

kurier lubelski

Poniedziałek 20.10.2025 | Nr. 125 (18.146) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) | www.kurierlubelski.pl

Prezydent nie podpisze ustawy o statusie osoby najbliższej? **str. 6**



Inauguracja w KUL. Rektor dumny z rozwoju Collegium Medicum **str. 3**

Biskup wybierze proboszcza z konkursu. To efekt synodu **str. 4**



FOT. ARCHIWUM

LUBLIN

Chcemy zmienić tę część Śródmieścia i wiemy jak to zrobić - mówi inwestor **str. 5**



FOT. WIZUALIZACJA

KOLEJ ROZPOCZĘŁA SIĘ MODERNIZACJA OSTATNIEGO ODCINKA

Za 3 lata w 90 minut dojedziemy do stolicy

Jakub Sarek
Lublin

Za trzy lata ma zakończyć się modernizacja ostatniego odcinka kolejowej linii Warszawa Wschodnia - Lublin. Dzięki temu podróż pociągiem z Lublina do stacji Warszawa Centralna zajmie tylko 1,5 godziny.

PKP Polskie Linie Kolejowe podpisały właśnie umowę na modernizację i rozbudowę ostatniego odcinka trasy Warszawa Wschodnia - Lublin, czyli fragmentu Warszawa Wawer - Otwock (zwanego też linią otwocką). Wart ok. 1,4 mld euro netto kontrakt trafił do firmy Trakcja S.A. Roboty budowlane mają rozpocząć się jeszcze w tym roku.

- Docelowo na odcinku Warszawa Wawer - Otwock zaplanowaliśmy rozdzielanie ruchu pociągów daleko-

bieżnych od aglomeracyjnych - informuje Anna Znajewska-Pawluk, rzeczniczka PKP PLK. W tym celu wybudowane zostaną dwa dodatkowe tory, co pozwoli na stworzenie zupełnie nowego układu między Warszawą Wschodnią a Otwockiem. Dzięki temu zwiększy się przepustowość linii, a liczba kursujących pociągów między Warszawą a Otwockiem oraz Warszawą a Lublinem będzie mogła być większa. Przełoży się to na sprawniejsze i bardziej przewidywalne podróże zarówno w aglomeracji, jak i na trasach dalekobieżnych.

W ramach zadania przebudowanych zostanie osiem przystanków kolejowych w podwarszawskich miejscowościach. Remonty przejdą też mosty na rzece Świder. Zakończenie prac budowlanych przewidziano na 2028 r.

Linia otwocka to ostatni odcinek trasy kolejowej Warszawa Wschodnia - Lublin czekający na modernizację. - Po zakończeniu prac i uzyskaniu wszystkich niezbędnych dokumentów, czas przejazdu między Warszawą a Lublinem skróci się do około 90 minut. Obecnie najszybszy pociąg pokonuje tę trasę w 106 minut - zapowiada Anna Znajewska-Pawluk.

W poprzednich latach dobudowano drugi tor między Otwockiem a Pilawą oraz przebudowano odcinek od Pilawy do Lublina. - Linia otwocka to jedna z najbardziej eksploatowanych linii w obrębie Warszawskiego Węzła Kolejowego i dodatkowe tory na niej są potrzebne. Rozdzielenie ruchu aglomeracyjnego od dalekobieżnego oznacza więcej pociągów, więcej połączeń i szybsze przejazdy na tej trasie - nie ma wątpliwości Piotr Wyboriski, prezes zarządu PKP PLK.

Nr ISSN 2353-6136

Nr indeksu 350-32X



Hamas zaatakował Izrael. Koniec pokoju w Strefie Gazy? **str. 7**

REKLAMA

0011409011

BIG ZDRAP
Wygraj 1 000 000 zł

Koralowa
Wygraj 200 000 zł

CAŁY NARÓD DRAPIE ZDRAPKI

SZCZĘŚLIWA LICZBA 13
Wygraj 234 000 zł

RUBINOWA
Wygraj 214 000 zł

Podaruj radość WYGRYWANIA

DRAPNIJ NAWET 1 000 000 ZŁ

Zdrapki

LOTTO
Gdy grasz, wszystko gra!

W środę w Kurierze Strefa Biznesu

● Na tę klęskę długo pracowano. Dobre czasy zjadły górnictwo ● Ponad 4 tys. dolarów za uncję. Czy wciąż warto zainwestować w złoto?

ZAKAZY NIE ZLIKWIDUJĄ PROBLEMÓW

Krzysztof
Cugowski



Media społecznościowe podobnie jak i cały internet oprócz ewidentnych cech pozytywnych niosą też niewiarygodne patologie, zwłaszcza dla dzieci. To gigantyczny problem. Nie wiem tylko czy zakazy administracyjne mogą coś zmienić w tym temacie – pisze w komentarzu dla Kuriera Lubelskiego Krzysztof Cugowski.

Prawie zawsze jak widzi się siedzącą gdzieś grupę młodych ludzi, to oni najczęściej ze sobą nie rozmawiają tylko bawią się telefonami, które tak naprawdę są małymi komputerami.

W tej chwili bardzo rozrósł się pisemny sposób komunikowania. Może z jednej strony to dobrze, bo rozwija się umiejętność pisania, ale z drugiej strony to kompletna patologia bo ludzie nie rozmawiają ze sobą tylko piszą do siebie epi-stoły.

To bezsprzecznie zła sytuacja, ale ja nigdy nie wierzyłem i nie wierzę w administracyjne zakazy czegokolwiek. Nie mam pojęcia jak rozwiązać ten problem, ale wydaje mi się że wszelkiego rodzaju zakazy zawsze powodują kontrakcje, a przede wszystkim jeszcze większe zainteresowanie tym, co jest zakazane.

Tak jest w każdej dziedzinie. Doskonałym przykładem jest doping w sporcie o czym już wspominałem w innym komentarzu. Komisje antydopingowe zawsze są o jeden krok do tyłu. Zakazy nie prowadzą do likwidacji problemu, a jedynie to, że te zakazy zaczyna się omijać.

Jeszcze raz podkreślę, że rozwój internetu spowodował ogromny dostęp do informacji i wiedzy. To nie podlega dyskusji. Jednak z tym rozwojem pojawiły się patologie, jak dostęp małych dzieci do treści pornograficznych. To sytuacja trudna i same zakazy nic nie zmieniają.

ROZMOWA DNIA

Co zmienić na lekcjach polskiego? Zniosłabym kanon lektur

Danuta Starzyńska-Rosiecka
(PAP)

Rozmowa z Agnieszką Korpacz, Nauczycielem Roku 2025.

Dlaczego pani została nauczycielką? Jak to się stało?

Szczerze mówiąc, miałam plan, by zostać informatykiem, tak jak mój tata, ale w klasie maturalnej polonistka zachęciła mnie do udziału w olimpiadzie polonistycznej – i wtedy stwierdziłam, że pójdę na polonistykę. Natomiast myśl, by być nauczycielem, chyba zawsze trochę we mnie była. Myślę, że nauczycielstwo ma się we krwi.

Praca nauczyciela to są nie tylko miłe dni. Czy kiedykolwiek przyszła pani myśl, żeby przestać być nauczycielem?

Oczywiście, że przyszła, bardzo często przychodzi. Ten zawód nie jest dobrze opłacany, choć to akurat nigdy nie było moim priorytetem. Ta myśl o zmianie przychodziła w momencie, kiedy miałam poczucie, że albo sama szkoła mnie nie chce jako system – czyli to, co robię, nie ma po prostu sensu – albo na tyle wizerunek społeczny nauczyciela jest zły, że po prostu już nie daję sobie z tym rady. To mówienie, że nauczyciel pracuje tylko 18 godzin przy tablicy, że mamy długie wakacje...

A co w takim razie, jak przychodzi taki kryzys, przeko-

nuje panią, żeby jednak zostać w szkole?

Zawsze, gdy myślę, że tym razem złożę wypowiedzenie, to znajduje się uczeń, znajduje się inna osoba, która daje mi taki błysk, małutki płomień nadziei i stwierdzam, że może jeszcze spróbuję. Historie uczniowskie są największą motywacją w tej pracy. I to właśnie sprawia, że zostaję.

Jedną z najważniejszych rzeczy w uczeniu jest relacja między uczniem a nauczycielem. Jak budować dobre relacje?

Myślę, że trzeba być w tych relacjach autentycznym. Nie można udawać kogoś innego, bo uczniowie to wyczują. Druga rzecz to to, że uczniowie czują, czy ktoś ich lubi, czy interesuje się ich zainteresowaniami. A ja uważam, że mam fantastycznych uczniów i daję im to odczuć. Nie staję się ich koleżanką, bo nie o to chodzi, ale o to, by dać im sygnał, że są istotni w tej szkole. Uczniowie cenią to, gdy ktoś wymaga, ale jednocześnie jest sprawiedliwy. Trzeba trzymać określony poziom.

Szkola to nie tylko nauczyciele i uczniowie, ale też rodzice. Część nauczycieli wskazuje, że najtrudniejsze są relacje z rodzicami.

Tak, dla mnie też. Trudność kontaktów z rodzicami polega na tym, że to zbiór osób o różnych doświadczeniach. I trzeba znaleźć sposób roz-



FOT. JAKUB STEINBORN

mawiania ze sobą, kompromis. Problem polega też na tym, że nauczyciele z rodzicami widzą się tylko kilka razy w roku, dlatego z moją klasą mam grupę na WhatsAppie. Wrzucam tam zdjęcia, filmy pokazujące, co robimy z uczniami. Rodzice mówią, że to dla nich jest ważne.

Dużo się mówi o przygotowawczej reformie. Co pani zdaniem powinno się w szkole zmienić?

Niestety, u nas robi się reformy na kolanie: przychodzi nowy rząd, stwierdza, że zrobi inaczej niż poprzednicy... Bardzo często te zmiany robione są tak, żeby był jakiś szybki efekt, najlepiej spektakularny, ale w edukacji tak się nie da. Efekty zmiany w oświacie widoczne są czasem dopiero za kilka, kilkanaście, czasami nawet kilkadziesiąt lat. Dlatego ważne w edukacji jest myślenie długoterminowe, żeby wprowadzane reformy były przemyślane. Gdy myślę o zmianach na języku polskim, to zniosłabym kanon lektur. Można zaproponować kilka na dany etap edukacyjny, np. jeszcze kilka lat temu w liceum było ich osiem. Uważam, że to jest optymalna liczba. Natomiast trzydzieści, jak było w pewnym momencie, to jest zdecydowanie za dużo, a ich omawianie staje się po prostu fikcją. (PAP)

PRZYRODA

Wielka awantura w karmniku

Kilka sikorek zaczęło tęsknie zaglądać przez okno, jakby chciały zapytać: kiedy ustawisz karmnik? Wszak jesienią plu-cha lada chwila przejdzie w zimę. Wiem, wiem, że to jeszcze nie czas na dokarmianie, ale pusty karmnik w starym miejscu postawić mogę. Niechaj upierzona czerecha wie, gdzie niedługo będzie sypany do syta słonecznik. Taki miałem zamysł, lecz karmnik stał się przyczyną poważnych waśni. Ptaki są terytorialistami i nie znoszą bliskiego kontaktu z przedstawicielami swojego rodzaju. Co innego okres lęgowy, gdy wysoki poziom hormonów narzuca pewną tolerancję wobec przeciwnej płci. Tym razem poszło o pusty karmnik, który ptaki zwiedzały i siłą rzeczy wpadły na siebie. Jedzenia brak, a one i tak skakały sobie do oczu. Mała, drobna sikorka uboga, zwana niefortunnie szarytką (niefortunnie, gdyż szarytki to nazwa wielce szacownego zakonu), przepędza większą od siebie bogatkę. Jak wiadać, większy nie zawsze wygrywa. Śliczna sikorka modra atakuje intruza już w powietrzu. Katalog nieprzyjaznych gestów zawiera szczerzenie dzioba, rozkładanie skrzydeł na boki i głośne, ostrzegawcze głosy. Wszystkie pospół przeganiają dzwońca, który niebacznie zabłąkał się w okolicy karmnika. Ba, rzuciły nieładne spojrzenia na większą od nich synogarlicę, która nawiasem mówiąc też aniołkiem nie jest. Cóż, wyglądając na to, iż ptak ptakowi wilkiem jest!

Grzegorz Tabasz

Pogoda w regionie

Dzisiaj	Jutro
MAX 9°C MIN -1°C	MAX 12°C MIN 2°C
Pojutrze	Popołudnie
MAX 14°C MIN 6°C	MAX 15°C MIN 8°C
Barometr 1018 hPa Wiatr pld. 10 km/h Biomet korzystny	

Dziś imieniny obchodzą Felician i Irena

PISALIŚMY W KURIERZE

20.10.2014 r. „Szkieletor” przestanie straszyć. Będą bloki

Metalowy szkielet niedokończonych hali sportowej na Czubarach przestanie straszyć mieszkańców. Ratusz odzyskał od polsko-włoskiej spółki Idea Italia tereny przy ul. Jur-trzenki. Sądowa batalia trwała od 2008 r. – Wyrok jest prawomocny – poinformował Zbigniew Dubiel, radca prawny ratusza. Łącznie chodzi o dwa hektary gruntów. W 1998 r. ratusz oddał go w użytkowanie wieczyste inwestorowi polsko-włoskiej firmie Idea Ita-

lia. Miało tam powstać centrum rekreacyjne. Ale nic takiego nie nastąpiło. Teraz magistrat ma nowy pomysł na zagospodarowanie tego obszaru.

– To znakomity teren pod inwestycję. Chcemy, aby mogły tam powstać mieszkania. Ale do tego trzeba jednak zmiany planu zagospodarowania przestrzennego. Wiemy, że są deweloperzy zainteresowani taką inwestycją – mówił prezydent Lublina. Być może byli właściciele tych gruntów, którzy zostali przed laty wywłaszczeni, zechcą je odzyskać. JS

KALENDARIUM

1655

Hetman wielki litewski Janusz Radziwiłł zerwał unie Litwy z Koroną i podpisał pakt ze Szwecją. Karol X Gustaw został wielkim księciem Litwy.

1822

Zainaugurował działalność Teatr Stary w Lublinie. Była tam scena dramatyczna i operowa, a w XX w. także kino.

1934

Nad Wisłą w Puławach otwarto Most im. Ignacego Mościckiego łączący Puławę ze wsią Góra Puławska.

1957

Na Stadionie Śląskim w meczu eliminacyjnym do Mistrzostw Świata Polska, po dwóch golach Gerarda Cieślika, pokonała ZSR 2:1.

nasz REGION

KRÓTKO

CHEŁM

Ogień zniszczył schronisko dla bezdomnych



FOT. STOWARZYSZENIE

W Chełmie w ub. tygodniu spłonął ośrodek dla osób w kryzysie bezdomności, w którym miały schronienie i ciepły posiłek.

Pożar zniszczył jeden z budynków i poważnie uszkodził sąsiedni obiekt. - Ogień rozprzestrzenił się na sąsiedni budynek w którym mieści się stołówka oraz kuchnia gdzie przygotowywane są posiłki dla naszych podopiecznych - poinformowało Stowarzyszenie Monar - Schronisko dla Osób Bezdomnych Markot w Chełmie.

Na szczęście wszyscy podopieczni są bezpieczni, jednak placówka stoi przed dramatycznym wyzwaniem - przed nami sezon zimowy, podczas którego osoby w kryzysie bezdomności szczególnie potrzebują schronienia i ciepłych posiłków.

- Pilnie potrzebujemy wsparcia na remont budynku. Każda najmniejsza pomoc ma dla nas ogromne znaczenie.

Chętni mogą skontaktować się ze stowarzyszeniem pod numerem 512 026 291. ASZ

LUBLIN

Pożar w składowisku odpadów przy ul. Metalurgicznej
Kilkanaście zastępów straży pożarnej walczyło w niedzielę z pożarem w składowisku odpadów przy ul. Metalurgicznej w Lublinie. Nie ma informacji o osobach poszkodowanych. - Ogień zajął hałdę odpadów zmieszanych o wymiarach 20x10 metrów - przekazał nam dyżurny stanowiska kierowania Komendanta Wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej w Lublinie. Na tę chwilę nie jest znana przyczyna pojawienia się ognia. JS



FOT. POLICJA

ZIELONA GÓRA

Areszt dla właściciela psów
53-letni właściciel psów, które śmiertelnie pogryzły 46-letniego mieszkańca Puław, został zatrzymany przez policję, a sąd nakazał areszt na trzy miesiące. O sprawie szeroko pisaliśmy w piątek.

Rektor KUL dumny z rozwoju Collegium Medicum

Jakub Sarek
Lublin

KUL uroczystie zainaugurował wczoraj rok akademicki 2025/26. Kształcić się na nim będzie ponad 8 tys. studentów. Studia na pierwszym roku rozpoczęło prawie 3,5 tys. osób.

Ks. prof. Mirosław Kalinowski, rektor KUL, do sukcesów, które odniósł uczelnia w ubiegłym roku akademickim zaliczył m.in. jej obecność w Times Higher Education Impact Rankings. - Zostaliśmy w nim wyróżnieni - jako jedyna uczelnia z Lublina - przyczyniająca się do wypełnienia celów na rzecz globalnego rozwoju - podkreślił ks. prof. Kalinowski. Zadeklarował też, że „będziemy (jako KUL - dop. red.) nadal rozwijać nasze laboratoria, infrastrukturę badawczą i starać się o dodatkowe środki finansowe”.

- W ubiegłym roku te działania były szczególnie widoczne w Collegium Medicum. Wzmocniliśmy tam kadrę badawczą, udostępniliśmy do użytku nowoczesne prosektorium, podpisaliśmy umowy umożliwiające tworzenie oddziałów klinicznych - wyliczał ks. prof. Kalinowski.

Jak dodał, „wysoka jakość kształcenia została dostrzeżona przez Ministerstwo Zdrowia” - Resort zdecydował o zwiększeniu limitu przyjęć



FOT. MALGORZATA GENCA

Studia w KUL na pierwszym roku rozpoczęło prawie 3,5 tys. osób.

na kierunek lekarski z 60 do 80 studentów. Warto przy tym wspomnieć, że w ubiegłym roku pielęgniarstwo i położnictwo ukończyło ok. 60 absolwentów - zaznaczył rektor KUL.

Zapowiedział jednocześnie, że w „następnych miesiącach jeszcze bardziej rozbudujemy laboratoria biotechnologiczne, Centrum Symulacji Medycznych oraz powstające kliniki”.

Podczas inauguracji odczytany został okolicznościowy list, który wystosował Marcin Kulasek, minister nauki i szkolnictwa wyższego. Listy gratulacyjne na ręce rektora KUL

przesłali także m.in. prezydent RP Karol Nawrocki, marszałek Sejmu Szymon Hołownia, Prymas Polski abp Wojciech Polak i wicepremier Krzysztof Gawłowski, minister cyfryzacji.

Na KUL - najstarszej uczelni w Lublinie - w roku akademickim 2025/26 kształcą się ponad 8 tys. studentów (w tym ok. 3,5 tys. na I roku). W ofercie dydaktycznej znajduje się ok. 100 kierunków.

Wykład i spotkanie z Aleksandrem Kwaśniewskim

W sobotę w KUL gościł Aleksander Kwaśniewski, wla-

tach 1995-2005 prezydent RP. Wygłosił tam wykład pt. „Świat wobec nowych wyzwań”. Jak stwierdził, że nie spodziewał się zaproszenia akurat na tę uczelnię.

- To było dla mnie zaskoczenie, ale także zaszczyt i przyjemność. KUL w całej swojej historii zawsze był miejscem dialogu, otwartości, gdzie dyskutowano o różnych kwestiach i wielu wartościach, dlatego cieszę się, że tu jestem. Książę rektor nie zapytał mnie czy jestem wierzący, co bardzo doceniam - mówił z uśmiechem były prezydent.

W drugiej części spotkania Kwaśniewski odpowiadał na pytania publiczności, która szczelnie wypełniła salę w Centrum Transferu Wiedzy KUL.

- Polska jest w niezłej sytuacji i dobrej formie. Ostatnie 35 lat to jest historia sukcesu. Tego przykładem jest i Lublin, i KUL, i drogi w naszym kraju. Od 20 lat mamy w polityce polaryzację, a Polska jakoś ciągle się rozwija i trwa. W tym okresie - mniej więcej pół na pół - naszym państwem rządzą Jarosław Kaczyński i Donald Tusk. I ani jeden, i ani drugi nie zna się na gospodarce. Powiem więcej - oni o tym wiedzą i dlatego gospodarki nie dotykają. I to jest przyczyna naszego sukcesu - żartobliwie komentował były prezydent pytany o ocenę transformacji ustrojowej w Polsce.

PiS przejął władzę w powiecie łęczyńskim. Łukasz Reszka nowym starostą

Aleksandra Szymczak
Łęczyń

W powiecie łęczyńskim nastąpiła polityczna zmiana. Łukasz Reszka z PiS zajął miejsce po staroście z PSL.

W głosowaniu tajnym za wyborem Łukasza Reszki opowiedziało się 12 z 17 radnych powiatu łęczyńskiego. Tym samym Prawo i Sprawiedliwość przejęło kontrolę nad samorządem.

- Nie chcę rozliczać poprzedników czy wskazywać

błędów. Ja otrzymałem misję od rady powiatu, żeby to, mówiąc krótko, posklejać, połączyć, tak, żeby to funkcjonowało, jak należy - powiedział Łukasz Reszka w rozmowie z PAP.

Razem ze starostą wybrano również nowy zarząd powiatu. Oprócz Łukasza Reszki, w jego skład weszli: Kamilla Patalita, Łukasz Libera i Krzysztof Niewiadomski (wszyscy z PiS) oraz Szymon Czech z komitetu Twój Samorząd, który pozostał na stanowisku wicestarosty.

Zmiany nastąpiły także w radzie powiatu. Nowym



FOT. STAROSTWO POWIATOWE

Nowe władze wybrane podczas czwartkowej sesji rady powiatu łęczyńskiego

przewodniczącym został Mariusz Fijałkowski (PiS), który zastąpił Teodora Kosiarskiego (KO). Za jego wyborem głosowało 12 radnych, pięciu było przeciw.

