoń

INNE WYNIKI DRUŻYN Z REGIONU (za portalem 90minut.pl)
Chełmianka -Pogoń-Sokół Lubaczów 1:1 (0:0)
Bramki: Tomczyk 80 - Zbroiński 66
Chełmianka: Wilk - M. Cichocki, Koncewicz-Żyłka, Krawczun, Kobiałka, Adamski (61 Maszkowski), P. Cichocki, Banaszewski, Mydlarz (72 Tomczyk), Okoniewski (72 Abate), Wojdakowski (61 Kuzdra). Trener Ireneusz Pietrzykowski

Podlasie Biała Podlaska - Siarka Tarnobrzeg 2:2 (0:0)
Bramki: Wnuk 90, J. Mróz 90+7 - P. Mróz 61, Wyparło 66
Podlasie: Jeż - Mikołajewski (46 Nojszewski), Konaszewski, Dmitruk, Maluga, Orzechowski (79 Sacharuk), Andrzejuk, J. Mróz, Kopytow (67 Jakóbczyk), Urbański (46 Twarowski), Grochowski (67 Wnuk). Trener: Maciej Oleksiuk

Sokół Kolbuszowa Dolna - Stal Kraśnik 1:0 (1:0)
Bramka: Zych 18
Stal: Topór - Czerech, Bystrek (63 Kwaczreliszwili), Tonin (63 Izdebski), Król, Felix, Babor (22 Prokop, 71 Martinez), Duarte, Marcinkowski, Zawistowski (71 Mordasiewicz), Buhaj. Trener Daniel Purzycki

eprasa.pl 9caab90072

ORLEN Basket Liga PGE Start Lublin dzielnie walczył w delegacji z Energą Treflem Sopot

PO DOGRYWCE LEPSI BYLI RYWALE

Marcin Puka
m.puka@kurierlubelski.pl

KOSZYKÓWKA. **Start prowadził z Treflem po pierwszej, drugiej i trzeciej kwarcie. Ale przegrał, po raz osiemnasty w sezonie ligowym (bilans: 8-18).**

Energa Trefl Sopot	**103**
PGE Start Lublin	**97**

Kwarty: (12:26, 26:21, 19:19, 27:18) d: 19:13

Trefl: Scruggs 23, Witliński 20, Suurorg 17, Kacinas 14, Addae-Wusu 11, Goins 8, Sherfield 6, Zapała 4, Nowicki. Trener: Mikko Larkas

Start: Wright 25, O'Reilly 24, Ford 16, Krasuski 14, Griffin 10, Frankamp 6, Ramey 2, Kępka, Turewicz, Mazek. Trener: Wojciech Kamiński

Sędziowali: Michał Proc, Michał Kuzia, Bogna Podkowińska

FOT. PGE START LUBLIN

Do końca sezonu zasadniczego cztery kolejki. Start (14. miejsce) nie zagra w play-offach

Faworytem sobotniej potyczki był zespół z Sopotu, który plasował się na trzecim miejscu w tabeli krajowej elity. Lublinianie byli dopiero na 14. lokacie, a na domiar złego musieli po raz kolejny grać w osłabionym składzie. Kontuzjowani byli Roman Szymański, JP Tokoto II, Filip Put, a teraz dołączył do nich rozgrywający, Bartłomiej Pelczar. Goście wystąpili w zaledwie siedmioosobowym składzie. - Starali się nas zmęczyć i to im się udało - mówił o grze rywali z Sopotu trener Kamiński.

Początek meczu należał do miejscowych. Prowadzili oni 9:6, by następnie... stanąć w miejscu. Start zaliczył serię 20:0. Przyjezdni trafiali do kosza z wysoką skutecznością, umiejętnie dzielili się piłką i wykorzystywali błędy rywali i po pierwszych 10. minutach wygrywali 26:12.

W trakcie drugiej odsłony gospodarze zniwelowali część strat, ale mimo to podopieczni Wojciecha Kamińskiego mieli zaliczkę do przerwy, gdyż było 47:38 dla nich.

Po zmianie stron na parkiecie toczył się zacięty i wyrównany bój. W trzeciej partii padł remis, przez co lubelski zespół przystępował do czwartej z ćwiartek, wygrywając 66:57. W ciągu ostatnich 10 minut rywale odrobili straty i doprowadzili do dogrywki, w której ostatecznie przechylili szalę zwycięstwa na swoją stronę. Widać było zmęczenie w ekipie gości, której i tak należą się brawa za walkę z jednym z hegemonów.

W lubelskiej drużynie wyróżniło się kilku graczy, m.in. Jordan Wright: Amerykanin zdobył 25 punktów. Wtórował mu jego rodak Liam O'Reilly, autor 24 oczek. A double-double zaliczył Quincy Ford (16 punktów, 11 zbiórek).

Następne spotkanie czeka „Startowców" w sobotę (18 kwietnia, godz. 17.30). Wówczas wicemistrzowie Polski z Lublina zagrają na wyjeździe z Górnikiem Zamek Książ Wałbrzych.

