

**Wiele osób myli objawy alergii z objawami przeziębienia, a to może powodować złe leczenie str. 10**



FOT. FREEPIK

Z czym przychodzą pacjenci do aptekarzy? Niektórzy potrafią zaskoczyć pytaniami, które nie mają nic wspólnego z farmacją str. 9

STRONA  
ZDROWIA

Nr 109 (24 887)

# DZIENNIK POLSKI

Cena 5,00 zł  
(w tym 8% VAT)

Środa, 13.05.2026 r.

www.dziennikpolski24.pl

**Posłowie zajmują się projektami o kryptoaktywach, w tym rządowym i prezydenckim str. 7**



FOT. ANNA KACZMARZ

**Adam Budak** po niespełna dziewięciu miesiącach nie jest już dyrektorem MOCAK-u str. 6

**Amir Al-Ammari** z Cracovii jest w gronie kilku piłkarzy z polskiej ligi, którzy mogą zagrać na mundialu str. 15



FOT. ANDRZEJ BANAS

**INWESTYCJA** KRAKÓW I NIEPOŁOMICE POŁĄCZY SZYBKA KOLEJ AGLOMERACYJNA. SPÓR O STACJĘ KOŃCOWĄ

## Stacja w centrum i pociągi co 30 minut

Jolanta Białek  
jolanta.bialek@polskapress.pl

**Projektowanie linii kolejowej, która połączy Kraków i Niepołomice, jest już blisko końca. Decyzja środowiska dla inwestycji ma zostać wydana najpóźniej w połowie tego roku, a niedługo potem zapowiedziano rozpoczęcie prac budowlanych.**

Planowana inwestycja wciąż jednak dzieli mieszkańców podkrakowskiego miasta. Pokazały to także konsultacje społeczne w sprawie przebiegu nowego połączenia, zorganizowane w ostatnich tygodniach przez gminę

Niepołomice. Ponadto jest wniosek o przywrócenie nieczynnego od dekad przystanku PKP oraz o przedłużenie SKA - w przyszłości - w stronę Bochni.

Odtworzenie połączenia kolejowego z Krakowa do Niepołomic, zapowiedziane w ramach rządowego programu „Kolej+”, to projekt województwa małopolskiego (urzędu marszałkowskiego), zainicjowany latem 2020 roku. Wariant wybrany do realizacji (czwarty), dla którego dokumentacja jest opracowywana od trzech lat, zakłada budowę 5,8 km jednotorowej trasy kolejowej, jako odgałęzienia linii 95 (Kraków Mydlniki-Podłęże) - przez Niepołomicką Strefę Inwestycyjną -

do rejonu dworca autobusowego i P+R w Niepołomicach, z torowiskiem oraz stacją końcową w granicach ulic Moczydło i Kolejowej. Plan zakłada, że pociągi pojadą co mniej więcej pół godziny.

Podczas konsultacji, przede wszystkim spotkania otwartego, w którym wzięło udział 117 mieszkańców, wróciły m.in. pytania o lokalizację stacji końcowej linii w rejonie ul. Moczydło, co od początku budzi sprzeciw mieszkańców tej części Niepołomic.

- Podczas spotkania przedstawiciele mieszkańców wschodniej części gminy poparli umiejscowienie przystanku przy ul. Moczydło. Wskazywali

oni na wygodę dojazdu do Krakowa, jaką zapewnia taka lokalizacja (...). Dyskutowano także nad koncepcją zakończenia linii w sąsiedztwie ul. Wimmera w Niepołomicach (to pomysł mieszkańców protestujących przeciwko wykonaniu kolejowej infrastruktury w okolicy ulic Moczydło/Kolejowa - red.), nad atrakcyjnością takiej lokalizacji dla osób niezmotywowanych i możliwości dojścia pieszego. Zwolennicy takiego rozwiązania wskazywali korzyści ekonomiczne związane ze skróceniem linii, natomiast jako kontrargumenty podawano planowaną budowę P+R przy ul. Wodnej oraz bliskie sąsiedztwo projektowa-

nego przystanku przy ul. Skarbowej. W trakcie dyskusji zauważono, że przystanek poza centrum miasta nie będzie atrakcyjny dla Niepołomiczan - ze względu na brak dostępności pieszej, a przystanek w centrum przyniesie mieszkańcom realne korzyści - zapisano w raporcie z konsultacji społecznych.

Zaznaczono również, że „kluczowym parametrem wpływającym na decyzję o lokalizacji stacji końcowej jest jej dostępność dla użytkowników, dlatego koncepcja zakłada doprowadzenie kolei do centrum miasta, a nie przedmieść”.

Czytaj str. 3

ZAKOPANE

### Tragedia po powrocie z wycieczki w góry

Siedmiolatek usiadł na ziemi przed samochodem. Kierowca nie widział chłopca i ruszył. Auto najechało na dziecko, które zmarło po przewiezieniu do szpitala w Zakopanem.

Czytaj str. 5

Kraków

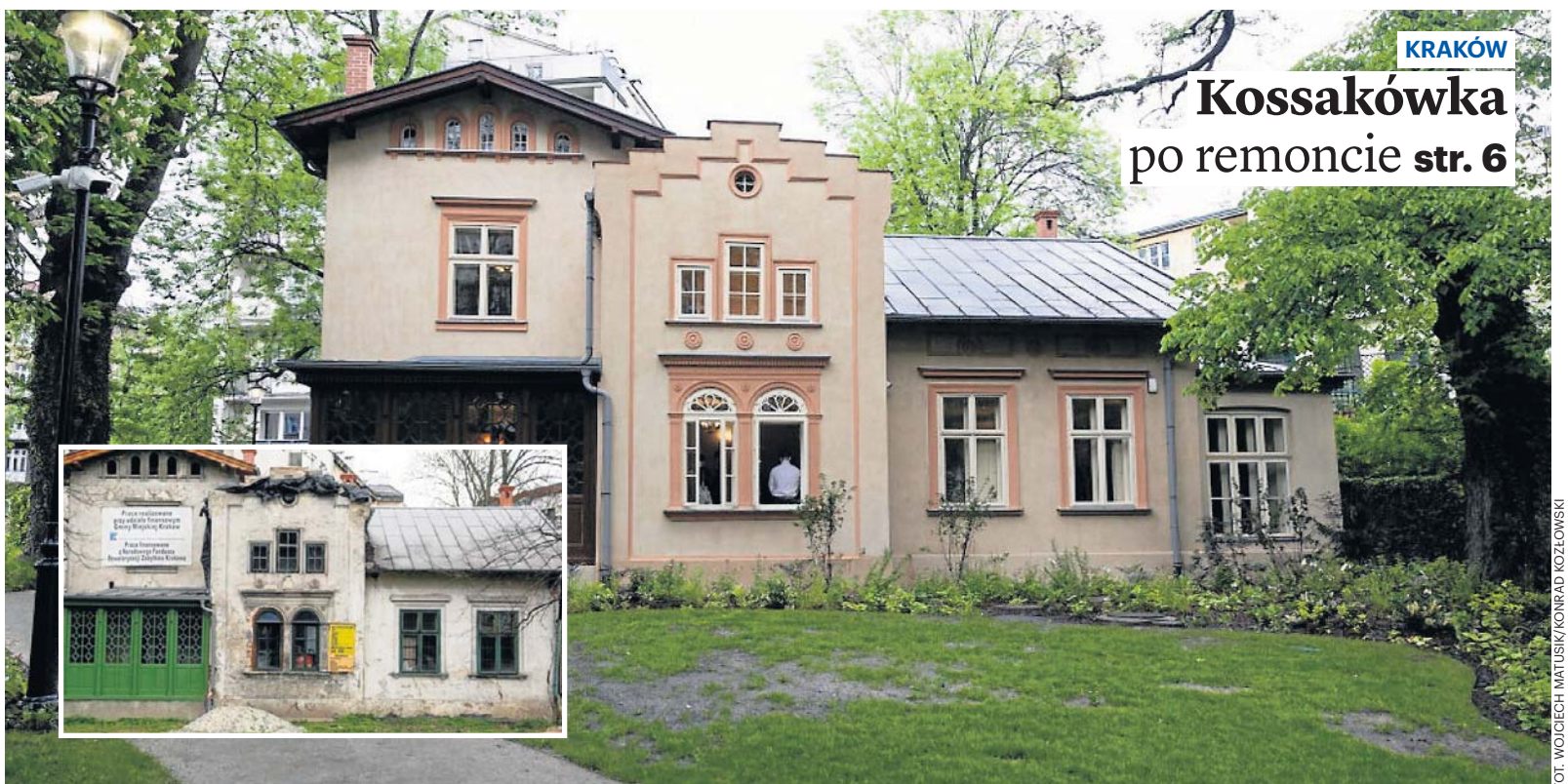
**Dorożkarz za swoje zachowanie podczas targów w Pajęcznie został ukarany przez prezydenta i konia s. 3**

Nr ISSN 0137-9089

Nr Indeksu 350052



9 770137 908036



KRAKÓW

### Kossakówka po remoncie str. 6

- Było w tym miejscu coś niezwykłego, krążyły tu artystyczne fludy. Wyrosło tu kilka pokoleń artystów, chcemy zachować ten charakter - zapowiada Michał Niezabitowski z Muzeum Krakowa, które w wyremontowanej willi Kossaków przygotuje wystawę i program artystyczny

## Jutro w Dzienniku Polskim Pod paragrafem

● Owiani sekretami lubelscy masoni spotykali się w pałacu, który później stał się siedzibą biskupów. Tam odprawiano tajemne rytuały i obrzędy

**Arlena Sokalska**  
redaktor naczelna „Polski”



## PIERWSZE RYSY NA ŚCIANIE?

Upadek Federacji Rosyjskiej śni się wielu osobom, podobnie jak kiedyś wiele osób marzyło o upadku Związku Radzieckiego. Tyle tylko, że wielkie imperia, a takim jest dzisiejsza Rosja, nie upadają zniechceni. Dopiero kiedy minie pewien punkt, kiedy potęga zaczyna się kruszyć pod własnym ciężarem, proces nabiera tempa.

Na razie nic nie wskazuje na to, że Federacja Rosyjska znajduje się w momencie krytycznym, ale tegoroczna parada z okazji Dnia Zwycięstwa pokazała wyraźne rysy na murach Kremla.

Przed wszystkim Putin przegrał psychologiczną wojnę z Zełenskim. Kiedy stało się jasne, że Ukraińcy mogą dronami zakłócić paradę, Rosjanie zdecydowali się nie pokazywać żadnej techniki wojskowej: czołgów, rakiet, a nawet pojazdów piechoty.

A potem była przepychanka związana z ogłaszaniem zawieszenia broni - najpierw przez Ukrainę, a potem przez Rosję. Wszystko skończyło się tym, że spanikowany Putin dzwonił do prezydenta Trumpa, by ten wpłynął na Ukrainę. Ta zgodziła się na zawieszenie broni od 9 do 11 maja, ale zażądała w zamian wymiany jeńców w formacie 1000 na 1000.

A na koniec Wołodymyr Zełenski podpisał dekret, na mocy którego wyłączył obszar wokół Placu Czerwonego w Moskwie z planu użycia ukraińskiej broni podczas parady. „Zezwolić na zorganizowanie 9 maja 2026 r. parady w Moskwie” - głosi pismo.

Całkiem to w stylu Zełenskigo, który lubi „trollować” Putina w taki lub podobny sposób. Ale właśnie ten żart, podobnie jak chyba najuboższa w historii parada, pokazują, że coś w Rosji idzie nie według planu.

Ukraińcy nie tylko ośmieszyli Rosję i Putina, ale przede wszystkim pokazali jej słabość. A zachodnie media donosiły w ubiegłym tygodniu, że Putin paranoicznie obawia się przewrotu pałacowego.

Do upadku kolosa jeszcze długa droga, ale już widać, że jego gliniane nogi zaczynają kruszeć.

## TELEFONY

- Numer alarmowy 112
- Pogotowie ratunkowe 999
- Całodobowa Informacja Medyczna 12 661-22-40
- Telefon zaufania 12 413 71 33
- Pogotowie energetyczne - 991, gazowe 992, ciepłownicze 993, wod-kan. 994
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej 12 421 92 82
- Całodobowa Informacja Pacjenta 800 190 590
- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111
- Straż Miejska Kraków 986
- Całodobowa linia wsparcia 800 702 222
- Biuro numerów 118 913

## POGODA

### DZIS

MAX  
15°C



MIN  
4°C

**Wiatr** zach. 15-30 km/h  
W ciągu dnia przewaga chmur, ale bez deszczu. Pokaże się też słońce

### JUTRO

MAX  
19°C



MIN  
7°C

**Wiatr** pld.-zach. 10-15 km/h  
Niewielkie zachmurzenie w ciągu dnia. Zapowiada się ciepły dzień

## BOCIANIE ŻYCIE

Bociany od pokoleń zajmują wyjątkowe miejsce w polskiej kulturze i tradycji. Są symbolem nadchodzącej wiosny oraz zmieniających się pór roku. Choć ptaki te od dawna fascynowały ludzi, ich życie zazwyczaj pozostawało poza zasięgiem ludzkiego wzroku.

Teraz, dzięki nowoczesnej technologii, można zajrzeć do ich świata. Jedną z kamer została zamontowana przez firmę KM-NET w Przyszowej koło Limanowej. Dzięki transmisji na żywo internauci mogą podglądać codzienne życie bocianiej rodziny. KK



FOT. KM-NET

## ROZMOWA DNIA

### TELEWIZJA NIE UMIERA, ALE „ZMIENIA SKÓRĘ”

**Mira Suchodolska**  
PAP

**Rozmowa z Tadeuszem Kowalskim, profesorem Uniwersytetu Warszawskiego, ekonomistą i medjoznawcą, członkiem Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji**

**Przeglądałam badania oglądalności telewizji. Z jednych wyników, że średni czas, który statystyczny Polak przeznacza na konsumpcję treści telewizyjnych dziennie, wyniósł zimą ubiegłego roku ponad cztery godziny. Z innych badań wynika jednak, że ponad połowa respondentów deklaruje, że ogląda telewizję raczej rzadko.**

Te dane wcale nie muszą być sprzeczne. Bo kluczowe zmiany są skutkiem rozwoju internetu. Ogromna część telewizji po prostu przeniosła się do sieci. Dzisiaj ktoś może oglądać programy telewizyjne na telewizorze podłączonym do internetu, korzystać z TVP VOD i odpowiadać w badaniu: „nie oglądam telewizji, korzystam z internetu”. Tymczasem de facto konsumuje treści telewizyjne. Druga rzecz jest taka, że rzeczywiście obserwujemy zmianę pokoleniową. Wśród młodych ludzi wiele osób deklaruje, że nie posiada telewizora. Smartfon też stał się ekranem konsumpcji treści. Jednocześnie badania pokazują, że głównym ekranem nadal pozostaje duży ekran telewizyjny. Tylko że zmienił się sposób korzystania z niego. Nie ma już

wątpliwości, że tradycyjna telewizja linearna, czyli oglądana „na żywo”, jest domeną osób starszych.

**Jest jeszcze jedna rzecz. Mam wrażenie, że wielu seniorów nawet nie tyle ogląda telewizję, ile po prostu „mają włączoną”.** To bardzo trafna obserwacja. Kiedyś takim medium towarzyszącym było radio. Dla wielu osób telewizja jest obecna cały czas. Nie zawsze oglądają ją z pełnym skupieniem, ale ona „jest”, tworzy poczucie obecności drugiego człowieka, rytmu dnia. Ale jest jeszcze ważniejsze zjawisko - korzystanie z kilku ekranów jednocześnie. To dziś absolutnie masowe.

#### Czyli tak zwany second screen?

Nawet multiscreen. Człowiek ogląda telewizję, ale jednocześnie sprawdza wiadomości na telefonie, odpowiada na maile, scrolluje media społecznościowe. I teraz pojawia się problem: jak mierzyć taki czas, gdy człowiek konsumuje kilka mediów naraz?

**Czy tradycyjna ramówka telewizyjna ma jeszcze sens? Może telewizja linearna powinna zostać przy transmisjach sportowych czy newsach, a cała reszta przejść do internetu?**

Tu bym się z panią nie zgodził. Główne programy informacyjne nadal gromadzą gigantyczną widownię. „Fakty” czy „19:30” oglądają miliony ludzi. Żaden kanał internetowy nie



FOT. GOVPL

## PRZYRODA

### Budleja dla motyli

Okazały krzew budleji Dawida spotkałem minionej jesieni. Od tej pory mam przed oczyma roje motyli smakujących nektaru. Nigdy dotąd nie widziałem kilkudziesięciu okazów rusałek admirała, pawiego oczka, osetnika ceika i pokrzywnika w jednym miejscu. Wieczorem nadlatywały zawisaki powojowce i tawulce. Tudzież roje błonkówek i muchówek. Oj, było co oglądać. Wcale się owadom nie dziwię. Wielkie kwiatostany fioletowo różowej barwy przypominały nieco wiosennego lilaka, ale zapach był mocniejszy i przyjemny. Do tego obfitość nektaru, który jesienią trudno w takiej ilości znaleźć. Przyjemne z pożytecznym. Teraz spoglądam na sadzonki budleji Dawida łokmym wzrokiem. Łatwe w uprawie, odporne i tanie jak przysłowiowy barszczyk. Kwitną obficie od lata do jesieni. Miejsce w ogrodzie znajdę, zaś wizja stołówek dla owadów jest kusząca. Zresztą modne ostatnimi czasy motylarnie opierają swoje istnienie na masowo sądzonych i kwitnących budlejach. W beczce miodu jest przysłowiowa łyżeczka dziegciu. Przeczytałem, że wspaniała roślina pochodząca z Azji ma skłonności do wyrwania się spod kontroli. Czyli krótko mówiąc, może być potencjalnym kandydatem na roślinę inwazyjną. Jak wiele innych gatunków, które sadzono w ogrodach, a teraz są wyjęte spod prawa. Póki co, budleja nie jest na oficjalnej liście obcych gatunków, więc wybór jest oczywisty...

**Grzegorz Tabasz**

# Kronika Krakowska

**15** maja Kraków po raz kolejny zaprosi mieszkańców i gości do udziału w Nocy Muzeów, jednej z najpopularniejszych inicjatyw kulturalnych

**DZIŚ RUSZAJĄ PRACE**  
**Nowy chodnik przy ul. Rybitwy**  
Od dziś do 12 czerwca przy ul. Rybitwy budowany będzie jednostronny chodnik. Inwestycja obejmie odcinek od przystanku „Rybitwy Dom Kultury” do zjazdu na posesję nr 51. W trakcie

prowadzonych robót mogą występować lokalne utrudnienia w ruchu oraz czasowe ograniczenia w poruszaniu się w pobliżu placu budowy. Kierowcy i piesi proszeni są o zachowanie ostrożności oraz stosowanie się do tymczasowego oznakowania.

**KRAKÓW**  
**TELEFON**  
dziennikarza dyżurnego  
**697 730 318**  
**E-MAIL**  
**redakcja@gk.pl**

**KOMUNIKACJA** SZYBKA KOLEJ AGLOMERACYJNA CIESZY SIĘ WIELKĄ POPULARNOŚCIĄ W KRAKOWIE I MAŁOPOLSCE

## Mają być też kursy do Niepołomic

Jolanta Białek  
jolanta.bialek@polskapress.pl

**Projektowanie linii kolejowej, która połączy Kraków i Niepołomice, jest już blisko końca.**

Podczas spotkania konsultacyjnego z mieszkańcami padły postulaty przywrócenia/odbudowy przystanku kolejowego Podgrabie Wisła (otwarto go w połowie lat 70. XX wieku, ruch pasażerski zawieszono tam w 1999 roku). Proponowano ponadto uruchomienie z tego przystanku połączenia kolejowego w kierunku Bochni.