Do zmiany władzy w powiecie łęczyńskim doszło po tym, jak we wrześniu br. radni odwołali dotychczasowego starostę Daniela Słowika (PSL). Jego zarząd nie otrzymał wotum zaufania ani absolutorium po przedstawieniu raportu o stanie powiatu. W głosowaniu za odwołaniem Słowika opowiedziało się 15 radnych, co

oznaczało rozpad dotychczasowej koalicji PSL-KO-Trzecia Droga-Twój Samorząd, która po wyborach w 2024 r. miała większość w radzie.

Daniel Słowik komentował, że nie spodziewał się takiego wyniku głosowania. - Absolutnie nie podejrzewałem, że koalicja, która współpracowała prawie półtora roku, zagłusuje w ten sposób - mówił. Dodał, że mimo zmian będzie wspierał dobre inicjatywy dla powiatu „ponad podziałami politycznymi”. PAP

W Lublinie powstała nowa jadłodzielnia. Tym razem na Czechowie

Joanna Jastrzębska
Lublin

PCK pomaga potrzebującym zaspokoić ich podstawowe potrzeby. Jedną z form jest organizowanie jedzenia. Dzięki uruchomionej niedawno jadłodzielni będzie to dużo prostsze.

Jadłodzielnia to miejsce, w którym możemy puścić w dalszy obieg niepotrzebne nam jedzenie. Ważne jedynie, żeby nadać się do spożycia. Dotyczy to zarówno osób prywatnych, jak też sklepów i restauracji.

Jadłodzielnia mieści się przy ul. Bursaki 17a, na terenie PCK. Można tam zostawiać także niezniszczone książki i niewielkie artykuły gospodarstwa domowego.



Jadłodzielnia są potrzebne praktycznie w każdym mieście

- Problem głodu i niedożywienia nie dotyczy tylko Trzeciego Świata, co oglądamy w telewizji. To problem, który często jest za naszymi drzwiami, za ścianą, u naszych sąsiadów. Bardzo duża część naszego społeczeństwa może nie głoduje, ale rzeczywiście ma bardzo kiepską jakość odżywienia. Jest mnóstwo seniorów, którzy nie dojadają i jedzą jeden posiłek - mówi Maciej Budka, dyrektor lubelskiego oddziału PCK.

W Lublinie PCK w kwestii żywności pomaga miesięcznie ok. dwóm tysiącom osób, a w województwie trzydziestu tysiącom. Jadłodzielnia powstała też w Opolu Lubelskim i Włodawie. Ta na Bursakach, póki co będzie otwarta w godzinach pracy PCK, czyli od poniedziałku do piątku w godz. 7-17.

Jakub Sarek
Lublin

Arcebiszop lubelski może ogłosić konkurs, który wyłoni proboszcza nieobsadzonej parafii. Kandydat musi mieć minimum 15 lat kapłańskiego stażu, przedstawić program duszpasterski i swoje osiągnięcia.

30 listopada br., w I Niedzielę Adwentu, w archidiecezji lubelskiej w życie wchodzi nowe prawo diecezjalne. Daje ono możliwość ogłaszania przez arcebiszupa lubelskiego konkursu na proboszcza w parafiach, w których ten urząd nie jest obsadzony.

- W celu wyłonienia kandydata na urząd proboszcza konkretnej parafii arcebiszop może publicznie ogłosić zamiar dokonania nominacji i zaprosić zainteresowanych prezbiterów, którzy co najmniej piętnaście lat wcześniej przyjęli święcenia kapłańskie, do przedstawienia swojej kandydatury. Taki komunikat to jedna z możliwości, a nie obojętne. Nie każdy proboszcz będzie wyłaniany w taki sam sposób. Jezus powierzył władzę w Kościele Piotrowi i apostołom, co oznacza, że głos decydujący należy zawsze do biskupa - tłumaczy ks. Adam Jaszczyk, kanclerz kurii metropolitalnej w Lublinie.

I dodaje, że „nowa procedura stanowi jedynie instru-



W sprawie obsady proboszcza parafii głos decydujący należy zawsze do biskupa

ment prawny, z którego biskup może skorzystać, gdy uzna to za słuszne”.

Jak ma wyglądać sam konkurs?

- Po komunikacie arcebiszupa skierowanym do księży każdy kandydat składa pismo zaadresowane do arcebiszupa o powierzenie mu konkretnej parafii. Pismo to powinno zawierać uzasadnienie kandydatury oraz opis przebiegu i osiągnięć w posłudze kapłańskiej w dotychczasowych placówkach duszpasterskich, a także propozycję programu duszpasterskiego i działań o charakterze gospodarczym dla parafii, o którą

się ubiega - wyjaśnia ks. Jaszczyk.

Dodatkowo, do pisma należy dołączyć opinię aktualnego dziekana, zaświadczenie o zdanim egzaminie proboszczowskim (w archidiecezji lubelskiej księża podchodzą do niego w siódmym roku kapłaństwa), zaświadczenie o wywiązywaniu się ze świad-

Sama procedura konkursowa w sprawie wyłonienia proboszcza nie przewiduje bezpośredniego udziału w niej wiernych

czeń finansowych oraz zaświadczenia potwierdzające ewentualnie odbyte studia, kursy podyplomowe i inne osiągnięcia.

Sama procedura konkursowa nie przewiduje bezpośredniego udziału w niej wiernych.

- Należy jednak pamiętać, że decyzja biskupa o mianowaniu proboszcza wynika z wielu wcześniejszych doświadczeń i obserwacji. Biskup, odwiedzając parafie, spotyka się z radami parafialnymi oraz z wiernymi świeckimi spoza tych rad, którzy mogą przekazywać swoje uwagi i spostrzeżenia - wskazuje ks. Jaszczyk.

Jak podkreśla, „znaczną część posługi biskupa stanowi właśnie spotkanie się z ludźmi i wsłuchiwanie się w to, co mają do powiedzenia. Do kurii napływają także listy od wiernych”.

- Nie brakuje w nich głosów pozytywnych, pełnych wdzięczności za posługę proboszczów i wikariuszy. Są to również cenne głosy, które biskup bierze pod uwagę przy podejmowaniu ewentualnych decyzji personalnych - zaznacza ks. Jaszczyk.

Możliwość ogłoszenia konkursu na proboszcza to owoc zakończony we wrześniu 2025 r. III Synodu Archidiecezji Lubelskiej. Trwał on cztery lata. Połowę jego uczestników stanowili wierni świeccy.

©P

Sąd uniewinnił prawników oskarżonych o przywłaszczenie blisko 3 mln

PAP
Lublin

Sąd Apelacyjny w Lublinie uniewinnił troje prawników oskarżonych o przywłaszczenie blisko 3 mln zł. Pieniądze z odszkodowania za bezprawne przejętą kamienicę miały trafić - zgodnie z wolą zmarłego małżeństwa - na realizację projektów naukowych na KUL. Wyrok jest prawomocny.

Sędzia Dorota Janicka argumentowała, że taki czyn charakteryzuje się zamiarem bezpośrednim, poprzez który sprawca usiłuje na stałe pozbawić własności cudzej rzeczy. Natomiast sąd ustalił, że pieniądze z odszkodowania za bezprawne przejętą kamienicę zostały przebrane na konto kancelarii zgodnie z wolą ich klientki.

- Oskarżeni utworzyli w tym celu odrębne konto, na którym

te pieniądze spoczywały. Poinformowali KUL o tym, że pieniądze są i że jest konieczność zwołania kapituły funduszu - wyjaśniała sędzia. Do tego - zgodnie z wolą swojej mocodawczyni - potrącili sobie wynagrodzenie, większość jeszcze za życia kobiety.

Sędzia zwróciła uwagę, że wolą klientki było pomnażanie pieniędzy na koncie, a oskarżeni byli zobligowani do tego w oparciu o status funduszu stypendialnego. - I to czynili. Nie ulega wątpliwości, że te pieniądze uległy pomnożeniu o kwotę prawie 400 tys. zł - dodała sędzia Janicka.

Odnosząc się do tego, że oskarżeni w latach 2013-2017 nie poinformowali rektora KUL o tym, że pieniądze są już na koncie, sędzia wskazała na ich „wyjaśnienia, co do interpretacji, kiedy mieli o tym poinformować”. Zauważyła także, że jeszcze przed złoże-



Darczyńcy pragnęli spełnić wolę męża i przekazać znaczną część środków na KUL

niem zawiadomienia o przestępstwie, jedna z oskarżonych reprezentująca kancelarię „przesłała odpowiednie dokumenty, w związku z tym rektor był poinformowany o tym, że takie pieniądze są”. - Gdyby rektor zwrótnie odpowiedział na to pismo, wskazując wady

prawnego rozwiązania, że taka jednostka, jak fundusz stypendialny nie może zaistnieć i jest bezskuteczna, to wówczas można byłoby ewentualnie dalej wnioskować o zamiarze - uzasadniała sędzia.

Obrońca oskarżonego, adwokat Stanisław Estreich w roz-

mowie z mediami po ogłoszeniu wyroku przyznał, że jest zadowolony z decyzji sądu drugiej instancji. - Wreszcie zostały uwzględnione te okoliczności, które cały czas podnosiliśmy. Dalsze losy tego funduszu będą ciekawe. Fundusz przecież istnieje i teraz KUL powinien z tego korzystać - dodał.

Przypomnijmy, że Prokuratura Okręgowa w Lublinie oskarżyła w 2023 r. troje prawników o przywłaszczenie blisko 3 mln zł. Właścicielami kamienicy w centrum miasta było starsze małżeństwo, które przez wiele lat próbowało odzyskać budynek zajęty po wojnie na potrzeby wojska. Mężczyzna zmarł w 1996 roku, ale w 2013 r. sąd przyznał jego żonie ponad 4 mln zł odszkodowania z odsetkami. Kobieta pragnęła spełnić wolę męża i przekazać znaczną część środków na KUL poprzez utworzenie specjalnego funduszu jego imienia, z którego miałyby

finansowane „projekty naukowe i badawcze, opracowywane przez nauczycieli akademickich KUL”.

Według śledczych radcy prawni - na podstawie pełnomocnictwa kobiety - pobrali na rachunki bankowe kancelarii 3,7 mln zł odszkodowania i odsetki w kwocie ponad 500 tys. zł. Po wypłaceniu ustalonego wynagrodzenia i poniesionych kosztów sądowych rozporządzali pozostałą kwotą, dokonując - według prokuratury - wypłat gotówkowych, przelewów i transferów na 14 lokat terminowych, działając w ten sposób na szkodę klientki oraz jej spadkobierców.

Kobieta zmarła w 2017 r. a sprawa powstania funduszu utknęła. Po kilku latach o sprawę darowizny zapytali kancelarię przedstawiciele KUL, którzy zdecydowali się złożyć zawiadomienie do organów ścigania.

PAP

Deweloperzy chcą rozpocząć trzy duże inwestycje

Artur Jurkowski
Lublin

Na październikowej sesji radni będą debatować o zintegrowanym planie inwestycyjnym. Gra idzie o zabudowę trzech lokalizacji.

Teren w zbiegu ul. Dolnej 3 Maja i al. Solidarności wykorzystywany jest obecnie jako parking. Spółka TKM Global, która jest jego właścicielem, chce go zabudować. Aby było to możliwe sięgnęła po nową procedurę planistyczną czyli zintegrowany plan inwestycyjny (ZPI). Projektem uchwały w tej sprawie miejsca radni zajmą się na najbliższej sesji (23 października).

- Inwestycja jest zaprojektowana jako nowa brama Śródmieścia Lublina, jej kluczowe położenie w centralnym punkcie zobowiązuje mnie i cały zespół do zaprojektowania obiektu o wysokich walorach architektonicznych - opisuje Maciej Michalski z pracowni PAI Michalski.

Budynek ma mieć 9 kondygnacji z 2 kondygnacjami pod-



FOT. WIZUALIZACJA

Budynek z 270 mieszkaniami – to plan na zabudowę parkingu w zbiegu Dolnej 3 Maja i Solidarności

ziemnymi. - Parter w całości zaprojektowany w układzie lokali usługowych dostępnych od ul. Dolnej 3 Maja. Powyżej parteru zaprojektowaliśmy blisko 270 komfortowych mieszkań. Na potrzeby inwestycji jest zaprojektowanych 280 miejsc postojowych w parkingu podziemnym oraz 30 miejsc na terenie - wskazuje Michalski.

- Mamy nadzieję, że zostaniemy potraktowani tak samo

jak inni deweloperzy w Lublinie, którzy składając ZPI, otrzymali zgodę, by przystąpić do negocjacji z miastem. Tym bardziej, że mamy wiele do zaoferowania zarówno miastu jak i mieszkańcom. Chcemy zmienić dla nich tą część miasta i wiemy jak to zrobić, aby to miejsce było jednym z ładniejszych w Lublinie - dodaje Tomasz Księżopolski, prezes TKM Global.

Radni będą debatować na sesji nad trzema projektami uchwał w sprawie ZPI. Kolejny dotyczy terenów w zbiegu Kuńskiego i Wolskiej. To obszar związany z dawnym Lubelskim Zakładem Przemysłu Skórzanego Protektor. O ZPI wystąpiła też spółka Lalak Development. Chodzi o grunt o powierzchni 1,3 ha przy ul. Nałęczowskiej, po sąsiedzku z ul. Cisową.

Zintegrowany Plan Inwestycyjny to następca specustawy mieszkaniowej zwanej „lex deweloper”. ZPI jest równoważny miejscowemu planowi zagospodarowania przestrzennego.

Z inicjatywą wychodzi inwestor (a nie gmina jak w tradycyjnie procedurze). Aby procedura ruszyła zgodę muszą dać radni. Po przyjęciu uchwały ruszają negocjacje między gminą a inwestorem, której końcem jest umowa urbanistyczna, określająca zobowiązania inwestora na rzecz gminy. Ostatnim elementem procedury jest ponowne głosowanie uchwałą o ZPI wraz z umową urbanistyczną.

Prokuratura umorzyła śledztwo w sprawie polonistki z IX LO

Adrianna Romanek
Lublin

Wobec nauczycielki kierowano zarzuty dotyczące m.in. niestosownego zachowania wobec uczniów. Prokuratura zajęła się sprawą, ale nie dopatrzyła się znamion czynu zabronionego.

W lutym br. opisywaliśmy sprawę polonistki Katarzyny Kasprzyckiej z IX LO w Lublinie. Do naszej redakcji zgłosili się wówczas uczniowie szkoły, którzy po publikacji „Gazety Wyborczej” postanowili stanąć w obronie swojej nauczycielki. - Uważamy, że oburzenie części rodziców wynika bardziej z tego, że ich dzieci dostają niskie oceny. Niestety, zamiast zachęcać ich do nauki, woła obwiniać nauczycieli za słabe wyniki - mówili.

Część rodziców i uczniów zarzucała polonistce niewłaściwe zachowania wobec młodzieży. W pismach, które trafiły do dyrekcji szkoły, pojawiały się m.in. oskarżenia o stosowanie przemocy słownej. Według „Wyborczej”, nauczycielka miała dopu-

ścić się także szarpania jednej z uczennic oraz uderzenia dziennikiem innej. Sprawą zajęło się kuratorium oświaty, a następnie komisja dyscyplinarna, która ostatecznie uniewinniła nauczycielkę.

Po publikacjach w mediach sprawą zajęła się prokuratura. Teraz umorzyła ona postępowanie wobec braku znamion czynu zabronionego. - Jest to postanowienie prawomocne - poinformował Marcin Stelmach, szef Prokuratury Rejonowej Lublin-Południe.

- Z jednej strony spodziewałam się takiego rozstrzygnięcia, bo stawiane mi zarzuty były po prostu nieprawdziwe albo opierały się na błędnej, tendencyjnej interpretacji moich słów czy zachowań. Z drugiej strony, nie ukrywam, że wisiolo to na dę mą jak miecz Damoklesa, więc bardzo się cieszę, że sprawa jest już zamknięta - skomentowała w rozmowie z „Kurierem” Katarzyna Kasprzycka. Mówi, że rozważa podjęcie kroków prawnych wobec osób, które - jej zdaniem - naruszyły jej dobra osobiste.

MATERIAL INFORMACYJNY PTWP

0211374329

Mniej regulacji, więcej przestrzeni do tworzenia innowacji. Mocny apel biznesu ws. konkurencyjności przemysłu

Polski biznes wie, czego potrzebuje, aby budować polski przemysł i skutecznie konkrować na arenie międzynarodowej - to jedno z przesłań zakończonego w Katowicach Forum Nowego Przemysłu. Dwa dni dyskusji skupione były wokół szans, zagrożeń, najważniejszych trendów i czynników kształtujących przemysł dzisiaj i jego rozwój w przyszłości.

W trakcie Forum Nowego Przemysłu jej uczestnicy podkreślali kluczową rolę współpracy przemysłu i administracji publicznej, która w obliczu nowych wyzwań w architekturze bezpieczeństwa politycznego i gospodarczego buduje realną siłę i odporność państwa. **Grzegorz Wrona**, podsekretarz stanu w Ministerstwie Aktywów Państwowych, podkreślał, że polska gospodarka jest silna.

- Obecnie ministerstwo podejmuje energiczne działania dotyczące udziału local content w kluczowych inwestycjach. W ministerstwie wnikliwie przeglądamy strategię spółek skarbu państwa. Chcemy, żeby

w jak największym stopniu skupiały się na inwestycjach, które powinny wiązać się z interesem kraju. Skupmy się na inwestycjach, które wiążą się z konkurencyjnością, rozumianą jako zapewnienie taniej, stabilnej i oczywiście niskoemisyjnej energii. Polski rząd chce pomóc przedsiębiorcom, dlatego chcemy skrócić procesy administracyjne, które dzisiaj hamują działania. Rozwój technologii i ochrona rynku przed nieuczciwą konkurencją to priorytety - podkreślał minister **Grzegorz Wrona**.

W ramach wydarzenia niejednokrotnie powracał temat relacji administracja rządowa - przemysł i regulacji, zarówno krajowych, jak i unijnych, jako tego obszaru, który jest dynamiczny i ma znaczący wpływ na gospodarkę.

Andrzej Skolmowski, prezes zarządu Grupy Azoty, zwracał uwagę, że obecnie istotne dla całego przemysłu w Europie jest zwrócenie uwagi na warunki, w jakich prowadzi swoją działalność. Postulował, aby wszystkie wprowadzane regulacje ze sobą współistniały,



a dyskusja o roli przemysłu miała charakter biznesowy.

- Dla przykładu w sektorze chemicznym konkurencyjność sektora jest budowana przez regulacje, które nie są dopasowane do jego specyfiki. Dyskusja o branży dotyczy perspektywy najbliższych 10 lat, dlatego wszelkie działania regulacyjne wpływające na naszą zdolność do rywalizacji na europejskim i globalnym rynku muszą uwzględniać dalekowszroczne myślenie, a w pierwszym okresie ochronę. Musimy proponować mechanizmy, które pozwolą nam dostosować się do wprowadzanych regulacji, z uwagi na presję producen-

tów z krajów, które prawodawstwu unijnemu nie podlegają. Bez takiego podejścia nie będzie sektora chemicznego w Europie - apelował **Andrzej Skolmowski**.

- Warto także zwrócić uwagę na konieczność inwestowania w dostosowanie firm do unijnych regulacji, kosztem innowacyjności i usprawnienia produkcji. A powinniśmy iść dokładnie w przeciwnym kierunku - mniej regulacji, więcej innowacji - powiedział **Roman Przybylski**, prezes Grupy Kęty.

Z tym podejściem zgodził się **Robert Stobiński**, prezes zarządu Grupy Amica,

który stwierdził, że w wyniku wprowadzanych regulacji nie jesteśmy w stanie konkurować z producentami pozaeuropejskimi.

- Cieszę się, że przemysł coraz głośniej postuluje, aby decydenci zastanowili się, czemu ma służyć wprowadzanie kolejnych regulacji. Gdybyśmy chcieli czysto ekonomicznie podejmować decyzje, to powinniśmy jutro zamknąć fabryki w naszym kraju, ze względu na koszty produkcji. Jednakże w Polsce przez ostatnie 20 lat jasno pokazaliśmy, że potrafimy i nie ma dla nas rzeczy niemożliwych. Nie ograniczajmy tego. Wystarczy nie przeszkadzać przemysłowi, a on sobie da radę - podkreślał **Robert Stobiński**.

W podobnym tonie wypowiadał się **Przemysław Sztuczowski**, prezes zarządu Cognor, który zwrócił uwagę, że hutnictwo europejskie jest obciążone obowiązkami wynikającymi z ETS. Podkreślił, że sektor hutniczy w Polsce został zrestrukturyzowany, był dochodowy, co zaburzyło wprowadzenie Zielonego

Ładu. Zauważył, że w administracji rządowej jest zrozumienie tej sytuacji i istnieje chęć do rozmów.

- Obecnie duży nacisk kładziemy na odbudowę naszego potencjału obronnego. Nie jest to możliwe bez rozwijania branży hutniczej. Nasze huty są jedynym producentem stali dla pocisków kaliber 155 mm. Był taki moment, że nagle wszyscy chcieli produkować ten typ uzbrojenia, a koncepcja obejmowała składanie tego kalibru od początku do końca w Polsce. Dzisiaj to już się dzieje, ale wymagało to naszej inicjatywy, aby uświadomić otoczeniu, że my tę niezbędną stal produkujemy od lat - mówi **Przemysław Sztuczowski**. Polska jest jednym z najbardziej uprzemysłowionych krajów Europy. Ta gałąź gospodarki odpowiada za ponad 20% PKB i daje zatrudnienie co piątemu pracownikowi w naszym kraju. Szeroka dyskusja o przemysle - o szansach i wyzwaniach, przed którymi stoi - pozwalała zdefiniować zagrożenia i kreślić scenariusze rozwoju w przyszłości.

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Dzisiaj poznamy zwycięzcę Konkursu Chopinowskiego

Dzisiaj zaprezentuje się trzech ostatnich finalistów XIX Konkursu Chopinowskiego. Kanadyjczyk Kevin Chen rozpocznie swój popis o godz. 18. Następnie zagra reprezentant Gruzji David Khrikuli, a ostaniam będzie Japonka Shiori Kuwahara. Dzisiejszego wieczoru wszyscy pianiści zasiadą przy fortepianie Steinway & Sons.