Przeszedł do historii, choć nie awansował

15-letni Lublinianin Michał Szubarczyk wygrał dwa mecze eliminacji do snnokerowych mistrzostw świata. W trzecim, decydującym o awansie do turnieju głównego, lepszy od niego okazał się dużo bardziej doświadczony Irańczyk Hossein Vafaei (10:2).

- Pozytywne zakończenie sezonu, w którym osiągnąłem więcej niż planowałem. Do Crucible wejdę, gdy będę gotowy. Tymczasem zdobyłem cenne doświadczenie, które przyda się w nadchodzącym sezonie - czytamy na facebook'owym profilu 15-latka.

Mimo braku awansu i tak po raz kolejny zapisał się w historii swojej dyscypliny, jako najmłodszy zawodnik w dziejach, który odniósł zwycięstwo w eliminacjach.

- Dziękuję za wsparcie wszystkim, którzy ze mną pracowali i pomagali, za obecność na trybunach, przed TV, w telefonach, w Internecie (...). Teraz maj i egzaminy. Do zobaczenia w czerwcu!

Michał od roku występuje w World Snooker Tour - najbardziej prestiżowym cyklu świata snookera. Uchodzi też za jeden z największych talentów.

Pobiegła Wiosenna Dycha

know
redakcja@kurierlubelski.pl

BIEGI. **Start i meta wczorajszego biegu „Wiosenna Dycha" zlokalizowane były na Placu po Farze w Lublinie.**

Trasa niedzielnego biegu ulicami Lublina prowadziła drogami asfaltowymi oraz ścieżkami rowerowymi, ale swój początek miała w scenerii Starego Miasta. Miasteczko Biegowe organizatorzy zlokalizowali na Placu po Farze. To stamtąd bieg na dystansie 10-kilometrów rozpoczęli uczestnicy.

Na mecie zameldowało się 818 uczestników. Bieg wygrał Krystian Kuna z Lublina z czasem 33:25. Drugi był Michał Biały (Kraśnik) - 34:16, a trzeci Piotr Choroś (Niemce) - 34:26.

Najszybszą kobietą została Dominika Łukasiewicz z Ostrowca Świętokrzyskiego, która 10 km pokonała w czasie 35:30. ©℗

FOT. KURIER LUBELSKI

FOT. KURIER LUBELSKI

Wyścig wygrał Krystian Kuna z Lublina (numer 110, czarna koszulka), który trasę pokonał w 33 minuty i 25 sekund

Mistrzowie Polski z Lublina zaczynają walkę o finał

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

SIATKÓWKA. **Pierwsze spotkanie półfinałowe pomiędzy Bogdanką LUK Lublin a PGE Projektem Warszawa odbędzie się dziś o godz. 20 w stolicy. Rewanż w sobotę w „Kozim Grodzie".**

FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Bogdanka LUK mierzyła się z PGE Projektem także w 1/4 finału Ligi Mistrzów. Tamten dwumecz zakończył się awansem rywali. Czy Lublinianie teraz wezmą rewanż?

Podopieczni trenera Stephane'a Antigi awansowali do półfinału po dwóch zwycięstwach 3:0 z PGE GiEK Skrą Bełchatów. Z bardzo dobrej strony pokazali się w tych meczach atakujący - Mateusz Malinowski, kanadyjski środkowy - Fynnian McCarthy i rozgrywający - Marcin Komenda. Cały tercet znalazł się w drużynie ćwierćfinałów PlusLigi.

Malinowski w konfrontacjach z Bełchatowianami był jednym z liderów mistrzów Polski. W pierwszym meczu zagrał na 67-procentowej skuteczności i 60-procentowej efektywności w ataku. W rewanżu utrzymał także wysoki poziom, kończąc piłki ze skutecznością 65 procent oraz efektywnością na poziomie 56 procent.

Znakomitą dyspozycję na najważniejszą część sezonu przygotował również McCarthy, pokazując grę, którą znaliśmy z poprzednich play-offów. W obu meczach z PGE GiEK Skrą zainkasował w sumie 21 punktów, prezentując świetne zagrywki i dobrą pracę w bloku. Kanadyjczyk serwował 32 razy, z czego sześć prób kończyło się asami. Zagrał najpierw z 80-procentowaą skutecznością, a w rewanżu w Bełchatowie osiągnął 71 procent w tym elemencie.

Komenda natomiast jest jak zwykle solidny i dokładny w najważniejszych meczach. W 1/4 finału fazy play-off potrafił wykreować liderów i nie dopuszczać, by lubelska drużyna wpadała w dołek.

Z kolei ćwierćfinałowa rywalizacja PGE Projektu z JSW Jastrzębskim Węglem, przeciągnęła się na trzy spotkania. Pierwszy mecz stołeczni siatkarze wygrali pewnie - 3:0. W Jastrzębiu-Zdroju team trenera Kamila Nalepki niespodziewanie przegrali po tie-breaku, ale w decydującej potyczce Warszawianie nie pozostawili złudzeń rywalom, zwyciężając bez problemu u siebie w trzech odsłonach.