Okazało się, że Niepołomice już wcześniej zwróciły się z takim wnioskiem - o przywrócenie „Podgrabie Wisły” - do PKP PLK, prosząc, by zostało to wykonane w ramach budowy połączenia kolejowego Kraków - Niepołomice. Kwestia ta jest obecnie analizowana przez inwestora.

„Decyzja, czy taka koncepcja będzie realizowana, należy do inwestora - PKP PLK. Natomiast sam projekt linii kolejowej do Niepołomic przyjmuje już rozwiązania, które w przyszłości umożliwią odbudowę przystanku Podgrabie Wisła” - przekazał Urząd Miasta i Gminy w Niepołomicach.

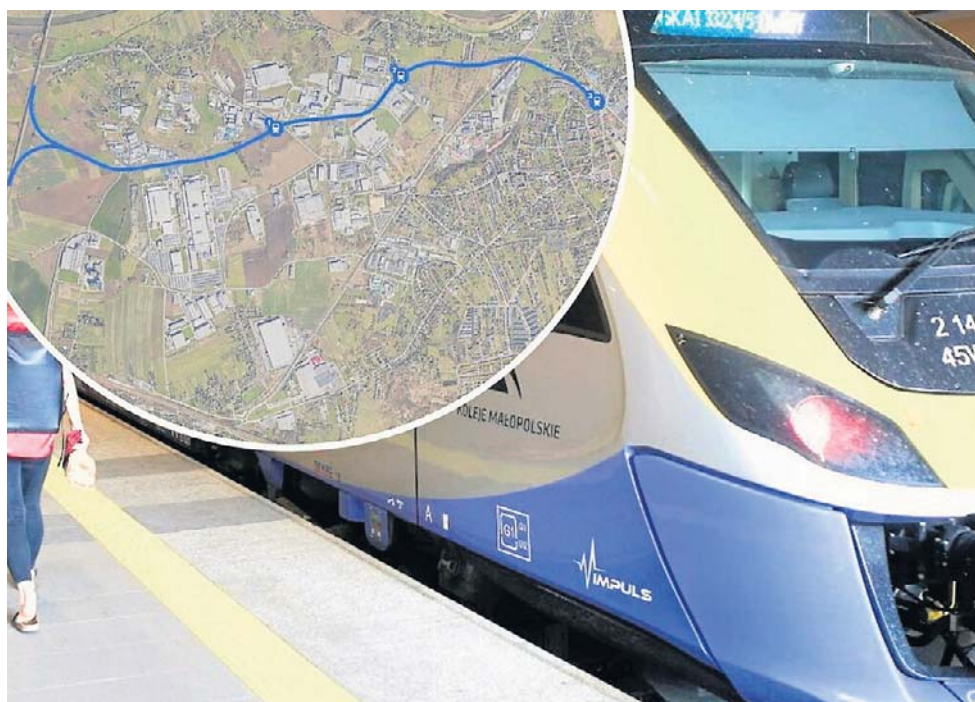
Mieszkańcy niepołomickiego osiedla Zagrody, przede wszystkim ulic Moczydło i Portowane, od początku nie godzą

się na poprowadzenie przez ten rejon linii kolejowej, a konkretnie na ulokowanie stacji końcowej przy ul. Kolejowej.

Nie godzą się na lokowanie nowej infrastruktury „w bezpośrednim sąsiedztwie gęstej wielorodzinnej i jednorodzinnej zabudowy mieszkaniowej”. Lista ich obaw jest długa. Od narazienia kilkuset osób na „kolejowe” drgania i hałas, przez możliwe zamknięcie lub ograniczenia dojazdu do ulicy Moczydło od ul. Kolejowej i związane z tym zagrożenia w bezpieczeństwie przeciwpożarowym oraz medycznym (utrudniony dojazd służb ratunkowych), po codzienne niebezpieczeństwa związane z życiem w bezpośrednim sąsiedztwie torów (w tym rejonie mieszkają przede wszystkim rodziny z małymi dziećmi). Podnoszą ponadto kwestie związane z ochroną przyrody i wpływem planowanej inwestycji na środowisko.

Jednak, jak pokazały ostatnie konsultacje, większość Niepołomiczan jest za wykonaniem infrastruktury, dzięki której można będzie szybko dotrzeć do Krakowa.

Do Urzędu Miasta i Gminy w Niepołomicach wpłynęły liczne pisma z poparciem dla kolejowego projektu. Takie dokumenty złożyli m.in.: Niepołomska Rada Seniorów, Zarząd Oddziału Rejonowego Polskiego Związku Emerytów



Na mniejszym zdjęciu planowany przebieg linii kolejowej Kraków - Niepołomice

i Rencistów w Niepołomicach, Młodzieżowa Rada Miejska, Stowarzyszenie „Niepołomiczanie”, Stowarzyszenie Miłośników Ziemi Niepołomickiej, Uniwersytet Trzeciego Wieku, Fundacja Lepsze Niepołomice, Niepołomicki Alarm Smogowy.

„Projekt budowy linii kolejowej posiada zarówno zwolenników, jak i przeciwników. Osoby popierające budowę linii zwracają uwagę na dostępność stacji kolejowej oraz poprawę oferty przewozowej dla nie-

zmotoryzowanych uczestników ruchu, a najwięcej wątpliwości mają mieszkańcy osiedli położonych najbliżej linii - przy ulicach Portowej i Moczydło. (...) Jako ogólny wniosek z konsultacji społecznych przyjmuję się, że mieszkańcy gminy Niepołomice popierają realizację linii kolejowej wraz z przystankiem kolejowym w centrum miasta” - podsumowuje niepołomicki magistrat.

Plan zakłada, że pociągi do Niepołomic - kursujące z przed-

kością ok. 80 km/h - pojadą co najmniej więcej pół godziny. Budowa nowej linii kolejowej ma umożliwić sprawną komunikację dla tysięcy mieszkańców miasta i okolicznych gmin.

Mieszkańcy podczas konsultacji pytali także o ofertę przewozową projektowanego połączenia do Niepołomic (mającego funkcjonować w ramach Szybkiej Kolei Aglomeracyjnej), podział pociągów między trasę przez Płaszów i Nową Hutę, przepustowość linii nr 8 i E30

oraz o przymiarki odnośnie częstotliwości przejazdów składów.

„W odpowiedzi przedstawiciel PKP PLK wskazał, że oferta przewozowa będzie kształtowana przez województwo małopolskie w zależności od potrzeb. (...) Wskazano również, że szacunkowo pociągi linii kolejowej do Niepołomic będą mogły kursować co około 30 minut w ciągu dnia (w godz. 5-23). (...) Realna liczba pociągów będzie wynikała z potrzeb pasażerów. W odpowiedzi na pytania odnośnie procentowego podziału przejazdów między trasy przez Nową Hutę i Płaszów wskazano, że będzie to uzależnione od oferty przewozowej przewoźnika” - czytamy w raporcie z konsultacji.

Wartość obecnych prac projektowych to 4,6 mln zł. Natomiast koszty budowy linii kolejowej - inwestycja ma być finansowana przede wszystkim ze Skarbu Państwa - szacowane są obecnie na 450 mln zł (wraz z wykupem gruntów - w tej części przedsięwzięcia będzie partycypować finansowo także UMiG w Niepołomicach).

Z informacji, które uzyskaliśmy w PKP PLK wynika, że decyzja środowiskowa dla budowy linii kolejowej Kraków - Niepołomice ma zostać wydana jeszcze w tym kwartale, natomiast rozpoczęcie prac budowlanych przewidywane jest w roku 2027. ©©

## Krakowski dorożkarz za skandaliczne zachowanie ukarany przez prezydenta i... konia

Ewa Waclawowicz  
ewa.waclawowicz@polskapress.pl

**Do bulwersujących scen doszło podczas Międzynarodowych Targów Końskich w Pajęcznie (woj. łódzkie).**

Po sieci krąży film, na którym widać jak jeden z mężczyzn brutalnie ciągnie konia za ogon. W efekcie rozdrażnione i przestraszone zwierzę kopnęło mężczyznę w twarz. Głos w sprawie zabrał prezydent Aleksander Miszalski, który informuje, że agresywny czło-

wiek na filmie to krakowski dorożkarz i podjął wobec niego pilne działania.

Na filmie udostępnionym w sieci przez radnego gminy Siemkowie Piotra Durę widać, jak w pewnym momencie do jednego z przechodzących koni podchodzi mężczyzna w kraciastej koszuli. Mężczyzna łapie konia za ogon i szarpie. Zwierzę wyrwa się, jest wyraźnie zdenerwowane.

Następnie idzie kawałek dalej i drażni następnego zwierzę, kopiąc je, klepiąc je i ciągnąc za ogon. Koń w końcu

nie wytrzyma i kopie tylnymi nogami mężczyznę, a ten pada na ziemię jak rażony piorunem. Świadcówkę rzucają się, by udzielić mu pomocy.

Lokalne media podają, że mężczyzna trafił do szpitala. Pikanterii dodaje fakt, że jak dowiadujemy się, sprawcą dręczenia koni okazuje się być krakowski dorożkarz.

Głos w sprawie zabrał już prezydent miasta Aleksander Miszalski.

„Nie ma i nie będzie mojej zgody na przemoc wobec

zwierząt” - rozpoczyna wpis prezydent.

„Po potwierdzeniu, że mężczyzna widoczny na bulwersującym nagraniu z Pajęczna jest dorożkarzem prowadzącym działalność na krakowskim rynku, podjąłem decyzję o wypowiedzeniu mu umowy w trybie natychmiastowym.

Osoby, które dopuściły się przemocy wobec zwierząt, nie mogą z nimi pracować. Od takich osób oczekujemy najwyższych standardów opieki nad zwierzętami i nieposzlakowanej opinii.

Dobrostan koni i bezpieczeństwo zwierząt muszą być absolutnym priorytetem, a nie pustym zapisem w regulaminie. W takich sprawach nie będzie taryfy ulgowej” - podsumowuje prezydent miasta.

Oświadczenie wydało też Stowarzyszenie Dorożkarzy Krakowskich, które potępiło zachowanie mężczyzny i usunęło go ze Stowarzyszenia Dorożkarzy Krakowskich.

„Stowarzyszenie Dorożkarzy Krakowskich stanowczo i zawsze odcina się od jakichkolwiek działań i praktyk ude-

rzających w zdrowie i godność zwierząt. Incydent który miał miejsce, nie wydarzył się w związku z naszą pracą na Rynku Głównym w Krakowie, ale zawsze podchodzimy do koni z troską i poszanowaniem. Nie ma i nie będzie naszej zgody na zachowania takie jak w przywoływanym filmie. Jednocześnie podjęliśmy decyzję o usunięciu winnego agresji wobec konia ze Stowarzyszenia Dorożkarzy Krakowskich” - napisała Dorota Litwicka, prezes Stowarzyszenia. ©©

13 MAJA

**Imieniny obchodzą:** Agnieszka, Gerard, Gloria, Jan, Magdalena, Maria, Robert, Serwacy  
**1856** - Założono Bibliotekę Naukową Polskiej Akademii Umiejętności i Polskiej Akademii Nauk w Krakowie  
**1943** - W wyniku sowieckiego nalotu na Warszawę w nocy z 12 na 13 maja zginęło ok. 300 Polaków, a ok. 1000 zostało rannych. Straty niemieckie wyniosły 17 zabitych i 17 rannych



FOT. WIKIPEDIA

**13 MAJA 1940 ROKU**  
**Nowy brytyjski premier Winston Churchill** powiedział w inauguracyjnym przemówieniu, że może obiecać jedynie krew, znoj, pot i łzy. W 2002 r. w plebiscycie BBC został uznany za najwybitniejszego Brytyjczyka wszech czasów.

## KRÓTKO

### PORZĄDEK POGRZEBÓW

#### Dziś żegnamy

**Cmentarz Rakowicki**  
 9:30 - córka Julii Rapała (lat 0)  
 11:40 - Leszek Dobrzański (lat 72)  
 12:00 - Janina Förchtegott (lat 78)  
 12:20 - Jan Zieliński (lat 85)  
 13:00 - Zbigniew Niewiarowski (lat 77)  
 13:40 - Wiesława Śliwczyńska (lat 77)  
**Cmentarz Podgórski**  
 10:00 - Zdzisław Śmigasiewicz (lat 93)  
 11:00 - Ewa Lisiecka (lat 73)

12:00 - Anna Śliwa (lat 75)  
**Cmentarz Prokocim**  
 14:00 - Roman Choryń (lat 71)  
**Cmentarz Prądnik Czerwony**  
 11:00 - Halina Sroka (lat 93)  
 12:20 - Jacek Karcz (lat 47)  
 13:40 - Barbara Pater (lat 83)  
**Cmentarz Grębałów**  
 11:00 - Maria Beruś (lat 73)  
 13:40 - Zofia Mądro (lat 90)

### NA RUCZAJU POWSTANIE WYJĄTKOWA ENKLAWA

#### Lawenda w roli głównej



FOT. MATERIAŁY Z ZM KRAKÓW

Tworzenie lawendowego parku kieszonkowego na Ruczaju ruszy w najbliższych tygodniach. To projekt mieszkańców realizowany w ramach krakowskiego budżetu obywatelskiego. Barwne miejsce rekreacji powstanie przy ul. gen. Grota-Roweckiego na terenie pomiędzy budynkami o numerach 45-49. Procedury przetargowe dla inwestycji o wartości szacunkowej 550 tys. zł zmierzają już do finału.

Miejsce, gdzie powstanie park pokrywają dziś w większości zniszczone betonowe płyty. Właśnie od ich rozbiórki rozpocznie się inwestycja, która zmieni przestrzeń o powierzchni ok. 400 mkw. w urokliwy zielony zakątek. Jak zapowiada Zarząd Zieleni Miejskiej, w parku pojawią się wygodne alejki spacerowe, nowe elementy małej architektury, a całość zyska uporządkowany i przyjazny charakter. JOL

REKLAMA 0011431775  
**INFORMATOR MEDYCZNY**  
 Jeżeli chcecie Państwo umieścić ogłoszenie:  
 Zadzwońcie: 12 688-84-40  
 Wysyłajcie maile: reklama.krakow@polskapress.pl

REKLAMA 0011431595  
**COR-MED**  
 www.cor-med.com  
**CENTRUM CHOROÓB SERCA**  
 PEŁNA DIAGNOSTYKA  
 KONSULTACJE ORDYNATORÓW, PROFESORÓW I DOCENTÓW  
 ◆ Echo serca i naczyń (Doppler kolor)  
 ◆ EKG ◆ EKG wysiłkowe ◆ Holter ◆ Holter ciśnieniowy  
 Kraków, ul. Kazimierza Wielkiego 118  
 Rejestracja tel. (12.00-17.00)  
 012 636 44 22

## Od półtora roku lokal w centrum stoi pusty. Kiedyś były tu tłumy

Ewa Waclawowicz  
 ewa.waclawowicz@polskapress.pl

**Lokal przy ul. Podwale 3, w którym niegdyś mieścił się Punkt Sprzedaży Biletów, od listopada 2024 roku pozostaje zamknięty, a MPK szuka najemcy.**

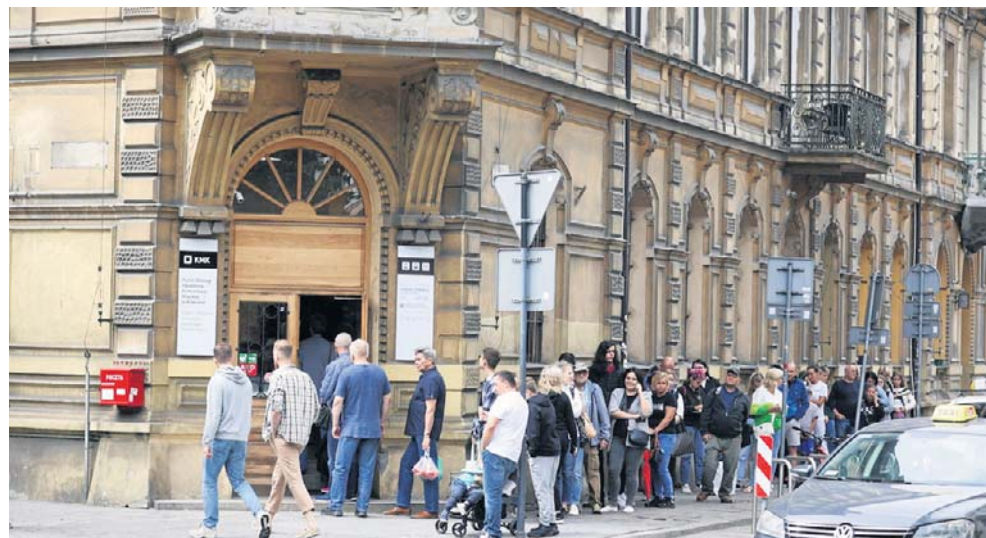
Chętnych nie brakowało, ale na przeszkodzie stały różne czynniki - brak parkingów przed lokalem czy brak zgody Wspólnoty Mieszkaniowej.

Gdy w lipcu ubiegłego roku pytaliśmy o dawny Punkt Sprzedaży Biletów, MPK tłumaczyło, że nie dysponuje całym budynkiem przy ul. Podwale 3 w Krakowie, a ma jedynie dostęp do kilku lokali, z których większość ma podpisane umowy najmu.

„Udziały MPK S.A. we wspólnocie mieszkaniowej wynoszą 40 proc., a najem lokali odbywa się na zasadach komercyjnych. Łączny metraż posiadanych lokali stanowi 747,41 m<sup>2</sup>, natomiast lokale objęte umowami najmu stanowią 439,35 m<sup>2</sup> całej powierzchni posiadanej przez MPK S.A. Miesięczny koszt utrzymania lokalu przy ul. Podwale 3 wynosi 727,55 zł brutto.” - informowali urzędnicy.

**Radni byli gotowi partycypować w czynszu**

W sierpniu zeszłego roku Rada Dzielnicy I Stare Miasto



FOT. ANDRZEJ BANAS

Tu kiedyś kupowało się bilety MPK. Teraz lokal w centrum czeka na podnajemcę

podjęła uchwałę w sprawie sprzeciwu wobec niegospodarnego utrzymywania pustostanu przez Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacyjne przy ul. Podwale 3 w Krakowie i odmowy przywrócenia tam Punktu Obsługi Pasażerów Komunikacji Miejskiej mimo gotowości Dzielnicy I do współfinansowania takiego przedsięwzięcia.

Jak pisaliśmy, Rada Dzielnicy I poprzez uchwałę już w listopadzie 2024 r. apelowała o przywrócenie Punktu Obsługi Pasażerów Komunikacji Miejskiej w lokalu przy ul. Podwale, zadeklarowała gotowość partycypacji w czynszu w kwocie 3 tys. zł miesięcznie, wska-

zywała na niezasadność argumentacji o kosztach, skoro środki z czynszu pozostają w gminie.

**Chętnych nie brakuje, ale...**

Mamy 2026 rok, a lokal dalej nie ma podnajemcy. Jak tłumaczy miasto, trudności związane z wynajmem lokalu wynikają z braku akceptacji Wspólnoty Mieszkaniowej, dla niektórych rodzajów działalności (Spółka nie jest właścicielem całego budynku, a jedynie kilku lokali).

Dodatkowym czynnikiem utrudniającym wynajem lokalu jest brak miejsc parkingowych w okolicy oraz problemy związane z ewentualnym rozładunkiem towarów.