Zwycięzcę Konkursu Chopinowskiego poznamy dzisiaj późnym wieczorem. Nato-

miast jutro odbędzie się gala wręczenia nagród i pierwszy z trzech koncertów laureatów; dwa kolejne koncerty laureatów zaplanowano na 22 i 23 października.

W finale wystąpili już: Polak Piotr Alexewicz, Chińczyk Tianyou Li, Amerykanin Eric Lu, Chinka Tianyao Lyu, Malezyjczyk Vincent Ong, Japonka Miyu Shindo, Chinka Zitong Wang i Amerykanin William Yang.

Oprac. Anna Nagel | PAP

PARYŻ

Z Luwru skradziono klejnoty



Kilku sprawców zrabowało w niedzielę rano klejnoty eksponowane w jednej z sal Luwru. Sprawcy zdołali zbiec. Dziennik „Le Parisien” poda, że do rabunku doszło w Galerii Apolla, gdzie eksponowane są klejnoty francuskich władców. Skradziono dziewięć przedmiotów, w tym: naszyjnik, broszę i diadem. | PAP

SOPOT

Europoseł Polski 2050 Michał Kobosko powiedział w kularach Europejskiego Forum Nowych Idei (EFNI) w Sopocie, że w jego partii trwają wstępne rozmowy o sukcesji. Jego zdaniem najlepszym szefem partii byłby Szymon Hołownia. Dodał jednak, że decyzja marszałka o rezygnacji będzie szansą na to, żeby „w jakimś stopniu pokazać nowe oblicze Polski 2050”. | PAP

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 20.10.2025

”

W Polsce 2050 trwają wstępne rozmowy o sukcesji. Będę przekonywał Szymona Hołownię do zmiany zdania

Michał Kobosko europoseł Polski 2050

Prezydent nie podpisze ustawy o statusie osoby najbliższej?

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

„Prezydent Karol Nawrocki nie zgodzi się, żeby poprzez nowe rozwiązania budować alternatywę dla małżeństwa” - oświadczył w niedzielę szef gabinetu prezydenta Paweł Szefernaker.

Szczegóły rządowego projektu ustawy o statusie osoby najbliższej w związku i umowie o wspólnym pożyciu przedstawili wspólnie w piątek szef PSL Władysław Kosiniak-Kamysz, współprzewodniczący Nowej Lewicy Włodzimierz Czarzasty, sekretarz stanu w KPRM Katarzyna Kotula (Lewica) oraz wiceprezes PSL Urszula Pasławska.

Projekt reguluje m.in. kwestie stosunków majątkowych, prawa do mieszkania i alimentów oraz dostępu do informacji medycznej. Zgodnie z zapowiedzią, strony zawierające umowę same będą decydowały o jej treści.

Urszula Pasławska podkreślała na konferencji, że projekt wyłącza kwestie światopoglądowe, a uwzględnia „różne wrażliwości”: pomija kwestie związane z dziećmi (adopcję i pieczę), a także „nie narusza w żaden sposób ani nie szkodzi instytucji małżeństwa”.

Dodała, że umowa może być traktowana jako umowa przedmałżeńska, a zawarcie małżeństwa będzie ją auto-



FOT. PAP/MARCIN GADOMSKI

Nawrocki już wcześniej zapowiadał, że „nic, co jest „quasi-małżeństwem nie może liczyć na jego wsparcie”

matycznie rozwiązywało. Zaznaczyła też, że prezentowany projekt nie ma ostatecznej formy, a jego twórcy są otwarci na dialog z prezydentem Karolem Nawrockim.

W ocenie szefa PSL Władysława Kosiniaka-Kamysza projekt wbrew pozorom ma szanse zdobyć szerokie poparcie w Sejmie. Jego zdaniem - również po „prawej stronie sali sejmowej”.

- Jesteśmy gotowi na rozmowę z parlamentarzystami, z obywatelami i z panem prezydentem - mówił wicepremier.

Projekt ustawy o statusie osoby najbliższej i umowie o wspólnym pożyciu zastąpi opublikowany na stronach Rządowego Centrum Legislacji w październiku ubiegłego roku projekt ustawy o związkach partnerskich.

Nawrocki zawetuje?

Szef gabinetu prezydenta Paweł Szefernaker, w niedzielny wpis na portalu X, zwrócił uwagę, że Nawrocki w trakcie kampanii prezydenckiej przedstawiał „jasny pogląd” na sprawę uregulowania statusu osoby najbliż-

szej i fundamentem dyskusji nad takim projektem musi być to, że „małżeństwo i rodzina znajdują się pod ochroną i opieką Rzeczypospolitej”.

„Prezydent nie zgodzi się, żeby poprzez nowe rozwiązania budować alternatywę dla małżeństwa, nadając instytucji osoby najbliższej cechy przynależne w Polsce wyłącznie małżeństwu. Musi to zostać wzięte pod uwagę przez autorów i promotorów projektu” - przekazał szef gabinetu prezydenta.

Już wcześniej prezydent Karol Nawrocki zapowiedział w wywiadzie dla „Wprost”, że „z całą pewnością nic, co jest quasi-małżeństwem”, nie może liczyć na jego wsparcie. Dodał jednak, że jest gotowy do podpisania ustawy o statusie osoby najbliższej, „nie tylko w kontekście seksualnym, ale też w kontekście relacji pomiędzy ludźmi, przyjacielskich, relacji wolontariuszy z kombatanami”.

- Propozycja związków partnerskich zawieranych przed notariuszem jest nie tylko rażąco niekonstytucyjna, ale zmierza do zastąpienia tradycyjnego małżeństwa pseudozwiązkami. To ultralewicowe rozwiązanie uderzające w podstawową komórkę społeczną, jaką jest rodzina - ocenił w piątek prezes Prawa i Sprawiedliwości Jarosław Kaczyński. PAP

Politycy chwalą decyzję sądu, który odmówił wydania Wołodymyra Żurawłowa do Niemiec

Oprac. Anna Nagel
Warszawa

Politycy są zgodni w ocenie decyzji sądu, który odmówił wydania z Polski do Niemiec Wołodymyra Żurawłowa, Ukraińca podejrzanego przez ten kraj o wysadzenie gazociągu Nord Stream.

Sąd Okręgowy w Warszawie odmówił w piątek wydania władzom niemieckim Wołodymyra Żurawłowa, a także

uchylił mu areszt i nakazał niezwłoczne zwolnienie. Mężczyzna był poszukiwany europejskim nakazem aresztowania jako podejrzany o wysadzenie gazociągu Nord Stream.

Premier Donald Tusk, informując we wpisie o piątkowej decyzji sądu, napisał: „I słusznie. Sprawa zamknięta”.

Minister koordynator służb specjalnych Tomasz Siemoniak ocenił na X, że decyzje sądu o odmowie wydania

obywatela Ukrainy do Niemiec i uwolnienie go z aresztu „to decyzje słuszne i oparte na rzetelnej ocenie sytuacji”.

„Są jeszcze sądy w Europie” - stwierdził. Również szef MSWiA Marcin Kierwiński zauważył, że to bardzo dobra decyzja sądu, który nie wydał obywatela Ukrainy stronie niemieckiej.

Według ministra sprawiedliwości Waldemara Żurka decyzja sądu, którą ocenił jako dobrą i odpowiedzialną, jest

„zgodna z polskim prawem i w interesie państwa polskiego”.

Również opozycyjni politycy byli zgodni - podkreślali i chwalili racjonalną decyzję warszawskiego Sądu Okręgowego.

Były premier Mateusz Morawiecki (PiS) napisał, że decyzja sądu jest prawidłowa, a „polska racja stanu jest dużo ważniejsza niż wszystkie europejskie nakazy aresztowania”. PAP

REKLAMA 0011252648

ROK ZAŁOŻENIA 1958

PUK

81 744 50 31
503 026 883

LUBLIN, ul. Cmentarna 8

**KOMPLEKSOWE
USŁUGI POGRZEBOWE**

**BUDOWA I SPRZEDAŻ
NOWYCH GROBÓW NA MAJDANKU**

24H

www.puklublin.pl

Trump ogłasza z dumą: Zniszczyliśmy łódź podwodną z narkotykami

Oprac. Anna Nagel
Waszyngton

Prezydent USA Donald Trump poinformował, że siły amerykańskie zniszczyły „ogromną łódź podwodną transportującą narkotyki”, która zmierzała w stronę Stanów Zjednoczonych.

„To był dla mnie wielki zaszczyt zniszczyć bardzo dużą ŁÓDŻ PODWODNĄ PRZEWOŻĄCĄ NARKOTYKI, która płynęła w kierunku Stanów Zjednoczonych dobrze znanym szlakiem przemytu narkotyków” – napisał Trump w swoim serwisie Truth Social.

Jak dodał, amerykański wywiad potwierdził, że jednostka transportowała narkotyki, w tym przede wszystkim fentanyl.

Trump poinformował, że na pokładzie były cztery osoby, które nazwał „narko-terrorystami”.

Dwie osoby, które były na pokładzie, zginęły. Dwie kolejne, które ocalały, zostaną odesłane do krajów pochodzenia, czyli do Ekwadoru i Kolumbii, gdzie – jak zapowiedział prezydent – będą zatrzymane i gdzie zostanie wszczęte wobec nich postępowanie.

Wcześniej agencja Reutersa poinformowała, powołując się na swoje źródła, że marynarka wojenna USA ostrzelała w czwartek na Morzu Karaibskim kolejną łódź, która według Waszyngtonu mogła być zaangażowana w przemyt narkotyków.

PAP



FOT. PAP/EP/IM LO SCALZO/POOL

Donald Trump od początku kadencji wypowiedział wojnę przemytnikom narkotyków z Ameryki Południowej

Rosja zaatakowała Ukrainę bombą nowego typu

Oprac. Grzegorz Kuczyński
Kijów

Rosyjskie lotnictwo przeprowadziło w sobotę wieczorem atak na miasto Łozowa w obwodzie charkowskim z użyciem nowej bomby kierowanej o zasięgu 130 km.

Miasto Łozowa zostało zaatakowane bombą nowej modyfikacji UMPB-5, która pokonała dystans około 130 km – napisało w oświadczeniu prokuratury obwodowej, opublikowanym na portalu Telegram.

Ataku miał dokonać rosyjski samolot przebywający nad okupowanym przez Rosję terytorium Ukrainy. W wyniku ataku sześć osób zostało rannych.

Jak dotąd wykorzystywane przez rosyjskie lotnictwo bomby kierowane (ros. KAB – kierowana bomba lotnicza)

osiągały cele w maksymalnej odległości ok. 60-70 km od miejsca rzutu, stanowiąc tym samym zagrożenie dla rejonów położonych blisko linii frontu. Zwiększenie zasięgu KAB stanowi poważne zagrożenie dla większej części terytorium Ukrainy.

Miasto Łozowa, położone w południowej części obwodu charkowskiego, jest ważnym węzłem kolejowym.

Rosja zaatakowała Ukrainę także dronami. Celem tych uderzeń były Czernihów i Dniepropietrowsk. Agencja dpa pisze, że ciągle nocne rosyjskie naloty na Ukrainę są wymierzone przede wszystkim w obiekty infrastruktury energetycznej. Ataki te – jak podkreśla niemiecka agencja – mają na celu osłabienie morale i woli obrony ludności cywilnej.

PAP

Hamas zaatakował Izrael. Koniec pokoju w Strefie Gazy?

Oprac. Karolina Wrońska
Strefa Gazy

Uzbrojone jednostki Hamasu przeprowadziły atak na siły izraelskie w Rafah, na południu Strefy Gazy. Siły Obronne Izraela (IDF) odpowiedziały nalotami na ten obszar.

Izraelskie wojsko podało, że bojownicy Hamasu przeprowadzili „wielokrotne ataki” na siły izraelskie poza strefą buforową „żółtej linii”, w tym ostrzał z użyciem granatnika przeciwpancernego i ogień snajperski, nazywając to „rażącym naruszeniem” zawieszenia broni – powiadomił Reuters.

W odpowiedzi na atak minister bezpieczeństwa narodowego Izraela Itamar Ben Gwir zaapelował do izraelskiego premiera Benjamina Netanjahu o wznowienie działań wojskowych w Strefie Gazy.

– Wzywam premiera do nakazania Siłom Obronnym Izraela (IDF) wznowienia walk w Strefie Gazy z pełną siłą – oświadczył skrajnie prawicowy polityk, cytowany przez izraelskie media.

– Fałszywe przekonanie, że Hamas zmieni swoje postępowanie, a nawet będzie przestrzegał podpisanego porozumienia, okazuje się, co nie dziwi, zagrożeniem dla naszego bezpieczeństwa. Ta nazistowska organizacja terrorystyczna musi zostać całkowicie zniszczona i im szybciej, tym lepiej – dodał.



FOT. JACK GUEZ/AFP/EAST NEWS

Minister bezpieczeństwa narodowego Izraela Itamar Ben Gwir zaapelował do premiera Benjamina Netanjahu o wznowienie walk z Hamasem „z pełną siłą”

Izraelskie wojsko przekazało w piątek, że „kilku terrorystów” otworzyło ogień do żołnierzy w rejonie Rafah. W ataku nikt nie został ranny. Armia podała następnie, że tego samego dnia zaatakowała kolejną grupę bojowników, którzy zbliżali się do żołnierzy w Chan Junus.

Departament stanu USA oświadczył w sobotę, że poinformował państwa gwarantujące porozumienie o zawieszeniu broni w Strefie Gazy o „wiarogodnych doniesieniach” wskazujących na „ryzyko naruszenia zawieszenia broni przez Hamas wobec ludności Gazy”.

„Planowane ataki na palestyńską ludność cywilną stanowiłyby bezpośrednie i poważne naruszenie porozumienia o zawieszeniu broni” – napisał amerykański departament.

Hamas odrzucił zarzut, odpowiadając, że „to władze okupacyjne (Izrael – PAP)

Większość punktów pierwszego etapu zawieszenia broni zrealizowano. Hamas zwrócił jednak dotąd 9 z 28 ciał zabitych zakładników

utworzyły, uzbroiły i sfinansowały gangi przestępcze, które dopuściły się morderstw, porwań, kradzieży ciężarówek z pomocą humanitarną i napaści na palestyńską ludność cywilną”.

W Strefie Gazy od 10 października obowiązuje zawieszenie broni w wojnie Izraela z Hamasem. Pierwszy etap zakłada wstrzymanie walk, częściowe wycofanie się wojsk izraelskich, wymianę izraelskich zakładników na palestyńskich więźniów i zwiększenie pomocy humanitarnej.

PAP

W jaki sposób Putin dotrze do Budapesztu na spotkanie z Trumpem? Opcji jest niewiele

Oprac. Anna Nagel
Budapeszt

Spotkanie prezydentów USA i Rosji, które ma odbyć się w Budapeszcie, rodzi pytania o to, w jaki sposób Władimir Putin dotrze do stolicy Węgier, biorąc pod uwagę relacje Rosji z krajami NATO.

Rzecznik Kremla Dmitrij Pieskow powiedział w ostatni piątek dziennikarzom, że nie zostało jeszcze ustalone, jaką trasą jego szef miałby dotrzeć do Budapesztu.

– Węgry, będąc członkiem NATO i UE, mają szczególne stanowisko z punktu widzenia obrony własnych interesów, co budzi szacunek ze strony Putina i Trumpa – powiedział Pieskow. Dodał, że techniczne kwestie dotyczące spotkania obu prezydentów mają ustalić minister spraw



FOT. PAP/EP/VALERY SHARIFULIN/SPUTNIK

Putin musi wybrać bardzo określoną drogę na Węgry

zagranicznych Rosji Siergiej Ławrow i sekretarz stanu USA, Marco Rubio. Ich spotkanie ma odbyć się w tym tygodniu.

Jak dotąd, w związku z trwającą agresją Rosji przeciwko Ukrainie większość państw NATO odmawiała udzielania

zgody na loty oficjalnych rosyjskich delegacji nad swoim terytorium. Wymaga to od Rosji omijania terytoriów tych państw i wybierania tras nad obszarami neutralnymi (tj. nad otwartym morzem, które nie podlega jurysdykcji żadnego kraju) albo korzystania z przestrzeni powietrznej krajów, z którymi Moskwa ma dobre relacje.

Omawiany przypadek jest o tyle skomplikowany, że Węgry nie mają dostępu do morza, a większość państw, z którymi graniczą – to członkowie NATO. Mimo tego każdy kraj samodzielnie podejmuje decyzje dotyczące udzielania zgody na loty w jego przestrzeni powietrznej samolotów przewożących oficjalne delegacje innych państw. W tym przypadku należy oczekiwać, że strona rosyjska wystąpi o zgodę na taki przelot do któregoś z krajów, z którymi utrzy-

muje względnie poprawne, najmniej skomplikowane relacje dwustronne.

Trasa lotu nad Białorusią, Polską i Słowacją jest bardzo mało prawdopodobna ze względu na politykę i istotną rolę Warszawy w wspieraniu Ukrainy. Dużo bardziej realne jest wykorzystanie trasy nad Morzem Czarnym i terytorium Bułgarii i dalej – Serbii, relacje których z Moskwą są lepsze niż np. Rumunii.

Możliwym rozwiązaniem jest także wybór trasy nad Morzem Śródziemnym i Adriatyckim, a następnie np. nad Albanią lub Czarnogórą i dalej nad Serbią. Jednak w tym ostatnim przypadku jest to dyskusyjne o tyle, że Rosja jest oskarżana o próbę przeprowadzenia w Czarnogórze zamachu stanu w 2016 roku, co miało uniemożliwić wejście tego kraju do NATO. PAP

Między Chanel a żelazną kurtyną. O tym, jak moda zmieniała życie obywaleli PRL

Jolanta Tęcza-Ćwierz
Rozmowa

Moda to nie tylko fasony i tkaniny, to także opowieść o czasach, ludziach i ich marzeniach. W PRL-u, kiedy codzienność była pełna ograniczeń, strój stawał się językiem buntu, sposobem wyrażania siebie, a niekiedy jedynym oknem na świat za żelazną kurtyną. O tej niezwykłej epoce, kobietach, które kształtowały polską modę, siłę wyobraźni i tęsknocie za wolnością opowiada Katarzyna Droga w swojej najnowszej książce „Jaskółki”.

Co zainspirowało panią do napisania „Jaskółek”?

U mnie często bywa tak, że jedna książka pociąga za sobą kolejną, bo trafiam na ciekawy nowy temat lub postać, zwłaszcza damską. Bardzo lubię pisać o kobietach, wydobywać je z niepamięci - te niesłusznie zapomniane czy opatrzone jakąś krzywdzącą łatką. Krążąc wokół nich i w każdej epoce dochodzę do kwestii obyczajowości, a ta nierozzerwalnie łączy się z modą, urodą, stylem epoki. Kiedy pisałam książki o Joannie Chmielewskiej czy Wrocławiu lat 60., okazało się, że akurat lata PRL-u były pod tym względem wyjątkowo ciekawe - pełne impulsów z Zachodu, ale też naszych własnych pomysłów. Panie, które pamiętają tamten czas, często powtarzają, że Polki były wtedy świetnie ubrane, może nawet najlepiej na świecie. Dlaczego? Paradoksalnie przez niedobór rynku! Na Zachodzie kobiety miały już dzinsy i sieciówki, a u nas się szyło własnoręcznie, „zdobywało się” dobre tkaniny „spod lady”, dlatego każda kobieta spacerująca po sopockim moło wyglądała jak modelka. Temat „fashion” nachodził mnie z różnych stron. Pisałam też artykuł o Jadwidze Grabowskiej - niezwyczajnie ciekawej postaci - i szukając modowych tropów, trafiłam na Helenę Bohle-Szacką, związaną nie tylko z Telimeną, ale też z Białymstokiem, do którego mam blisko. No i była jeszcze moja prywatna inspiracja - polki

i szuflady pełne starych numerów „Burdy” z lat 60. i 70. oraz kultowego „Ty i ja”, rywalizującego wtedy z krakowskim „Przekrojem”. Te magazyny pozwoliły mi przenieść się w świat dzieciństwa; pamiętam, jak mama szyła różne ubrania z wykrojów „Burdy”. I tak stwierdziłam, że czas napisać o modzie, stylu i wyjątkowych kobietach, które w tamtych czasach były prawdziwymi kreatorkami ubiorów.

Pani powieść pokazuje, że moda to nie tylko ubranie, ale symbol zmian społecznych. Jaki moment uważa pani za kluczowy, jeśli chodzi o przełom w sposobie ubierania się w Polsce Ludowej?

Trudno wskazać jeden przełom, bo inspiracjami były kolejne pokazy mody przygotowywane przez Jadwigę Grabowską i Modę Polską. Myślę jednak, że warto zaznaczyć rok 1958, czyli powstanie Mody Polskiej jako instytucji. Samo jej istnienie, obok Telimeny, Ledy czy Szczecińskiej Dany, decydowało o wyglądzie polskich kobiet. Dziś powiedzielibyśmy, że te domy mody wyznaczały trendy, bo organizowały pokazy, o których pisała prasa, które transmitowała Polska Kronika Filmowa, które oglądano w witrynach sklepowych. To oczywiście nie były modele dostępne od ręki, ale Polki zawsze potrafiły sobie radzić - podglądały projekty, a potem szyły je same, korzystając choćby z wykrojów w magazynach. Ogromne znaczenie miała też inspiracja Zachodem. Grabowska nie oglądała się na ustrój, tylko jeździła do Paryża, Mediolanu, Rzymu czy Berlina i przywoziła stamtąd pomysły, tkaniny, a także własne projekty, żeby nie wyszło, że tylko kopiujemy innych. Dzięki jej znajomościom i Modzie Polskiej światowe trendy - Chanel, Dior i inni - mogły w jakiejś formie docierać także do nas. Jeśli mówimy o przełomach, trzeba wspomnieć również Festiwal w Opolu, którego pierwsza edycja odbyła się w 1963 roku. On też był momentem symbolicznym. Sopot kojarzył się z elegancją - długie suknie, dys-



Katarzyna Droga: Moda to sposób wyodrębnienia się z tłumu

tyngowane panie - a Opole wdarło się w świat kultury świeżością i kontestacją. To nowi artyści, jak Czesław Niemien, Ewa Demarczyk czy Maryla Rodowicz, przynieśli ze sobą inny styl - bardziej szalony, odważny. I to także miało ogromne znaczenie.