W najlepszej dyspozycji od dłuższego czasu znajduje się Bartosz Bednorz, który jako jedyny zawodników PGE Projektu znalazł się w drużynie ćwierćfinałów krajowej elity siatkarzy. Przyjmujący dał popis gry w ataku, a do tego dorzucał atomowe zagrywki. W ostatnim boju z Jastrzębianami zanotował 61 procent skuteczności w ataku oraz pozytywnego przyjęcia, dodając do tego cztery asy i trzy bloki.

Zmagania w 1/2 finału PlusLigi toczą się do dwóch zwycięstw. Gdyby po dwóch pojedynkach był remis, to, decydująca batalia zostanie rozegrana w Warszawie 22 kwietnia. ©℗

eprasa.pl 9caab90072

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 13.04.2026

CAŁEJ POLSKIEJ PIŁCE BĘDZIE CIEBIE BRAKOWAŁO, JACKU...

Adam Godlewski
redakcja@polskapress.pl

Niezwykle trudno jest pogodzić się z myślą, że odszedłeś tak wcześnie, o wiele za wcześnie, Jacku... Szok, żal i niedowierzanie pozostaną na długo z ludźmi, którzy Cię szanowali. A szanowaliśmy wszyscy...

FOT. ŁUKASZ SZAŁKOWSKI/POLSKA PRESS

Odszedłeś zdecydowanie za wcześnie, Jacku... Spoczywaj w pokoju

Zanim dotarło do mnie, że Jacek Magiera nie żyje, minęła niejedna dłuższa chwila, nie mogłem uwierzyć, że tragiczna wiadomość na pewno dotyczy właśnie tego młodego - zaledwie 49-letniego - wysportowanego i nienagannie prowadzącego się mężczyzny.

Jeśli miałbym określić Jacka jednym słowem, użyłbym epitetu: dojrzały. „Magic" był taki już jako junior (poznaliśmy się tuż po zdobyciu przez polskich juniorów tytułu mistrza Europy w kategorii U-16 w 1993 roku), świetnie panował nad emocjami, był ponad wiek ogarnięty jeśli idzie o życiową inteligencję; nie tylko tę boiskową, choć na placu gry też w wieku 20 lat był gotowy na występy w walczącej o najwyższe trofea Legii.

Nie zaniedbał przy tym edukacji, mimo przeprowadzki z Częstochowy (i Rakowa) do stolicy i ograniczeń - przede wszystkim czasowych - które w tym zakresie niesie kariera zawodowego piłkarza, skończył wyższe studia na wydziale historycznym. I odkąd pamiętam - był naturalnym liderem, urodził się z takimi predyspozycjami. Paweł Janas nawet się nie zastanawiał przejmując młodzieżówkę, która walczyła o igrzyska w Sydney w roku 2000, kto dostanie opaskę, tylko po prostu wręczył ją Jackowi. I bardzo mu zaufał, „Magic" był rzeczywiście prawą ręką trenera, i to nie tylko podczas meczów.

Jako młody, „szalejący" reporter byłem odpowiedzialny w redakcji „Przeglądu Sportowego" za tamtą młodzieżową kadrę. Jeździłem na - zdecydowaną - większość meczów i zgrupowań, które odbywały się głównie w miejscowości Dąb Polski niedaleko Płocka, gdyż to obiekt tamtejszej Wisły był areną eliminacyjnych meczów zespołu Janasa. Magiera miał u trenera specjalne prawa, wypowiadał się na tematy związane z organizacją treningu bodaj na równi z szefem banku informacji, którym był Maciej Skorża. A gdy temu drugiemu nie udało się właściwie „przeczytać" lewej nogi Franka Lamparda przed konfrontacją z Anglią, potrafił z tego faktu publicznie zażartować (co także dowodziło jego pozycji w grupie) - tyle że w sposób taktowny, subtelny. Bo to także cechowało tego pasjonata futbolu, któremu Janas zmienił pozycję - ze stopera na defensywnego pomocnika, zamieniając na boisku z Maciejem Terleckim. To - czyli wysoka kultura osobista.

W pamięci utkwił mi moment, gdy dzień przed rozpoczęciem kwalifikacji młodzieżowego Euro w Bułgarii Jacek zadzwonił do mnie tuż przed północą, abym pomógł mu... zebrać resztę kadry z dyskotek w okolicach Złotych Piasków. Takie były czasy, taka (niska) świadomość profesjonalizmu u ówczesnych młodzieżowców, ale i z takim niestandardowym wyzwaniem doskonale sobie poradził. Przypominam ten epizod, aby oddać, jak bardzo czuł się odpowiedzialny za zespół, i ile był w stanie zrobić i poświęcić dla grupy, w której funkcjonował. On - zawodowiec w każdym calu, który niczego nie robił na pół gwizdka.

W rozmowach lubił podkreślać, że w reprezentacjach młodzieżowych - licząc od najmłodszych roczników - rozegrał 99 meczów i zabrakło tylko tego setnego - w pierwszej reprezentacji Polski. Zabrakło pewnie trochę szczęścia - i może pewnej dozy dynamiki, którą dysponowali konkurenci do gry w dorosłej kadrze - ale „Magic" nigdy nie rozdzierał szat z tego powodu. Bo mimo studiów na historii ,od początku miał klarowny pomysł na siebie po karierze; w życiu zawodowym chciał być trenerem, w prywatnym głową rodziny, tatą Jasia i Małgosi. Współtworzył w Legii Młode Wilki, aby dzieci miały gdzie spotykać się z futbolem, w czasach, gdy (prawie) nikt nie myślał jeszcze o szkoleniu w akademiach.