**Żabka odpada, to może kawiarnia?**

Jak dodaje wiceprezydent Krakowa Stanisław Kracik w odpowiedzi na jedną z interpelacji - ostatni potencjalny najemca, który wyraził zainteresowanie lokalem, chciał prowadzić sklep „Żabka”, ale nie uzyskał zgody Wspólnoty Mieszkaniowej na sprzedaż alkoholu w tym miejscu.

- Obecnie rozważany jest najem lokalu przedsiębiorcy zainteresowanemu prowadzeniem kawiarni. Przygotowano i przedstawiono projekt umowy najmu oraz prowadzone są konsultacje dotyczące dostosowania lokalu do potrzeb przyszłego najemcy - informuje Stanisław Kracik. ©©

## Co dalej z pustostanem przy Grzegórzeckiej?

Małgorzata Mrowiec  
 malgorzata.mrowiec@polskapress.pl

**Dach kamienicy przy ul. Grzegórzeckiej 32A zawałił się niespełna dwa miesiące temu. Właściciel otrzymał decyzję nakazującą mu rozebranie górnej partii budynku. Tak się też stało.**

A co dalej z tym pustostanem? Spytaliśmy o to krakowskich urzędników, zwłaszcza że ostatnio można było zobaczyć pracujący przy tym budynku wysoki dźwig.

Przypomnijmy, że do zawalenia się dachu pustostanu doszło 15 marca. Na miejscu do późnych godzin nocnych działania prowadziły wtedy służby ratunkowe, ewakuowani zostali mieszkańcy z kamienicy sąsiadującej z pustostanem przez ścianę - opuszczenie jej zalecił nadzór budowlany. Następnego dnia większość z nich wróciła do swoich mieszkań. Nikt nie ucierpiał - nie było ofiar ani rannych.

Powiatowy Inspektorat Nadzoru Budowlanego w Krakowie, który przyjrzał się dokładnie ka-

mienicy, stwierdził nieodpowiedni stan techniczny budynku - zawałenie się fragmentu więźby dachowej wraz ze stropami w części zachodniej budynku i 16 marca wydał nakaz natychmiastowej rozbiórki niezwiązanych elementów atyki.

- Właściciel budynku wykonał nakazy. Zostało to sprawdzone podczas kontroli przeprowadzonej przez inspektorów PINB - przekazuje w odpowiedzi na nasze pytanie o tę kamienicę Katarzyna Misiewicz z biura prasowego Urzędu Miasta Krakowa.

Jak się dowiadujemy, w sprawie budynku wydano decyzje nakazujące:

- dostarczenie ekspertyzy technicznej budynku;
- rozbiórkę pozostałości dachu (więźba dachowa wraz z pokryciem);
- wykonanie robót zabezpieczających.

„Aktualnie do wykonania pozostały nakazy nałożone decyzją wydaną 2.04.2026 r. w zakresie zabezpieczeń. Termin został wyznaczony do dnia 29.05.2026 r.” - informuje PINB. ©©

# Zakopane. Tragedia po powrocie z wycieczki w góry – wypadek i śmierć dziecka

Ł. Bobek, M. Szkodziński  
redakcja.krakow@polskapress.pl

**Dziecko usiadło na ziemi przed samochodem. Kierowca nie widział chłopca i ruszył. Samochód najechał na dziecko, które zmarło po przewiezieniu do szpitala w Zakopanem.**

Prokuratura Rejonowa w Zakopanem wszczęła śledztwo pod kątem spowodowania wypadku w ruchu drogowym ze skutkiem śmiertelnym. Biegli jednak muszą najpierw ustalić, czy na terenie, gdzie zdarzył się wypadek, miały zastosowanie przepisy o ruchu drogowym. Opinia biegłych może pociągnąć za sobą zmianę artykułu, pod kątem którego prowadzone jest śledztwo – z wypadku w ruchu drogowym na nieumyślne spowodowanie śmierci.

W ramach śledztwa badane będzie także, czy kierowca miał jakiegokolwiek możliwości uniknięcia potrącenia dziecka. Justyna Rataj-Mykietyń, rzecznik prasowa Prokuratury Okręgowej w Nowym Sączu, zaznacza, że z dotychczasowych ustaleń wynika, że ani kierujący, ani pa-

**Wysoka maska pojazdu całkowicie zasłoniła siedzące przed autem dziecko. Gdy kierowca ruszył, doszło do najeżdżania na malca**



Parkingi na Cyrhli w Zakopanem, gdzie doszło do tragedii. Samochód najechał na dziecko, które zmarło w szpitalu

sażer samochodu nie zauważyli chłopca.

– Rodzice dziecka oraz kierujący samochodem byli trzeźwi – informuje Justyna Rataj-Mykietyń.

## Sekcja zwłok dziecka i przesłuchania

W Zakładzie Medycyny Sądowej w Krakowie planowano wczoraj wykonanie sekcji zwłok dziecka. Następnie prokuratura będzie musiała przesłuchać jeszcze raz świadków tego zdarzenia – w tym rodziców dziecka

i kierowcę samochodu, który na dziecko najechał.

W niedzielę policja przeprowadziła już przesłuchanie niektórych świadków zdarzenia. Nie było to łatwe z uwagi skalę tragedii oraz stan rodziców i zaangażowanych w sprawę znajomych.

## Niewyobrażalny dramat

Tragedia z zakopiańskiej Cyrhli jest tym bardziej wstrząsająca, że rozegrała się w gronie znajomych.

To była grupa przyjaciół – kilkanaście osób, które przyjechały pod Tatry czterema samochodami. Zatrzymali się na prywatnym parkingu w rejonie Cyrhli. Po całym dniu spędzonym na szlakach wrócili do aut, by spakować plecaki i ruszyć w drogę powrotną do domu.

## Fatalny manewr na parkingu

W zamieszaniu towarzyszącym odjazdowi nikt nie zauważył, że 7-letni chłopiec znalazł się tuż przed maską jednego

z samochodów. 53-letni kierowca wsiadł do wysokiego SUV-a. Jak się później okazało, auto nie było wyposażone w czujniki parkowania ani kamerę. Te elementy wyposażenia mogły zapobiec tragedii.

Wysoka maska pojazdu całkowicie zasłoniła siedzące przed autem dziecko. Gdy kierowca ruszył, doszło do najeżdżania na malca.

## Wyścig z czasem

Gdy tylko dorośli zorientowali się, co się stało, natych-

miast ruszyli na ratunek. Choć wezwano karetkę pogotowia, świadkowie uznali, że każda sekunda jest na wagę złota. Podjęli decyzję, by nie czekać na przyjazd ratowników – sami wsadzili rannego chłopca do samochodu i pojechali w stronę szpitala w Zakopanem.

Mimo błyskawicznego transportu i ogromnego wysiłku lekarzy, życia dziecka nie udało się uratować. Zmarło w wyniku odniesionych obrażeń.

## Służby wyjaśniają okoliczności

Miejsce tragedii przez wiele godzin zabezpieczali policjanci pod nadzorem prokuratora. Samochód został poddany szczegółowemu oględzinom, by potwierdzić stan techniczny systemów bezpieczeństwa.

– Kierowca w chwili zdarzenia był trzeźwy. Cały czas pracujemy nad dokładnym wyjaśnieniem przebiegu tego tragicznego wypadku – przekazuje asp. sztab. Roman Wieczorek, rzecznik tatrzańskiej policji.

Świadkowie zdarzenia są w głębokim szoku. Trauma po wypadku sprawiła, że funkcjonariusze nie mogli od razu przesłuchać wszystkich uczestników wycieczki. Sprawa jest w toku, a policja przypomina o zachowaniu szczególnej czujności podczas manewrów na parkingach – zwłaszcza tam, gdzie przebywają dzieci.

©©

## Podhale. Para brutalnych napastników jest w areszcie

Marcin Szkodziński  
marcin.szkodziński@polskapress.pl

**Kryminalni z Nowego Targu wraz z funkcjonariuszami ze Szczawnicy rozbili przestępczy duet, który terroryzował mieszkańców Podhala. 28-latkę i jej 23-letni współnik są w areszcie.**

Do najbardziej drastycznych scen doszło 4 maja w miejscowości Kluszkowce. Para napastników – kobieta pochodząca z powiatu tatrzańskiego oraz mężczyzna z powiatu nowotarskiego – dokonała brutalnego napadu na kobietę i mężczyznę. Sprawcy działali bezwzględnie. Do ataku wykorzystali cały arsenał niebezpiecznych przedmiotów: pałkę, gaz pieprzowy oraz paralizator. Ofiary pobicia doznały poważnych obrażeń ciała, w tym złamań i licznych potłuczeń.

Jak się okazało, nie był to jedyny konflikt z prawem tej pary w ostatnich dniach. Funkcjonariusze ustalili, że w nocy z 6 na 7 maja ci sami sprawcy włamali się i ukradli samochód marki Audi. Aby zmylić pościgi, na skradzionym pojeździe zamontowali tablice rejestracyjne pochodzące z innego auta.

Policyjna oblawa zakończyła się 7 maja w Maniowach. Widząc funkcjonariuszy, para podjęła próbę pieszej ucieczki. W trakcie pościgu sprawcy próbowali pozbyć się obciążających dowodów, odrzucając pojemnik ze środkami odurzającymi.

Prokurator przedstawił zatrzymanym szereg zarzutów, w tym m.in.: udział w brutalnym pobiciu, kradzież z włamaniem, znieważenie funkcjonariusza. Sąd w Nowym Targu zastosował wobec obojga tymczasowe aresztowanie na trzy miesiące. ©©

## Wizja lokalna. Prace przy planowaniu obwodnicy Żabna nabierają tempa

Robert Gąsiorek  
robert.gasiorek@polskapress.pl

**POWIAT TARNOWSKI. W ostatnich dniach odbyła się wizja lokalna, podczas której projektanci pojawili się w miejscach, przez które przebiegać będzie wycieczkowa trasa.**

Przygotowania do budowy obwodnicy Żabna trwają już od kilku lat. W kwietniu tego roku podpisano umowę z firmą ZDI Sp. z o.o. z Zamościa, która za niecałe dwa miliony złotych przygotowuje projekt tej ważnej dla podtarnowskiego miasteczka inwestycji.

– Etap projektowania powinien potrwać do dwóch lat. Ale ma to być już tak przygotowane, żeby już potem kolejna firma weszła i od razu zaczęła budowę, a to ma trwać dużo krócej, bo około piętnastu, szesna-



Trwa projektowanie obwodnicy Żabna

stu miesięcy – mówi Tomasz Kijowski, burmistrz Żabna.

## Projektanci obwodnicy biorą się do pracy

Wariant trasy, na który wydano decyzję środowiskową, przewiduje budowę obwod-

nicy w ciągu drogi wojewódzkiej nr 975 i drogi wojewódzkiej nr 973 po zachodniej stronie rzeki Żabnica.

Trasa ma mieć niecałe 6 km i jej początek wyznaczono na skrzyżowaniu typu rondo dróg wojewódzkich nr 975 i 973. Następnie proponowana trasa przecina drogę gminną (ul. Józefa Piłsudskiego), przebiega po zachodniej stronie linii kolejowej nr 115 Tarnów – Szczucin, po zachodniej stronie rzeki Żabnicy, przecina drogę gminną (ul. Sieradzka), DW 975, ul. Warszawską i kończy się na skrzyżowaniu z DW 973.

Przedstawiciele firmy projektowej odpowiedzialnej za przygotowanie niezbędnej dokumentacji przeprowadzili w ostatnich dniach wizję lokalną w miejscach, przez które będzie przebiegała obwodnica.

Mieli dzięki temu okazję zapoznać się z ukształtowaniem terenu i lokalnymi uwarunkowaniami. Wspólny objazd z przedstawicielami urzędu miejskiego pozwolił też na omówienie kluczowych punktów przebiegu trasy oraz potencjalnych wyzwań inżynierskich.

## Za cztery lata nowa trasa

Żabno znajduje się na trasie Tarnów-Warszawa, a odkąd otwarto most w Borusowej, przez miasteczko przejeżdżają tysiące aut. Dlatego też obwodnica jest tak bardzo wyciekowana przez mieszkańców.

Szacuje się, że inwestycja może kosztować 130-140 mln złotych. Jeśli prace będą przebiegać zgodnie z planem, obwodnica mogłaby być oddana do użytku w 2030 roku. ©©

## Kraków ma nowe miejsce na kulturalnej mapie. Kossakówka po remoncie



FOT. WOJCIECH MATYSIK

Teraz muzealnicy rozpoczynają pracę nad tym, by do budynku powróciło życie i duch Kossaków

Anna Piątkowska  
anna.piatkowska@polskapress.pl

**- Było w tym miejscu coś niezwykłego, krążyły tu artystyczne fluidy. Wzrosło tu kilka pokoleń artystów, chcemy zachować ten charakter - zapowiada Michał Niezabitowski z Muzeum Krakowa.**

Muzeum w wyremontowanej willi Kossaków przygotuje wystawę i program artystyczny. Krakowianie przyjdą tu jesienią 2027 roku.

Kiedy w grudniu 2019 roku miasto zakupiło dawną willę rodziny Kossaków, przedstawiła obraz nędzy i rozpacz. Potrzeba było 13 mln zł i kilku lat prac, by budynek i jego otoczenie ponownie odzyskały blask.

Właśnie zakończył się kompleksowy remont i odtwarzanie ogrodu. Teraz do dawnej willi artystycznej rodziny wchodzi Muzeum Karkowa, które przygotowuje tu wystawę.

W odnowę Kossakówki zaangażowany był przez cały okres prac SKOZK, wykładając pieniądze - 6,5 mln zł - i sprawując pieczę nad odnową budynku.

Gdy miasto kupowało Kossakówkę widzieliśmy ruinę na zewnątrz, okazało się, że wewnątrz budynku jest w takim samym stanie, praca nad przywróceniem obecnego wyglądu była więc ogromna - mówi Borysław Czarackiewicz, przewodniczący SKOZK.

W trakcie prac remontowych pod budynkiem odkryto m.in. średniowieczną drogę, szkielet kobiety oraz młodzieńcze zeszyty Magdaleny Samozwaniec.

Nad remontem Kossakówki czuwał MOCÁK, teraz przekazuje budynek pod opiekę Muzeum Krakowa.

Od samego początku oczekiwania względem niewielkiej willi, bo liczącej zaledwie 440 mkw., były ogromne. Maria Anna Potocka obiecywała Krakowianom w budynku przy placu Kossaka 4 „świecką kaplicę rodziny Kossaków” wypełnioną obrazami, książkami i pamiątkami po twórcach. Michał Niezabitowski, dyrektor Muzeum Krakowa, które aranżuje budynek, mówi otwarcie, że ta wizja w budynku się nie zmieści.

- Duch tego miejsca jest mocniejszy niż wszystko, co moglibyśmy tutaj wykreować i to przede wszystkim chcemy zachować - mówi dyrektor Muzeum Krakowa. - Musimy zachować funkcję domu, ponieważ fenomen tego miejsca polega na tym, że jest to willa w centrum miasta o artystycznym duchu. Ten dom będzie opowiadała historię Kossaków, ale nie jest to miejsce, gdzie będziemy w stanie zrealizować monumentalną wystawę o Kossakach, ponieważ ta willa nie jest monumentalna, zrobilibyśmy takim pomysłem krzywdę temu budynkowi.

Wspomniana wystawa o Kossakach, jak zapowiada Michał Niezabitowski, powstanie w przyszłym roku w Pałacu Krzysztoforów. Dyrektor Muzeum Krakowa tłumaczy, że pomysłem instytucji na Kossakówkę jest zachowanie ducha twórczego fermentu, jaki charakteryzował zawsze to miejsce.

- Metodą rezydencji i partycypacji będziemy oddawać sale grupom artystycznym, które będą tu pracować, prowadzić warsztaty, prezentować swoją twórczość. Chcielibyśmy, by to miejsce było nie tylko statyczną wystawą, ale miejscem pulsującym, by współczesne życie artystyczne zderzyło się tu z historią - wyjaśnia Michał Niezabitowski. ©©

## Dziewięć miesięcy temu dyrektor MOCÁK-u „uwiódł”, teraz zwolniony

Anna Piątkowska  
anna.piatkowska@polskapress.pl

**Prezydent Aleksander Miszański odwołał w poniedziałek Adama Budaka ze stanowiska dyrektora Muzeum Sztuki Współczesnej MOCÁK po niespełna dziewięciu miesiącach.**

Zgodnie z umową, Budak swoje rządy miał sprawować przez siedem lat. W tle są nieprawidłowości związane z zarządzaniem zespołem i doprowadzenie instytucji do złej kondycji finansowej.

- Komisja konkursowa składała się z wielu wybitnych specjalistów świata kultury i sztuki z całej Polski oraz reprezentacji urzędników, te osoby zostały zarazem wizją artystyczną, co do której nie mamy wątpliwości, że była realizowany w sposób bardzo dobry. Natomiast sygnały, które teraz wybrzmiewają coraz głośniejsze na tamym etapie nie dotarły do członków komisji albo zostały zbagatelizowane. Pan dyrektor uwiódł wszystkich świetną wizją tego, co będzie się działo w MOCÁK-u - mówi Aleksander Miszański na temat odwołania Adama Budaka ze stanowiska dyrektora MOCÁK-u.

To komentarz do ustaleń Radia Kraków, zgodnie z którymi Adam Budak także odchodził wcześniej w niejasnych okolicznościach z instytucji, w których pracował - Galeria



FOT. ANNA KACZMARZ

Adam Budak nie jest już dyrektorem Muzeum Sztuki Współczesnej MOCÁK. Odwołał go prezydent miasta

Narodowa w Pradze i Kestner Gesellschaft w Hanowerze.

Czeska instytucja uzasadniała decyzję o zwolnieniu Budaka zarzucając mu m.in.: „bezpłodowe podróże służbowe na koszt instytucji, łamanie zakazu konkurencji, czy zniekształcenie informacji dotyczących wcześniejszego doświadczenia zawodowego związanego z pracą w Hirschhorn Museum and Sculpture Garden w Waszyngtonie”. Rozwiązanie współpracy w Hanowerze tłumaczone było działaniami mającymi zapobiec zbliżającej się niewypłacalności instytucji.

Adam Budak wygrał konkurs na dyrektora MOCÁK-u

i został powołany na 7-letnią, najdłuższą możliwą kadencję, 14 lipca 2025 roku. Przewagą Adama Budaka, docenioną przez komisję konkursową było bogate doświadczenie zawodowe i międzynarodowe kontakty artystyczne.

Jak mówi teraz Aleksander Miszański, powołana przez prezydenta miasta komisja ds. rozpatrywania zgłoszeń mobbingu lub dyskryminacji, nie stwierdziła w MOCÁK-u mobbingu jako takiego, czyli - jak wyjaśnia prezydent: uporczywego, systemowego nękania.

- Wykazała natomiast szereg nieprawidłowości w zakresie podejścia do pracowników i zarządzania instytucją. Przypo-

mne, że list-skargę podpisało ponad 30 pracowników MOCÁK-u, część z nich przebywała wówczas już na L4, kilkoro zwolniło się na własną prośbę. Gdy tylko otrzymałem tę skargę, poleciłem powołanie komisji, od której dostałem raport potwierdzający nieprawidłowości w zarządzaniu instytucją, zwracania się do pracowników, traktowania ich, a ponieważ było to zjawisko masowe nie pozostało mi nic innego, jak podjąć konkretną decyzję - wyjaśnia Aleksander Miszański.