W jaki sposób stara się pani pokazać napięcie między tradycją przedwojenną, stylem paryskim czy włoskim, a wymaganiami ideologicznymi PRL-u?

To napięcie najlepiej widać w ukształtowaniu postaci Jadwigi Grabowskiej - bohaterki złożonej, wcale niejednoznacznej i nie zawsze fascynującej. Kilka razy w książce pojawia się scena, gdy z niemal obrzydzeniem patrzy na powyciągane garnitury do stojników czy rozpięte koszule na ich brzuchach, a po-

tem instruuje żony ważnych panów, że przy okazji wizyty zagranicznej delegacji trzeba być pół kroku za mężem, mieć rękawiczki i pasującą do nich torebkę. Grabowska była symbolem mody sanacyjnej spod znaku Chanel - nie bez powodu nazywano ją polską Chanelką - i to oczywiste mocno rozmiękło się z ideologią komunistyczną. Ale ówczesni decydenci, choć nie mieli pojęcia o modzie, musieli bywać na targach „przemysłu odzieżowego” w Lipsku czy w Moskwie, więc zaufali jej kompetencjom. Grabowska umiała się w tym odnaleźć - trochę kombinując, trochę szmuglując stroje dla żon, córek czy kochanek dostojników - i potrafiła sprawić, że Polska była obecna na międzynarodowych pokazach. Dla niej moda nie była tylko strojem

czy znakiem epoki. Przypominała, że tak samo naturalne były kiedyś krynoliny, jak i ludowe hafty. Ale podkreślała też, że moda może być buntem, formą sprzeciwu wobec ustroju. Widać to coraz mocniej w późniejszych latach - w długich włosach, spodniach-dzwonach, w stylu, który dopiero miał nadejść.

Wspomniała pani o buncie. Jak pani myśli, czy kobiety w tamtym czasie, mimo panujących ograniczeń, używały ubioru jako formy oporu lub samoekspresji?

Na pewno tak. Zgadzałam się z teorią, że moda jest sposobem opowiadania o sobie - o swoich poglądach, historii, o chęci wyodrębnienia się z tłumu. A przecież jak inaczej można było się wyróżnić? Politycy wszystkich epok świetnie to rozumieli, dlatego w systemach totalitarnych zawsze dąży się do uniformizacji - identyczne fartuszki w szkołach, jednakowe sukienki robotnic w fabrykach. Strój w takich okolicznościach staje się naturalnym narzędziem wyróżnienia się i zaakcentowania swojej indywidualności. Polki potrafiły przełamywać bariery: zdobywały materiały za granicą, na ciuchach, targach, a jeśli trzeba - szyły z tego, co było pod ręką, nawet z płótna spa-dochronowego. Farbowano tkaniny, żeby nadać im świeżości, w latach 70. popularne było farbowanie pieluch te-trowych i zszywanie ich w modne długie spódnice. To właśnie pomysłowość i odwaga stały się cechą charakterystyczną Heleny Bohle-Szackiej, mojej drugiej bohaterki. Jako wykładowczyni w Łodzi uczyła młodzież, że moda to coś więcej, że czerpie ze sztuki i jest formą wyrażenia osobowości. Krótkie spódnice czy głębokie dekolty były przecież nie tylko estetyką, ale też próbą wyzwolenia kobiet z ram obyczajowych, które je ograniczały. Dziś trudniej walczyć strojem, bo w zasadzie wolno już nosić wszystko, ale wciąż jest to możliwe.

Światem mody w patriarchalnym systemie PRL-u rządziły

kobiety: Jadwiga Grabowska, Helena Bohle-Szacka i Kaya Mirecka. Jak im się to udało?

Mężczyźni uważali - może i słusznie - że kompletnie się na tym nie znają. Oficjele i dygnitarze partyjni zajmowali się przemysłem ciężkim, transportem, budownictwem, rolnictwem, a nie - jak to pogardliwie mówili - „fatałaszkami i koronkami”. Skoro jednak nawet w Moskwie zaczęto dostrzegać, że moda ma znaczenie, tym chętniej oddali ten obszar w ręce kobiet. Poza tym sami byli od nich zależni. Choć żony dygnitarzy zwykle stały w cieniu, to przecież były obecne - a trudno znaleźć kobietę, która nie lubiłaby ładnie się ubrać. One więc naciskały, by moda istniała i się rozwijała. Z czasem mężczyźni także zaczęli się pojawiać w tym świecie - najlepszym przykładem jest Jerzy Antkowiak, który wyrósł na prawdziwy autorytet. Ale faktem pozostaje, że to kobiety dźwignęły PRL z szarości.

W jakim stopniu pani bohaterki były postaciami samotnymi w swojej profesji, a w jakim stopniu były częścią środowiska modowego, sieci kontaktów, wzajemnego wsparcia albo rywalizacji?

Zdecydowanie dominowała rywalizacja. To były silne osobowości, a takie zwykle działają samodzielnie. Grabowska nazywano wręcz „carycą” polskiej mody i rzeczywiście - nie znosiła w swoim otoczeniu równie charyzmatycznych czy utalentowanych osób. Dlatego napięcie między nią a Heleną Bohle-Szacką narastało i w końcu doszło do rozstania. To była czysto zawodowa niechęć i konkurencja, ponieważ w prywatnych sprawach Grabowska potrafiła wyciągnąć do niej rękę. Kobiety pełniły funkcje dyrektorek artystycznych, ale szefami przedsiębiorstw czy dyrektorami rządów - jak w Telimienie czy Ledzie, do której później trafiła Bohle-Szacka - byli już mężczyźni. Tam również widać było rywalizację, chociażby między Telimeną a Modą Polską. O jakimś „bratnim współdziałaniu” na rzecz dobrobytu Polski Lu-



W PRL-u Polki były świetnie ubrane



Moda może być sprzeciwem wobec ustroju



Strój to narzędzie wyróżnienia się



Moda miała realny wpływ na codzienność

dowej raczej trudno tu mówić. Myślę, że to wynika z samej natury mody – to dziedzina wymagająca wyrazistego stylu i autorskich pomysłów. Może gdyby chodziło o produkcję zbóż czy transport, łatwiej byłoby o współpracę, ale w świecie mody rządzi indywidualność.

W książce mowa jest o tym, że „diabeł ubierał się u Grabo-letty”, w nawiązaniu do filmu „Diabeł ubiera się u Prady”. Co ta metafora mówi o władzy nad modą, którą Grabowska sprawowała?

Ta władza była jak najbardziej autokratyczna – nie bez powodu nazywano ją carycą. Grabowska stosowała styl zarządzania oparty na eliminowaniu każdego, kto jej nie odpowiadał, i w ten sposób całkowicie podporządkowywała sobie otoczenie. Jednocześnie była niezwykle charyzmatyczna, bo bez tego nie ma prawdziwie silnej władczyni. Analogii do filmu „Diabeł ubiera się u Prady” nie da się uniknąć, choć warto pamiętać, że to, co w XXI wieku oglądamy w filmowej kreacji, u Grabowskiej naprawdę się wydarzyło. Mimo różnicy dekad zasady rządzące światem mody okazały się identyczne. To pewna korespondencja tekstów kultury – do dwóch istniejących dodałam swój trzeci, pokazując te same mechanizmy władzy, które panują w świecie mody, urody, modela i aktorów. Tam zawsze rządzą silne osobowości – nieprzypadkowo przecież mówi się o „kreatorach mody”.

Jak Grabowska zdobywała materiały, tkaniny, akcesoria z Zachodu, skoro PRL miał

kontrolę nad importem? Co to mówi o jej relacjach z władzą?

Zdobywała je tak, jak w PRL zdobywało się wszystko – przez znajomości. Każdy, kto pamięta tamte czasy, wie, że to było hasło otwierające rozmaite drzwi: Gdzie diabeł nie może, tam szuka znajomych. Produkcja tkanin odbywała się głównie w Łodzi i większość towaru szła na eksport. Ale jeśli ktoś miał odpowiednie układy, kilka bel mogło zamiast za granicę trafić do Mody Polskiej. Grabowska potrafiła to załatwić, żonglując ubraniami, biletami na pokazy, wejściami do teatru czy filharmonii, a w zamian zyskiwała przychyłność. Jej siatka kontaktów obejmowała polityków, aktorów, dziennikarzy – i działała w obie strony. Umiała zdobywać także legalne przydziały, wizy, a czasem przywoziła z Zachodu drobne partie materiałów – niemal kontrabanda, natychmiast rozchwytywana przez aktorki i panie z telewizji. Bo to ona ubierała tamten świat. A co to mówi o jej relacjach z władzą? Grabowska ułożyła je na zasadzie obopólnej korzyści. Doskonale wiedziała, że ustroju nie zmieni i rewolucji nie wzniesi, więc wykorzystywała swoje atuty, pamięć, sieć powiązań, umiejętność żonglowania argumentami. Dzięki temu przymykano oczy na jej pochodzenie – zamożny, żydowski, sanacyjny dom w Warszawie nie był przecież wymarzoną życiorysem w PRL. A jednak potrafiła tak rozegrać swoją pozycję, że przez lata pozostawała dyrektorką i jedną z najważniejszych postaci polskiej mody.

W książce pojawia się myśl, że „szata nie tylko zdobi człowieka, ale też wyraża go, symbolizuje moment w życiu i w dziejach”. Uważa pani, że ubranie – szczególnie w PRL-u – mogło być formą narracji historycznej? Co mogą nam powiedzieć ubrania o tamtych czasach?

Moda zawsze jest odzwierciedleniem epoki, bywa też wyrazem buntu. W czasach wiktoriańskich kobiety, nie mając innej możliwości walki z konwencją, walczyły choćby kolorem. A w PRL-u ubrania opowiadały przede wszystkim o tęsknocie za wolnością. Z czasem przybrało to na sile – dzwony, dżinsy, styl hippisowski stały się jeszcze mocniejszą manifestacją pragnienia swobody. Niezależnie od oficjalnych deklaracji wszyscy wiedzieli, że wzorców szuka się raczej w Paryżu i Mediolanie niż w Moskwie. Moda wyrażała więc także naszą tęsknotę za Zachodem i za tym, by nie być odciętym żelazną kurtyną. Jednocześnie oddawała obyczajowość tamtego świata i określony model roli kobiety. Grabowska, mimo swojej siły i przebojowości, w domu była potulną żoną – przekonana, że trzeba gotować, dbać o męża, być ustepliwą. I podobnie konserwatywne zasady odzwierciedlała w modzie. Była przekonana, że moda kobieca i męska to dwa różne światy. Kobieta miała eksponować piękno i atrybuty kobiecości: nakrycia głowy, rękawiczki, odpowiednia torebka, spódnica o właściwej długości i kolorze. Spodnie – nie, marynarki – nie, najwyżej żakiet czy kostium. Paradoksalnie jednocześnie była przeciw-

niczka noszenia staników. To pokazuje, jak złożone były te reguły. Możemy więc powiedzieć, że przemiany mody były też formą emancypacji kobiet – powolnego wyzwalała się z nakazów typu: „butów z odkrytą piętą nie wypada nosić po siedemnastej”. Strój wyznaczał miejsce w społeczeństwie: nauczycielce nie wypadało nosić krzykliwych ozdób, urzędniczce – spodnicy krótszej niż dwa palce nad kolano. Moda od zawsze próbowała te schematy rozbijać, między innymi poprzez stopniowe odkrywanie ciała. W renesansie przy długich sukniach ekspozowano głębokie dekolty, gdy zasłaniano górę – pokazywano kostki. Kiedy spodnie zaczęły zakrywać nogi, pojawiła się moda na odkryte biodra i pepki. Ciało zawsze znajdowało sposób, by się ujawnić – i to także jest narracja historyczna.

Czy mogłaby pani wskazać ubranie, fason, element garderoby, który najbardziej symbolizuje epokę Mody Polskiej pod Grabowską i przemiany lat 60.? Co pani by założyła, aby „wejść w klimat” tamtych lat?

Jeśli miałabym wskazać symbol tamtej epoki, to byłby to żakiet – klasyczna garsonka w stylu Chanel, do tego spódnica i obowiązkowo buty na pięciocentymetrowym obcasie. Kolor apaszki, torebki i butów musiał się zgadzać – ten dopracowany komplet najlepiej oddaje look Mody Polskiej. A co sama bym wybrała? To już zależałoby od okazji, ale mnie osobiście zachwyca styl, który wprowadziła Bohle-Szacka: chustki

wiązane pod brodą lub z tyłu za szyją, ciemne okulary i ten motocyklowy sznyt. Uwielbiam jej pomysł łączenia szerokich, rozkloszowanych spodnic w żółto-czarne grochy z krótką kurtką motocyklową. To był look z pazurem – dynamiczny, odważny, bardzo nowoczesny.

Jakie przykłady z polskiej mody pokazują, że potrafiła ona nie tylko zachwycać, ale i realnie zmieniać życie codzienne kobiet i mężczyzn w tamtym czasie?

Czytając ówczesne magazyny, jak „Ty i Ja” czy „Burda”, znalazłam mnóstwo zachwycających nowości, które jednak nie zawsze trafiały później do codziennego życia. Różnica między wyobraźnią projektantów a praktyką ulicy była spora – zresztą tak jest i dziś, kiedy oglądamy ekstrawaganckie pokazy mody i zastanawiamy się, kto i gdzie miałby w tym chodzić. Ale były też rozwiązania, które faktycznie przenikały do codzienności. Pamiętam, kiedy na przykład weszła moda na płaszcz zapinane na dwa rzędy guzików, barwne peleryny, do których dobierano parasolki i kalosze w tych samych, żywych kolorach – i rzeczywiście tak zaczęły wyglądać ulice. Albo kiedy Helena Bohle-Szacka wprowadziła trapezowe sukienki z charakterystycznym wzorem w kolorowe kwadraty à la Mondrian – one naprawdę pojawiły się w miejskim pejzażu. Widać to było nie tylko na ulicach Warszawy czy innych dużych miast, ale też w filmach i w garderobie telewizyjnych gwiazd: Edyty Wojt-

czak, Krystyny Loski czy Elżbiety Sommer – słynnej „Chmurki”. Najbardziej przełomowym przykładem była jednak ekspansja spodni. Grabowska była im stanowczo przeciwna – twierdziła, że spodnie nadają się co najwyżej na grzyby albo zakupy, ale nigdy na spotkania towarzyskie czy do pracy. Helena Bohle-Szacka miała inne podejście. Zaczęła od projektowania spodni turystycznych i sama chętnie je nosiła. Wraz z przemianami lat 60. i symbolicznym „czerwonym październikiem” kobiety zaczęły nosić marynarki, czapki z daszkiem, a wreszcie spodnie w pełnej krasie. To właśnie one stały się jednym z najbardziej wyrazistych symboli zmiany – przełamania kolejnych obyczajowych schematów i nowej pozycji kobiet. I to był realny wpływ mody na codzienność.

KSIĄŻKA



Jaskółki. Powieść o kobietach mody PRL-u
Katarzyna Droga
wyd. ZNAK

Rewolucja w sukcesji firm rodzinnych

Grzegorz Gajda

Fundacje rodzinne to stosunkowo nowe, ale coraz popularniejsze narzędzie, które zyskuje na znaczeniu szczególnie w kontekście sukcesji pokoleniowej przedsiębiorstw. Po dwóch latach funkcjonowania, szykują się poważne zmiany prawne. O ich konsekwencjach mówi adwokat Michał Pomorski, specjalista w zakresie prawa podatkowego.

Fundacja rodzinna to podmiot prawny, który umożliwia kumulację majątku i jego kontrolowaną dystrybucję w przyszłości – zarówno w celach inwestycyjnych, jak i rodzinnych. Fundator wnosi do niej swój majątek – udziały w firmach, nieruchomości czy inne aktywa – i ustala zasady jego zarządzania oraz beneficjentów, którzy mogą czerpać z niego korzyści.

Fundacja rodzinna może działać jak rodzinny holding – zarządza majątkiem, wypłaca środki beneficjentom zgodnie z ustalonym statutem (np. na edukację dzieci czy pokrycie kosztów życia), a jednocześnie może reinwestować zyski i rozwijać się.

Trzy etapy sukcesji: wiedza, władza, własność

Wielu przedsiębiorców, zwłaszcza tych, którzy zakładali firmy w latach 90., stoi dziś przed dylematem sukcesji.

– Założyciele, po tych ponad 30 latach, chcieliby przekazać biznes członkom rodziny. Mówią: „chciałbym odpocząć, zwolnić, skorzystać z życia, chciałbym dzieci zaangażować w prowadzenie biznesu” – mówi adwokat Michał Pomorski, specjalista w zakresie prawa podatkowego z kancelarii Pomorski Tax Legal Finance.



FOT. POMORSKI TAX LEGAL FINANCE

Firmy rodzinne potrzebują stabilnych przepisów dotyczących sukcesji

Kluczowe są trzy etapy:

1. Przekazanie wiedzy – odbywa się naturalnie, gdy dzieci dorastają w firmie, uczą się jej funkcjonowania i mechanizmów działania.

2. Przekazanie władzy – najtrudniejszy moment, gdy właściciel musi ustąpić miejsca młodszemu pokoleniu. Niekiedy seniorzy formalnie przekazują stanowiska, ale realną decyzyjność zachowują dla siebie.

3. Przekazanie własności – często najbardziej emocjonalny moment, wymagający uporządkowania prawnego.

– Dlaczego to etapowanie jest takie ważne? Ponieważ przekazywanie wiedzy odbywa w praktyce prowadzenia biznesu. To często są mechanizmy stosowane przez lata, członek po prostu wyrasta wewnątrz biznesu. Kiedy dochodzi do sukcesji, trzeba przeprowadzić ją w sposób prawidłowy i tak żeby nie zaszkodziło to firmie. Trzeba zdecydować, jaką rolę ma pełnić dany członek rodziny, kto ma większe kompetencje, albo wręcz kto spełni się w roli pre-

zesa zarządu. Niejednokrotnie są to trudne wybory, szczególnie gdy spotykają się ludzie z tzw. mocnymi charakterami.

– Kolejny etap to przekazywanie własności. Dostrzegam, że często w firmach brak pomysłów na dobre rozwiązania, które usatysfakcjonują wszystkich i nie zaszkodzą biznesowi – mówi Michał Pomorski.

Fundacja rodzinna pozwala przeprowadzić sukcesję w sposób uporządkowany i minimalizujący ryzyko konfliktów, a także upadku firmy w razie śmierci właściciela.

– Jeżeli dojdzie do takiej sytuacji i brak zarządcy sukcesyjnego, to firma się po prostu zamyka. To częste przypadki nawet bardzo dużych przedsiębiorstw, zatrudniających wiele osób. Nagle okazuje się, że śmierć właściciela jest problemem nie tylko dla spadkobierców, czy rodziny, ale również dla tych, często dziesiątek, albo i setek osób, które były tam zatrudnione. Niejednokrotnie nie można nawet realizować przelewów i wypłacać wynagrodzeń.

– Więc planowanie sukcesji leży także w interesie właściciela, żeby firma przetrwała, rodzina nie była skłócona, a pracownicy dalej mogli normalnie funkcjonować – podkreśla Michał Pomorski.

Fundacja rodzinna ma na celu kumulację majątku, by fundator lub wyznaczony zarząd mogli nim gospodarować. Chodzi o to, by uniknąć np. sytuacji, w której spadkobierca zabiera majątek i go roztrwania. Fundacja ma zapewnić dalsze funkcjonowanie firmy na wiele pokoleń – dodaje.

Korzyści podatkowe i pułapki

Fundacja rodzinna to także konkretne korzyści podatkowe: ● Brak podatku dochodowego od dywidend oraz najmu nieru-

chomości, dopóki nie są wypłacane świadczenia.

● Opodatkowanie wypłat dla beneficjentów z najbliższej rodziny na poziomie tylko 15%.

● Ochrona majątku – wniesienie aktywów do fundacji zabezpiecza je przed roszczeniami wobec fundatora.

Jednak rozwiązanie to nie jest całkowicie pozbawione ryzyka. Planowane przez rząd zmiany zakładają m.in. karencję 10-letnią, po której dopiero możliwa będzie sprzedaż wniesionych do fundacji aktywów bez podatku. Wcześniejsza sprzedaż ma być opodatkowana jak u osoby fizycznej – co w praktyce może zniechęcić wielu przedsiębiorców.

Dodatkowo, jeśli fundacja udostępnia beneficjentom np. nieruchomości do zamieszkania, może powstać obowiązek zapłaty podatku od tzw. świadczenia niepieniężnego.

Fundacja rodzinna to rozwiązanie nie tylko dla firm z długim stażem. Może być narzędziem dla każdego, kto chce uporządkować strukturę majątku i przygotować się na przyszłość. Młodzi przedsiębiorcy, choć rzadziej myślą o sukcesji, także powinni rozważyć tę formę jako element długoterminowej strategii.

Praktyka pokazuje jednak, że największe zainteresowanie wykazują właściciele firm rodzinnych z doświadczeniem – często zmęczeni codziennym zarządzaniem, świadomi potrzeby przekazania sterów, ale też pełni obaw o przyszłość swojego do-robku.

Jakie zmiany planuje rząd?

Ministerstwo Finansów zapowiedziało istotne zmiany w funkcjonowaniu fundacji rodzinnych, które miałyby wejść w życie w 2026 roku. Najistotniejszą jest rozszerzenie tzw. daniny solidarnościowej, która

ma objąć wypłaty na rzecz beneficjentów przekraczające milion złotych. Planowane jest wprowadzenie dodatkowego podatku w wysokości 4% od nadwyżki ponad milion złotych. Obecnie świadczenia z fundacji podlegają 15% podatkowi dochodowemu. Oznacza to, że wypłata powyżej miliona złotych będzie obciążona 19% opodatkowaniem.

– Zmiany miały uszczelnić dotychczasowe rozwiązania. Fundacje już teraz muszą płacić 15% podatku od każdej wypłaty – niezależnie od tego, czy środki trafiają do fundatora, dzieci, czy innych beneficjentów. Ale z reguły nie po to się zakłada fundacje, żeby te środki wypłacać w całości, tylko po to, żeby je reinwestować – mówi Michał Pomorski.