Jako piłkarz zapisał się w historii Legii - nie tylko tytułem mistrzowskim, ale też i piękną bramką wbitą wielkiej Wiśle Kraków we wrześniu 2003 roku. Jako szkoleniowiec również pobierał szlify w klubie z Łazienkowskiej - specjalizował się w trudnych przypadkach, co może potwierdzić... Kamil Grosicki - którego starał się trzymać w ryzach, ale była to edukacja bardzo udana. I owocna. Jacek w nagrodę rozegrał z Legią niezapomniane mecze w Lidze Mistrzów - zremisowany z galaktycznym Realem Madryt i zwycięski ze Sportingiem Lizbona, wywalczył tytuł mistrza Polski. Walory swego warsztatu potwierdził tytułem wicemistrzowskim ze Śląskiem Wrocław. „Po drodze" był selekcjonerem kadry U-20, zasmakował startu w mistrzostwach świata w tej kategorii wiekowej - na polskich boiskach.

Co ważne, Jacek zawsze był taki sam. Spokojny, opanowany, zachowywał zimną krew. Nawet wówczas, gdy został w Legii skreślony jako zawodnik przez Franciszka Smudę i musiał przejść na - chwilowe - wypożyczenie do Widzewa. Rozmawialiśmy dosłownie chwilę po tamtej decyzji, ale dzwoniąc do mnie „Magic" już na chłodno analizował scenariusze na jutro, nie rozdrapywał ran; choć mógł i w zasadzie powinien.

Był pasjonatem, ale - może zresztą przede wszystkim - perfekcjonistą. Mocno, od zawsze i do końca, pracował nad samorozwojem, dużo dawał od siebie. Nie załamywał się na zakrętach, nie odlatywał po sukcesach. Zawsze pozostawał sobą, to znaczy dojrzałym facetem, co w pewnym momencie podkreśliła tylko przedwczesna siwizna.

Takim właśnie Jacku Cię zapamiętam... Miałeś wszystko, aby zostać selekcjonerem pierwszej reprezentacji Polski - w każdym wymiarze, zarówno warsztatowym, jak i tym ludzkim, również etycznym... Odszedłeś za wcześnie, zdecydowanie za wcześnie...

Żegnaj. Polskiej piłce będzie Ciebie brakowało... ©℗

Jacka Magierę pożegnali prezydent i reprezentanci

Damian Świderski
redakcja@polskapress.pl

W piątek, 10 kwietnia polski futbol pogrążył się w żałobie. W wieku 49 lat niespodziewanie zmarł Jacek Magiera - były piłkarz, trener, ostatnio asystent selekcjonera reprezentacji Polski.

Szkoleniowiec zasłabł podczas treningu i mimo interwencji lekarzy zmarł. Drugiego trenera reprezentacji pożegnali prezydent RP Karol Nawrocki, prezes PZPN Cezary Kulesza, UEFA, a także reprezentanci Polski, m.in. Sebastian Szymański, Matty Cash oraz Robert Lewandowski.

W piątkowy poranek, Magiera wyszedł pobiegać i nagle zasłabł. Przewieziono go do Wojskowego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu. Niestety, akcja reanimacyjna nie przyniosła rezultatu. Cała polska piłka pogrążyła się w żałobie. Każdy mecz trwającej kolejki w PKO Ekstraklasie i w niższych ligach został poprzedzony minutą ciszy.

Wiadomość o śmierci Jacka Magiery, z głębokim żalem przyjął prezydent Rzeczypospolitej Polskiej Karol Nawrocki. Napisał: „Żegnaj, Polska Ci dziękuje" - dodając zdjęcie, na którym ściskają sobie dłonie.

Minister sportu i turystyki, Jakub Rutnicki przypomniał o zaangażowaniu zmarłego szkoleniowca w rozwój futbolu młodzieżowego:

„Z ogromnym smutkiem przyjąłem informację o śmierci Jacka Magiery. Wspaniały człowiek, świetny trener, mistrz Polski z Legią Warszawa, który z pasją rozwijał polską piłkę nożną – także w pracy z młodzieżowymi reprezentacjami. Wyrazy współczucia dla Rodziny i Bliskich".

Drugiego trenera reprezentacji kraju pożegnał Polski Związek Piłki Nożnej i jego prezes, Cezary Kulesza:

„Z wielkim smutkiem i niedowierzaniem przyjąłem informację o śmierci Jacka Magiery. Trudno znaleźć właściwe słowa w obliczu tak nagłej i zupełnie niespodziewanej straty. Jacek był wyjątkowym piłkarzem, świetnym trenerem, ale przede wszystkim bardzo dobrym człowiekiem, na którym zawsze można było polegać. Pragnę złożyć wyrazy współczucia rodzinie i bliskim. Jednocześnie apeluję do mediów oraz wszystkich komentujących o uszanowanie prywatności pogrążonej w żałobie rodziny".