W MOCÁK-u trwa obecnie kontrola procesów finansowych instytucji, zlecona po tym, jak do magistratu dotarły informacje o możliwych nieprawidłowościach w tym zakresie.

Po odwołaniu Adama Budaka obowiązki dyrektora pełni jego zastępca Grzegorz Kuźma. Jak mówił Aleksander Miszański, nie podjął jeszcze decyzji, czy następcą Adama Budaka zostanie wyłoniony w drodze konkursu.

Przypomnijmy, to kolejny raz, gdy pracownicy MOCÁK-u zgłaszają nieprawidłowości w działaniu instytucji. W atmosferze skandalu z instytucji odchodziła niespełna rok temu poprzednia dyrektorka muzeum Maria Anna Potocka, choć kwestia mobbingu została stwierdzona w instytucji, którą kierowała wcześniej - Bunkrze Sztuki. ©©

## Wściekle tyrady piętnujące nadużycia polityki i biznesu. Brytyjska grupa Napalm Death wystąpi w Krakowie

Paweł Gzyl  
pawel.gzyl@polskapress.pl

**Napalm Death - czy można sobie wyobrazić lepszą nazwę dla zespołu, grającego najbardziej ekstremalną odmianę rocka?**

Pionierzy stylu grind core wystąpią 20 listopada w krakowskim Hype Parku. Bilety 169 zł.

Kiedy pod koniec lat 70. grupa Sex Pistols wymyślała punk, jej członkowie chyba nigdy nie przypuszczali, że dekadę później estetyka ta nabierze tak ekstremalnego brzmienia. Już na początku kolejnej dekady pojawiły się takie zespoły, jak G.B.H., The Exploited czy Discharge, które grały jeszcze ostrzej i szybciej niż ich starsi koledzy. Tak brzmiał hard core punk, który szczególnie w wykonaniu tej ostatniej z ka-



FOT. PALAOOSA PRODUCTIONS

Napalm Death wystąpi w Krakowie po raz trzeci

pel mocno flirtował z metalem. I to właśnie dokonania Discharge zainspirowały czterech chłopaków spod Birmingham do założenia własnego zespołu.

Przyjął on nazwę Napalm Death, bo młodzi muzycy chcieli grać najszybciej i najgłośniej na świecie. Wystrojeni w czarne

skórzane kurtki nabite ćwiekami i popisane nazwami ulubionych kapel stworzyli materiał na płytę „Scum”, która ukazała się w 1987 roku. Media nazwały znajdującą się na niej muzykę grind corem - a pochodzący z tego krążka utwór „You Suffer”, który trwa 1,316 sekundy, trafił do Księgi Re-

kordów Guinnessa jako najkrótsze nagranie muzyczne na świecie. Brutalnej muzyce towarzyszyły anarchiczne teksty, krytykujące opresyjne struktury kapitalistycznego państwa. „Scum” stał się legendą w muzycznym podziemiu i zainspirował cały legion kolejnych zespołów.

Skład Napalm Death cały czas się zmieniał i kiedy w 1990 roku na czele grupy stanął charyzmatyczny wokalista Barney Greenway, porzuciła ona grind core i zwróciła się w stronę bardziej przystępnego death metalu. Nie zmienił się tylko przekaz niesiony przez jej teksty - nowy frontman nadal wpływał z siebie wściekle tyrady, piętnując nadużycia polityków i biznesmenów.

20 listopada zespół po raz trzeci w swej karierze wystąpi w Krakowie. ©©

# POLSKA i ŚWIAT

## KRÓTKO

### SĄD

## Kierowca nie trafi do aresztu

57-letni kierowca podejrzany o spowodowanie wypadku, w którym zginął poseł Łukasz Litewka, nie trafi do aresztu. Wczoraj Sąd Okręgowy w Sosnowcu nie uwzględnił zażaleń prokuratury w tej sprawie, zgodnie z zażaleniem obrońcy uchylili natomiast inne stosowane wobec podejrzanego środki zapobiegawcze.

Informację o treści postanowienia przekazali dziennikarzom po posiedzeniu obrońca podejrzanego mec. Dariusz Kawalec i rzecznik Prokuratury Okręgowej w So-

snowcu Bartosz Kilian. - Jest to postanowienie ostateczne, nie przysługuje od niego środek odwoławczy. Pozostaje zatem prokuraturze działać dalej, kontynuować postępowanie przygotowawcze, dynamicznie zbierać materiał dowodowy, jak to miało miejsce dotychczas - dodał prok. Kilian.

Znany z działalności charytatywnej Łukasz Litewka, 36-letni poseł Lewicy z Sosnowca, zginął 23 kwietnia potrącony przez samochód, gdy jechał rowerem.

### OBCHODY

## 100. rocznica zamachu majowego



Wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz oraz m.in. przedstawiciele Sejmu i Senatu wzięli udział w stolicy w obchodach 100. rocznicy zamachu majowego. Podczas uroczystości szef MON odsłonił tablicę upamiętniającą ofiary tego wydarzenia umieszczoną na gmachu Dowództwa Garnizonu Warszawa.

### PODKARPACIE

## Misie z obrazami telemetrycznymi

Osiemnaście niedźwiedzi brunatnych z południa Podkarpacia zostanie odłowionych i objętych monitoringiem GPS z inicjatywy Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Rzeszowie. To reakcja po śmiertelnym ataku niedźwiedzia w Płonnej i coraz częstsze pojawianie się tych zwierząt w pobliżu domów. Rzecznik RDOŚ Łukasz Lis tłumaczy,

że wytypowane do odłowu problematyczne osobniki to zwierzęta, które „straciły naturalny dystans” i coraz częściej wchodzą w kontakt z ludźmi.

- Takich niedźwiedzi szacujemy, że jest około 20-30. Są rozproszone po południowej części województwa, bo problem dotyczy właśnie tego obszaru - powiedział rzecznik RDOŚ.

### SZCZYT B9

Wczoraj prezydent Karol Nawrocki udał się do Bukaresztu, gdzie weźmie udział w szczycie Bukareszteńskiej Dziewiątki (B9) zrzeszającej państwa wschodniej flanki NATO. Na tegorocznym szczycie pojawią się również przedstawiciele państw nordyckich - Danii, Norwegii, Szwecji, Finlandii i Islandii, a także Stanów Zjednoczonych. Ma być też sekretarz generalny NATO Mark Rutte oraz prezydent Ukrainy Wołodymyr Zelenski.



Temat Zbigniewa Ziobry nie pojawił się ani razu w rozmowach prezydentów Karola Nawrockiego i Donalda Trumpa

Marcin Przydacz, szef prezydenckiego Biura Polityki Międzynarodowej

## Sejm rozpoczął wczoraj prace nad projektami ws. kryptoaktywów

Oprac. Karolina Wrońska  
Warszawa

Sejm rozpoczął wczoraj posiedzenie. Posłowie zajęli się m.in. projektami o kryptoaktywach, w tym rządowym i prezydenckim.

Będzie to trzecia próba uregulowania tego rynku, dwie poprzednie ustawy rządu zawetował prezydent Karol Nawrocki.

O tym, że rząd ponownie wnieśli projekt ustawy ws. kryptoaktywów, poinformował w ub. wtorek premier Donald Tusk. Jak przekazał, od dwukrotnie zawetowanej przez prezydenta Karola Nawrockiego ustawy projekt będzie różnił się jedynie tym, że zaostrzone będą kary dla tych, którzy oszukują i „narażają państwo polskie”. Projekt przygotowany przez Ministerstwo Finansów został w środę opublikowany na stronie Rządowego Centrum Legislacji. Tego samego dnia prezydent Nawrocki skierował do Sejmu własną propozycję przepisów dotyczących kryptoaktywów.

Projekty ws. kryptoaktywów - rządowy i prezydencki - są do siebie zbliżone. Różnice dotyczą przede wszystkim kwestii blokowania rachunków kryptoaktywów na żądanie Komisji Nadzoru Finansowego, a także wysokości kar za łamanie przepisów. Projekt rządowy jest krótszy - ma 168 artykułów i 106 stron, a prezydencki - 170



Drugie czytanie projektów ws. kryptoaktywów zaplanowane jest na czwartek

artykułów i 108 stron. Ponadto w projekcie prezydenta wskazano inną wysokość kar dla osób, które popełnią oszustwa na rynku kryptoaktywów. W projekcie resortu finansów podniesiono karę (z 20 mln zł do 25 mln zł), którą KNF będzie mogła nałożyć za utrudnianie lub uniemożliwianie kontroli. W prezydenckim projekcie określono jej wysokość na poziomie 20 mln zł.

Posłowie rozpatrzą też poselskie projekty. Początkowo miały to być trzy projekty, chodzi o propozycje złożone w ub. roku przez posłów Polski 2050

oraz o projekt autorstwa posłów PiS oraz projekt Konfederacji. W poniedziałek wycofany został projekt posłów PiS, ponieważ swoje poparcie dla niego wycofało czworo posłów ugrupowania: Barbara Bartuś, Jacek Sasin, Maciej Małecki oraz Zbigniew Kuźmiuk. Ponadto przedstawicielem wnioskodawców przy tym projekcie był Janusz Kowalski - w momencie złożenia projektu poseł PiS, który niedawno zrezygnował z członkostwa w tym klubie. Jednocześnie posłowie PiS złożyli w Sejmie projekt przewidujący zakaz prowadzenia działań

ności w zakresie kryptoaktywów w Polsce. Ten projekt - jak zapowiedział marszałek Sejmu - będzie procedowany po zakończeniu prac nad czterema projektami, które we wtorek miały pierwsze czytanie.

Drugie czytanie projektów ws. kryptoaktywów zaplanowane jest na czwartek.

Na konferencji prasowej przed rozpoczęciem posiedzenia marszałek Sejmu ocenił, że polityka klubu PiS „jest zadziwiająca”, ponieważ - jak podkreślił - w ramach tych czterech projektów ustaw ws. kryptoaktywów, które będą procedowane, jest również projekt zgłoszony przez prezydenta Karola Nawrockiego.

- Więc pierwsza decyzja jest następująca, najpierw będziemy procedowali cztery (projekty) ustaw, które dzisiaj wchodzi do Sejmu, w momencie, kiedy zakończy się bieg procedowania tych ustaw, będziemy procedowali ustawę klubu parlamentarnego PiS, jeżeli klub parlamentarny tego nie wycofa - powiedział Czarzasty.

Ocenił, że „to jest jakiś chocholi taniec” i nadal pozostają bez odpowiedzi pytania m.in. „kogo finansowała firma Zondacrypto, jakie imprezy, których partii były finansowane z tych pieniędzy, którzy posłowie pobierali pieniądze z firmy Zondacrypto, za co to robili, jaka jest rola w tym wszystkim kapitału mafii rosyjskiej”.

PAP

## Senator Tomasz Lenz wykluczony z Koalicji Obywatelskiej. Wniósł o to Donald Tusk

Marek Nienartowicz  
Kujawsko-Pomorskie

Decyzją prezydium Koalicji Obywatelskiej senator Tomasz Lenz został wykluczony z tej partii i jej klubu parlamentarnego. To efekt kontrowersji wokół zabiegu wykonanego u syna polityka.

Podczas posiedzenia w poniedziałek 11 maja prezydium KO zajęło się sprawą senatora Tomasza Lenza. O wykluczenie go z partii

i klubu parlamentarnego wniosował jej przewodniczący Donald Tusk. Potwierdził to w rozmowie z Polsat News Zbigniew Konwiński, szef klubu parlamentarnego KO. Sprawa ma początek w artykule Wirtualnej Polski z początku kwietnia. Opisana w nim została wizyta osoby bliskiej senatorowi w szpitalu w Aleksandrowie Kujawskim. Wykonany został u niej zabieg poza obowiązującymi w szpitalu procedurami. Senator Lenz ujawnił, że chodziło o jego syna.

Przed kilkoma dniami w szpitalu w Aleksandrowie Kujawskim zakończyła się kontrola Narodowego Funduszu Zdrowia. Za naruszenie procedur na placówkę została nałożona kara w wysokości 134 tysięcy złotych.

Senator Lenz potwierdził, że został wykluczony z KO i klubu parlamentarnego KO. Poprosiliśmy go o odniesienie się do decyzji prezydium partii. Odmówił komentarza.

- Nie może być tak, że ktoś pomija procedury. Nie może być

tak, że ktoś, kto powinien być wzorem, pokazuje, że reguły go nie obowiązują. Szczególnie w sytuacji, kiedy w ochronie zdrowia borykamy się z rozmaitymi wyzwaniem - mówiła rzeczniczka klubu KO Dorota Łoboda, w rozmowie z RMF FM.

Decyzja prezydium KO nie oznacza, że Tomasz Lenz przestaje być parlamentarzystą. Pozostaje on senatorem z okręgu obejmującego Toruń oraz powiaty toruński i chełmiński. ©

## Rodriguez odrzuciła słowa Trumpa o „51. stanie” USA. „Wenezuela to wolny kraj”

Oprac. Anna Nagel  
Wenezuela

**Pełniąca obowiązki prezydenta Wenezueli Delcy Rodriguez odrzuciła w poniedziałek słowa amerykańskiego przywódcy Donalda Trumpa o możliwości uczynienia z jej kraju „51. stanu” USA. Podkreśliła, że Wenezuela „nie jest kolonią, lecz wolnym krajem”.**

- Będziemy dalej bronić naszej integralności, suwerenności, niepodległości i naszej historii - oświadczyła Rodriguez, która przejęła obowiązki prezydenta w styczniu, po obaleniu dotychczasowego przywódcy Wenezueli Nicolasa Maduro przez siły zbrojne USA.

Donald Trump powiedział wcześniej w poniedziałek w rozmowie telefonicznej ze stacją

Fox News, że „poważnie rozważa uczynienie Wenezueli 51. stanem” USA. Utrzymywał przy tym, że „Wenezuela kocha Trumpa”.

Telewizja nie podała szerszego kontekstu tych słów, jednak prezydent USA po odsunięciu od władzy Maduro wielokrotnie czynił aluzję i żarty o możliwej aneksji Wenezueli. Wcześniej w podobny sposób wypowiadał się też o Kanadzie.

Rodriguez przemawiała w Międzynarodowym Trybunale Sprawiedliwości (MTS) w Hadze, gdzie toczy się postępowanie w sprawie sporu granicznego pomiędzy Wenezuelą a Gujaną o region Esequibo. U wybrzeży tego regionu, kontrolowanego przez Gujanę, odkryto w ostatnich latach bogate złoża ropy naftowej, a Wenezuela rości sobie do niego pretensje. PAP



- Wenezuela nie jest kolonią, lecz wolnym krajem - powiedziała p.o. prezydenta Delcy Rodriguez

## Zbezczescili figurę Maryi. Zostali ukarani aresztem

Alina Mazurska  
Liban

**Żołnierz izraelski, który został sfotografowany, gdy wkładał papierosa do ust figury Matki Boskiej w chrześcijańskiej wiosce na południu Libanu został ukarany 21 dniami aresztu. Wojskowy, który filmował zdarzenie, otrzymał karę 14 dni aresztu.**

„Izraelska armia traktuje ten incydent z wielką powagą, ponieważ szanuje wolność religii i kultu, jak również miejsca święte i symbole wszystkich religii i wspólnot” - przekazano w komunikacie biura prasowego wojska.

Zdjęcia z incydentu pojawiły się w mediach w ubiegłym tygodniu. Według mediów wykonano je jednak jeszcze kilka tygodni wcześniej w miejscowości

Debl, kilka kilometrów od granicy Libanu z Izraelem.

W tej samej zamieszkaną przez chrześcijan maronitów wiosce pod koniec kwietnia inny izraelski żołnierz zniszczył figurę Jezusa. Premier Izraela Benjamin Netanjahu potępił później ten incydent, a szef dyplomacji Gideon Saar nazwał go haniebnym i przeprosił za niego wszystkich, zwłaszcza chrześcijan.

Żołnierz, który zniszczył figurę, został skazany na 30 dni aresztu. Taką samą karę otrzymał wojskowy, który fotografował zdarzenie.

Po fali międzynarodowego oburzenia i krytyki ze strony środowisk chrześcijańskich Izrael ogłosił 23 kwietnia powołanie specjalnego wysłannika ds. relacji ze światem chrześcijańskim. PAP

# Donald Trump leci do Chin na spotkanie z Xi Jinpingiem

Oprac. Alina Mazurska  
USA/Chiny

**Podczas wizyty w Chinach prezydent USA Donald Trump zamierza poruszyć m.in. kwestie wsparcia Pekinu dla Iranu i Rosji, a także rosnącego chińskiego arsenału jądrowego.**

Biały Dom przedstawił plany i cele wizyty Trumpa w Pekinie. Głównym konkretnym efektem spotkania przywódców mocarstw ma być powołanie dwóch wspólnych instytucji: Chińsko-Amerykańskiej Rady Handlu i Chińsko-Amerykańskiej Rady Inwestycji, które mają stworzyć stały mechanizm szczegółowych konsultacji na temat tych dwóch dziedzin.

Jak zapowiedziała wiceprezniczka Białego Domu Anna Kelly, porozumienia mają na celu zrównoważenie handlu USA z Chinami. Przedstawiciele Białego Domu nie zdradzili wielu szczegółów na temat tych planów. Zaprzeczyli jednak informacjom, by Chiny miały złożyć propozycję „potężnych” inwestycji w USA. Zaznaczyli też, że zawarty w ub.r. układ z Chinami, dotyczący zawieszenia przez Pekin restrykcji eksportowych na metale ziem rzadkich, nadal jest w mocy. Porozumienie ma trwać do października, lecz urzędnicy Białego Domu odmówili deklaracji, czy zostanie przedłużone.



Przywódcy USA i Chin podczas ostatniego spotkania w październiku 2025 roku w Korei Południowej

Jeden z uczestniczących w briefingu urzędników, który zastrzegł sobie anonimowość, zapowiedział, że Trump zamierza poruszyć kwestię wsparcia Chin dla Iranu i Rosji. Ma to dotyczyć zarówno wsparcia finansowego w postaci dochodów ze sprzedaży węgla i ropy, jak i dostarczania przez Chiny materiałów zasilających przemyśle zbrojeniowy obu reżimów.

Trump ma również poruszyć temat szybko rozrastającego się arsenału jądrowego Chin. Jak przyznał jednak jeden z urzędników, mimo wielokrotnych zapowiedzi prezydenta,

że włączy on Chiny do rozmów o kontroli zbrojeń, Pekin dotąd nie zmienił swojej postawy i nadal konsekwentnie odmawia podjęcia takich negocjacji.

Prezydent USA ma przybyć do Chin dzisiaj wieczorem czasu lokalnego. W czwartek rano weźmie udział w ceremonii

**Biały Dom zapowiedział, że Xi zamierza złożyć rewizytę w Stanach Zjednoczonych w drugiej połowie roku**

powitalnej i spotkaniu dwustronnym z Xi Jinpingiem, po południu zwiedzi z nim Świątynię Nieba, a wieczorem weźmie udział w bankiecie państwowym. W piątek rano Trump weźmie udział w dwustronnym kameralnym przyjęciu przy herbacie i lunchu roboczym z prezydentem Xi, po czym wyruszy w podróż powrotną. Plan nie przewiduje obecnie konferencji prasowej.

Biały Dom zapowiedział, że Xi zamierza złożyć rewizytę w Stanach Zjednoczonych w drugiej połowie roku.