Drugą planowaną zmianą jest wprowadzenie okresu karencji, który ma wynosić około 15 lat. Przez ten czas, od momentu wniesienia majątku do fundacji, nie będzie można go sprzedać bez konieczności zapłaty dodatkowego, sankcyjnego podatku w wysokości 19%. Obecnie fundacje rodzinne mogą sprzedawać majątek bez podatku dochodowego, dopóki nie wypłacają środków beneficjentom. Zmiana ta ma na celu ograniczenie działań, które choć noszą znamiona agresywnej optymalizacji, były dotychczas zgodne z obowiązującymi przepisami.

– Rządzący dostrzegli, że fundacja rodzinna miała mieć charakter wielopokoleniowego podmiotu, który ma dysponować majątkiem rodzinnym, reinwestować go i rozwijać firmę. Zdarzało się, że był to mechanizm wykorzystywany do zwykłych transakcji rynkowych. Obawiam się jednak, że jeżeli zmiany wejdą w życie, ograniczą działalność fundacji rodzinnych – mówi Michał Pomorski.

Firmy rodzinne są filarem gospodarki

800 tysięcy polskich firm rodzinnych odpowiada za 15-20% PKB. Ich rola w gospodarce jest ogromna, a stabilne przepisy dotyczące sukcesji są im niezbędne. Niestety, szybkie zmiany w prawie podważają zaufanie do tego rozwiązania. Fundacja rodzinna miała być narzędziem na pokolenia, a już po dwóch latach funkcjonowania zapowiadane są regulacje, które radykalnie zmieniają jej charakter.

– Każda decyzja o założeniu fundacji musi być poprzedzona dokładną analizą. Sam proces rejestracji trwa 6-7 miesięcy – mówi Michał Pomorski.

Fundacja rodzinna nie jest rozwiązaniem uniwersalnym. Wymaga gruntownej analizy majątku, celu fundatora oraz potrzeb rodziny. Zanim zostanie założona, konieczne jest ustalenie, jakie aktywa mają trafić do fundacji, jakie mogą pozostać prywatne, a także jakie skutki podatkowe i prawne się z tym wiążą.

Świadomość prawna w tym zakresie wciąż jest w Polsce niska.

– Mogę powiedzieć, że tym nestorom – założycielom firm – zazwyczaj bardziej zależy na tym, żeby firma przetrwała, stanowiska pracy były utrzymane, ludzie mieli pracę. Rządziej myślą o przyszłości w kategorii sukcesji, odkładając to na zasadzie – jak przyjdzie czas to młodzi będą się martwić co dalej.

Tymczasem planowanie sukcesji, strukturyzacja majątku i ewentualne przekazanie władzy powinny być procesem zaplanowanym i wdrażanym z odpowiednim wyprzedzeniem. Fundacja rodzinna to dziś jedno z najbardziej elastycznych i korzystnych narzędzi do realizacji tych celów – pod warunkiem, że korzystamy z niej świadomie i z odpowiednim wsparciem doradców.

ORGANIZATOR

kurierlubelski

PARTNER STRATEGICZNY

BOGDANKA

OGÓLNOPOLSKI PARTNER MERYTORYCZNY

dun&bradstreet

PARTNERZY

tublin
MIASTO INSPIRACJIMercedes-Benz
Nobile MotorsBGK
BANK GOSPODARSTWA
KRAJOWEGO25 lat
AKADEMIA
WSEIINPL GROUP
Accounting & OutsourcingJD
JAKUBOWSKA DYS
I WSPÓLNICY

PERŁA

EAC
Euro-Agro ConsultingHerbapol
MASZ TO W NATURZEPOLISH WOMEN
CHAMBER
OF COMMERCE

LOTTO

ECO HARPOON
Recycling Sp. z o.o.euro-park
wistosan
Tarnobrzeka Specjalna
Strefa Biznesowa
Agencja Rozwoju Przemysłu S.A.GNIEDZIEJKO
STOMATOLOGIA MIKROSKOPOWA I ESTETYCZNA

hrappka.pl

inwencja
sprzątanie z pasją

PATRONAT HONOROWY

PATRONAT
HONOROWYPREZYDENT MIASTA LUBLIN
KRZYSZTOF ŻUK

PATRONAT MEDIALNY

TVP 3
LUBLIN

Polskie Radio Lublin

Nowe technologie w energetyce. Wyjątkowa konferencja Politechniki Lubelskiej i PGE Dystrybucja S.A.

– Większość armii ćwiczy i przygotowuje się do wojny, która już była. A my budując odporność systemu, powinniśmy prognozować i wyjść poza schemat. Myśleć kategoriami bandyty, szukać najsłabszych punktów, szukać punktów powiązanych z systemami korowymi, które umożliwiłyby atak – tak Marcin Pawlak z Departamentu Bezpieczeństwa PGE Dystrybucja S.A. podsumował panel ekspercki „Bezpieczeństwo energetyczne w obliczu aktualnych zagrożeń technicznych i cybernetycznych” podczas konferencji „Nowe technologie w energetyce”.

Konferencja „Nowe technologie w energetyce” została zorganizowana 14 października przez Wydział Elektrotechniki i Informatyki Politechniki Lubelskiej we współpracy z PGE Dystrybucja S.A.

– To jeden z przykładów praktycznej współpracy nauki z sektorem energetycznym. To bardzo istotne z punktu widzenia transferu wiedzy, technologii i wymiany doświadczeń – podkreślał prof. Paweł Węgierek, Dziekan Wydziału Elektrotechniki i Informatyki Politechniki Lubelskiej. – Wszyscy jesteśmy świadomi, jak ważna jest energia elektryczna, jej dostępność i ciągłość dostaw. Dlatego, żeby ograniczyć do minimum przerwy w dostawach energii i straty związane z jej przesyłem, konieczne jest wdrażanie nowych technologii oraz rozwiązań.

– Konferencja jest okazją do budowania platformy współpracy między środowiskiem akademickim a PGE Dystrybucja. Naszym głównym celem jest zmiana oblicza naszej energetyki i podkreślenie, że jesteśmy nowoczesną firmą i nowoczesnym pracodawcą. Zależy nam, aby pokazać, w którą stronę chcemy się rozwijać, bo transformacja energetyczna stawia przed nami nowe wyzwania – dodał Tomasz Małecki, Wiceprezes zarządu ds. strategii PGE Dystrybucja S.A.

Wielu uczestników konferencji to absolwenci Politechniki Lubelskiej. Wśród nich znajduje się Mariusz Podkański, Wiceprezes zarządu ds. infrastruktury sieciowej PGE Dystrybucja S.A.

– Kiedy wszedłem na tę salę to serce zaczęło bić szybciej, chociaż kiedy tu studiowałem wyglądała ona zupełnie inaczej. Tak jak sala została wyplaszczona i dostosowana do tego, co jest dziś potrzebne, tak wyplaszczyc musimy problemy, które pojawiają się w sieci – mówił wiceprezes. – Dlatego tak ważna jest dyskusja o rozwiązaniach, których energetyka potrzebuje.

– Dzisiaj jesteśmy świadkami największej rewolucji, która nazywa się transforma-



cją energetyczną – podkreślał Wiceprezes Tomasz Małecki. – Wymusza ona na nas ciągły rozwój i inwestycje w nowoczesne technologie. Wszyscy dziś mówią o AI wykorzystywanej przede wszystkim do predykcji niektórych zachowań układów pomiarowych i ich anomalii oraz zachowań konsumentów.

Referat wprowadzający „Analiza stanu i efektywna transformacja sieci przesyłowych i dystrybucyjnych w polskim systemie elektroenergetycznym ze szczególnym uwzględnieniem wdrażania innowacji” wygłosił dr hab. inż. Waldemar Dołęga, prof. Politechniki Wrocławskiej, wiceprzewodniczący Komitetu Problemów Energetyki PAN. Omówił on obecne uwarunkowania funkcjonowania krajowej sieci elektroenergetycznej (przesyłowej i dystrybucyjnej), wyzwania jej dotyczące oraz proces jej transformacji energetycznej. Przedstawił też kluczowe obszary badawcze, innowacyjne technologie i rozwiązania w kontekście transformacji krajowej sieci elektroenergetycznej.

W panelu eksperckim „Aktualne wyzwania i kierunki rozwoju systemu dystrybucji energii elektrycznej”, którego moderatorem był prof. Paweł Węgierek, wzięli udział: prof. Piotr Kacejko, Politechnika Lubelska; dr hab. inż. Sławomir Cieślak, prof. PBS, Prezes Stowarzyszenia Elektryków Polskich; dr hab. inż. Piotr Miller, prof. uczelni, Politechnika Lubelska; Waldemar Kuśmierz, Dyrektor Departamentu Analiz

i Modelowania Sieci, PGE Dystrybucja S.A.

Podczas panelu mówiono o tym, że konieczna jest modernizacja uwzględniająca cyfryzację i automatyzację. Sieć powinna być obserwowana w ramach jednego systemu. Niezbędna jest też inteligentna regulacja napięcia koordynowana w ramach całej struktury sieci. Wiele miejsca poświęcono też OZE oraz magazynom energii.

– Ich rola jest nie do przecenienia począwszy od prosumenta, którego można by zachęcać do instalowania swoich magazynów energii, aż po pełnienie roli regulacyjnej związanej z regulacją napięcia, spłaszczania krzywej obciążenia, redystrybucją szczytów obciążenia i stabilizowania systemu – podkreślał prof. Piotr Miller.

Najwięcej emocji wywołał panel ekspercki „Bezpieczeństwo energetyczne w obliczu aktualnych zagrożeń technicznych i cybernetycznych” moderowany przez prof. Piotra Kacejko. Udział wzięli w nim: dr hab. inż. Waldemar Dołęga, prof. Politechniki Wrocławskiej; dr inż. Jakub Syta, Morskie Centrum Cyberbezpieczeństwa Akademii Marynarki Wojennej w Gdyni; dr inż. Grzegorz Kozieł, Politechnika Lubelska oraz Marcin Pawlak, Departament Bezpieczeństwa PGE Dystrybucja S.A.

Rozmówcy zgodzili się, że bezpieczeństwo energetyczne Polski zależy od stabilności systemu elektroenergetycznego, czyli przewidywalności i stabilność ilości wytwarzanej

energii; skutecznego i niezależnego systemu przesyłu i dystrybucji tej energii oraz efektywnego zarządzania tym systemem. Istotna jest też kwestia cyberbezpieczeństwa.

– Niebezpieczeństw jest bardzo dużo. To m.in. terroryzm bezpośredni. Widzimy na Ukrainie, jak może postępować destrukcja systemu elektroenergetycznego, ale też jak można ten system odbudowywać. Istnieją także elementy zagrożeń technicznych. Pomimo tego, że technologie są coraz lepsze, to cały czas musimy być na to przygotowani, bo system elektroenergetyczny musi być niezawodny – zaznaczał prof. Piotr Kacejko, Kierownik Katedry Elektroenergetyki Politechniki Lubelskiej.

– Trzeba zwrócić uwagę na to, że sektor energetyczny jest kluczowy i zapewnienie ciągłości funkcjonowania sektora energetycznego jest istotne dla polskiej gospodarki. Bez prądu nie będą działały przecież pozostałe kluczowe usługi – mówił dr inż. Jakub Syta z Morskiego Centrum Cyberbezpieczeństwa Akademii Marynarki Wojennej w Gdyni. – Tymczasem szereg wrogów Polski jest bardzo zainteresowanych, żeby osłabić funkcjonowanie naszego sektora energetycznego. Takie działania mogą mieć charakter długotrwały, jak np. wieloletnia negatywna kampania propagandowa w zakresie skłócania energii jądrowej, lub charakter nagły i być związane np. ze skoordynowanymi działaniami hakerów. Cybera-

taki na sektor energetyczny są możliwe i miały już miejsce w historii.

– W przypadku cyberataków mówimy nie tylko o nierównowadze sił w zakresie zasobów ludzkich, ale również technicznych – zwracał uwagę dr inż. Grzegorz Kozieł z Katedry Informatyki Politechniki Lubelskiej. – Po stronie atakującego mogą stać ogromne zasoby obliczeniowe – superkomputery, chmury obliczeniowe, czy inne potężne infrastruktury technologiczne. A mówimy tu często o pozornie prostych atakach, jak na przykład ataki typu DoS. Ich mechanizm jest stosunkowo prosty, celem ataku jest zalewanie ogromną liczbą żądań, pakietów i danych, aż system przestaje być w stanie je obsłużyć i staje się niedostępny.

Jak się przed tym bronić? – Przede wszystkim trzeba dysponować odpowiednio dużą mocą obliczeniową, aby móc obsłużyć lub przynajmniej przefiltrować te żądania. Innymi słowy, trzeba je najpierw odebrać, a dopiero potem zdecydować, co z nimi zrobić. I to już zależy od naszych zabezpieczeń – wyjaśniał naukowiec.

– Wyzwania stoją zresztą nie tylko przed elektroenergetyką, ale również przed studentami, bo wszystkie zmiany, które dzieją się w branży elektroenergetycznej dotykają również studentów. To oni będą musieli zmierzyć się z nimi wkraczając na rynek pracy – dodawał dr inż. Michał Lech z Katedry Urządzeń Elektrycznych i Techniki Wysokich Napięć Politechniki Lubelskiej, który moderował panel „Kariera zawodowa w branży elektroenergetycznej oczami studentów i doktorantów”. Wzięli w nim udział: Barbara Pietrzyk-Tobiasz, Rzecznik Praw Doktoranta, Krajowa Reprezentacja Doktorantów; Damian Kostyła, Przewodniczący Rady Uczelnianej Samorządu Doktorantów Politechniki Lubelskiej; Patrycja Kuźmiuk z Prezydium Forum Uczelni Technicznych; Adam Leśniak, Przewodniczący Rady Uczelnianej Samorządu Studenckiego Politechniki Lubelskiej; Tomasz Małecki, Wiceprezes zarządu ds. strategii PGE Dystrybucja S.A.; Jacek Woźniak, Prezes Zarządu SEP Oddział Lubelski.

Ustallili oni, że w branży energetycznej poszukuje się specjalistów, którzy posiadają wiedzę z zakresu elektrotechniki, elektroenergetyki, ale również wiedzę z zakresu informatyki, telekomunikacji czy cyberbezpieczeństwa. Jedną z najważniejszych kompetencji jest więc interdyscyplinarność. Równie istotne są także kompetencje miękkie.

– Jako pracodawca zwracam uwagę na kreatywność i komunikatywność kandydata

oraz czy potrafi on pracować w grupie. Dodatkowo must have jest dziś znajomość języków obcych – angielski oczywiście obligatoryjny, ale też drugi język jest mile widziany np. niemiecki, ponieważ większość producentów niektórych sprzętów to są firmy niemieckie – przyznaje Wiceprezes Małecki z PGE Dystrybucja S.A.

– Wybierając kierunek elektrotechnika na Politechnice Lubelskiej, jednym z kluczowych czynników, które brałem pod uwagę, było zaplecze dydaktyczne uczelni. Trzeba sobie jasno powiedzieć, że branża elektrotechniczna rozwija się bardzo dynamicznie, dlatego tak ważne jest, aby uczelnia nadążała za nowinkami technologicznymi i oferowała studentom dostęp do nowoczesnego sprzętu – mówi Adam Leśniak, przewodniczący Samorządu Studenckiego Politechniki Lubelskiej i dodaje: – Kiedy zobaczyłem tzw. „Rdzewiak” i całe zaplecze techniczne, które się tam znajduje, to zrozumiałem, że to jest miejsce, które dobrze przygotowuje mnie do pracy w zawodzie.

Podczas konferencji „Nowe technologie w energetyce” przedstawiono też rozwiązania opracowane przez Wydział Elektrotechniki i Informatyki Politechniki Lubelskiej. Prof. Paweł Węgierek mówił o aparaturze łączeniowej i rozdzielczej wolnej od SF6 przeznaczonej do sieci dystrybucyjnych typu smart. Dr hab. inż. Paweł Pijarski, prof. uczelni, przedstawił inteligentny system zarządzania magazynem energii w sieci niskiego napięcia, a dr hab. inż. Dariusz Zieliński, prof. uczelni – innowacyjny system magazynowania energii.

Przedstawiciele PGE Dystrybucja S.A. zaprezentowali zrealizowane przez firmę projekty badawczo-rozwojowe. Marek Makowski z Działu Eksploatacji Układów Pomiarowych przedstawił szczegółowy zarządzania pracą sieci dystrybucyjnej niskiego napięcia z uwzględnieniem aktywnej roli prosumenta oraz inteligentny układ rekonfiguracji sieci nN z systemem wsparcia służb monterskich (ESRS). Licznie reprezentowani byli przedstawiciele Biura Innowacji PGE Dystrybucja S.A.: o systemie autonomicznej redukcji skutków awarii w głębi sieci energetycznej (SARSA) mówił Paweł Wolicki, a Sławomir Durak o blokowym uniwersalnym systemie zasilania WN/SN/nN (BUSZ). Z kolei Michał Fifowski, Kierownik Biura Innowacji, omówił układ ładowania pojazdów elektrycznych zintegrowany z infrastrukturą oświetleniową.

Głównym sponsorem konferencji „Nowe technologie w energetyce” było PGE Dystrybucja S.A.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Czy jesteś hipochondrykiem?

Hipochondria to zaburzenie nerwowe, które objawia się występowaniem silnego lęku o swoje zdrowie. Hipochondrykowi cały czas towarzyszy

przeświadczenie, że jest poważnie chory. Zwykły ból głowy może postrzegać jako jeden z objawów raka mózgu, a kaszel - jako symptom raka płuc. Leczenie hipochondrii stanowi duże wyzwanie dla lekarzy. Podpowiadamy, jak ją diagnozować i leczyć.

ZA TYDZIEŃ:

- Cichy wróg kości rozwija się latami. Pierwsze objawy osteoporozy mogą cię zaskoczyć
- Co oznaczają liczby w pomiarze ciśnienia? Tych wartości nie powinny przekraczać



FOT. FREEPIK

Pierwsze objawy raka piersi. Tak wyglądają guzy na piersiach

Agata Siemiaszko
redakcja@stronazdrowia.pl

Rak piersi długo przebiega bezobjawowo, a pierwsze widoczne symptomy często pojawiają się dopiero po wielu latach utajenia.

Rak piersi jest nowotworem rozwijającym się w tkance gruczołu piersiowego. W Polsce to najczęściej występujący nowotwór u kobiet i drugi najbardziej zabójczy. Co więcej, w ciągu ostatnich 50 lat dwukrotnie wzrosła zachorowalność na tę przypadłość. Przyczyny występowania raka piersi nie są do końca znane.

Sugeruje się, że głównymi czynnikami predysponującymi są:

- płeć - roczna zapadalność w Polsce wśród mężczyzn to ok. 140 osób, przy czym u kobiet 19 tysięcy,
- wiek - wraz z wiekiem zwiększa się ryzyko, osiągając szczyt między 50. a 60. rokiem życia,
- wystąpienie raka piersi w najbliższej rodzinie przed 50. rokiem życia,
- wczesna pierwsza miesiączka,
- późna menopauza,
- długotrwała hormonalna terapia zastępcza,
- nadwaga i otyłość pomenopauzalna,
- nieprawidłowa dieta bogata w alkohol oraz tłuszcze nasycone,
- brak odpowiedniej higieny snu.

Pierwsze objawy mogą pojawić się dopiero po wieloletnim, utajonym i bezbolesnym wzroście. Rak sutka u mężczyzn objawia się bardzo podobnie jak u kobiet, głównie niewielką naroślą wyczuwalną w okolicach brodawki. Może temu również towarzyszyć świąd lub wyciek wydzieliny.

Często zauważalnym objawem raka piersi jest powiększenie węzłów chłonnych pod pachą, po stronie guza. Zatem ważne jest, aby poddawać się rutynowym badaniom. Należy wspomnieć, aby raz na miesiąc wykonywać samobadanie, które pozwoli szybko wykryć ewentualne guzki w piersi i po-



FOT. 4PM PRODUCTION/23RF

Rak piersi to podstępna choroba, na którą co roku umiera ponad pięć tysięcy kobiet

stawić szybszą diagnozę. Trzeba pamiętać, że nie każdy guz w piersi od razu oznacza raka. Zmiana może być również torbielą, tłuszczakiem, a także stanem zapalnym. Najważniejsze jest, aby wykryć ewentualne zmiany w jak najwcześniejszym okresie. Szybka diagnoza w momencie bezobjawowym zwiększa szanse na całkowite wyleczenie i korzystnie wpływa na rokowania.

Diagnostyka obejmuje przede wszystkim samobadanie piersi. W ten sposób wykrywa się około 37 proc. guzów złośliwych. Każda zmiana, która została wykryta za pomocą dotyku, powinna skłonić do wizyty u specjalisty.

Badania raka piersi to między innymi USG oraz mammografia. Najlepsze efekty diagnostyczne dają stosowane łącznie. Dobór właściwej metody ma szcze-

gólne znaczenie. U kobiet młodszych i ciężarnych pierwszą metodą z wyboru (również ze względu na bezpieczeństwo) jest badanie ultrasonograficzne, natomiast u kobiet powyżej 40. roku życia zaleca się przeprowadzenie badania mammograficznego. Kobiety powyżej 50. roku życia powinny korzystać z mammografii raz na dwa lata, do momentu ukończenia 75. roku życia.

Szybki dostęp do badania można uzyskać w mobilnych busach mammograficznych. Najczulszą metodą jest jednak

Pierwsze objawy mogą pojawić się dopiero po wieloletnim, utajonym wzroście. Najważniejsze jest, aby wykryć zmiany jak najwcześniej

rezonans magnetyczny, który zalecany jest kobietom z wysokim ryzykiem zachorowalności (posiadającym mutację genową).

Podłoże genetyczne raka piersi posiada 5-10 proc. chorych. Kobiety, u których w rodzinie wykryto raka sutka, mają zwiększone predyspozycje. Nowoczesne badania genetyczne na nosicielstwo mutacji genetycznej BRCA1 i BRCA2 pozwalają oszacować ryzyko rozwinięcia się raka sutka w przyszłości.