„Z głębokim smutkiem dowiedzieliśmy się o śmierci asystenta trenera reprezentacji Polski, Jacka Magiery. Nasze myśli są z całą polską społecznością piłkarską, a także z Jego rodziną, przyjaciółmi i kolegami w tym trudnym czasie. Spoczywaj w pokoju, Jacku" - to wpis z oficjalnego profilu UEFA.

Swego szkoleniowca pożegnali również reprezentanci Polski. Kapitan drużyny narodowej Robert Lewandowski opublikował swoje zdjęcie z Magierą i dodał: „Trenerze, nie tak miało być. Wyrazy współczucia dla rodziny i najbliższych".

Bardzo osobisty wpis opublikował Sebastian Szymański, który rozwijał się pod okiem trenera Magiery nie tylko ostatnio w drużynie narodowej, ale także na znacznie wcześniejszym etapie, w Legii Warszawa:

„Serce pękło. Nie mogę dopuścić do siebie myśli, że już nigdy nie usiądziemy razem do rozmowy. Byłeś dla mnie kimś więcej niż trenerem, Jacek. Dałeś mi o wiele więcej, niż można oczekiwać od trenera. Nauczyłeś mnie rzeczy, o które nigdy bym nie poprosił, a które

Byłeś dla mnie kimś więcej niż trenerem, Jacek. Nauczyłeś mnie rzeczy, o które bym nie poprosił, a okazały się najważniejsze...

okazały się najważniejsze. Wszystko, co dziś osiągnąłem, zaczęło się od Ciebie. Pokazałeś mi drogę, którą mam podążać - nie tylko jako zawodnik, ale też jako człowiek. Każda minuta z Tobą była czymś wartościowym. Tyle rozmów, tyle pięknych chwil razem. Już mi tego brakuje. Spoczywaj w pokoju, Jacek" - napisał Szymański.

„Byłeś takim niesamowitym facetem, zawsze z uśmiechem. Będzie nam Ciebie bardzo brakować. RIP Legendo" - dodał Cash.

Legendarny bramkarz Jan Tomaszewski przyznał w rozmowie z „Super Expressem", że widział Magierę jako przyszłego selekcjonera reprezentacji i to już jako następcę obecnego trenera kadry.

Zmarłego pożegnały kluby PKO Ekstraklasy i niższych lig. W żałobie są Legia Warszawa i Śląsk Wrocław, które Magiera prowadził. Kluby opublikowały kondolencje na swoich profilach w mediach społecznościowych. Piłkarze obu zespołów wyszli na mecze w specjalnych strojach, a fani Legii domagają się, aby Akademia klubu została nazwana imieniem zmarłej w piątek legendy... ©℗

eprasa.pl 9caab90072

Psychologia Presja, oczekiwania, dehumanizajca

Z czym mierzy się sportowiec?

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI / POLSKA PRESS

Iga Świątek podczas igrzysk zdobyła brąz medal, co dla wielu było rozczarowaniem

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

Bycie sportowcem może wydawać się „pracą marzeń". Kibic widzi tylko wierzchołek góry, poniżej którego, w obliczu oczekiwań i ocen, niezauważone są tysiące godzin treningów.

– To taka dehumanizacja, szczególnie przez kibiców, którzy oglądają rywalizację w telewizji – zwraca uwagę Rafał Koszyk, psycholog sportu, w sieci znany jako „Racjonalny Psycholog".

– Bardzo częstym jest, że dehumanizujemy sportowca, zapominamy, że jest człowiekiem: ma swoje życie prywatne poza treningiem, swoje problemy, mierzy się też z wysiłkiem fizycznym, który przekracza jego możliwości. Sport zawodowy polega na tym, żeby codziennie ciało zmuszać do tego, żeby przekraczało swoje granice. W telewizji widać tylko efekt końcowy, którym jest start na zawodach. A kiedy chodzi o reprezentowanie barw klubowych czy może też całego narodu, to wtedy są tylko oczekiwania, że skoro jesteś moim reprezentantem, to ty musisz. Jesteś moim reprezentantem, masz to zrobić. I tu się nie liczy człowiek. Tu się liczy to, co on osiągnie. Jest oceniany przez pryzmat tego, czy mu się udało czy nie udało. Człowieka nie ma wtedy w tym wszystkim – opisuje.

Nasz rozmówca, zanim został psychologiem, sam był czynnym sportowcem. Trenował lekką atletykę.

– W sporcie definiowany byłem cały czas przez wyniki, które osiągałem, czy też ich nie osiągałem, kiedy wymagało się ode mnie na przykład medalu na mistrzostwach Polski, a przyszła kontuzja podczas finału – opisuje twórca profilu Racjonalny Psycholog.

Z oczekiwaniami i presją muszą się mierzyć także młodzi sportowcy, rozpoczynający swoją przygodę z aktywnością fizyczną. Presją ze strony rodziców.