PAP

## Koniec kilkudniowej ciszy na froncie. Rosja wystrzeliła ponad 200 dronów uderzeniowych

Anna Nagel  
Ukraina

**Rosja zdecydowała o zakończeniu kilkudniowej, częściowej ciszy na froncie i zatakowała Ukrainę dronami i bombami lotniczymi; Kijów podejmie w związku z tym działania symetryczne - oświadczył we wtorek prezydent Ukrainy Wołodymyr Zelenski.**

„Rosja sama zdecydowała o zakończeniu częściowej ciszy, która utrzymywała się przez kilka dni. Tej nocy wystrzeliła przeciwko Ukrainie ponad 200 dronów uderzeniowych. Na froncie ponownie użyto bomb lotniczych - ponad 80, odnotowano także ponad 30 uderzeń lotniczych” - napisał Zelenski w serwisach społecznościowych.



„Rosja zdecydowała o zakończeniu ciszy”

W nocy z 11 na 12 maja wygłoszono zawieszenie broni ogłoszone przez Moskwę w związku z rosyjskim obchodem Dnia Zwycięstwa ZSRR w II wojnie światowej, świętowanego 9 maja. Ukraińskie władze lokalne poinformo-

wały, że 11 maja rosyjska armia zabiła troje i raniła sześcioro mieszkańców obwodu donieckiego na wschodzie kraju. W obwodzie chersońskim, na południu Ukrainy, w wyniku rosyjskich ataków ucierpiało 12 osób, w tym dziecko.

„Drony uderzeniowe były zestrzeliwane (w nocy z poniedziałku na wtorek - PAP) w obwodach dniepropietrowskim, zytomierskim, miłokajowskim, sumskim, charkowskim, czernihowskim oraz w Kijowie i obwodzie kijowskim. Doszło do uszkodzeń obiektów energetycznych, budynków wielorodzinnych, przedszkola, a także zwykłej cywilnej lokomotywy kolejowej... Wiadomo, że są ranni w wyniku tych ataków. Niestety, są również ofiary śmiertelne. Moje kondolencje dla rodzin i bliskich” - podkreślił Zelenski.

Prezydent Ukrainy przypomniał, że Ukraina deklarowała wcześniej, że w odpowiedzi na rosyjskie działania może podjąć symetryczne kroki.

„Mówiliśmy o tym, że będziemy działać symetrycznie w odpowiedzi na wszystkie rosyjskie kroki. Rosja musi zakończyć tę wojnę i to właśnie ona powinna wykonać krok w stronę realnego, trwałego zawieszenia broni. Dopóki to nie nastąpi, sankcje wobec Moskwy są potrzebne i powinny nadal obowiązywać oraz być wzmacniane” - oświadczył.

„Ważne, by nie dochodziło do ich łagodzenia i aby partnerzy nie pozostawali z boku, lecz kontynuowali wspólną pracę na rzecz bezpieczeństwa, sprawiedliwości i trwałego pokoju” - zaznaczył Zelenski. PAP

# strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

## W NUMERZE: Tak odróżnisz alergię od przeziębienia

Wiele osób myli objawy alergii z objawami przeziębienia, co może prowadzić do opóźnionej diagnozy i nieprawidłowego leczenia. Choć obie

te dolegliwości mają podobne symptomy, takie jak katar, kaszel czy ból gardła, ich przyczyny i sposób leczenia różnią się znacząco. Jak odróżnić katar alergiczny od „zwykłego”? Na jakie charakterystyczne objawy zwrócić szczególną uwagę?

## ZA TYDZIEŃ:

- Herbata cesarska to sekret młodości
- Starzenie się nie przebiega tak stopniowo i powoli, jak sądzono. Dwa momenty w życiu, gdy starzejemy się najszybciej



FOT. GETTY IMAGES.COM

# Przychodzi pacjent do apteki i pyta...



FOT. FREEPIK

Farmaceuci wspominają sytuacje, które bawią, wprawiają w zakłopotanie, a czasem pokazują, jak kreatywni potrafią być pacjenci

oprac. Gabriela Fedyk  
redakcja@stronazdrowia.pl

**Apteka to nie tylko miejsce, gdzie kupuje się leki - niektórzy pacjenci potrafią zaskoczyć pytaniami, które nie mają nic wspólnego z farmacją. Z czym przychodzą pacjenci do aptekarzy?**

Choć apteka to miejsce, w którym można kupić przede wszystkim leki, suplementy czy kosmetyki, to niektórzy pacjenci traktują ją jak... sklep wielobranżowy, punkt usługowy, a nawet biuro matrymonialne. Farmaceuci przyznają, że czasem muszą mierzyć się z naprawdę niecodziennymi pytaniami.

Aptekarze, którzy podzielili się swoimi historiami z portalem Aptekarski, zgodnie twierdzą: w aptece można usłyszeć wszystko. Były już pytania o parówki, chleb, lep na muchy, żwirek dla kota czy bilety komunikacji miejskiej. Niektórzy pacjenci idą jeszcze dalej - chcą

drukować dokumenty, wymienić żarówkę w samochodzie, a nawet... znaleźć przyszłą synową.

## 10 najdziwniejszych pytań, jakie usłyszeli aptekarze

Na facebookowym profilu Aptekarski pojawiło się pytanie do farmaceutów: Najdziwniejsze pytanie, jakie zadał mi pacjent, to...?”. Co znalazło się w odpowiedziach? Niektóre historie bawią do łez, inne wprawiają w konsternację. Oto TOP 10 najdziwniejszych pytań zadanych w aptece przez pacjentów:

- Czy mogę u pani na chwilę zostawić psa, bo idę do Biedronki, a mnie z nim nie wpuszczą?

**Farmaceuci przyznają, że czasami muszą mierzyć się z naprawdę niecodziennymi pytaniami**

- Pacjent wyciągnął z reklamówki butelkę octu i zapytał: „Czy mogę sobie »siusia« tym przemywać?”
- Czy może pani na chwilę wyjść i odkręcić żarówkę w samochodzie, bo ma pani małe dłonie?
- Czy może pan pożyczyć mi swoje okulary?
- Czy dostanę bilety MPK, bo kiosk jest zamknięty?
- Może mi pani wydrukować wyniki Dużego Lotka?
- Czy ma pani test na ojcostwo?
- Myśli pani, że tam w aptece obok mają taniej?
- Czy są „balony” dla mężczyzn?
- Czy tabletki dojelitowe wkłada się do pochwy czy do odbytu?

## Między śmiechem a konsternacją

Farmaceuci podkreślają, że choć niektóre pytania mogą wywoływać salwy śmiechu, inne bywają sygnałem, że pacjenci naprawdę potrzebują po-

mocy i nie wiedzą, do kogo się zwrócić.

- Sama data urodzenia nie wystarczy? - pytają czasem, chcąc zrealizować receptę bez pełnego PESEL-u.

Zdarzają się też sytuacje, gdy pacjenci dopytują: „Gdzie włożyć czopek?”. W takich przypadkach farmaceuci wołają, żeby pytanie padło w aptece, niż gdyby pacjent miał popełnić błąd.

- W tym przypadku wobec pacjentów nie byłibyśmy aż tak surowi - lepiej, żeby zapytali, niż włożyli w złe miejsce. Podobnie z tabletkami dopochwowymi - czytamy na portalu Aptekarski.

Jak widać, praca farmaceuty to nie tylko realizacja recept i wydawanie leków. To także codzienne spotkania z pacjentami, których pomysłowość potrafi zaskoczyć bardziej niż najbardziej skomplikowana recepta. Jedno jest pewne - w aptece nigdy nie ma nudy, a farmaceuta musi być gotowy na absolutnie wszystko.

## Z tymi chorobami nie pojedziesz do sanatorium

Emil Hoff  
emil.hoff@polskapress.pl

**Nawet jeśli cierpisz na chorobę, która może i powinna być leczona w sanatorium na NFZ, lekarz może odmówić ci wystawienia skierowania.**

Lista powodów, które dyskwalifikują, jest pokaźna. Lepiej sprawdź, czy przypadkiem nie planujesz turnusu na próżno.

### Stany dyskwalifikujące do leczenia sanatoryjnego:

- Cięża i połóg
- Niesamodzielność, niezdolność do samodzielnego wykonywania codziennych czynności z dowolnego powodu
- Aktywne uzależnienie od środków odurzających
- Znaczna otyłość, uniemożliwiająca korzystanie z zabiegów sanatoryjnych. Zwłaszcza otyłość z cukrzycą powikłaną zmianami naczyniowymi, z pełnoobjawową niewydolnością krążenia, a także otyłość u osób ze „znacznym ograniczeniem umysłowym”

### Choroby i urazy, przez które możesz pożegnać się z turnusem w sanatorium:

- Choroba nowotworowa w trakcie leczenia
- Okres do 5 lat od zakończenia leczenia czerniaka, chłoniaka lub białaczki
- Okres do 12 miesięcy od zakończenia leczenia innych nowotworów złośliwych
- Choroby zakaźne, także skóry
- Ostre stany zapalne, np. zapalenie wątroby, reumatoidalne zapalenie stawów w IV stopniu sprawności czynno-

ściowej, ostre zapalenie trzustki, zapalenie kości lub szpiku kostnego

- Groźne zaburzenia rytmu serca
- Poważna niewydolność krążenia
- Niestabilna choroba wieńcowa
- Przewlekła choroba niedokrwienna
- Napadowe migotanie lub trzepotanie przedsionków
- Tętniak serca, tętniak rozwarstwiający aorty
- Miażdżycza naczyń nóg
- Niedawno przeżyty zawał serca
- Trudne do opanowania nadciśnienie tętnicze, zwł. III stopnia
- Rozległe żylaki podudzia
- Ciężka niewydolność oddechu z konieczną tlenoterapią
- Gruźlica płuc
- Niedawny udar mózgu
- Ciężka postać padaczki
- Ostra faza choroby psychicznej

### Urazy skóry: niewygojone rany pooperacyjne, odleżyny, owrzodzenia

- Ostre alergiczne choroby skóry
- Kolagenozy i fotodermatozy
- Rozległe stany ropne
- Świeże złamania kości
- Stan po urazie kręgosłupa z objawami tetraplegii (paraliżu kończyn)
- Ciężka niewydolność nerek albo wątroby
- Pełnoobjawowa marskość wątroby
- Cukrzyca w okresie kwasicy albo z nefropatią w okresie mocznicy, albo z makroangiopatią nóg
- Zespół stopy cukrzycowej ze zgorzelą.



FOT. GETTY IMAGES

**Lepiej sprawdź, czy masz jedną z chorób, które dyskwalifikują kandydatów do sanatorium na NFZ**

# Tak odróżnisz alergię od przeziębienia. Zwróć uwagę, czy występują u Ciebie te objawy

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

**Wiele osób myli objawy alergii z objawami przeziębienia, co może prowadzić do opóźnionej diagnozy i nieprawidłowego leczenia.**

Choć obie te dolegliwości mają podobne symptomy, takie jak katar, kaszel czy ból gardła, ich przyczyny i sposób leczenia różnią się znacząco. Jak odróżnić katar alergiczny od „zwykłego”? Na jakie charakterystyczne objawy zwrócić szczególną uwagę?

## Jak odróżnić alergię od przeziębienia?

Czy przeziębienie można pomylić z alergią? Oczywiście, że tak. Chociaż objawy alergii i przeziębienia mogą wydawać się podobne, to istnieją pewne różnice, które pozwalają na rozróżnienie tych dwóch schorzeń.

Przeziębienie jest chorobą zakaźną wywołaną przez wirusy, natomiast alergię wywołują alergeny, np. zarodnikami pleśni, sierścią psa lub kota, roztoczymi kurzu domowego czy jedzeniem. Najpopularniejsze alergeny pokarmowe to np.:



Jak odróżnić alergię od przeziębienia?

Alergia z kolei może wystąpić nagle, szczególnie w odpowiedzi na kontakt z alergenem, np. zarodnikami pleśni, sierścią psa lub kota, roztoczymi kurzu domowego czy jedzeniem. Najpopularniejsze alergeny pokarmowe to np.:

- skorupiaki;
- jajka;
- ryby;
- orzeszki ziemne;
- mleko.

Na skutek alergii mogą pojawić się następujące objawy:

- wodnisty katar;
- zaczerwienienie i łzawienie oczu;
- częste kichanie;
- świąd oczu, nosa oraz gardła.

Alergia nie wiąże się z gorączką ani bólami mięśniowymi, a jej objawy mogą powtarzać się sezonowo. Warto zaznaczyć, że nie można się nią zarazić, a przeziębieniem tak.

## Jak odróżnić katar alergiczny od „zwykłego”?

Katar alergiczny rozpoznaje się po tym, że u osoby uczulonej pojawia się wodnisty, przezroczysty wydzielin z nosa. Ten rodzaj kataru stanowi wynik reakcji układu immunologicznego na alergeny. Sezonowy katar alergiczny zazwyczaj spowodowany jest pyłkami drzew, zbóż, traw oraz chwastów, które kwitną sezonowo. Całoroczny katar alergiczny może być odpowiedzią na regularny kontakt z sierścią zwierząt lub roztoczymi. Roz-

tocza żyją w kurzu domowym, głównie w materacach, poscieli, dywanach czy tapicerowanych meblach.

Katar towarzyszący przeziębieniu wygląda inaczej. W początkowej fazie choroby jest zwykle wodnisty i przezroczysty, ale z czasem staje się gęstszy i może zmieniać kolor na żółty lub zielony. To oznacza, że organizm walczy z infekcją. Pierwsze objawy „zwykłego” kataru narastają w ciągu kilku godzin. Nieżyt nosa, będący objawem choroby infekcyjnej, trwa zazwyczaj 7-10 dni, choć u najmłodszych może przedłużyć się do dwóch tygodni.

## Jak leczyć katar alergiczny, a jak „zwykły” katar?

Leczenie kataru alergicznego jest uzależnione od nasilenia objawów oraz od tego, czy występują inne typowe reakcje alergiczne.

Jeśli pacjent zmaga się głównie z alergicznym nieżytem nosa, skuteczne będą preparaty, które działają miejscowo, takie jak krople do nosa o właściwościach przeciwhistaminowych lub przeciwzapalnych. Takie leczenie szybko łagodzi objawy, zmniejszając obrzęk błony śluzowej i ułatwiając oddychanie.

W przypadku dzieci, które często mają trudności z aplikowaniem kropli do nosa, bardziej odpowiednie będą leki w formie aerozolu do inhalacji, które łatwiej stosować.

Jeśli katar alergiczny towarzyszy innym objawom alergii, takim jak swędzenie oczu, kichanie czy zaczerwienienie, leki przeciwhistaminowe przyjmowane doustnie będą bardziej skuteczne, gdyż działają na cały organizm, blokując histaminę - substancję odpowiedzialną za większość objawów alergicznych.

Na „zwykły” katar pomogą leki zawierające substancje obkurczające naczynia krwionośne, takie jak oksymetazolina czy ksylometazolina.

W aptece dostępne są krople do nosa, które zawierają te substancje czynne.

## Jeśli jesteś alergikiem

Jeśli zastanawiasz się, czy masz alergię i odczuwasz objawy kataru siennego, to udaj się do alergologa, który zdiagnozuje chorobę.

Aby bezpłatnie zapisać się do specjalisty, potrzebujesz skierowania od swojego lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.

Już teraz możesz jednak wypróbować siedem rzeczy, które pomogą także wszystkim alergikom przygotować się do sezonu pylenia i znacznie zmniejszą objawy alergii:

- bierz leki antyhistaminowe;
- wypróbuj balsamy barierowe;
- ogranicz kontakt z pyłkami;
- stosuj krople do oczu;
- używaj sprayu do nosa;
- chroń oczy - noś okulary przeciwsłoneczne z osłonami bocznymi;
- zmywaj pyłki z ciała.



Hanna Bieluszko zmaga się z rakiem jelita grubego. - Nie chcę trzymać mojego raka w tajemnicy - mówi

## Znana aktorka opowiada o swojej walce z rakiem

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

**Hanna Bieluszko walczy z nowotworem jelita grubego i nie boi się mówić o swojej chorobie wprost.**

Hanna Bieluszko jest polską aktorką teatralną i telewizyjną. Zawodowo związana z krakowskim Teatrem im. Juliusza Słowackiego, występowała m.in. w „Dziadach” oraz w monodramie „Bóg, ja i pieniądze” autorstwa Macieja Wojtyłki. W swoim dorobku ma także role serialowe: pojawiała się m.in. w „M jak miłość”, w „Na dobre i na złe” oraz w „Barwach szczęścia”.

W najnowszym wywiadzie dla Onetu Kultury aktorka otwarcie opowiedziała o swojej walce z nowotworem. Bieluszko ujawniła, że w 2023 roku zdiagnozowano u niej raka jelita grubego.

- Każdy ma prawo mówić, co chce, albo milczeć na temat swojej choroby. Ale ja nie chcę trzymać mojego raka w tajemnicy, zamkniętego w czterech ścianach szpitalnej sali - powiedziała artystka.

Nowotwory wciąż budzą w Polsce lęk, ale są też choroby, o których mówi się szczególnie trudno. Rak jelita grubego, mimo że należy do najczęściej diagnozowanych nowotworów, nadal pozostaje tematem wstydlivym, spychanym do sfery milczenia i niezręczności.

O tym, jak wygląda zderzenie choroby z oczekiwaniami „kulturalnego” świata, opowiedziała aktorka, która postanowiła mówić o swoim doświadczeniu bez upiększeń i fałszywego tabu.

- Kiedy w eleganckim towarzystwie zaczynałam mówić o moim raku, czułam, jakbym zrobiła coś niestosownego. Taki

błąk puszczonej między kulturalnymi ludźmi, którzy zupełnie nie wiedzą, jak się zachować: skomentować czy lepiej udawać, że się nie usłyszało. Rak to jedno, ale rak jelita grubego... Bo ja mam raka jelita grubego, proszę państwa. A przecież „damy” nie tylko nie puszczać bąków, ale nawet nie mają jelita, zwłaszcza grubego. (...) Niektórzy reżyserzy, wykształceni, obcy, światli ludzie, słyszeli, co mi jest i zachowywali się, jakbym zrobiła kupę na środku pokoju. A tłumaczyłam za każdym razem wyraźnie: mam raka, konieczne będą zastępstwa, ponieważ muszę się leczyć. Tak naprawdę coraz częściej mówiłam o chorobie ze względów praktycznych - przyznała Hanna Bieluszko.

Rak jelita grubego przez długi czas może rozwijać się bez wyraźnych sygnałów ostrzegawczych, dlatego wiele osób ignoruje pierwsze symptomy lub przypisuje je mniej poważnym dolegliwościom.

Do objawów, które powinny wzbudzić czujność, należą m.in. utrzymujące się zmiany rytmu wypróżnień - przewlekle zaparcia, biegunki lub ich naprzemienne występowanie. Niepokojące mogą być także krew w stolcu, zmiana jego konsystencji lub kształtu oraz uczucie niepełnego wypróżnienia.

Na chorobę mogą wskazywać również ogólne dolegliwości, takie jak przewlekłe zmęczenie, osłabienie, anemia czy niezamierzona utrata masy ciała. U części chorych pojawiają się bóle brzucha, wzdęcia lub dyskomfort w okolicy podbrzusza. W przypadku utrzymywania się takich objawów przez dłuższy czas konieczna jest konsultacja lekarska, ponieważ wczesne wykrycie nowotworu znacząco zwiększa szanse na skuteczne leczenie.