Predyspozycje, które powinny skłaniać kobiety do wykonania badań genetycznych, to m.in.:

- rodzinne występowanie nowotworu raka piersi lub raka sutka przed 40. rokiem życia,
- częste występowanie raka jajnika w rodzinie,
- obustronne złośliwe guzy piersi w rodzinie,

- rak sutka u mężczyzn (tata, dziadek),
- obecność mutacji genowej BRCA u przodków.

Podczas kontroli można wykryć zmiany płynowe (torbielowe) oraz lite. O ile te pierwsze zazwyczaj nie wzbudzają niepokoju, to zmiany lite w piersiach wymagają pogłębienia diagnostyki. Wykryty guz poddaje się ocenie komórkowej. W tym celu przeprowadza się biopsję danej tkanki. Na podstawie wielkości, przerzutów do węzłów chłonnych oraz stopnia złośliwości stawia się ostateczną diagnozę i kieruje się pacjentkę na odpowiednie leczenie.

Nie każdy guz w piersi to rak, a ponad 90 proc. są to zmiany łagodne. Wszelkie anomalie w piersiach należy poddać diagnostyce.

Do łagodnych zmian zaliczamy:

- torbiele z włóknieniem (rzadko zmieniające swoją objętość),
- łagodne zmiany rozrostowe (często zwiększają swoją objętość).

Ta grupa zmian nie należy do groźnych, lecz wymagana jest częsta kontrola lekarska. Zmiany złośliwe mogą mieć różny wygląd oraz charakter. Najgroźniejszą postacią jest rak zapalny piersi, inaczej zwany rakiem zapalnym sutka. Występuje niezwykle rzadko, w granicach 1 proc. wszystkich chorych, jednak ma gorsze rokowania.

Nie ma idealnej recepty na walkę z rakiem. Celem profilaktyki jest jak najskuteczniejsze zmniejszenie ryzyka zachorowalności na nowotwór. Prowadzenie zdrowego stylu życia wpływa pozytywnie na organizm i poprawia jego stan ogólny.

Czy jesteś hipochondrykiem? Objawy hipochondrii i sposoby jej leczenia

Ingrid Hintz-Nowosad
Ingrid.Hintz@polskapress.pl

Hipochondria to zaburzenie nerwiczne, które objawia się występowaniem silnego lęku o swoje zdrowie. Hipochondrykowi cały czas towarzyszy przeświadczenie, że jest poważnie chory.

Nazwa „hipochondria” wywodzi się ze starożytnej Grecji – wówczas mianem „hypochondriakós” określano ból zlokalizowany w obrębie górnej części brzucha. Na przestrzeni wieków termin ten przeszedł kilkukrotną redefinicję. Dopiero na początku XIX w. pojawiły się pierwsze opisy hipochondryka, jako osoby cierpiącej na chorobę bez wyraźnej przyczyny.

Według Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych hipochondria jest jednym z zaburzeń somatoformicznych, które z kolei zaliczane są do zaburzeń nerwicznych. Cechą charakterystyczną tych zaburzeń jest występowanie objawów somatycznych przy braku jakichkolwiek biologicznych przesłanek, które uzasadniałyby występowanie tego typu symptomów. Przy diagnozowaniu hipochondrii ważnym elementem jest wykonanie szeregu podstawowych badań diagnostycznych.

Hipochondryk jest osobą, której towarzyszy stały lęk przed zachorowaniem. Nieustannie znajduje się w gotowości i doszukuje się objawów, które mogą wskazywać na poważną chorobę – zawał, udar czy nowotwór. Co więcej, hipochondryk jest „nadwrażliwy” na różne informacje na temat chorób. Według badań przeprowadzonych przez Thomasa



Na hipochondrię najczęściej zapadają osoby z tendencją do stanów depresyjnych

Holmesa i Richarda Rahe’a z Washington University w Seattle, pozostawanie w ciągłej gotowości i nadinterpretacja występujących objawów jest silnym stresorem. Badacze podkreślają, że osoba dotknięta tą chorobą często nie zdaje sobie sprawy z tego, że jej problemy somatyczne mogą mieć podłoże psychologiczne. Objawy hipochondrii bywają niespecyficzne, ponieważ pacjent często sam „wyznacza” sobie, co go boli. Stałe myślenie o dolegliwościach sprawia, że faktycznie zaczynają one się nasilać.

Wśród objawów hipochondrii można wymienić:

- długotrwały lęk i obawa o własne zdrowie i życie;
- przekonanie o złym stanie swojego zdrowia;
- brak poczucia bezpieczeństwa;
- obawa o swoją przyszłość;
- podwyższona czujność dotycząca występujących objawów.

Hipochondria polega na nadinterpretacji występujących, zazwyczaj niegroźnych, objawów somatycznych. Takie symptomy, jak np. ból gardła, kaszel, ból głowy czy świąd skóry przez hipochondryka postrzegane są jako dowód toczącego się procesu chorobowego. Istnieje kilka teorii dotyczących możliwych przyczyn hipochondrii – wśród nich wskazuje się m.in. na dwa podstawowe modele.

Model poznawczo-behawioralny

Wywodzi się z teorii psychopatologii Becka. Podstawowym założeniem tego modelu jest przeświadczenie, że źródłem zaburzeń emocjonalnych są nega-

tywne schematy poznawcze dotyczące zarówno własnej osoby, jak i świata zewnętrznego. Oprócz tego podkreśla się związek między hipochondrią a depresją i fobiami społecznymi. Hipochondrycy często mają katastroficzne wizje dotyczące przyszłych zdarzeń, często są pesymistycznie usposobieni wobec świata i nieustannie towarzyszy im podwyższony poziom lęku.

Model interpersonalny

W modelu tym silnie akcentuje się rolę relacji interpersonalnych w mechanizmach właściwych dla hipochondrii. Według autorów tej koncepcji hipochondria jest rezultatem, często nieuświadomionej, potrzeby troski zarówno od osób najbliższych, jak i lekarzy. Potrzeba ta często stanowi konsekwencję niewłaściwego wychowania, w którym nie były zaspokajane podstawowe potrzeby dziecka (miłości, akceptacji i wsparcia emocjonalnego).

Niektórzy badacze przy omawianiu przyczyn hipochondrii wskazują na egocentryczną lub nawet narcystyczną postawę, jednak teza ta była poddawana częstej krytyce. Wprawdzie hipochondryk może nadmiernie koncentrować się na sobie i swoim zdrowiu, jednakże nie wynika to z jego egoistycznej natury, a raczej z potrzeby troski i opieki, co może być związane z deficytami z dzieciństwa.

Już samo rozpoznanie hipochondrii dostarcza lekarzom podstawowej opieki zdrowotnej wielu problemów. Związane jest to z tym, że przed diagnozą na-

leży wykonać szereg badań diagnostycznych, w celu wykluczenia ewentualnych stanów chorobowych. W rozpoznaniu hipochondrii należy wziąć pod uwagę kilka podstawowych kryteriów diagnostycznych. Mowa tu o:

- silnie zakorzenionym, utrzymującym się przez co najmniej pół roku przekonaniu o występowaniu poważnych chorób somatycznych;
- nadmiernym kontrolowaniu swojego ciała wraz z towarzyszącym przekonaniem o zmianie kształtu ciała, np. wyimaginowanym skrzywieniu kręgosłupa;
- podporządkowaniu życia chorobie, co skutkuje częstymi i nieuzasadnionymi wizytami u lekarza;
- odrzucaniu zapewnień lekarza o braku chorób somatycznych.

Leczenie hipochondrii stanowi duże wyzwanie dla lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej, gdyż to właśnie do nich w pierwszej kolejności trafiają pacjenci, którzy zmagają się z tym zaburzeniem nerwicznym. Największym wyzwaniem jest upór pacjentów, którzy często nie zgadzają się z opinią lekarza o braku danej choroby. W takiej sytuacji zwykle zmieniają oni lekarza i proces diagnozy rozpoczyna się od nowa, co przypomina mechanizm błędnego koła.

Podstawą w leczeniu hipochondrii jest psychoterapia. Najbardziej pomocna jest terapia w nurcie poznawczo-behawioralnym, która zorientowana jest na rozwiązywanie konkretnego problemu.

Jak odróżnić wysypkę alergiczną od choroby?

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

Jak odróżnić wysypkę alergiczną od tej, która może świadczyć o niebezpiecznej infekcji? Czy dziecko z nietypowymi zmianami na skórze należy pozostawić w wszelki wypadek w szpitalu?

W rozwiązywaniu takich dylematów ma pomóc Cyfrowy Atlas Wysypek – nowoczesne narzędzie stworzone na Uniwersytecie Medycznym we Wrocławiu.

Cyfrowy Atlas Wysypek to platforma edukacyjna, która gromadzi wielopokoleniowe doświadczenia pediatrów w obszarze zmian skórnych u dzieci w jednej telefonicznej aplikacji. To interaktywne narzędzie dydaktyczne jest oparte na microlearningu. Umożliwia szybką naukę, porównywanie obrazów klinicznych i zdobywanie praktycznych umiejętności diagnostyki różnicowej – możemy przeczytać w komunikacie na stronie internetowej uczelni. Nad stworzeniem tego narzędzia pracowali specjaliści z Katedry i Kliniki Pediatrii i Chorób Infekcyjnych UMW. Jak podkreślają naukowcy-lekarze, pomysł na to rozwiązanie zrodził się z realnej potrzeby. Szybka diagnoza choroby zakaźnej ma kluczowe znaczenie zarówno dla pacjenta, jak i jego otoczenia. O decyzjach dotyczących leczenia, hospitalizacji czy izolacji często trzeba decydować natychmiast, co nie jest łatwe, ponieważ wiele infekcji u dzieci przebiega z niespecyficznymi objawami.

Prawidłowe rozpoznanie w pediatrii staje się coraz trudniejszą sztuką. Z jednej strony rodzi się mniej dzieci, a z drugiej – wracają choroby zakaźne, z którymi nie mieliśmy do czynienia przez dziesiątki lat – tłumaczy genę pomysłu prof. Leszek Szenborn, kierownik Katedry i Kliniki Pediatrii i Chorób Infekcyjnych UMW.

Ekspert podkreśla, że coraz liczniejsza grupa pacjentów cierpi na choroby przewlekłe i autoimmunologiczne, a stosowane u nich terapie biologiczne potrafią zmieniać przebieg oraz obraz infekcji. Dodatkowym wyzwaniem są częste podróże, które niosą ryzyko kontaktu z patogenami niespotykanymi w naszym klimacie.

Wszystko to sprawia, że lekarze coraz rzadziej mają możliwość bezpośredniego zetknięcia się z typowymi objawami wielu chorób, w tym również tych groźnych, wymagających szybkiego działania.

Dotyczy to nie tylko młodych, dopiero wkraczających do zawodu. Także pediatrizy z wieloletnim stażem nie mogą już bazować na własnym do-

świadczeniu, bo w swojej praktyce nie mieli przypadków chorób, które zniknęły na dziesięciolecie dzięki powszechnym szczepieniom. Młodzi nie mają zatem często od kogo się uczyć – przyznaje prof. Szenborn.

Specjalista dodaje, że coraz szybsze tempo rozprzestrzeniania się chorób stanowi kolejne wyzwanie diagnostyczne. Przypomina, że w czasach parowców grypa hiszpanka potrzebowała około trzech miesięcy, by opanować świat, podczas gdy pandemia COVID-19 rozprzestrzeniła się niemal natychmiast, pokazując, jak dynamicznie zmieniały się realia epidemiologiczne.

Bazą do tworzenia Cyfrowego Atlasu Wysypek była bogata kolekcja zdjęć chorób wysypkowych, wykonywanych od lat w Klinice Pediatrii i Chorób Infekcyjnych UMW. Książkowy atlas zmian skórnych u dzieci był regularnie aktualizowany i w ten sposób powstał imponujący zbiór, wykorzystany teraz w formie cyfrowej.

Nasz atlas to jednak coś znacznie więcej niż zestaw uniikatowych fotografii z praktyki klinicznej, który zresztą zamierzamy wciąż wzbogacać o kolejne przypadki. Chcieliśmy stworzyć narzędzie do szybkiej nauki, które umożliwi porównywanie obrazów klinicznych i zdobywanie praktycznych umiejętności diagnostyki różnicowej. Jednocześnie wyszliśmy z założenia, że nauka może być przyjemna i mieć formę atrakcyjnej gry. Dlatego atlas został wyposażony w szereg funkcji – nie tylko przydatnych, ale i przyjaznych w obsłudze i dostosowanych do współczesnego odbiorcy – tłumaczy dr Kamila Ludwikowska, która współtworzyła aplikację.

Dla praktyków Cyfrowy Atlas Wysypek będzie swoistą „ściągą”. Algorytm pięciu kroków poprowadzi ich logiczną ścieżką diagnostyczną od podpowiedzi, na co zwrócić uwagę, jakie zadawać pytania pacjentowi, poprzez rozpoznanie, aż do zastosowania leczenia.

Lekarz, korzystając z funkcji wyszukiwania, będzie mógł łatwo znaleźć i porównać zdjęcia różnych zmian skórnych, by dopasować ich obraz do przypadku pacjenta. System pozwoli określić, czy wysypka ma charakter plamisty, wybroczynowy czy pęcherzykowy, a także gdzie dokładnie się pojawia i jak wygląda – każdy szczegół ma tu znaczenie i wymaga właściwej oceny.

Do każdego zdjęcia dołączony jest krótki opis choroby, której objawem jest dana wysypka i jej umiejscowienie. Ideą całej platformy jest jednak nie tylko szybkie rozpoznanie, ale przede wszystkim zdobycie trwałej wiedzy.

WARTO WIEDZIEĆ

Metody leczenia hipochondrii:

- neuroleptyki i leki o działaniu hamującym aktywność układu współczulnego;
- krótkoterminowa terapia poznawczo-behawioralna, zorientowana na rozwiązanie problemu i wydobranie się z mechanizmu błędnego koła;
- terapia rodzin, która zalecana jest zwłaszcza wtedy, gdy choroba pacjenta negatywnie odbija się na jego sytuacji rodzinnej;
- długoterminowa terapia systematyczna restrukturyzująca, prowadząca do częściowej zmiany osobowości.

Tak kąpiele w wannie wpływają na zdrowie. Mogą pomóc nie tylko przy przeziębieniu

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

Kąpiel w wannie to okazja, by na chwilę zatrzymać się w codziennym pośpiechu, zanurzyć się w ciepłej wodzie i pozwolić sobie na regenerację ciała i umysłu.

Kąpiele, zwłaszcza te w ciepłej wodzie, mogą mieć korzystny wpływ na organizm, o ile są stosowane z umiarem i dostosowane do indywidualnych potrzeb. Warto zdawać sobie sprawę, że ciepła woda powoduje rozszerzenie naczyń krwionośnych, dzięki czemu zwiększa się przepływ krwi w mięśniach i skórze. Taki efekt prowadzi do lepszego dotlenienia i odżywienia tkanek, co sprzyja regeneracji po wysiłku fizycznym oraz łagodzi napięcie mięśniowe. Jednocześnie hydrostatyczny nacisk wody wspomaga powrót żylny i przepływ limfy, co pomaga usuwać z organizmu produkty przemiany materii.

Regulame kąpiele mogą również łagodzić ból, zarówno mięśniowy, jak i stawowy. W badaniach klinicznych wykazano, że hydroterapia poprawia ruchomość stawów, zmniejsza sztywność i redukuje odczuwanie bólu u osób cierpiących m.in. na choroby reumatyczne czy fibromialgię.

Nie bez znaczenia pozostaje również wpływ kąpieli na układ nerwowy. Ciepła woda działa uspokajająco, obniża poziom stresu i napięcia psychicznego, co pośrednio wspiera odporność oraz proces regeneracji organizmu w czasie infekcji.

Ciepła, aromatyczna kąpiel może stać się naturalnym sprzymierzeńcem w łagodzeniu objawów przeziębienia i wspomaganiu procesu zdrowienia. Wpływa ona korzystnie na organizm, oddziałując na kilka poziomów jednocześnie. Ciepła woda rozluźnia napięte mięśnie i zmniejsza uczucie sztywności, co przynosi ulgę obolałemu ciału.

Wytwarzająca się para wodna działa jak naturalna inhalacja. Nawilża drogi oddechowe, łagodzi katar oraz podrażnienia gardła, ułatwiając oddychanie. Dodatkowo ciepło pobudza krążenie krwi, co sprzyja szybszemu usuwaniu toksyn z organizmu i wspiera jego naturalne mechanizmy obronne.

Wprowadzenie do kąpieli olejków eterycznych, takich jak sosnowy, jodłowy czy eukaliptusowy, wzmacnia jej działanie przez efekt aromaterapii. Do wody warto dodać zatem:

●olejek tymiankowy - wykazuje silne właściwości antybakteryjne i przeciwwirusowe, wspomaga odporność oraz łagodzi

stany zapalne gardła i dróg oddechowych;

●olejek rozmarynowy - poprawia krążenie, działa rozgrzewająco i pomaga łagodzić bóle mięśni, które często towarzyszą infekcjom;

●olejek eukaliptusowy - udrażnia zatkany nos, ułatwia oddychanie, działa antyseptycznie i łagodzi bóle głowy;

●olejek sosnowy, olejek jodłowy - odświeżają, wspomagają oczyszczanie dróg oddechowych i wzmacniają naturalne mechanizmy obronne organizmu;

●olejek lawendowy - koi układ nerwowy, sprzyja odpoczynkowi i regeneracji, a jednocześnie działa lekko przeciwbakteryjnie;

●olejek pomarańczowy - relaksuje, poprawia nastrój i dodaje energii, co ma znaczenie zwłaszcza w czasie obniżonego samopoczucia.

Niewiele osób zdaje sobie sprawę, że kąpiel może sprzyjać... utracie wagi. Badanie przeprowadzone przez ekspertów z Uniwersytetu Loughborough w Wielkiej Brytanii wykazało, że godzinna kąpiel w gorącej wodzie spala średnio około 130 kalorii, co odpowiada mniej więcej półgodzinnemu spacerowi. Dodatkowo kąpiele mogą także sprzyjać regulacji poziomu glukozy we krwi.

Kąpiel w wannie powinna być dostosowana zarówno do temperatury wody, jak i kondycji skóry. W przypadku kąpieli gorących lub zimnych zaleca się, aby nie trwały one dłużej niż około 10-15 minut, ponieważ zbyt długie oddziaływanie skrajnych temperatur może prowadzić do zaburzeń krążenia i nadmiernego obciążenia organizmu. Kąpiele w wodzie o umiarkowanej temperaturze można wydłużyć do 20-30 minut, jeśli nie występują przeciwwskazania zdrowotne. Należy jednak pamiętać, że zbyt długie przebywanie w wodzie powoduje macerację naskórka, czyli jego nadmierne zmiękczenie, co może prowadzić do podrażnień, przesuszenia lub zwiększonej podatności skóry na uszkodzenia i infekcje.

Długotrwały kontakt skóry z wodą, zwłaszcza twardą, może nasilać suchość i świąd skóry. Woda wodociągowa często zawiera wapń i magnez, które podnoszą jej pH, co z kolei osłabia kwaśny płaszcz ochronny skóry. W efekcie dochodzi do zaburzenia równowagi mikrobiomu i wzrostu podatności na podrażnienia oraz nadkażenia bakteryjne, częste u osób z atopowym zapaleniem skóry (AZS). Dermatolodzy zalecają, aby kąpiel w przypadku AZS była krótka (maksymalnie 5-10 minut) i odbywała się w letniej wodzie.

Ranking najlepszych sanatoriów na NFZ. Pacjenci zakochali się w tych lecznicach



Zobacz aktualną listę najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce i w poszczególnych województwach. Pacjenci po prostu zakochali się w tych miejscach

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Które sanatorium wybrać na turnus finansowany z NFZ? Które są rzeczywiście dobre? Z pomocą przychodzą sami pacjenci, piszący recenzje zakładów leczniczych w Google.

Jesień to sezon przeziębień, niedoboru słońca i ogólnego osłabienia naszych organizmów. Warto w tym okresie zaplanować pobyt w sanatorium. Takie uzdrawiające wakacje bywają jednak drogie, więc nie dziwnego, że większość pacjentów stara się załatwić sobie pobyty finansowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

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

Jak wybrać dobre sanatorium? Na co zwracać szczególną uwagę, poza dopasowaniem do profilu naszych dolegliwości?

Z opinii i opowiadań pacjentów można wyciągnąć wnioski na temat tego, jakie powinno być dobre sanatorium.

Cechy idealnego miejsca na turnus to:

- szeroka i zróżnicowana oferta zabiegowa, profesjonalna i troskliwa opieka lekarska, z częstymi konsultacjami;
- wysoki standard pokoi, czystość całego budynku i otoczenia, a także (zwłaszcza!) sal i sprzętów zabiegowych;
- dobre jedzenie, dostosowane do indywidualnych potrzeb żywieniowych pacjentów;
- wygodne rozplanowanie ośrodka, bez konieczności długich i wyczerpujących marszów z jednej sali zabiegowej do drugiej, zwłaszcza bez konieczności wspinania się na strome schody;
- ładne i zadbane otoczenie z ogródkiem lub parkiem, czyste powietrze bez dymu z pieców czy palarni.

Pacjenci leczący się na NFZ powinni być traktowani na równi z komercyjnymi, bez rażących różnic w podejściu personelu czy ofercie zabiegów.

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

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

się w recenzjach Google swoimi wrażeniami z pobytów, opisując wszystko bez ogródek i cenzury i wystawiają oceny od 0 do 5. Znanie sanatoria miewają po kilkaset i więcej recenzji!

Recenzje Google to świetne źródło informacji o jakości danego sanatorium. By ułatwić Ci wybranie najlepszego sanatorium w całym kraju lub w twojej

okolicy, stworzyłem dwa rankingi właśnie na podstawie opinii pacjentów. Pierwszy to lista TOP 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce, a drugi to seria rankingów sanatoriów z podziałem na poszczególne województwa (łącznie przeanalizowałem aż 31 placówek - wszystkie oferują turnusy na NFZ).