– Coraz częściej spotykam się z tym, że kluby zabraniają rodzicom brania udziału w treningach swoich dzieci, bo to już przechodzi ludzkie pojęcie, w jaki sposób wymusza się pewne rzeczy na trenerach, na swoich dzieciach. W pewnym momencie tacy rodzice stają się wręcz menedżerami swoich dzieci. To nie tędy droga – zwraca uwagę Koszyk.

Na pytanie, czy rodzice kosztem swoich dzieci realizują swoje niespełnione ambicje, odpowiada:

– Oczywiście, że tak. A sport ma bawić przede wszystkim, nie tylko dzieci, ale i w dorosłości, jak jesteś już zawodowym sportowcem – ma ci sprawiać fun, bo to jest to, co kochasz. Natomiast jeżeli jesteś zmuszany do tego już od najmłodszych lat, to niestety, ale w wieku trzynastu, czternastu, piętnastu lat i ja mam takie przypadki, że dzieci są wypalone zawodowo na poziomie sportu. One już nie chcą tego robić przez to, że rodzice tak cisną. Bo oczywiście mama chce kolejnego Lewandowskiego w domu. Tata oczywiście też, no bo to już kariera, zabezpieczenie finansowe tak naprawdę. I to bardzo często się właśnie rozbija o tę ambicję. Ja apeluję wręcz do rodziców: dajcie tym dzieciom się bawić sportem. Na zawodowstwo przyjdzie czas. W grupach młodzieżowych wynik jest sprawą drugorzędną tak naprawdę. Wiadomo, że tabelki w Excelu działaczom muszą się zgadzać, ale przede wszystkim ma to być dla dzieci zabawa, bo ta ambicja podcina po prostu skrzydła. Nic nie poradzimy na to, że ty nie dałeś rady w przeszłości jako zawodowy sportowiec. Może chciałeś być sportowcem, ale nie przerzucaj na siłę swoich niespełnionych rzeczy na swoje dziecko, bo to się obróci przeciwko tobie po prostu.

Poddawanie nieustannej presji odbija się na psychice. Dziecko, młody, dorosły sportowiec, zamiast skupić się na wykonaniu swojego zadania, zaczyna myśleć o konsekwencjach w przypadku niepowodzenia. I to nadmierne myślenie jest pierwszym krokiem, żeby to niepowodzenie stało się faktem.

– Przede wszystkim dochodzi do takiego paraliżu analitycznego troszeczkę, że zamiast czystej głowy na meczu, na treningu, która umożliwia reagowanie na sytuację tu i teraz, jest jest kłąb myśli dookoła tej osoby. Co musi zrobić, jak, po co? A jeżeli tego nie zrobi, to co ją za to czeka? I ciągle też patrzenie jak trener zareaguje. To nie o to chodzi. Chodzi o co innego. Ja często po meczach pytam zawodników, z którymi współpracuję czy oni są z siebie dumni, czy dali z siebie sto procent. Jeśli tak, to nie możesz mieć sobie nic do zarzucenia, jeżeli dałeś z siebie sto procent i uważasz, że zrobiłeś wszystko, co w twojej mocy – mówi Racjonalny Psycholog.

I dodaje:

– Sport to jest też kwestia porażek. Na tym to polega. Jeden wygrywa, drugi przegrywa. Nie zawsze się wygra. Więc to jest duże pole uświadamiania wszystkich, przede wszystkim rodziców, trenerów, działaczy, kibiców, że sport ma też ten element niepewności.

©℗

DROBNE

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

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

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

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

MIESZKANIE własnościowe 94 m², 4 pokoje z kuchnią i balkonem, jeden lokator, 2 piętro, stych, przy deptaku, sprzedam lub zamienię na 2 mieszkania 2 pok.; do uzgodnienia t. 691-636-371

Handlowe

INNE

KRAJALNICE antyk Kupię 576-948-827

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

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

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

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

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

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

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

INNE

KOMPLEKSOWE uprzątanie, strychów, garaży, mieszkań, wywóz sprzętu AGD, złomu, gruzu, starych, zepsutych mebli, koszenie zaniedbanych działek kosą spalinową, rozdrabnianie gałęzi rębakiem, 530-373-641

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy turnusy 60+ w maju od 1050 zł dostępny masaż leczniczy / dowóz, tel.: 501-642-492.

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

AUTOREKLAMA

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

KRAJ - MORZE

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

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

Skup pras belujących. 512-709-001

Towarzyskie

Ola, 81/744-42-62

SANDRA, 885-213-554

AUTOREKLAMA

Polecamy →

eprasa.pl 9caab90072

Nauczyłam się już nie czytać i nie przejmować się opinią ludzi, których nawet nie znam

Anna Cieślak w „Fakcie" o internetowych komentarzach na temat swego małżeństwa z Edwardem Miszczakiem Fot. Sylwia Dąbrowa

Z ŻYCIA GWIAZD

Michał Koterski spacerował po mieście
Aktor spędził minione święta w Sopocie. Poza rodzicami i synem towarzyszyła mu nowa partnerka. Zakochanych sfotografowano podczas romantycznego dnia tylko we dwoje. Spacerowali i spędzali czas w luksusowym hotelu. Koterski wybrał się również do kościoła – ale bez partnerki. Wracając, kupił obiad na wynos w jednej z restauracji.