# Określona grupa osób po 65. roku życia może liczyć na rządowe wsparcie



Kluczowym elementem pakietu jest wprowadzenie tzw. bonu senioralnego – nowej formy wsparcia dla seniorów wymagających pomocy w codziennym funkcjonowaniu

Aleksandra Głowacka  
redakcja@stronazdrowia.pl

**5 maja 2026 roku Rada Ministrów przyjęła projekt przepisów, które mają zmienić system opieki nad osobami starszymi w Polsce.**

Decyzja rządu wpisuje się w szerszą reformę obejmującą koordynację opieki długoterminowej oraz zmiany w pomocy społecznej. Jak podkreślono w komunikacie rządowym, celem jest „ułatwienie seniorom funkcjonowania w ich własnym środowisku, poprawa jakości opieki oraz lepsza koordynacja usług zdrowotnych i społecznych”.

## Czym jest bon senioralny?

Bon senioralny to świadczenie niepieniężne, które ma zapewnić osobom starszym dostęp do konkretnych usług opiekuńczych i wsparcia w życiu codziennym.

Oznacza to, że senior nie otrzymuje pieniędzy „do ręki”, ale pakiet usług dopasowanych do swoich potrzeb. W praktyce bon będzie realizowany na podstawie umowy zawartej między gminą a beneficjentem, która określi zakres przysługującej pomocy.

W katalogu usług, które mogą być finansowane z bonu, znajdują się m.in.:

- pomoc w przygotowaniu posiłków;

- wsparcie w poruszaniu się i codziennych czynnościach;
- utrzymanie porządku w domu;
- pomoc w kontakcie z systemem ochrony zdrowia;
- opieka higieniczno-pielęgniarska;
- działania aktywizujące – społeczne, intelektualne czy ruchowe.

Takie rozwiązanie ma zwiększyć samodzielność seniorów i jednocześnie odciążać ich bliskich, którzy dziś często pełnią rolę nieformalnych opiekunów.

## Dla kogo bon? Kryteria są dwa

Projekt przewiduje dwa podstawowe warunki uzyskania świadczenia: wiek – co najmniej 65 lat, dochód – średni miesięczny dochód z ostatnich trzech miesięcy nie wyższy niż 3410 zł.

Limit dochodowy ma być corocznie waloryzowany, co oznacza, że będzie dostosowywany do zmieniającej się sytuacji ekonomicznej. Z bonu skorzystają więc przede wszystkim seniorzy o niższych dochodach, którzy wymagają wsparcia w codziennym życiu, ale nie zawsze mają dostęp do usług opiekuńczych w swojej gminie.

## Ile wyniesie bon i co to oznacza w praktyce

Rządowy projekt nie przewiduje klasycznej „kwoty do wypłaty”. Bon nie jest świadczeniem pieniężnym, dlatego jego

wartość należy rozumieć jako zakres i liczbę usług, które zostaną zapewnione seniorowi.

W praktyce oznacza to, że senior nie musi sam finansować pomocy opiekuńczej; wsparcie będzie organizowane lokalnie – przez gminę, zakres usług zostanie dostosowany indywidualnie, a pomoc będzie mogła obejmować

zarówno opiekę, jak i aktywizację.

To odejście od tradycyjnego modelu świadczeń pieniężnych na rzecz usług, które mają realnie odpowiadać na potrzeby osób starszych.

## Gdzie wsparcie trafi najpierw?

Zgodnie z założeniami projektu bon senioralny ma być w pierwszej kolejności kierowany do gmin, które nie oferują publicznych usług opiekuńczych lub w których takich usług jest wyraźnie za mało.

Dopiero w dalszej kolejności wsparcie będzie trafiać do samorządów, gdzie najszybciej rośnie liczba seniorów.

Według szacunków rządu z programu skorzysta początkowo około 20 tysięcy osób.

Bon senioralny to tylko jeden z elementów zmian. Projekt zakłada również powołanie koordynatora opieki senioralnej na poziomie powiatu, którego zadaniem będzie informowanie mieszkańców o dostępnych formach wsparcia i pomoc w ich wyborze.

Jak wskazywał rzecznik rządu, chodzi o to, „żeby każdy, kto chce skorzystać z opieki, na przykład wychodzi ze szpitala, był informowany, z jakich możliwości może skorzystać”.

Zmiany mają uporządkować system, który dziś jest rozproszony między ochroną zdrowia a pomoc społeczną, często

## Jak wygląda życie seksualne po operacji prostaty. Urolog ujawnia całą prawdę

oprac. Katarzyna Wąs-Zaniuk  
redakcja@stronazdrowia.pl

**Zabieg na prostatę może wpływać na wytrysk nasienia oraz zdolność do erekcji. Kluczowe znaczenie ma przy tym rodzaj zabiegu, co dobrze pokazuje pewne nietypowe porównanie.**

Niezależnie od tego, czy chodzi o łagodne powiększenie, które powoduje na przykład problemy z oddawaniem moczu, czy o nowotwór: operacja prostaty to poważna ingerencja. I może ona wpływać na życie seksualne – od „suchego” wytrysku aż po zaburzenia erekcji.

Mężczyzna, którego czeka taki zabieg, zadaje sobie pytanie: Na co muszę się przygotować?

To, jakie konkretnie konsekwencje może mieć operacja, zależy od tego, w jakim miejscu prostaty jest ona przeprowadzana. Axel Merseburger z Niemieckiego Towarzystwa Urologicznego wyjaśnia to na przykładzie porównania.

## Gdy zostają wyłęczkowane części prostaty

Prostatę trzeba sobie wyobrazić jak pomarańczę: w przypadku łagodnego powiększenia często usuwa się tylko miąższ ze środka. Wtedy z seksualnością nic się nie dzieje, ponieważ nerwy przebiegają na zewnątrz.

„Przy tego typu operacjach z reguły nie dochodzi również do nietrzymania moczu ani do problemów z erekcją” – mówi urolog.

Może się jednak zdarzyć, że gdy części prostaty zostaną „wyfrezowane”, po zabiegu nie dochodzi już do wytrysku. Wówczas mamy jedynie „suchy wytrysk” – wyjaśnia Merseburger. Bo orgazm nadal jest możliwy.

„To, co pozostaje bez zmian, to libido. Jeśli wcześniej go nie było, nie zrobi się większe. Ale też nie stanie się mniejsze z powodu tego rodzaju operacji” – mówi.

## Gdy prostata zostaje całkowicie usunięta

Natomiast w przypadku raka prostaty często usuwa się operacyjnie cały gruczoł.

Kontynuując porównanie obrazowe: znika cała pomarańcza razem ze skórką – a wraz z nią czasem również połączenia nerwowe, które są ważne dla erekcji.

„Tu kluczowe jest to, czy operacja została przeprowadzona z oszczędzeniem nerwów i w jakiej ogólnej kondycji jest mężczyzna” – mówi Axel Merseburger.

W zależności od tego zdolność do erekcji może być czasem ograniczona albo zupełnie zaniknąć.

Co może wtedy pomóc? Lek, takie jak tzw. inhibitory PDE5, do których należy także Viagra, ale również protezy prącia.

To implanty wszczepiane do penisa, które często za pomocą mechanizmu pompującego umożliwiają uzyskanie erekcji.

Wytrysk, w przeciwieństwie do łęczkowania, gdzie nie musi do tego dojść – po całkowitym usunięciu prostaty jest zawsze „suchy”, a płodność zostaje utracona.

Orgazm może czasami odczuwalnie się zmienić: być krótszy lub mniej intensywny, ale jest to bardzo indywidualne.

Libido samo w sobie zazwyczaj nie jest przez operację bezpośrednio osłabione – mówi urolog. Jednak czasem cała sytuacja może się do tego przyczyniać, że ono zanika.

„Mężczyzna otrzymuje diagnozę raka, ma działania niepożądane, lęk. I to może zmienić jego pożądanie seksualne”.



Operacja prostaty to poważna ingerencja. I może ona wpływać na życie seksualne

## PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

## BEZ W KUCHNI

## Na co pomaga syrop z bzu?

Produkty z bzu czarnego od lat wykorzystywane są w medycynie ludowej, a dziś wracają jako element stylu „wellbeing”.

Wsparcie odporności - bez czarny zawiera naturalne antyoksydanty, w tym flawonoidy i antocyjany. Syrop z bzu ma działanie napotne i rozgrzewające, dlatego bywa stosowany w okresach przeziębień. Wspomaganie trawienia - szczególnie napary i soki w niewielkich ilościach. Daje wsparcie w walce z wolnymi rodnikami - dzięki obecności związków polifenolowych.

Trzeba pamiętać, że syropy dostępne w sklepach mogą zawierać sporo cukru, dlatego najlepiej traktować je jako do-

datek smakowy, a nie napój bazowy.

Coraz popularniejsze są też wersje rzemieślnicze i domowe, z krótkim składem.

## Jakie napoje i potrawy pasują do soku z bzu?

● Lemoniady i woda z bzem. Najprostsze, a zarazem niezwykle efektowne połączenie to syrop z bzu, woda (gazowana lub nie), cytryna i mięta. Taki napój doskonale gasi pragnienie i z powodzeniem zastępuje słodkie napoje. Coraz częściej można spotkać go w menu kawiarni jako „lemoniade z kwiatów czarnego bzu”.

● Herbaty i napary. Syrop z bzu świetnie sprawdza się jako dodatek do herbaty - zarówno czarnej, jak i ziołowej. W sezonie jesienno-zimowym bywa naturalną alternatywą dla miodu,

a przy tym wnosi delikatnie kwiatowy aromat.

● Mocktaile i drinki. Bez jest ulubieńcem barmanów. Dodawany do prosecco, ginu czy toniku tworzy lekkie, aromatyczne koktajle. W wersji bezalkoholowej pojawia się w mocktailach z ogórkiem, limonką lub imbirem.

● Kawa. Świat kawy coraz śmielej eksperymentuje z nietypowymi dodatkami. Kilka kropel syropu z bzu w cold brew, espresso tonic czy latte na mleku roślinnym nadaje napojowi kwiatowej nuty i subtelnej słodyczy. Syrop z bzu można jednak stosować nie tylko do napojów. Dodaje się go do takich dań, jak:

● Desery. Syrop z bzu to naturalny aromat do serników na zimno, panna cotty, lodów czy galaretek. Świetnie komponuje się z jogurtem naturalnym i owocami sezonowymi, zwłaszcza truskawkami i malinami.

## ● Wypieki.

Dodany do biszkoptu lub lukru przelamuje słodycz i nadaje wypiekowi eleganckiego charakteru. W kuchni skandy-nawskiej bez często łączy się z migdałami i cytrusami.

● Kuchnia wytrawna. Choć brzmi zaskakująco, syrop lub zredukowany sok z bzu bywa składnikiem sosów do pieczonych warzyw czy drobiu. W niewielkiej ilo-



ści sprawdza się jako kontrpunkt dla słonych i kwaśnych smaków.

## Jak zrobić sok z czarnego bzu?

● Składniki soku z owoców czarnego bzu: 2,5 szklanki dojrzałych owoców, 6 szklanek wody, 4 łyżki imbiru świeżego lub w proszku, 2 łyżeczki cynamonu, 2-3 goździki, 3-5 łyżek miodu do smaku.

● Przygotowanie. Owoce przebiez i umyj, przelóż do garnka. Gotuj na wolnym ogniu z wodą i przyprawami przez ok. 30-45 minut. Po wystudzeniu odcedź sok przez sito. Do cieczy dodaj miód i wymieszaj do rozpuszczenia miodu. Przelej do wyparzonych słoików i pasteryzuj przez 15 minut.

Przechowuj w ciemnym i chłodnym miejscu.

## Czy są jakieś przeciwwskazania do picia soku z czarnego bzu?

Uznaje się, że przetwory z czarnego bzu nadają się dla kobiet w ciąży, karmiących i dzieci, choć ich stosowanie zawsze dobrze skonsultować z lekarzem, a także sprawdzić informacje zawarte na opakowaniu produktu.

Należy jednak pamiętać, że przetwory z Sambucus nigra mogą nie być odpowiednie dla każdego. W jego kwiatkach wykryto białko zdolne do wywołania reakcji alergicznych, natomiast w owocach niedojrzałych i niepoddanych obróbce termicznej (a także ogonkach owocowych, lodygach i liściach) znajdują się lekcyjne oraz toksyczne glikozydy cyjanogenne (np. sambunigrina).

## Pomoże zwalczyć ból głowy i niestrawność

Agata Siemiaszko  
redakcja@stronazdrowia.pl

## Jasnota purpurowa to babciny środek o wielu właściwościach, wykorzystywany m.in. przy bólach głowy i brzucha. Ten popularny chwast rosnący w całej Polsce wspomaga też pracę wątroby.

Jasnota purpurowa (Lamium purpureum) to jednoroczna lub dwuletnia roślina z rodziny jasnotowatych, która rośnie głównie w lasach i zaroślach. Jeszcze do niedawna wykorzystywana była jako roślina odstraszająca mole.

Kwitnie od marca do końca października, jednak najlepsze zbiory osiąga się w maju oraz czerwcu. Surowcem zielarskim są jej liście oraz drobne fioletowe kwiaty. Z zieleń jasnoty purpurowej można przygotować napar, nalewkę, a także ocet o zdrowotnych właściwościach.

Dla większości osób jasnota purpurowa to ciężki do wypełnienia chwast. Jednak warto wiedzieć, że stanowi ona również cenny surowiec zielarski, który wspomaga leczenie wielu dolegliwości. Kwiaty jasnoty purpurowej to znakomite źródło kwasów fenolowych, w tym kwasu cynamonowego, rozmarynowego i kumarynowego. Dodatkowo znajdziemy w nich olejki eteryczne, saponiny, śluzę, garbniki, cholinę oraz flawonoidy - rutynę i kwercetynę. Ziele jasnoty stanowi również bogactwo witaminy C i beta-karotenu.



## Jasnota purpurowa to cenny surowiec zielarski. Herbatka z jasnoty łagodzi objawy przeziębienia, wzmacnia organizm, ma też m.in. działanie moczopędne, antybakteryjne czy przeciwbólowe. Ten leczniczy chwast rośnie właśnie na potęgę

Rutyna to silny przeciwutleniacz, który chroni komórki i tkanki przed szkodliwym działaniem wolnych rodników tlenowych. Dodatkowo w połączeniu z witaminą C doskonale uszczelnia i wzmacnia ściany naczyń krwionośnych.

To właśnie dzięki tym właściwościom może zmniejszać widoczność siniaków oraz zapobiegać pękaniu naczynek. Składnik ten zapobiega również rozpadowi płytek krwi, dzięki czemu zmniejsza ryzyko rozwoju chorób układu krąże-

nia, w tym miażdżycy i zawału serca.

Natomiast saponiny to substancje o właściwościach moczopędnych, dzięki czemu skutecznie zmniejszają obrzęki i regulują ciśnienie tętnicze krwi.

Warto także wspomnieć, że zawarta w ziele jasnoty purpurowej witamina C korzystnie wpływa na układ odpornościowy oraz wspomaga gojenie się ran i opóźnia proces starzenia się skóry. Natomiast beta-karoten z zieleń jasnoty odgrywa kluczową rolę w procesie wi-

dzenia, ponieważ wykazuje działanie ochronne przed promieniami UV.

Doktor Henryk Różański, ceniony fitoterapeuta, w licznych publikacjach podaje, że picie naparów z zieleń jasnoty wykazuje następujące działania:

- moczopędne,
- ściągające,
- przeciwkrwotoczne,
- przeciwzapalne,
- przeciwgrzybicze,
- antybakteryjne,
- żółciopędne,

- rozkurczowe,
- przeciwbólowe.

Ekspert podkreśla również, że roślina ta charakteryzuje się działaniem napotnym, dzięki czemu może wspomagać leczenie objawów przeziębienia i grypy.

Napary z zieleń jasnoty purpurowej sprawdzą się przy wielu dolegliwościach, a szczególnie w przypadku osłabienia organizmu. Według zwolenników medycyny naturalnej roślina ta może wspomagać leczenie tych schorzeń:

- nadciśnienia tętniczego krwi,
- obrzęków,
- niestrawności,
- bolesnego miesiączkowania,
- zaburzeń miesiączkowania,
- przewlekłych chorób skóry,
- hemoroidów,
- pękających naczynek,
- zaburzeń pracy wątroby,
- migrenowego bólu głowy,
- reumatyzmu,
- reumatoidalnego zapalenia stawów.

Fitoterapeuta zaznacza, że zieleń jasnoty purpurowej wykazuje również działanie uspokajające, dlatego polecane jest dla osób zmagających się z przewlekłym stresem oraz bezsennością.

Napary można zastosować również jako nasączenie do okładów, które zmniejszają stan zapalny skóry oraz łagodzą dolegliwości związane z zapaleniem spojówek.

## Przepis na napar z jasnoty purpurowej

Herbatkę z jasnoty purpurowej można pić profilaktycznie oraz jako środek wspomagający

leczenie dolegliwości. Napar możesz przygotować ze świeżego lub suszonego zieleń.

## Składniki:

2 łyżki zieleń jasnoty purpurowej, 250 ml wrzącej wody.

## Przygotowanie:

Zieleń jasnoty należy zalać wrzątkiem i parzyć 20 minut pod przykryciem, a następnie przecedzić. W przypadku problemów wątrobowych można pić nawet 4 porcje tej mikstury, a podczas przeziębienia zaleca się 3 porcje dziennie.

## WARTO WIEDZIEĆ

## Jasnota biała

Obok jasnoty purpurowej cennym ziołem jest także jasnota biała. To niepozorna roślina wieloletnia z rodziny jasnotowatych. W Polsce jest bardzo pospolita i rośnie w ogrodach, lasach, na rowach, pobocząch ulic i polach. Często mylona jest z pokrzywą zwyczajną, ponieważ jest do niej bardzo podobna. Jednak w przeciwieństwie do pokrzywy nie parzy. Surowcem zielarskim jest zieleń i kwiat jasnoty białej. Ma działanie: przeciwzapalne, przeciwkrwotoczne, uszczelniające naczyń krwionośne, regenerujące, oczyszczające, antybakteryjne, wykrztuśne, moczopędne, żółciopędne, rozkurczowe, lekko ściągające.

REKLAMA

0011517264

**KARAWAN** GRUPA  
FIRM POGRZEBOWYCH  
TRADYCJE OD 1981 ROKU

**CAŁĄ DOBĘ**  
**12 411 11 11**  
**12 658 21 11**

również w  
Niedziele i Święta

**www.karawan.pl**

**Kompleksowe Usługi Pogrzebowe**



ul. Rakowicka 26a 12 222 00 30  
ul. Reduta 3B 12 222 50 49  
Cm. Batowice 12 413 63 46  
ul. Rakowicka 33a 12 412 89 83  
Cm. Grębałów 12 645 14 35  
ul. Wrocławska 8 12 631 77 95  
Krakowskie Krematorium ul. Wielogórska 20 12 413 33 33  
Sieroszewskiego 5 12 686 61 45  
ul. Dolnych Młynów 3 12 632 11 22  
ul. Bieżanowska 24 12 658 21 11  
ul. Ćwiklińskiej 10 606 793 279

**Lilia**  
zakład pogrzebowy

- kompleksowa organizacja uroczystości pogrzebowych
- rozliczenie bezgotówkowe
- całodobowy transport zmarłych
- szeroki wybór trumien i urn
- kwiaty, tabliczki, klepsydry, nekrologi
- kremacje

KRAKÓW, ul. Św. Łazarza 21, tel. 12 421 24 80  
KRAKÓW, ul. Bronowicka 19, tel. 12 637 00 07  
KRAKÓW, ul. Grota Roweckiego 7G, tel. 507 111 121  
CMENTARZ BATOWICE, ul. Powstańców 20, tel. 507 125 130  
CMENTARZ RAKOWICE, ul. Rakowicka 39, tel. 507 111 456

[www.liliakrakow.pl](http://www.liliakrakow.pl)

**DYŻUR CAŁODOBOWY 507 111 211**

REKLAMA

0011517240



**EPITAFIUM**

Kompleksowa Obsługa Pogrzebów  
**DYŻUR CAŁODOBOWY**  
**12 650 97 10**

Cmentarz RAKOWICE  
ul. Rakowicka 31a  
tel. 12 411 67 58

Cmentarz BATOWICE  
ul. Reduta 3c  
tel. 12 452 31 10

ul. Bochnaka 7  
tel. 12 650 97 10

ul. Prądnicka 41  
tel. 12 634 38 53

[www.epitafium.krakow.pl](http://www.epitafium.krakow.pl)

REKLAMA

0011522488

**AB.6740.1.14.2025**

**OBWIESZCZENIE  
STAROSTY WIELICKIEGO**

Na podstawie art. 131 i 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r.- Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz.U.2025 poz. 1691) zawiadamiam, że od decyzji Starosty Wielickiego z dnia **13.04.2026 r.** znak: **AB.6740.1.14.2025** udzielającej zezwolenia na realizację inwestycji drogowej pn.: „Rozbudowa drogi powiatowej nr 2040K (klasy Z) od szkoły do skrzyżowania z drogą powiatową nr 2027K w m. Byszyce, gm. Wieliczka, powiat wielicki” zostały złożone odwołania przez strony postępowania.