TOP 7 najlepszych sanatoriów na NFZ w całej Polsce

- Miejsce 1: 22. Wojskowy Szpital Uzdrawiskowo-Rehabilitacyjny w Ciechocinku (średnia ocen w Google: 4,6).
- Miejsce 2: Sanatorium Uzdrawiskowe KRYSZYŃKA w Ciechocinku (średnia ocen w Google: 4,6).
- Miejsce 3: Sanatorium Włókniarz w Busku-Zdroju (średnia ocen w Google: 4,2).
- Miejsce 4: Łazienki II Pałac w Ciechocinku (średnia ocen w Google: 4,0).
- Miejsce 5: Bia Vita Sanatorium Uzdrawiskowe Augustów Medical SPA (średnia ocen w Google: 4,5).
- Miejsce 6: Świerkowy Zdrój Medical SPA Rymanów-Zdrój (średnia ocen w Google: 4,4).
- Miejsce 7: Świerkowy Zdrój Medical SPA Iwonicz-Zdrój (średnia ocen w Google: 4,0).

Ranking sanatoriów w podziale na województwa znajdziesz na stronie <https://stronazdrowia.pl>.

WARTO WIEDZIEĆ

Od 1 października tańsze sanatorium na NFZ

Od 1 października każdego roku zmienia się cenik pobytów w sanatoriach uzdrawiskowych, które działają w ramach ubezpieczenia zdrowotnego. Na przykład za 21-dniowy pobyt w pokoju dwuosobowym z pełnym węzłem sanitarnym zapłacisz 409,50 zł zamiast 573,30 zł dziennie, co daje 163,80 zł oszczędności. Oznacza to, że za 21-dniowy turnus zapłacisz od 222,60 do 684,60 zł. Dla porównania: ceny w sezonie letnim to od 249,90 do 858,90 zł. W sezonie jesienno-zimowym możesz więc zaoszczędzić do 174,30 zł w porównaniu do sezonu letniego.

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

DOMOWE SPOSOBY NA ODPORNOŚĆ

Co to jest antygrypina?

W sezonie jesienno-zimowym na przeziębienie i odporność stosujemy przeróżne specyfiki i mikstury, aby mniej chorować i szybciej wyleczyć się z infekcji. Wielu z nas zna syrop z cebuli, który jest niezwykle skuteczny, ale niestety nie smakuje najlepiej. Antygrypina to naturalny antybiotyk, który nie tylko świetnie zwalcza przeziębienie, grypę czy zapalenie gardła, ale też jest bardzo smaczny i wspomaga odporność. Właściwości te zawdzięcza składnikom takim jak owoce cytrusowe, imbir, czosnek, miód i kurkuma. Mikstura jest bogata w witaminę C i inne antyoksydanty, które wspierają układ odpornościowy i wspomagają walkę z patogenami. Znajdują się w niej również witaminy,

składniki mineralne, aminokwasy czy olejki eteryczne. Dzięki temu antygrypina działa przeciwzapalnie, antybakteryjnie, przeciwwirusowo, przeciwgorączkowo i wykrztuśnie. Napój rozgrzewa, łagodzi kaszel, katar i ból gardła, oczyszcza zatoki, przyspiesza powrót do zdrowia w czasie infekcji. Można go również stosować profilaktycznie w celu wzmocnienia odporności.

Jak zrobić naturalną antygrypinę?

Do wykonania antygrypiny potrzebujemy sporej ilości składników, ale za to samo wykonanie leczniczej mikstury jest niezwykle szybkie i proste. Składniki: 1 szklanka przegotowanej i ostudzonej wody, 1 cytryna, 1 grapefruit, 1 pomarańcza, 2 ząbki czosnku, 3 plasterki świeżego imbiru, 3 łyżki miodu, 1/2 łyżeczki

kurkumy. Wszystkie owoce dokładnie umyj i osusz. Wyciśnij z nich sok i przelej do blendera. Dodaj czosnek, imbir i miód. Wlej wodę i dosyp kurkumę. Zmiksuj i przelej do szklanej butelki lub słoika. Gotową miksturę możesz przechowywać w lodówce do 3 dni.

Ile pić antygrypiny?

Antygrypinę możesz przyjmować profilaktycznie przez cały sezon jesienno-zimowy w postaci shotów na odporność. Pij ją wtedy 2 razy dziennie po 1 kieliszku. W przypadku przeziębienia, grypy czy innej infekcji pij specyfik 3-4 razy dziennie. Jeśli antygrypinę chcesz przygotować dla dzieci, możesz nie dodawać do niej czosnku

i imbiru lub zmniejszyć ich ilość. Mają one ostry i piekący smak, więc mikstura może nie posmakować maluchom. Możesz za to przygotować syrop także w formie galaretki lub żelków - wystarczy, że do płynu dodasz żelatynę lub agar i przelejesz do specjalnych foremek.



Kto nie powinien pić antygrypiny?

Ze stosowaniem antygrypiny powinny uważać kobiety w ciąży. Przed zastosowaniem lepiej skonsultować się z lekarzem. Antygrypiny nie powinny też stosować osoby przyjmujące leki na cukrzycę, nadciśnienie i przeciwzakrzepowe. Sok z grejpfruta zawarty

w miksturze może wchodzić w reakcję z lekami, dlatego należy pić napój 2 godziny przed lub po zażyciu leków. Najlepiej jednak poradzić się lekarza przed zastosowaniem antygrypiny.

Czym jest supertonik?

Supertonik to naturalna mikstura zawierająca składniki działające przeciwwirusowo i antybakteryjnie, w tym ocet jabłkowy, czosnek, który jest uznawany za naturalny antybiotyk, miód łagodzący kaszel i niszczący drobnoustroje oraz działającą przeciwzapalnie i odtruwającą kurkumę. Supertonik można stosować w czasie infekcji, łagodzi bowiem objawy takie jak kaszel, katar, ból gardła, gorączka czy osłabienie, skraca czas choroby i przyspiesza powrót do zdrowia. Natomiast w okresach obniżonej odporności można zażywać miksturę profilaktycznie.

Przepis na supertonik

Składniki: 3 szklanki octu jabłkowego, 4 łyżki miodu, ćwierć szklanki czosnku, ćwierć szklanki cebuli, ćwierć szklanki imbiru, 2 łyżki chrzanu, 2 łyżki kurkumy, 2 papryczki chili. Czosnek i cebulę umyć, obrać i zetrzeć lub drobno posiekać. Korzeń imbiru, chrzanu, kurkumy oraz papryczki chili rozdrobnić najlepiej w moździerzu lub zetrzeć. Można także użyć zmielonych przypraw, ale ich moc będzie słabsza niż świeżych. Rozdrobnione składniki umieścić w słoju i zalać octem jabłkowym, dodać miód i wymieszać. Zamknąć szczelnie w słoju i odstawić na ok. 2 tygodnie do lodówki. Codziennie potrząsać, aby mikstura się wymieszała. Po 2 tygodniach supertonik odcedzić przez gazę. Przechowywać w lodówce w szklanej butelce.

Najzdrowszy jesienny produkt za grosze

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

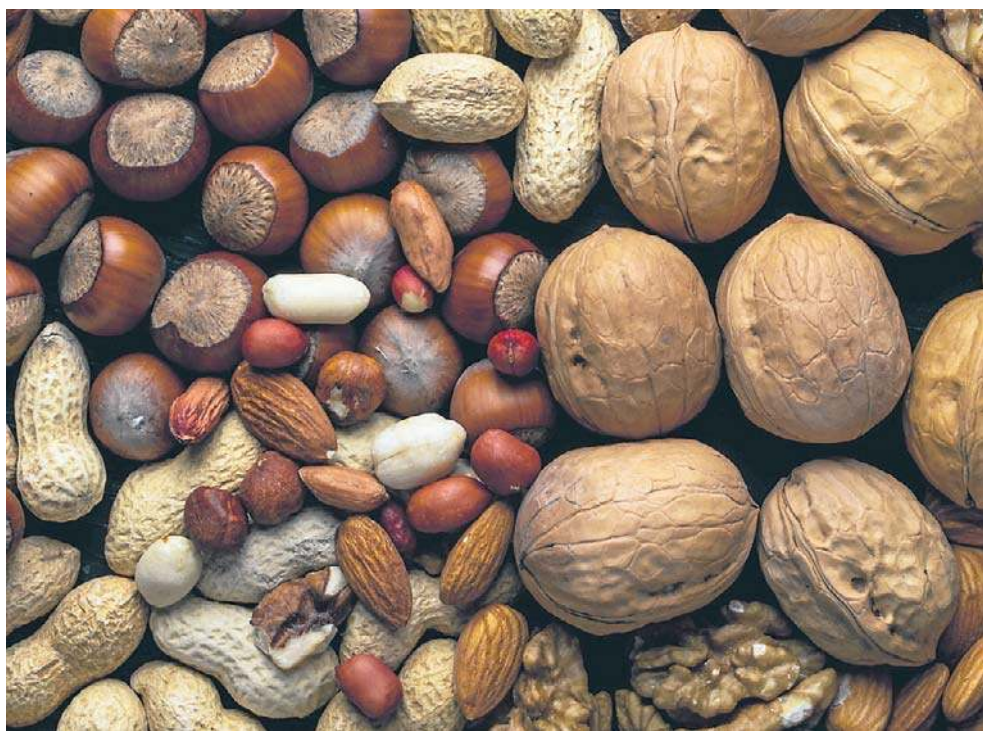
Wśród darów jesieni szczególne miejsce zajmują orzechy. Regularne ich spożywanie nie tylko wspiera serce, reguluje ciśnienie i poprawia metabolizm, ale może też wydłużyć życie.

Jesień przynosi ze sobą bogactwo produktów, które wspierają nasze zdrowie, a jednym z najcenniejszych są orzechy. Profesorka nauk medycznych, biochemiczka i nauczycielka akademicka Ewa Stachowska na swoim Instagramie podkreśla, że regularne spożywanie tego popularnego produktu może znacząco poprawić nasze zdrowie i długość życia.

Orzechy to jesienne „superfoods” za grosze

„Orzechy to najprostszy sposób na to, aby wydłużyć skutecznie życie, i to życie pełne zdrowia” - przekonuje na swoim instagramowym profilu specjalistka.

Analiza przeprowadzona na ponad 7000 uczestnikach wykazała, że już 30 g orzechów dziennie - w tym 15 g orzechów włoskich, 7,5 g laskowych i 7,5 g migdałów - przynosi wymierne korzyści zdrowotne. Obniża ciśnienie, redukuje ryzyko udaru i wspiera metabolizm. Jak podkreśla profesorka Stachowska, połączenie orzechów z dwiema łyżkami oliwy dziennie może stanowić prosty, codzienny sposób na długie i zdrowe życie.



Nie ma wątpliwości: orzechy to jesienne „superfoods” za grosze. Jedzenie orzechów to najprostszy sposób na to, aby skutecznie wydłużyć życie, i to życie pełne zdrowia

Orzechy a długowieczność

Badanie, do którego odniosła się Ewa Stachowska, było częścią dużego projektu PRE-DIMED (Prevencion con Dieta Mediterranea), realizowanego w Hiszpanii w latach 2003-2011 i skupiającego się na prozdrowotnym działaniu diety śródziemnomorskiej.

Naukowcy zbadali wpływ spożycia różnych rodzajów orzechów - migdałów, orzeszków ziemnych, orzechów laskowych, pistacji, orzeszków

pinowych oraz orzechów włoskich - na ryzyko śmierci wśród uczestników badania.

Analiza objęła 7216 osób z podwyższonym ryzykiem chorób sercowo-naczyniowych. W porównaniu do osób, które nigdy nie jadły orzechów, ci, którzy spożywali 1-3 porcje tygodniowo, mieli o 29 procent mniejsze ryzyko śmierci.

Osoby spożywające trzy lub więcej porcji tygodniowo, odnotowały jeszcze większe korzyści - 39 proc. mniejsze ryzyko śmierci.

Orzechy poprawiają humor

Wystarczy już niewielka ilość orzechów spożywana codziennie, aby odnieść korzyści dla zdrowia, także psychicznego. Dostarczają bogatej różnorodności biodostępnych fitochemikaliów, które mogą być związane z działaniem przeciwzapalnym i przeciwutleniającym. Zawierają także cenne aminokwasy, takie jak arginina, glutamina, seryna i tryptofan. Zbyt niski poziom tych aminokwasów wiąże się z depresją.

WAŻNE

Cudowne orzechy włoskie

Orzechy włoskie zaliczane są do polskich „superfoods”, czyli nieprzetworzonych produktów, które w korzystny sposób wpływają na stan zdrowia organizmu. Porcja 100 g stanowi źródło 654,4 kcal, a także 18 g białka, 11,5 g węglowodanów oraz 6,5 g błonnika pokarmowego. Porcja 100 g zawiera aż 60,3 g tłuszczu, w tym 41,2 g wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, czyli omega-3 i omega-6. Te rodzaje kwasów tłuszczowych wspierają układ krążenia i pracę serca, zmniejszają stan zapalny w organizmie, obniżają poziom „złego” cholesterolu LDL z równoczesnym podwyższeniem „dobrego” cholesterolu HDL.

Mimo że zawierają one znaczną ilość tłuszczu, to nie stanowią źródła cholesterolu. Co więcej, te bakalie polecane są osobom z miażdżycą, hipercholesterolemią, a także pacjentom po przebytym zawale serca lub udarze mózgu.

Orzechy włoskie uznawane są za jedno z najbogatszych źródeł magnezu - w 100 g zawierają go aż 99 mg! Do najważniejszych witamin i związków mineralnych w orzechach należą: witamina B1 - 0,39 mg, witamina B2 - 0,12 mg, witamina B3 - 1,19 mg, witamina B5 - 0,57 mg, witamina B6 - 0,078 mg, kwas foliowy - 19 g, witamina E - 0,7 mg, witamina A - 20 jednostek międzynarodowych (IU), witamina K - 2,7 g, witamina C - 1,3 mg, wapń - 98 mg, magnez - 99 mg, żelazo - 1,8 mg, fosfor - 332 mg, potas - 474 mg, cynk - 3,09 mg, selen - 4,9 mikrograma.

Orzechy włoskie stanowią znakomite źródło błonnika pokarmowego, który wspiera pracę układu pokarmowego, przyspiesza przesuwanie się niestrawionych resztek pokarmowych w dalsze części jelita, a tym samym zapobiega zaparciom. Dodatkowo błonnik zmniejsza ryzyko rozwoju nowotworu jelita grubego i otyłości. Orzechy stanowią znakomite źródło potasu, który pobudza perystaltykę jelit, przyspieszając proces trawienia i skracając czas narażenia na szkodliwe produkty przemiany materii. Wszystkie orzechy, w tym również włoskie, są znakomitym źródłem wielonienasyconych kwasów tłuszczowych, które wykazują korzystny wpływ na zdrowie organizmu: działają przeciwnowotworowo, wspierają pracę mózgu, wzmacniają kości i zęby, zwiększają odporność organizmu, poprawiają wzrok, łagodzą alergie i poprawiają stan skóry. Dodatkowo wspierają pracę układu sercowo-naczyniowego, ponieważ zmniejszają lepkość krwi, a tym samym obniżają ryzyko rozwoju groźnych zakrzepów.

RÓŻOWY Październik usłysz profilaktykę

25.10
SOBOTA
10-14

badania słuchu
pomiar masy ciała
USG piersi
strefa edukacyjna

ORGANIZATOR

kurierlubelski

PARTNER LOKALIZACYJNY

G GALERIA
ORKANAPARTNER
MERYTORYCZNY

PARTNERZY

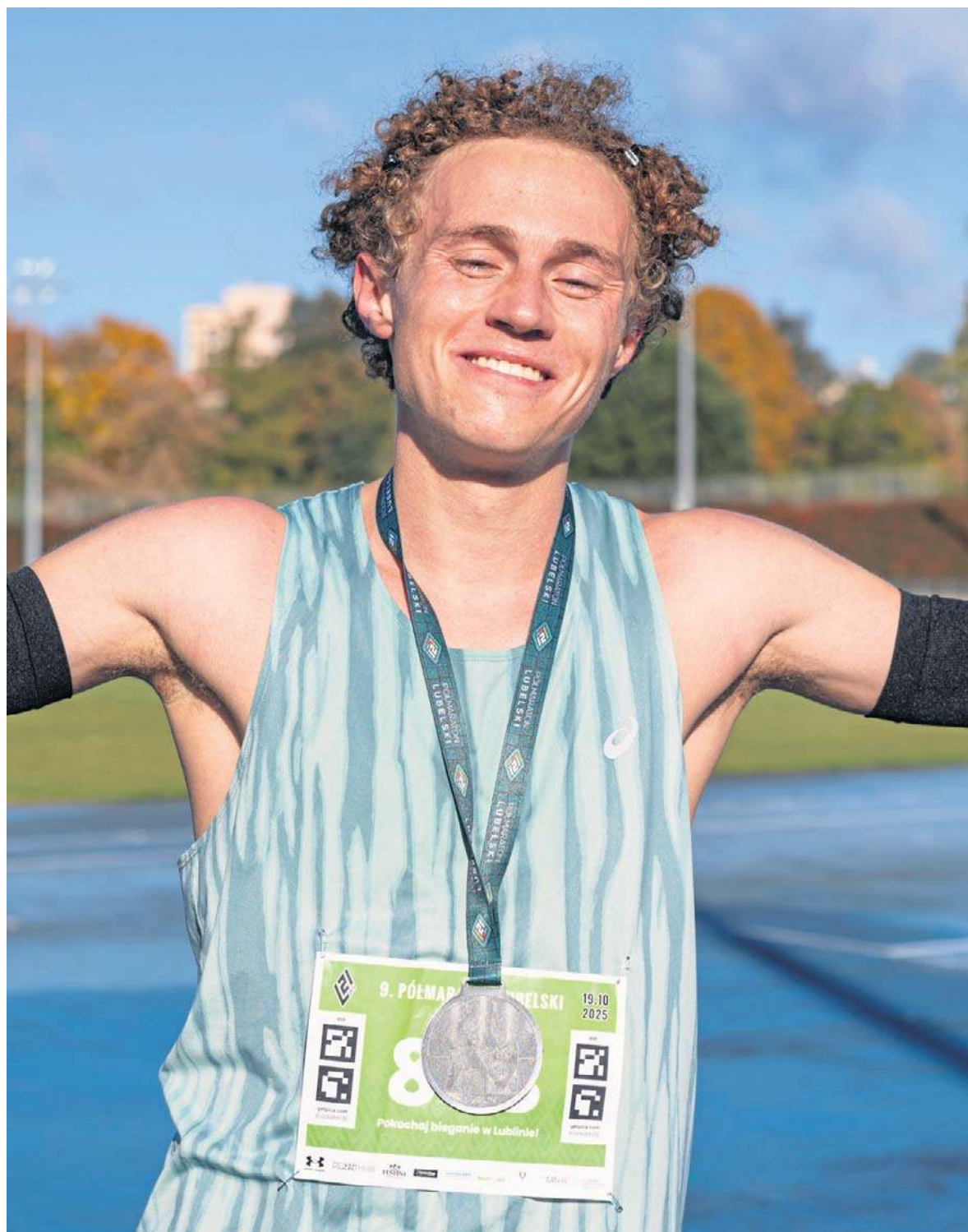
NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia**Audika**
od 1993 **ECHOSON**
ultrasonografy.pl

MAGAZYN

SPORTOWY

20.10.2025

Marcel Bytnar i Magdalena Jabrzyńska wśród kobiet, najszybciej pokonali dystans 9. Półmaratonu Lubelskiego STR. 20



FOT. MICHAŁ JANEK

Najszybszy na ulicach Lublina

Motor Lublin w starciu z GKS Katowice stracił na Arenie aż pięć goli. Sam strzelił tylko dwa STR. 18

Siatkarze InPost ChKS Chełm rozpoczną we wtorek historyczny sezon STR. 21

Żużlowa PGE Ekstraliga podsumowała sezon i wręczyła „Szczakiele” STR. 23

SPORTOWY24.PL

Trener Stolarski winę wziął na siebie

- Powiedziałem zawodnikom, że nie czuję do nich złości, frustracji ani pretensji. Wiem, że oni bardzo chcą. Mam jednak takie poczucie, że wiele rzeczy ucieka nam przez prosty brak odpowiedzialności. I nie wynika to z tego, że piłkarze nie realizują zadań - podkreślał Mateusz Stolarski, podczas pomeczowej konferencji prasowej.

- Dla nas to bardzo ciężki czas, bardzo ciężki okres. Musimy trochę wszyscy uderzyć się w pierś i wziąć trochę więcej odpowiedzialności, za to co się w ostatnim czasie dzieje. Ale pretensje mogą mieć tylko do siebie - dodawał.

Niejednokrotnie pojawiają się głosy, że kadra, która została w Lublinie zbudowana na drugi sezon w Ekstraklasie, nie jest wystarczająco jakościowa.

- Muszę wykrzesać maksa z tych piłkarzy, których mam. Łatwo w trudnych momentach mieć do nich pretensje, ale ja nie mam. Każdy z nich daje takiego maksa, jakiego ma. Myślę, że powinniśmy uderzyć się w pierś i ja się powinienem zastanowić, jakie błędy popełniłem, że zespół punktuje, jak punktuje. O tym chce myśleć, bo na to mam wpływ - mówił trener.

PKO BP Ekstraklasa Kryzys Motoru trwa. W piątek lublinianie stracili u siebie pięć bramek

TO JUŻ SZÓSTY MECZ BEZ ZWYCIĘSTWA

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Motor nie tylko nie przerwał trwającej od końca sierpnia serii bez zwycięstwa, ale także po raz pierwszy w tym sezonie przegrał w meczu domowym.

Motor Lublin 2 (2)
GKS Katowice 5 (2)

Bramki: Czubak 35, 38 - Galan 9, Najemski 21 (samobójcza), Zrelak 47, Szkurin 72, 81

Motor: Brkić - Stolarski (72 Wójcik), Bartos, Najemski, Palacz (64 Luberecki), Łabojko, Król, Scalet (81 Karasek), Wolski (72 Samper), Van Hooen (64 Ronaldo), Czubak. Trener: Mateusz Stolarski

GKS: Strączek - Czerwiński (45 Kuusk), Jędrzych, Klemenz, Wasielewski, Bosch, Kowalczyk, Galan, Marković (64 Bład), Nowak (82 Wędrchowski), Zrelak (64 Szkurin). Trener: Rafał Górak

Sędziował: Tomasz Kwiatkowski (Warszawa)

Widzów: 9883



FOT. MICHAŁ JANEK

Dwa trafienia Karola Czubaka nie pomogły gospodarzom w zdobyciu choćby punktu

Kwadrans spotkania z GKS-em Katowice optymizmem nie napawał, bo to goście prowadzili grę. A przewagę udokumentowali w 9. minucie, gdy dośrodkowanie Alana Czerwińskiego strzałem głową na gola zamienił Borja Galan. Hiszpan ładnie

przymierzył, tyle że na dziesiątym metrze pozostał całkowici niepilnowany, więc miał ku temu idealne warunki.