Blanka Lipińska podpisze kolejną umowę
Pisarka ujawniła w programie „Z bliska", że coraz poważniej myśli o sformalizowaniu związku z Pawłem Baryłą. – Żadnemu z nas nie jest to do niczego potrzebne. Ale wielu kwestii, m.in. dziedziczenia, nie da się rozwiązać inaczej – powiedziała. I dodała: – To po prostu podpisanie kolejnej umowy.

Kazik Staszewski przesadził z alkoholem
Listopadowy koncert Kazika Staszewskiego w Zielonej Górze zakończył się skandalem. Fani zarzucili piosenkarzowi brak szacunku dla publiczności. Teraz w rozmowie z Bogdanem Rymanowskim lider zespołu Kult zdradził, że jesienią zeszłego roku zaczął mu dokuczać stres i bóle żołądka. Dlatego znów sięgnął po alkohol. Przed koncertem w Zielonej Górze wypił cztery szklanki whisky. – Przesadziłem, wyszedłem na scenę w stanie kompletnie nienadającym się na scenę – podsumował.
(GZL) Fot. Adam Jankowski

W TELEWIZJI

Za linią wroga
Stopklatka, 20:00
Polska, czasy drugiej wojny światowej. Grupa aliantów, do której należy m.in. Kamiński, zostaje wysłana za linię wroga, aby z rąk nazistów uwolnić naukowca, który zajmuje się bronią jądrową. Każdy z uczestników misji zdaje sobie sprawę z tego, że jeden niewłaściwy krok oznacza śmierć dla niego, a także dla kolegów z drużyny.

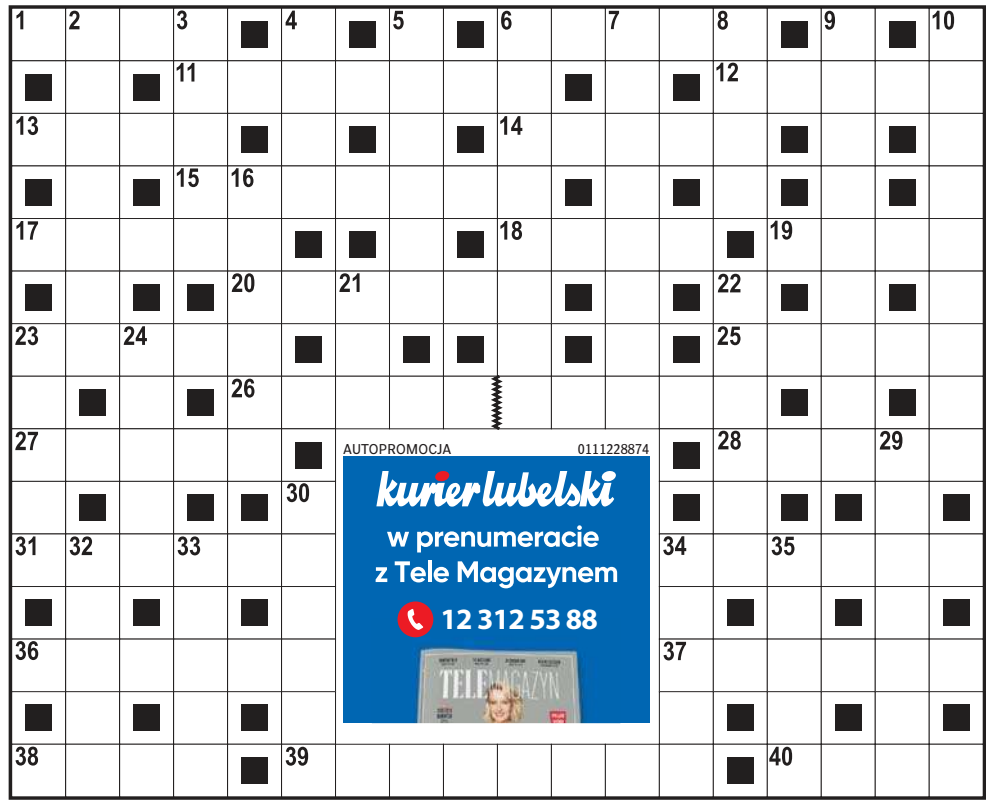
Venom 3: Ostatni taniec
Polsat, 21:40
Tom Hardy powraca jako Venom, jedna z najbardziej złożonych postaci Marvela, w ostatnim filmie trylogii. Eddie i Venom uciekają ścigani przez oba swoje światy. Muszą podjąć trudną decyzję.

John Wick
TVN, 22:40
John Wick na prośbę żony porzucił zajęcie płatnego zabójcy. Po jej śmierci nie będzie mu dane w spokoju przeżyć żałoby. Syn rosyjskiego gangstera odebrał mu ostatnią pamiątkę po ukochanej żonie i tylko czekać aż dosięgnie go zemsta.