Wobec powyższego decyzja wraz z aktami sprawy została przesłana do Wojewody Małopolskiego celem rozpatrzenia.

0011522630

śtp

**Janina Klein**

z domu Tabińska

Kochana Żona i Ciocia

Przeżywszy lat 85,  
opatrzona św. sakramentami,  
zasnęła w Panu dnia 26 marca 2026 roku.

Msza św. żałobna odprawiona zostanie w piątek, dnia 15 maja 2026 roku o godzinie 13.40 w kaplicy na Cmentarzu Rakowickim, po czym nastąpi odprowadzenie Zmarłej na miejsce wiecznego spoczynku, o czym zawiadamia pogrążona w smutku

*Rodzina*

0011523139

Z głębokim żalem przyjęliśmy wiadomość,  
że w niedzielę, 10 maja 2026 r. zmarł

śtp

**dr Michał Nowakowski**

adiunkt w Katedrze Historii Administracji i Prawa Wyznaniowego Uniwersytetu Jagiellońskiego.

Straciliśmy bardzo lubianego, życzliwego kolegę i przyjaciela, znakomitego dydaktyka, nauczyciela akademickiego wielu roczników studentów WPiA UJ, autora znaczących prac naukowych o historii administracji.

Pogrzeb odbędzie się we wtorek, 19 maja 2026 r. o godz. 11.40 na Cmentarzu Rakowickim.

**Matce, Żonie i Synowi**  
oraz  
**Całej Rodzinie**

składamy  
wyrazy najgłębszego współczucia.

Przyjaciele  
z Katedry Historii Administracji i Prawa Wyznaniowego  
oraz  
katedr historyczno-prawnych  
Wydziału Prawa i Administracji  
Uniwersytetu Jagiellońskiego

REKLAMA

0011522608

**Burmistrz Miasta i Gminy Skała**

informuje, iż w dniu 18.05.2026 r. na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta i Gminy Skała, stronie internetowej UMiG (skała.pl) oraz na stronie BIP został umieszczony wykaz nieruchomości przeznaczonych do oddania w dzierżawę, będących własnością Gminy Skała, na okres 21 dni.

0011522758

śtp

Prof. dr hab. n. med.

**Krzysztof Duda**

Najukochańszy Mąż, Tata, Dziadek i Brat

lekarz anestezjolog,  
naukowiec, harcerz

wieloletni kierownik Oddziału Anestezjologii i Intensywnej Terapii Instytutu Onkologii w Krakowie  
przewodnik, szczepowy Szarej Siódemki  
kawaler Orderu „Polonia Restituta”

Przeżywszy lat 84,  
po długiej i ciężkiej chorobie,  
opatrzone Św. Sakramentami,  
zasnął w Panu dnia 10 maja 2026 r.

Msza Święta żałobna przy Zmarłym odprawiona zostanie w poniedziałek, dnia 18 maja 2026 r. o godz. 13.00 w kaplicy na cmentarzu na Salwatorze, po czym nastąpi odprowadzenie Zmarłego na miejsce wiecznego spoczynku,

o czym zawiadamiają  
pogrążeni w głębokim smutku  
*Żona, Dzieci, Wnuki i Rodzeństwo*

## DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?  
Telefonicznie:  
508 26 26 84,  
Przez internet:  
[www.ogloszenia.polskapress.pl](http://www.ogloszenia.polskapress.pl)  
E-mail: [jan.kurdys@polskapress.pl](mailto:jan.kurdys@polskapress.pl)  
W Biurze Ogłoszeń:  
Kraków, Zabłocie 43a

### Usługi

AGD RTV FOTO

! ANTENY ! RTV dom. 575-412-346.

**NAPRAWIAMY:** Thermomix, ekspresy, odkurzacze, koparki. 12/421-11-55.

BUDOWLANO-REMONTOWE

**DACHY** malowanie 608 791 579

**MALOWANIE** dachów 883 993 709

INSTALACYJNE

!!!500-003-103 HYDRAULIK

!!!HYDRAULIK 500-003-103 AWARIE

**HYDRAULICY** AWARIE 730-066-539

OGRODNICZE

**ZADBANY\_OGRÓD\_BEZ\_WYSIŁKU!**  
Pielęgnacja ogrodów. Tel. 790 622 685

### Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

**MIESZKANIE.LOKAL.GARAŻ.**  
**DZIAŁKĘ** tylko od właściciela kupię.  
510 061 820

LOKALE UŻYTKOWE - DO WYNAJĘCIA

**WYNAJMĘ** lokal 150 m<sup>2</sup>, centrum Krakowa. 501-334-338

### Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

**KUPIMY** maszyny do obróbki metalu i drewna. Tel.: 782-592-790.

### Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

**500-692-371** Kupię każdy samochód

REKLAMA

0011522481

**INFORMACJA O WYWIESZENIU WYKAZÓW NIERUCHOMOŚCI PRZEZNACZONYCH DO UŻYTKOWANIA, UŻYCZENIA, DZIERŻAWY, NAJMU W TRYBIE BEZPRZETARGOWYM NA TERENIE GMINY WIELKA WIEŚ**

**Wójt Gminy Wielka Wieś**  
informuje

na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1145 z późn. zm.), że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Wielka Wieś w Szycach, przy Placu Wspólnoty 1, w dniu 13.05.2026 r. został wywieszony na okres 21 dni wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Wielka Wieś, przeznaczonych do użytkowania, użyczenia, dzierżawy, najmu w trybie bezprzetargowym.

# Jestem niezależna finansowo od mniej więcej trzeciego roku studiów



Joanna Przetakiewicz w Plejadzie Fot. Sylwia Dąbrowa

## Z ŻYCIA GWIAZD

### Jakub Gierszał wymieniał czułość

Młody aktor znalazł się na celowniku stołecznych paparazzich. Na zdjęciach opublikowanych przez Pudelka widać, jak przysiadł na ławce przy placu Zbawiciela z tajemniczą blondynką. Wspólnie raczyli się napojem, palili papierosy i wymieniali czułości. Czyżby wreszcie znalazł miłość?



### Sebastian Fabijański kupił na kredyt

Popularny aktor zaprosił do swego warszawskiego mieszkania kamery „Halo, tu Polsat”. Dzięki temu wiadomo, że dominują w nim stonowane kolory, proste formy i przytulny minimalizm. Aktor w głównej mierze samodzielnie zaaranżował mieszkanie, które kupił na kredyt.

### Mery Spolsky dużo się nauczyła

Kiedy Marcin Prokop ogłosił, że rozstał się z żoną, w necie pojawiły się plotki, że ma romans z Mery Spolsky. Piosenkarka wymieniła go w tekście jednej z piosenek. Kiedy w niedawnym wywiadzie dla Pomponika została spytana o Prokopa, powiedziała: – Kocham Marcina Prokopa, uważam, że jest świetnym prowadzącym. Nie zapomnę, jak pierwszy raz w życiu prowadziłam Fryderyki w telewizji u boku Marcina i on mnie bardzo wiele nauczył. Tak, Marcin jest super. I ma fajnego psa!

(GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



## W TELEWIZJI

### Afera Thomasa Crowna

**TVP 1, 21:20**  
Złodzieje próbują dokonać kradzieży w muzeum, ale zostają schwytani przez pracowników ochrony. W zamieszaniu znika bezcenny obraz Claude'a Moneta. Na miejsce zdarzenia przybywają policja oraz Catherine Banning, która na zlecenie firmy ubezpieczeniowej ma odnaleźć płótno. Okazuje się, że złodzieje, którzy włamali się do muzeum, nie znają nazwiska zleceniodawcy. Catherine podejrzewa, że kradzież zlecił ekscentryczny milioner i kolekcjoner dzieł sztuki, Thomas Crown.

### Lęk pierwotny

**AMC, 22:00**  
Thriller prawniczy z Richardem Gere'em w roli głównej. Zamordowano wpływowego arcybiskupa. Obrońcą jego zabójcy zostaje Martin Vail, najlepszy prawnik w Chicago.

### Azyl

**Stopklatka, 22:05**  
Podczas II wojny światowej Antonina Zabińska, żona dyrektora warszawskiego zoo, wspólnie z mężem, Janem, ukrywają dziesiątki żydów. Osobiście wydostają ich z getta i pomagają przetrwać.

### Pamięć absolutna

**TV 4, 22:40**  
Wiek XXI. Ofiara prania mózgu walczy o odzyskanie osobowości i przewodzi buntowi w koloniach karnych na Marsie.

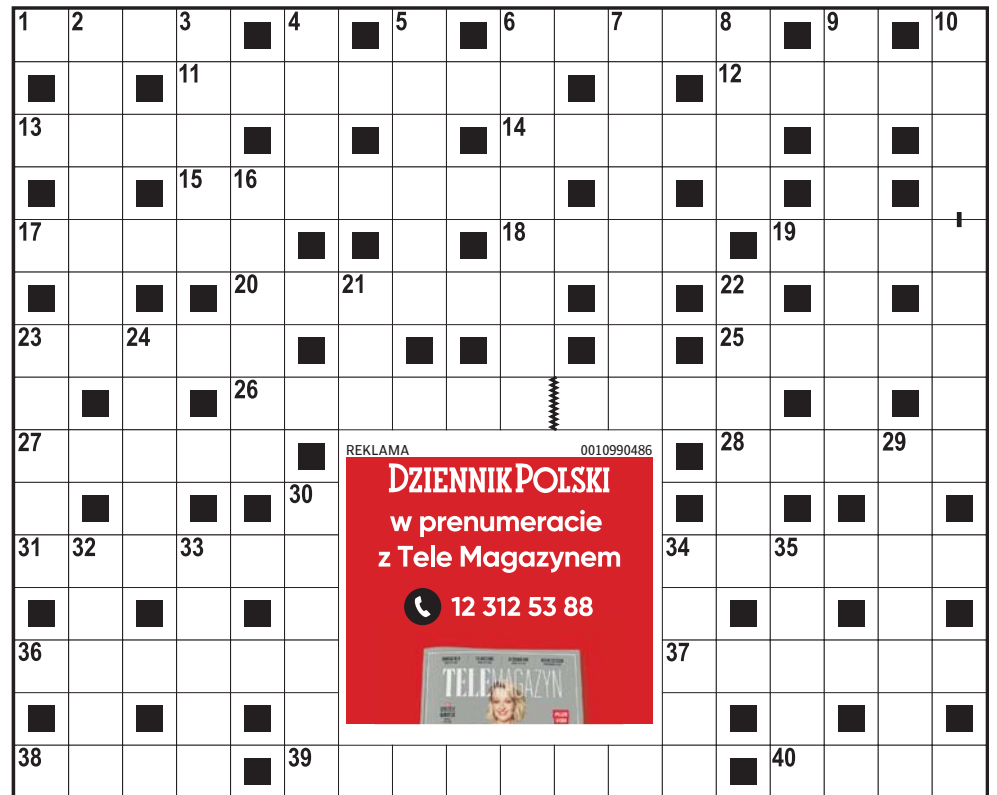
## KRZYŻÓWKA NR 72

### Poziomo:

- powolny chód wierzchowca,
- napój z mleka klaczy,
- „... Soprano”, amerykański serial telewizyjny,
- „Takie ...”, przebój Budki Suflera,
- papuga popielata z Afryki,
- narzut w cenie towaru,
- schronisko na szlaku wodnym,
- siła witalna, animusz,
- „wodny” znak zodiaku,
- nabój do broni myśliwskiej,
- stare roczniki, latopisy,
- ślup do zawieszania flagi,
- ślakodenny statek rzeczny,
- dramat w reżyserii Rogera Vadima,
- szklane naczynie laboratoryjne używane do destylacji,
- amerykański film z rolą Leonardo DiCaprio,
- myśliwy z lasów Kanady,
- „... absolutna”, film science fiction,
- pole po skoszeniu pszenicy,
- wskrzyszony przez Chrystusa,
- ptak z rodziny wydrzyków,
- ściga się na rowerze na welodromie,
- ryba z rodziny karpowatych, ceniona w wędkarstwie.

### Pionowo:

- sklep z wyrobami tytoniowymi,
- zboże na kaszę jaglaną,
- myśl przewodnia, koncepcja,
- największy lewy dopływ Wisły,
- dworska klika, koteria,
- marka amerykańskich papierosów,
- praktyka w zakładzie pracy,
- dawna umowa przedślubna,
- wypowiedź zawierająca dużo słów, ale mało treści,
- konstrukcja do spławu drewna,
- „...: wybrany przez Boga”, film USA,
- czyni złodzieja (w powieści),
- gra mieszana w tenisie,
- strzały armatnie na wiwat,
- życie duchowe człowieka,
- drzewo liściaste, wiąz górski,
- ... angielski, instrument dęty,
- dobry lub zły okres życia,
- ... na Wodzie w Łazienkach Królewskich w Warszawie,
- flamaster w piórniku ucznia.



REKLAMA 0010990486

**DZIENNIK POLSKI**  
w prenumeracie  
z Tele Magazynem

☎ 12 312 53 88

## ROZWIĄZANIE NR 71

P	P	K	A	S	O	W	P	I	E	S	T	P			
O	P	O	N	A	Z	I	D	T	E	A	T	R			
S	S	S	Z	K	A	T	U	L	A	O	R	O			
M	A	T	I	Z	O	M	R	A	N	C	Z	E			
A	O	K	D	E	T	A	L	E	K	A	O				
K	A	J	M	A	K	A	N	O	D	W	A	Z	N	I	K
Z	O	U	Z	B	O	R	N	W							
P	O	K	R	E	T	L	O	D	I	O	N	I	Z	O	S
T	U	W					C	W	N						
D	Y	M	S	Z	A		H	R	A	B	A	L			
E	A	A					O	A	A	U					
K	A	M	A	S	Z		O	B	E	R	Z	A			
O	O	N	I	E			O	T	N						
K	A	N	I	E			T	R	E	N					
T	A	P	R	Z	E	P	U	S	T	K	A	K	A		

## HOROSKOP

### Wodnik (20.01 - 18.02)

Nowe wyzwanie doda Ci energii, lecz unikaj pośpiechu. Horoskop wróży, że wieczór będzie sprzyjał spokojnym rozmowom.

### Ryby (19.02 - 20.03)

Drobny sukces poprawi Ci humor i zachęci do działania. Horoskop na dziś radzi uważać jednak na niepotrzebne wydatki.

### Baran (21.03 - 19.04)

Spotkanie z kimś życzliwym przyniesie inspirację. Horoskop na środę zapowiada, że po południu znajdziesz czas na odpoczynek.

### Byk (20.04 - 20.05)

Dzień sprzyja porządkom oraz ważnym decyzjom. Horoskop dzienny mówi, że ktoś bliski okaże Ci dużo wsparcia. Wszystko się uda.

### Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja pewność siebie przyciągnie ciekawe osoby. Horoskop na dziś radzi wieczorem zadbać o regenerację i sen. Szczęście nadchodzi.

### Rak (22.06 - 22.07)

Skupienie pomoże Ci szybko zakończyć trudne zadanie. Horoskop na środę to wyrażona wskazówka, byś unikała dziś zbędnych dyskusji.

### Lew (23.07 - 22.08)

Dobry moment na rozmowę o planach i marzeniach. Los może Cię mile zaskoczyć. Horoskop dzienny podpowiada, by działać bez obaw.

### Panna (23.08 - 22.09)

Intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązanie problemu. Horoskop na dziś stanowczo radzi zachować spokój mimo drobnych zmian.

### Waga (23.09 - 22.10)

Energia dnia sprzyja nowym pomysłom. Horoskop na środę sugeruje, by wieczorem odpocząć w dobrym towarzystwie.

### Skorpion (23.10 - 21.11)

Twoja cierpliwość zostanie doceniona przez ważną osobę. Unikaj nadmiernego stresu. Horoskop dzienny mówi, że wszystko będzie dobrze.

### Strzelec (22.11 - 21.12)

Kreatywność pomoże Ci wyróżnić się w pracy lub szkole. Horoskop na dziś zapowiada, że wieczór przyniesie Ci dobre wiadomości.

### Koziorożec (22.12 - 19.01)

Spokojne podejście ułatwi Ci dzisiaj rozwiązanie rodzinnych spraw. Horoskop na środę podpowiada, by zaufać własnej intuicji.

# Dla kogo nagrody Ekstraklasy? Znamy listę nominowanych

Jacek Czaplewski  
redakcja@polskapress.pl

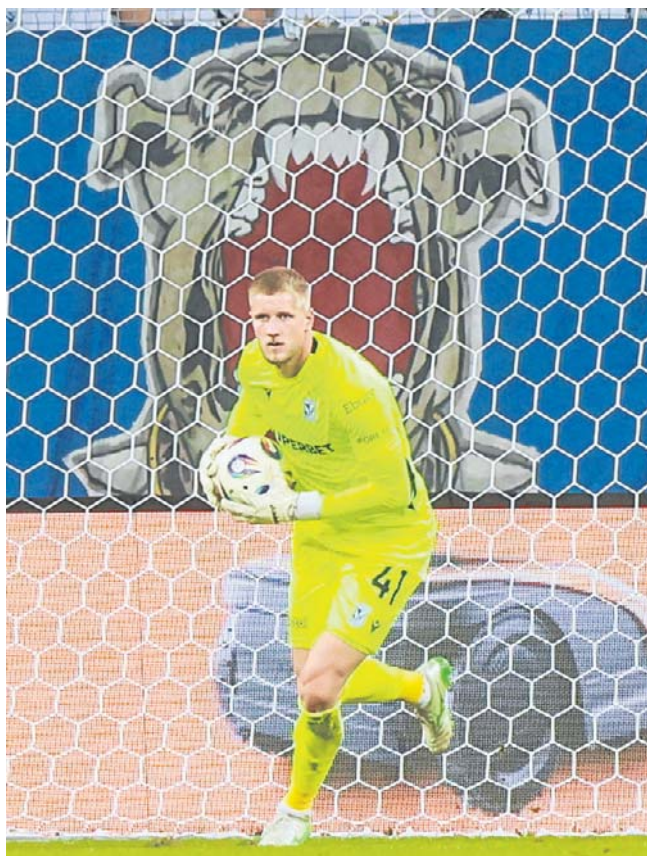
**PIŁKA NOŻNA. Piłkarze i trenerzy z dwunastu klubów PKO Ekstraklasy powalczą o nagrody za mijający właśnie sezon. Na liście nominowanych nie brakuje kontrowersji. Wielkim nieobecnym jest Leszek Ojrzyński z Zagłębia Lubin.**

Kapituła złożona z ponad czterdziestu dziennikarzy debatowała w poniedziałek nad kandydaturami w pięciu głównych kategoriach. Nominowanych ogłoszono jeszcze tego samego dnia. Laureatów poznamy w poniedziałek 25 maja, w Warszawie, podczas tradycyjnej Gali Ekstraklasy.

O miano Bramkarza Sezonu powalczą Chorwa, Bośniak z polskim paszportem i trzech Polaków. To kolejno Ivan Brkić z Motoru Lublin, Jasmin Burić z Zagłębia Lubin, Xavier Dziekoński z Korony Kielce, Bartosz Mrozek z Lecha Poznań oraz Rafał Strączek z GKS Katowice. - Brakuje mi Sławomira Abramowicza - stwierdził Marek Józwiak, który komentował na gorąco w Canal+ Sport, gdzie ujawniono wszystkie nominacje. Kto ma największe szanse? Wydaje się, że Burić lub Mrozek.

Samych Polaków mamy wśród zgłoszonych w kategorii Obrońca Sezonu. Wybór jest niezwykle trudny, ponieważ młodzi rzucili wyzwanie weteranom. Na liście są Rafał Janicki z Górnika Zabrze, Arkadiusz Jędrzych z GKS Katowice, Marcin Kamiński z Wisły Płock, Wojciech Mońka z Lecha Poznań i Oskar Wójcik z Cracovii. Kogo nie ma? Na przykład Konstantinos Sotiriou z Korony Kielce.

Piłkarza Sezonu wybiorą sami piłkarze. Kto wie, czy



O miano Bramkarza Sezonu powalczą m.in. Bartosz Mrozek z Lecha Poznań

laureatem nie zostanie jeden z grających w środku pola. Wśród nominowanych do nagrody Pomocnik Sezonu znajdujemy Irańczyka Aliego Gholizadeha z Lecha Poznań, Czecha Patrika Hellebrandta z Górnika Zabrze, Hiszpana Jesusa Imaza z Jagiellonii Białystok oraz rodaków Antoniego Kozubala z Lecha Poznań i Bartosza Nowaka z GKS Katowice. Ten ostatni jest liderem klasyfikacji asyst. Wypracował aż jedenaście bramek. Osiem zdobył sam. Dziwić może, że wśród zgłoszonych pomocników nie znalazł się np. Iwan Żelizko, który wykręcił prawie tak samo impo-

nujące statystyki, strzelając aż siedem goli po uderzeniach z dystansu.

Jego Lechia Gdańsk może jednak wygrać w kategorii Napastnik Sezonu. Wśród nominowanych znalazł się bowiem Tomasz Bobcek, czyli autor siedemnastu trafień. Tyle samo ma Karol Czubak z Motoru Lublin, który także powalczy o statuetkę. Grono uzupełniają Norweg Jonatan Braut Brunnes z Rakowa Częstochowa, Szwed Mikael Ishak z Lecha Poznań i Afimico Pululu z Jagiellonii Białystok łączony po raz kolejny medialnie z transferem do Widzewa Łódź. Z tego klubu ku zdziwieniu jego kibiców wy-

różniony nie został Sebastian Bergier.

Interesująco zapowiada się też walka o miano Trenera Sezonu. Wśród nominowanych widzimy bowiem takich fachowców z zagranicy jak Duńczyk Niels Frederiksen z Lecha Poznań czy Słowak Michal Gasparik z Górnika Zabrze. Walczą z nimi trzej Polacy - Rafał Górak z GKS Katowice, Marek Papszun prowadzący najpierw Raków Częstochowa, a potem Legię Warszawa i Adrian Siemieniec, który niedawno przedłużył kontrakt z Jagiellonią Białystok. Dziwne, że w tak zaszczytnym gronie nominacją nie został wyróżniony Ojrzyński za znakomitą pracę jaką wykonał z młodzieżą Zagłębia Lubin.

Podczas gali poznamy również laureata w kategorii Młodzieżowiec Sezonu. Tego wybierze jeden ze sponsorów PKO Ekstraklasy. Z informacji Canal+ wynika, że największe szanse na zwycięstwo mają Michał Gurgul i Wojciech Mońka z Lecha Poznań, Oskar Pietuszczyński sprzedany zimą przez Jagiellonię Białystok do FC Porto, jego były kolega z drużyny Bartosz Mazurek, a także Marcel Reguła z Zagłębia Lubin.

W ubiegłej edycji Piłkarzem i Napastnikiem Sezonu został Efthymis Koulouris z Pogoni Szczecin. Statuetka dla szkoleniowca powędrowała do Nielsa Frederikseny z Lecha Poznań. Najlepszym bramkarzem okazał się Bartosz Mrozek z jego zespołu, najlepszym obrońcą Mateusz Skrzypczak wtedy jeszcze z Jagiellonii Białystok, zaś pomocnikiem Afonso Sousa - także z mistrzowskiego Kolejorza. Za najlepszego młodzieżowca uznano Kacpra Trelowskiego z Rakowa Częstochowa. ©

## Kto z polskiej ligi zostanie powołany na tegoroczny mundial w Ameryce?

Jakub Jabłoński  
redakcja@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Choć reprezentacji Polski zabraknie na najważniejszym piłkarskim turnieju globu, mundial i tak nie będzie pozbawiony ekstraklasowych akcentów.**

Jednym z piłkarzy grających na co dzień w PKO Ekstraklasie, którzy już są pewni wyjazdu na mundial 2026, jest napastnik Jagiellonii Białystok Samed Baždar, który otrzymał powołanie do kadry Bośni i Hercegowiny. Ekipa z Bałkanów, która w finale baraży wygrała z Włochami po rzutach karnych, jako pierwsza - w poniedziałek 11 maja - ogłosiła kadrę wraz z listą rezerwową na wypadek ewentualnych kontuzji. Na turnieju zagra w grupie B z Kanadą, Szwajcarią i Katarzem.

Na wyjazd za wielką wodę liczy także pomocnik Cracovii Amir Al-Ammari, którego Irak wywalczył historyczny awans na mundial po 40 latach przerwy i zmierzy się z Norwegią, Senegalem oraz Francją. Szansę na powołanie ma też jego rodak Hussein Ali z Pogoni Szczecin. W kadrze Nowej Zelandii niemal pewny miejsca jest bramkarz Le-

chii Gdańsk Alex Paulsen, podobnie jak zresztą napastnik Wisły Płock Deni Jurić w reprezentacji Australii.

Niewykluczone, że na tegoroczny mundial pojadą także piłkarze Górnika Zabrze. Pomocnicy Patrik Hellebrand i Lukas Ambros oraz Lukas Sadilek znaleźli się w szerokiej kadrze Czech.

Na ostatniej prostej szansę na mundial stracił natomiast reprezentant Iranu i lider Lecha Poznań Ali Gholizadeh. Skrzydłowy może mówić o niewyobrażalnym pechu. W meczu z Motorem zerwał więzadła w kolanie i czeka go wielomiesięczna przerwa w grze, a to oznacza, że jego przyszłość w Kolejorzu stała pod znakiem zapytania. Jego kontrakt z Lechem wygasa po zakończeniu sezonu.

Kandydaci z PKO Ekstraklasy do gry na mundialu: Samed Baždar (powołany do kadry Bośni i Hercegowiny), Amir Al-Ammari (czeka na powołanie do Iraku), Hussein Ali (czeka na powołanie do Iraku), Deni Jurić (czeka na powołanie do Australii), Alex Paulsen (czeka na powołanie do Nowej Zelandii), Patrik Hellebrand, Lukas Ambros, Lukas Sadilek (szeroka lista do Czech). ©



Na wyjazd za wielką wodę liczy także pomocnik Cracovii Amir Al-Ammari

## Iga Świątek gra o półfinał turnieju w Rzymie. Rywalką jest Jessica Pegula

Zbigniew Czyż  
redakcja@polskapress.pl

**TENIS. Iga Świątek zagra dziś w ćwierćfinale tenisowego turnieju na kortach ziemnych WTA 1000 w Rzymie. Rywalką Polki będzie Amerykanka Jessica Pegula.**

W pojedynku o ćwierćfinał była liderka rankingu straciła zaledwie trzy gemy z Naomi Osaką. Klasyfikowana na szesnastym miejscu w światowym zestawieniu Japonka trenowana jest aktualnie przez by-

łego szkoleniowca Świątek, Tomasza Wiktorowskiego, który współpracował z Igą w latach 2021-2024.

Przeciwnko Azjatce Świątek zagrała nareszcie naprawdę dobry mecz. Nie pozwoliła rywalce złapać właściwego rytmu gry ani poczuć się komfortowo. Była agresywna w returnach i stwarzała okazje na przełamanie w każdym z ośmiu gemów serwisowych Osaki. Raszynianka wygrała ostatecznie bez najmniejszych problemów w zaledwie godzinie i 22 minuty 6:2, 6:1.

- Myślę, że to był mój najlepszy mecz na kortach ziemnych w tym sezonie, choć nie zagrałam ich jeszcze zbyt dużo. Odłąd zaczęłam pracować z trenerem Roigiem, chciałam wrócić do mojej dobrej gry. Wzrosła moja pewność siebie, także procent udanych serwisów - powiedziała tuż po meczu na antenie Canal+ Sport Świątek.

Polka staje teraz przed szansą awansu do półfinału, aż trudno w to uwierzyć, pierwszego dla siebie w bieżącym sezonie. Udany występ przeciwko Osace może zwiastować lepszy

okres gry Świątek, która od dłuższego czasu zmaga się z dużą presją. Powoli widoczne zaczynają być też efekty współpracy z Hiszpanem Roigiem, z którym związała się pod koniec marca. Polka coraz częściej rusza do siatki, na korcie spr-

**Do tej pory Świątek i Pegula zmierzyły się aż jedenaście razy, z czego sześć meczów zakończyło się wygraną Igi**

wia wrażenie nieco bardziej wy-luzowanej. Jej rywalką w walce o awans do najlepszej czwórki turnieju będzie Jessica Pegula (nr 5 WTA). Amerykanka w 1/8 finału pokonała reprezentantkę Austrii Anastazję Potapovą 7:6 (8-6), 6:2.

- Pegula to na pewno doświadczona, wymagająca i grająca z zimną krwią zawodniczka. Przeciwno niej muszę być solidna, na pewno przygotowuję się taktycznie, jutro będę mieć wolny dzień i myślę, że będę gotowa - powiedziała Świątek. ©

Historia spotkań pomiędzy Świątek a Pegulą jest długa. Do tej pory tenisistki zmierzyły się aż jedenaście razy, z czego sześć meczów zakończyło się wygraną Igi. Mecz o półfinał odbędzie się w środę, początek spotkania najprawdopodobniej o godzinie 13. Raszynianka turniej w Rzymie wygrała trzy razy - w 2021, 2022 i 2024 roku. Jest jedyną Polką, która pozostała w singlowej rywalizacji. Spotkania pierwszej rundy przegrały Magdalena Fręch i Magda Linette. ©

# Kroczkami do utrzymania, a potrzeba zrobić skok

Jacek Żukowski  
jacek.zukowski@polskapress.pl

**EKSTRAKLASA PIĘKARSKA. Cracovia znów nie wykorzystała szansy, nie wygrała meczu i wciąż musi mocno drżeć o zachowanie ligowego bytu.**

Cracovia walczyła o przełamanie z Radomiakiem. Zdołała tylko zremisować i wciąż jest nerwowa sytuacja w tabeli. „Pasy” balansują na krawędzi, awansowały wprawdzie na 13. miejsce w tabeli, ale mają tylko dwa punkty przewagi nad strefą spadkową.

Ścisk w tabeli jest nieproporcjonalnie, do zakończenia sezonu pozostają jeszcze dwie kolejki - Krakowianie zagrają w sobotę o godz. 14.45 w Lublinie z Motorem i na zakończenie z Koroną Kielce u siebie (23 maja o godz. 17.30).

Mecz z Radomiakiem to była trzecia kolejna szansa po spotkaniach z Pogonią Szczecin i Zagłębiem Lubin na odniesienie zwycięstwa pod wodzą nowego trenera Bartosza Grzelaka. Zamiast tego, padł trzeci remis.

- Ciężko komentować, uważam, że była duża ambicja, serce, ale nie udało nam się wygrać meczu - mówi szkoleniowiec Cracovii. - Przez pierwsze 60 minut graliśmy 11 na 11 przeciwko dobremu przeciwnikowi, wiele było dobrej gry, stwarzaliśmy sytuacje, a po czerwonej kartce dla rywala zmieniliśmy formację, by nie zrobić tego błędu co w meczu z Zagłębiem. Przystawiliśmy się na 4 - 4 - 2, jednego napastnika mając bardziej wysuniętego, drugiego takiego, który niżej schodził. Nie udało się. Nie mamy fajnego uczucia po meczu. Końcówka sezonu jest jak wyścig, biegniemy razem z innymi zespołami - zrobiliśmy słabe okrążenie, ale są jeszcze dwa, by przebiec, dalej mamy wszystko w swoich rękach.

Cracovia grała w przewadze jednego zawodnika w kolejnym meczu z rzędu. I znów nie przyniosło jej to zwycięstwa. Czy trenowała w tygodniu taką sytuację?

- Ile razy w sezonie gra się 11 na 10, a ile razy w dwóch meczach z rzędu? - zastanawia się



Martin Minczew (z prawej) kontra Zie Ouattara. Górą był obrońca, bramka nie padła...

trener. - Zrobiliśmy analizę wideo, pokazaliśmy, czego mamy nie robić. Rotacje rywala po lewej stronie były bardzo silne, pomocnicy wbiegali za plecy naszych obrońców, trzeba było pokazać, gdzie mamy atakować, w które strefy boiska. Zwracaliśmy uwagę na końcówki akcji, stałe fragmenty - tego dużo trenowaliśmy. Nie ma czasu by np. 30 minut trenować grę 11 na 10.

Kolejny raz „Pasy” zaczęły mecz trójką w obronie, ustawienie jest więc takie jak za trenera Luki Elsnera.

- Nasz skład nie został tak zbudowany, by grać systemem 4 - 3 - 3 - tłumaczy szkoleniowiec. - Jak się zmieniamy, to szukamy słabości u przeciwnika. Trzeba mieć trochę kontynuacji, bo jak będziemy zmieniać strukturę z meczu na mecz to jest ryzyko, że się pogubimy.

Szkoleniowiec w końcówce meczu wprowadził do gry Kamila Glika - obrońcę. W sobotę zagrał pół meczu w rezerwie. Czy w śródownym spotkaniu z Wisłą II też zagra?

- Kamil Glik nie będzie już grał w rezerwach - wyjaśnia szkoleniowiec. - Zagrał teraz, by się przystosować, poczuć mecz.

**SPORT W TV**  
Środa: 12 Eurosport 1, kolarstwo: Giro d'Italia; 17:50 Polsat Sport 2, koszykówka: King Szczecin - Zastal Zielona Góra; 17:50 Polsat Sport 3, piłka ręczna (elim. ME): Austria - Polska; 18:55 Canal+ Sport, piłka nożna: Villarreal -

Sevilla; 20:10 Polsat Sport 2, koszykówka: Śląsk Wrocław - Arka Gdynia; 20:25 TVP Sport, piłka nożna: Raków - Jagiellonia; 20:40 Polsat Sport 1, piłka nożna (Puchar Włoch): Lazio - Inter; 20:55 Eleven Sports 1, piłka nożna: Lens - PSG; 21:25 Canal+

Dziennik Polski  
Środa, 13.05.2026

Sport, piłka nożna: Alvaes - Barcelona.

**LOTTO**  
Poniedziałek, 11.05. Multi Multi, 22: 2, [3], 6, 11, 12, 13, 16, 17, 18, 22, 26, 29, 33, 35, 39, 62, 67, 74, 75, 80. Kaskada, 22: 1, 2, 5, 7, 9, 12, 14, 16,

20, 21, 22, 24. Ekstra Pensja: 3, 6, 9, 32, 34 + 4. Ekstra Premia: 3, 18, 19, 27, 35 + 2. Mini Lotto: 1, 6, 16, 32, 35. Wtorek, 12.05. Multi Multi, 14: 2, 9, 10, [14], 15, 17, 21, 26, 32, 34, 36, 39, 42, 47, 50, 52, 58, 64, 70, 72. Kaskada, 14: 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 14, 15, 17, 18, 23.

## Małopolskie kluby mają problemy z uzyskaniem licencji. Będą odwołania

Artur Bogacki  
artur.bogacki@polskapress.pl

**PIŁKA NOŻNA. Komisja ds. Licencji Klubowych PZPN rozpatrzyła wnioski klubów I i II ligi, mających szansę na awans na wyższe szczeble rozgrywkowe. Ekipy z Małopolski mają problemy.**

Tylko Sandecja (walczy o I ligę) spełniła wszystkie wymogi. Wieczysta Kraków, Puszcza Niepołomice (wnioski na ekstraklasę) i Podhale Nowy Targ (na I ligę) dostały decyzje odmowne. Wisła Kraków ma licencję nadzorowaną. Formalnie objęta została nadzorem infrastrukturalnym i finansowym. Klub musi wymienić krzesła na stadionie (ma to się stać po sezonie), miał spłacić zaległości finansowe (już zostało to dokonane). Za to drugie przewinięcie wymierzona została kara 66 tys. zł.

W przypadku Wieczystej wytknięto brak przekształcenia w sportową spółkę akcyjną. Klub rozpoczął już ten proces, będzie się odwoływał. „(...) W ocenie klubu na moment składania wniosku realizowane były działania związane z dostosowaniem struktury organizacyjno-prawnej do obowiązujących wymogów licencyjnych” - napisano w oświadczeniu.

Więcej problemów ma Puszcza. W jej przypadku wskazano pięć elementów, w tym brak... stadionu. Klub wydał oświadczenie: „W zakresie kryteriów fi-

nansowych decyzja Komisji wynika przede wszystkim z braku analizy kryteriów licencyjnych przez biegłego rewidenta. Sytuacja ta jest konsekwencją tego, że umowa zawarta z biegłym rewidentem w grudniu ubiegłego roku nie obejmowała weryfikacji kryteriów licencyjnych innych niż badanie sprawozdania finansowego. W zakresie kryterium infrastrukturalnego Komisja Licencyjna nie zaakceptowała harmonogramu prac dotyczących II etapu rozbudowy Stadionu Miejskiego w Niepołomicach”.

Dodajmy, że chodzi o rozbudowę trybun do 4500 miejsc.

Licencji nie I ligę nie ma Podhale. Największy problem jest ze stadionem. Drużyna po awansie może grać gdzieś indziej (np. w Niepołomicach), ale jednocześnie musi w trybie pilnym zacząć formalne prace nad dostosowaniem swojego stadionu.

„Do uzyskania zgody konieczne było przedstawienie kompleksowego planu modernizacji stadionu miejskiego w Nowym Targu wraz ze wskazaniem źródeł finansowania inwestycji, harmonogramu prac zakładającego zakończenie inwestycji w ciągu trzech sezonów licencyjnych oraz odpowiedniej dokumentacji administracyjnej dotyczącej planowanej modernizacji obiektu” - napisano w oświadczeniu klubu, zapowiadając odwołanie.

Kluby mają tylko 5 dni na uzupełnienie wniosków. W przypadku braku licencji nie mogą grać w barażach o awans. ©



Wieczysta i Puszcza na boisku liczą się w walce o awans z I ligi. Na razie nie mają licencji na grę w ekstraklasie