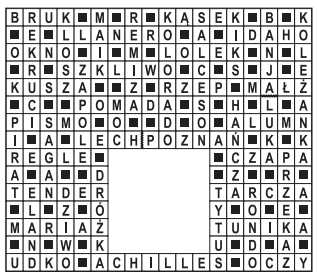
Co kryje się pod powierzchnią
TV 4, 22:40
16-letnia Libby poznaje nowego partnera swojej matki, Johna. Dziewczyna początkowo jest oczarowana przystojnym mężczyzną, wkrótce jednak odkrywa coś, co mrozi jej krew w żyłach.

KRZYŻÓWKA NR 55

Poziomo:
1) pomieszczenie w wiejskiej chacie,
6) w parze z popytem,
11) kondycja fizyczna, krzepkość,
12) auto z fabryki Toyoty,
13) ryżowy trunek z Japonii,
14) wada układów optycznych,
15) arena rycerskich turniejów,
17) pozytywna cecha charakteru,
18) George, ukochana Fryderyka Chopina,
19) produkt z mleka sojowego, bogaty w proteiny,
20) miękka tkanina z wełny wielbłądziej,
23) grecka wyspa na Morzu Jońskim,
25) zakładka na sukni, fałda,
26) domena Roberta Lewandowskiego,
27) pasiaste ssaki z sawanny,
28) cicha bezdźwięczna mowa,
31) górna część kostiumu damskiego,
34) wędrówka bez określonego celu, włóczenie się,
36) kuchnia na okręcie,
37) płytki lub głęboki w serwisie stołowym,
38) utracony nigdy nie wróci,
39) drobny przedmiot przypominający jakąś osobę,
40) pastewna roślina zielona.
Pionowo:
2) niejedno w makówce,
3) świadectwo kontroli technicznej,
4) dekoracyjny układ otworów,
5) płaszcz rosyjskich wojskowych,
6) państwo w Azji ze stolicą w Islamabadzie,
7) rozbieranie maszyny na części,
8) wysokie zboże na chleb,
9) miejsce akcji dramatu „Wesele",
10) przyjmuje pasywną postawę,
16) robione w galerii handlowej,
21) szlam na dnie stawu, nanos,
22) uciskowa lub na włosy,
23) „Biały …", piosenka Czerwonych Gitar,
24) wypływa na połów dorszy,
29) niewielkie, łagodne wzniesienie,
30) oddarty kawałek papieru,
32) likier na bazie kminku,
33) pantera śnieżna z gór Azji,
34) owad z rodziny ważek,
35) Zegrzyński w pobliżu Warszawy.



ROZWIĄZANIE NR 54



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś poczujesz przypływ energii i motywacji. Horoskop dzienny radzi działać odważnie, ale unikać przy tym konfliktów.
Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój i cierpliwość przyniosą najlepsze efekty. Horoskop na dziś to wskazówka, by skupić się na relacjach i docenić drobne chwile.
Baran (21.03 - 19.04)
Komunikacja będzie kluczem do sukcesu. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi słuchać uważnie innych i nie bać się wyrażać swoich myśli.
Byk (20.04 - 20.05)
Emocje mogą grać główną rolę. Horoskop dzienny podpowiada, by znaleźć czas na odpoczynek i rozmowę z kimś, kto Cię rozumie.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi wykorzystać to mądrze i nie zapominać o potrzebach innych ludzi.
Rak (22.06 - 22.07)
Dzień sprzyja porządkom i planowaniu. Horoskop dzienny na poniedziałek to wskazówka, by skupić się na tym, co naprawdę ważne.
Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia w relacjach przyniesie spokój. Horoskop dzienny to wskazówka, by unikać sporów i postawić na szczere rozmowy.
Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja poprowadzi Cię właściwą drogą. Horoskop na dziś stanowczo podpowiada, by zaufać sobie i nie zdradzaj wszystkich planów.
Waga (23.09 - 22.10)
Optymizm doda Ci skrzydeł. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi spróbować czegoś nowego i pozwolić sobie na odrobinę spontaniczności.
Skorpion (23.10 - 21.11)
Praca i obowiązki będą na pierwszym miejscu, ale znajdź chwilę, by zadbać o siebie. Horoskop dzienny mówi, że jest Ci to potrzebne.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywność dziś rozkwitnie. Horoskop na dziś to wskazówka, by wykorzystać ją w praktyce i podzielić się pomysłami z innymi osobami.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość pomoże Ci zrozumieć innych. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi jednak unikać nadmiernego zamartwiania się...

kurierlubelski
www.kurierlubelski.pl
Redaktor naczelny **Krzysztof Nowacki**, Z-ca redaktora naczelnego **Marek Podgajny**, Prezes Makroregionu **Aureliusz Mikos**, Kierownik działu reklamy **Karolina Rudnicka**
Redakcja Krakowskie Przedmieście 10/1, 20-002 Lublin, **tel. 81 44-62-800, fax 81 44-62-819, redakcja@kurierlubelski.pl**, Druk Drukarnia ZPR Media S.A., 04-190 Warszawa, ul Jubilerska 10
POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.** ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.kurierlubelski.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.
eprasa.pl 9caab90072