Motor miał duże problemy z wyprowadzeniem piłki z własnej połowy. I właśnie po takim błędzie, a później próbie jego na-

prawy, żółtą kartkę obejrzał Jakub Łabojko. Strata z 21. min była o wiele bardziej bolesna.

Do nikogo podał Krystian Palacz, co błyskawicznie wykorzystali przyjezdni. Dwa podania wystarczyły, żeby w sytuacji sam na sam znalazł się Adam

Zrelak. Słowak ładnie kierunkowo przyjął, a przy finalizacji miał nieco szczęścia. Na wślizgu zatrzymać chciał go rozgrywający swój setny mecz dla Motoru Arkadiusz Najemski, ale zrobił to tak niefortunnie, że skierował futbolówkę do własnej bramki.

Być może gospodarze potrzebowali takiego zimnego prysznica, bo od tego momentu ich gra się diametralnie zmieniła.

W 35. min Motor został nagrodzony. Po wrzutce Bartosza Wolskiego z rogu głową gola kontaktowego zdobył Karol Czubak, który chwilę później świętował dublet. Tym razem dośrodkowywał ze skrzydła Michał Król.

Miejscowi byli na fali, lecz tuż przed zejściem do szatni drugi żółty, a w konsekwencji czerwony kartonik zobaczył Łabojko.

W zasadzie od razu po zmianie stron prowadzenie gościom dał Zrelak. Motor już się nie podniósł, a wynik jeszcze dwoma golami ustalił rezerwowy Ilja Szkurin. ©©

Powiedział „basta”

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Robert Chmura pożegnał się w środę z trzecioliigową Stalą Kraśnik, bo ta zalega z wypłatami. - Zero realizacji klubu w kwestiach finansowych - to jedyne, co nam powiedział.

Stal Kraśnik nie jest idealnym miejscem do spokojnej pracy, o czym w ostatnim czasie mieliśmy okazję się przekonać niejednokrotnie. Kolejną już eskalacja sytuacji w klubie nastąpiła w zeszły weekend, kiedy to kraśniczanie nie udali się na ligowy mecz do Dębicy. Oficjalna wersja, podana przez klub brzmiała, że zepsuł się autokar, ale w przestrzeni medial-

nej szybko pojawiły się inne informacje.

Maciej Decowski-Niemiec na portalu X podał, że piłkarze z Kraśnika nie pojechali do Dębicy na znak protestu wobec zaległości finansowych. Nieoficjalnie mówi się, że klub nie płaci im pensji od kwietnia.

Wyjaśnić sprawę próbowaaliśmy u źródła, czyli w samej Stali. W poniedziałek skontaktowaliśmy się z Maciejem Poleszakim, wiceprezesem klubu, który miał odnieść się do tajemniczego autokaru we wtorek. Jednak tego dnia już nie udało nam się z nim skontaktować.

W Kraśniku trenerzy zmieniają systematycznie. Robert Chmura prowadził Stal zaledwie cztery miesiące. ©©



FOT. LUKASZ KACZANOWSKI

Robert Chmura jest znanym trenerem na Lubelszczyźnie, pracował m.in. w Motorze Lublin czy Lublinianie

Bez niespodzianki w derbach w Świdniku

Marcin Puka
m.puka@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. W trzecioliigowych derbach regionu w 13. kolejce spotkań, Świdniczanka Świdnik przegrała przed własną publicznością z Podlasie Biała Podlaska.

Świdniczanka Świdnik - Podlasie Biała Podlaska 1:2 (0:2)
Bramki: Wojciechowski 87 - Horzhui 9, Wnuk 26
Świdniczanka: Kotko - Sienicki, Stec (40 Figiel), Szatała (40 Kopczyński), Futa (40 Wojciechowski), Tymosiak, Szymala, Fedoruk, Łuczuk (40 Woder), Konojacki (90 Sikora), Kutyla. Trener: Łukasz Jankowski
Podlasie: Jeż - Dmitruk, Konaszewski, Mikolajewski, Kopytov (63 Andrzejuk), Orzechowski, Horzhui, Maluga (75 Mróz), Wnuk (75 Grochowski), Kosieradzki, Urbański (63 Jakóbczyk). Trener: Maciej Oleksiuk

- Straciliśmy bramkę, która dała przeciwnikom szansę na doprowadzenie do remisu, jednak byliśmy lepsi i w pełni zaskoczyliśmy na kolejne trzy punkty na bardzo ciężkim terenie - mówi Maciej Oleksiuk, trener Podlasia.

W 9. minucie przyjezdni objęli prowadzenie. Świdniczanka popełniła błąd w środku pola, piłkę przejął Maksym Horzhui i płaskim strzałem nie dał szans na interwencję Michałowi Kotko.

W 26. min Horzhui huknął z rzutu wolnego, a piłkę jeszcze



FOT. PODLASIE BIAŁA PODLASKA

Podlasie wygrało w Świdniku ze Świdniczanką i potwierdziło, że w tym sezonie Betlic 3. ligi piłkarze z Białej Podlaskiej dobrze spisują się na wyjazdach

musnął Wnuk i było 0:2. Świdniczankę stać było tylko na honorowe trafienie. W 87. min Michał Sienicki wypatrzył Macieja Wojciechowskiego, a ten z 5 metrów skierował piłkę do siatki.

- Od początku mecz nie przebiegał jakbyśmy chcieli. Akcja przeciwników po naszej stracie i serii błędów w obronie kosztowała nas stratę bramki - wyjawia Łukasz Jankowski, trener Świdniczanki. - Zdobyliśmy w końcówce bramkę kontaktową, ale w moim odczuciu było to najsłabsze spotkanie odkąd jestem trenerem Świdniczanki.

POZOSTAŁE WYNIKI 13. KOLEJKI BETLIC 3. LIGI GRUPY IV

Stal Kraśnik - Cracovia II Kraków 2:2 (1:1)
Bramki: Król 6, Skrzyński 51 - Kaczor 19, Królak 72
Stal: Grabowski - Czapl, Lech, Pietroń, Nowak (67 Pawlas) - Wyjadłowski (60 Kogut), Bartoś, Skrzyński, Król, Koziej (67 Jędrasik) - Majewski. Trener: Kamil Król
Siarka Tarnobrzeg - Avia Świdnik 2:2 (0:0)
Bramki: Neczyporenko 65, Wacławek 74 - Zuber 56, Pigiel 81
Avia: Białka - Rozmus, Kurs, Orzechowski (62 Zbozień), Kalinowski (62 Marek), Zawadzki (69 Uliczny), Kamiński, Pigiel, Remeniuk, Zuber (69 Małecki), Pisarek (82 Maj). Trener: Wojciech Szaroci

Star Starachowice - Chelmińska Chelmin 1:1 (1:1)
Bramki: Szynka 11 - Adamski 5
Chelmińska: Wilk - Derkacz, M. Cichocki, Adamski, P. Cichocki (87 Karbownik), Mydlarz (69 Banaszewski), Kobialka, Krawczun, Grączewski, Korbecki, Tomczyk (61 Kiezbak). Trener: Ireneusz Pietrzykowski

Pogórze-Sokół Lubaczów - Korona II Kielce 0:0, Sokół Kolbuszowa Dolna - Naprzód Jędrzejów 0:1 (0:1), Sparta Kazimierza W. - Wisłoka Dębica 1:3 (0:2), Wisła II Kraków - KSZO 1929 Ostrowiec Świętokrzyski 0:0, Wisłanie Skawina - Czarni Polanice 0:2 (0:2) ©©

PKO Ekstraklasa Znow kompletnie pod Wawelem zawiódł Raków

Nowy lider, nowy gadżet arbitra. Jagiellonia nie zwalnia tempa

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

W 12. kolejce doszło do zmian w lidze. Jagiellonia wskoczyła na fotel lidera, z którego strąciła Górnika, a sędzia Szymon Marciniak przetestował nowinkę technologiczną, jaką jest system Ref Cam.

Jagiellonia znow udowadnia, że potrafi łączyć grę w Ekstraklasie z Ligą Konferencji. Pomimo natłoku obowiązków i dużych zmian kadrowych w letnim okienku właśnie zaliczyła siedemnasty mecz z rzędu (!) bez porażki, pokonując aż 4:0 Arkę Gdynia. Drużyna Adriana Siemienia ostatni i zarazem jedyny raz przegrała w tym sezonie na inaugurację.

W sobotę błysnął jako zmiennik Afimico Pululu, który błyskawicznie ustrzelił dublet. Prosto z rzutu wolnego gola strzelił natomiast Sergio Lozano, który sezon zaczynał w lidze hiszpańskiej. Zaliczył nawet występ i przesiedział na ławce mecz z Barceloną. W czwartek na jego wysokiej formie Jagiellonia spróbuje skorzystać we Francji, gdzie w Lidze Konferencji zagra przeciwko Strassbourgowi, który jest drugi na własnym podwórku i jeszcze świeżo po szalonym remisie 3:3 z gwiazdorskim PSG.

Kompletnie zawiódł za to Raków Częstochowa. Pretendent do tytułu wybrał się do Cracovii, z którą nie umie punktować od lat. I tym razem wyszło identycznie. Co zaskoczyło? Fakt, że dosłownie nic nie udało się wskórać na ofensywie; dopiero w 87. minucie został oddany je-



Szymon Marciniak testował nową „zabawkę” podczas meczu Korony z Górnikiem

dyny celny, na dodatek czytelny strzał. - Mieliliśmy pół szansy - komentował gorzko trener Marek Papszun. W Cracovii nastroje były zupełnie inne; nie tylko ze względu na zwycięstwo dające powrót na podium. Po dwóch miesiącach od kontuzji do składu wrócił bowiem lider ofensywy, Ajdin Hasić, ciepło przywitany przez 12 tys. kibiców świętujących tego dnia jubileusz przyjaźni z drugoligową Sandecją Nowy Sącz.

Od emocji kipiało w Kielcach. Korona długo prowadziła z liderującym dotąd w tabeli Górnikiem Zabrze, by ostatecznie stracić bramkę w doliczonym czasie i zremisować 1:1. W tym meczu sędzia Szymon Marciniak jako pierwszy w Ekstraklasie przetestował gadżet sędziowski znany

z Klubowych Mistrzostw Świata - czyli tzw. system Ref Cam objawiający się kamerą zamontowaną na wysokości klatki piersiowej. To gratka dla widzów, bo obraz z tej perspektywy zaprezentowano podczas transmisji w Canal+ Sport. Wszyscy mogliśmy się przekonać, jak duża jest dynamika zdarzeń i jak niekiedy kiepski ogląd arbitra ma na daną kontrowersyjną sytuację, co z kolei zazwyczaj skutkuje posiłkowaniem się VAR-em.

Najpierw płomienna przemowa w szatni do piłkarzy, potem wspólne śpiewanie z kibicami pod trybuną dopingową - taki był piątek debiutującego trenera Igora Jovicevicia w Widzewie Łódź. Chorwat znany m.in. z pracy w Szachtarze Donieck zdecydował się przejąć zespół

już teraz. Przed meczem z Radomiakiem poprowadził tylko jeden trening, ale z zespołem najwidoczniej zaiskrzyło od razu. Przepiękną bramkę zdobył po przerwie Linton Selahi, który przesądził o wygranej.

Kto wie, czy nowe otwarcie za moment nie nastąpi również w Motorze Lublin. Beniaminek ubiegłego sezonu rozczarowuje. Na przełamanie czeka od sierpnia. I jeszcze poczeka, bo mimo dwóch zdobytych bramek przegrał u siebie z GKS Katowice aż 2:5. - Wyglądaliśmy tak, jakbyśmy podjęli rękawicę, ale im dalej w las, tym bardziej ten mecz nam uciekał. Musimy skupić się na tym, żeby nie popełniać tyłu indywidualnych błędów.

Uderzył w ekspertów

W sobotę podczas meczu Korona Kielce - Górnik Zabrze na klatce piersiowej sędziego Szymona Marciniaka zadebiutowała specjalna kamera z systemem Ref Cam, który dostar-

12. KOLEJKA EKSTRAKLASY

MOTOR LUBLIN - GKS KATOWICE 2:5
Bramki: Czubak 35 i 38 - Galan 9, Najemski 21 sam., Zrelak 47, Szkurny 73 i 82

WIDZEW ŁÓDŹ - RADIOMIAK 3:2
Bramki: Bergier 7, Therkildsen 38, Selahi 69 - Romario Baro 44, Maurides 90

KORONA KIELCE - GÓRNIK ZABRZE 1:1
Bramki: Remacle 45 k - Janicki 90+4

JAGIELLONIA BIAŁYSTOK - ARKA GDYNIA 4:0
Bramki: Lozano 16, Sylla 57, Pululu 66 i 70

CRACOVIA - RAKÓW CZĘSTOCHOWA 2:0
Bramki: Minczew 33, Perković 51

PIAST GLIWICE - LECHIA GDAŃSK 1:2
Bramki: Barkowski 50 - Żelazko 41, Bobcek 90+5

1. Jagiellonia Białystok	11	24	23-13
2. Górnik Zabrze	12	23	19-10
3. Cracovia	11	21	20-12
4. Korona Kielce	12	19	16-11
5. Wisła Płock	10	18	12-7
6. Lech Poznań	10	18	18-16
7. Widzew Łódź	12	16	20-17
8. Legia Warszawa	10	15	13-9
9. Radomiak Radom	12	15	22-22
10. Raków Częstochowa	11	14	12-15
11. Zagłębie Lubin	10	13	21-16
12. Pogoń Szczecin	11	13	16-20
13. Arka Gdynia	12	12	7-19
14. GKS Katowice	12	11	16-24
15. Motor Lublin	11	11	13-21
16. Lechia Gdańsk	12	10	21-27
17. Bruk-Bet Termalica	11	9	15-21
18. Piast Gliwice	10	7	9-13

Program 13. kolejki

Piątek (24.10)
Bruk-Bet Termalica Nieciecza - Zagłębie Lubin (godz. 18.00), Motor Lublin - Widzew Łódź (godz. 20.30)

Sobota (25.10)
Arka Gdynia - Piast Gliwice (godz. 14.45), Pogoń Szczecin - Cracovia (godz. 17.30), GKS Katowice - Korona Kielce (godz. 20.15)

Niedziela (26.10)
Raków Częstochowa - Lechia Gdańsk (godz. 14.45), Górnik Zabrze - Jagiellonia Białystok (godz. 17.30), Legia Warszawa - Lech Poznań (godz. 20.15)

Poniedziałek (27.10)
Radomiak Radom - Wisła Płock (godz. 19.00).

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

7 goli

Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok)

6 goli

Mikael Ishak (Lech Poznań), Ousmane Sow (Górnik Zabrze), Filip Stojiljković (Cracovia)

5 goli

Fran Alvarez (Widzew Łódź), Sebastian Bergier (Widzew Łódź), Jan Grzesiek (Radomiak Radom), Dawid Błanik (Korona Kielce), Tomasz Bobcek (Lechia Gdańsk), Karol Czubak (Motor Lublin), Michail Kosidis (Zagłębie Lubin), Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok)

BOHATER WEEKENDU

Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok)

Zaledwie 12. minut potrzebował napastnik Jagiellonii, by zapisać na swoim koncie dwa trafienia. Przyczynił się w ten sposób do wygranej i awansu na pozycję lidera PKO BP Ekstraklasy.



Wróciły ligowe rozgrywki, wróciły też nerwy. Szczególnie było to widać w Lublinie

Bartosz Głab
redakcja@polskapress.pl

Pierwsza kolejka PKO Ekstraklasy po przerwie na mecze reprezentacji przyniosła wiele emocji, niestety nie wszędzie tych pozytywnych.

Coraz bardziej nerwowa atmosfera panuje w Lublinie, gdzie na włosku wisi posada szkoleniowca. Natomiast w Kielcach sędzia Szymon Marciniak postanowił wytłumaczyć się z po-

dyktowanych rzutów karnych w meczu Korona - Górnik.

Stresy w Motorze

Trener Mateusz Stolarski z Motoru Lublin może wkrótce pożegnać się ze stanowiskiem. Jego podopieczni po raz ostatni cieszyli się ze zwycięstwa jeszcze w sierpniu, a od tego czasu zdobyli 3 punkty w PKO Ekstraklasie po 3 remisach oraz odpadli z Pucharu Polski.

Kapitan lubelskiego zespołu, Bartosz Wolski, tak zdągnął - w rozmowie z klu-

bową stroną Motoru - przyznać porażkę: - Średnio weszliśmy w ten mecz - dostaliśmy szybkie dwie bramki, ale mimo tego z każdą minutą staliśmy się narzucać swój styl gry i doprowadziliśmy do wyniku 2:2. Później mieliśmy kolejne sytuacje, ale ta druga żółta i w konsekwencji czerwona kartka w pierwszej połowie zabiła nam ten mecz. Do przerwy popełnialiśmy zbyt dużo prostych, indywidualnych błędów. W drugiej części przez pierwsze 15-20 minut byliśmy

w stanie podjąć walkę, mimo że dostaliśmy bramkę po stałym fragmencie. Byliśmy w stanie podjąć rękawicę, ale im dalej w las, tym bardziej ten mecz nam uciekał. Musimy skupić się na tym, żeby nie popełniać tyłu indywidualnych błędów.

czał obraz na żywo bezpośrednio do transmisji telewizyjnej. W pierwszej połowie doświadczony arbitry poddyktował dwa „miękkie” rzuty karne dla Złocisto-Krwistych. Jeden z nich został wykorzystany.

- Przyzwyczailiśmy piłkarzy do tego, żeby w środku pola walczyli jak wikingowie - czy to, ale bardzo mocno. Natomiast w polu karnym co dotknięcie - m.in. dzięki komentatorom i ekspertom, którzy przyzwyczaili do takiego odbioru sytuacji - będziemy mieć

jedenastki takie jak dzisiaj. Bo takie są oczekiwania. Słow motion pokazuje, co pokazuje i niestety zawodnicy się kładą. Największy dzisiaj zawodnik - Kostas Sotiriou - po dotknięciu w nogę leży półtorej minuty w polu karnym... Jeżeli chcemy taki futbol, to OK - powiedział arbitry w pomocowej rozmowie z reporterem Canal+ Sport.

Spotkanie w Kielcach zakończyło się remisem 1:1. Górnik do wyrównania doprowadził w doliczonym czasie.

©©

9. Półmaraton Lubelski Wczoraj ulice Lublina opanowali biegacze. Do pokonani mieli 21,0975 km

NAJWIĘKSZA IMPREZA BIEGOWA W LUBLINIE



Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

Marcel Bytnar oraz Magdalena Jabrzyńska zostali triumfatorami 9. Półmaratonu Lubelskiego. Najszybszy z uczestników ukończył niedzielny bieg w czasie poniżej 1 godziny 10 minut.

- Najciężej było na 12-13 kilometrze - powiedział tuż po minięciu linii mety Marcel Bytnar. Zwycięzca przebiegł dystans 21,0975 km w czasie 1:09.58. - Taki wynik chciałem pobiec, więc plan wykonany i jestem bardzo zadowolony z siebie, że dałem radę - powiedział.

Pierwsza z kobiet linię mety minęły w czasie 1:28.37. - Bardzo dobrze mi się biegło, zaskakująco przyjemnie. Na pewno dużo zrobiła pogoda, bo jak trenuje się przez całe lato w upale, a później robi się chłodno to dla mnie był to dodatkowy kop i nagle można biegać dużo szybciej - przyznał Magdalena Jabrzyńska.

Każdy z około tysiąca uczestników walczył przede wszystkim o zwycięstwo z samym sobą. A pomóc w osiągnięciu zamierzonego wyniku mieli pomóc tak zwani pacemakerzy.

- W ten sposób wszyscy uczestnicy mogą zdecydować, w jaki wynik celują i na trasie trzymać się jednego ze wspomnianych pacemakerów - wyjaśniał przed półmaratonem Piotr Kitliński, dyrektor biegu.

©P



Siatkarze z Chełma zaczynają sezon

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

SIATKÓWKA. We wtorek InPost ChKS Chełm zadebiutuje w PlusLidze. Beniaminek z województwa lubelskiego rozpocznie od meczu wyjazdowego z PGE Projekt Warszawa.

Dla InPost ChKS debiut w PlusLidze to spełnienie marzeń zawodników, sztabu szkoleniowego i kibiców, którzy przez ostatnie sezony wspólnie budowali ten sukces krok po kroku. Wtorkowa potyczka odbędzie się w hali COS Torwar i rozpocznie się o godz. 20.30.

Poprzednie trzy sezony pokazały, że drużyny, które wchodziły do elity, walczyły o utrzymanie, bądź spadały z powrotem do niższej ligi. Tylko Norwid Częstochowa zdołał się przed tym uchronić. Chełmianie na pewno nie pojadą do stolicy w roli statystów. W drużynie panuje ogromna mobilizacja, a zawodnicy zapowiadają walkę o każdą piłkę.

PlusLiga zbliża się wielkimi krokami i myślę, że wszyscy to czujemy - podkreśla Krzysztof

Andrzejewski, trener InPost ChKS. - Rozegraliśmy mnóstwo spotkań sparingowych, w różnych konfiguracjach, więc każdy miał okazję pokazać się na boisku. Wyniki były różne, ale w okresie przygotowawczym była to sprawa drugorzędna. Zniecierpliwnością wyczekujemy inauguracyjnego meczu w Warszawie - dodaje Mariusz Marcyniak, kapitan zespołu.

W składzie stołecznej ekipy niezmiennie występują m.in. Jakub Kochanowski, Jan Firlej, Damian Wojtaszek, czy Niemiec Linus Weber. Nie zabrakło także przedsezonowych wzmocnień. Doszli: Bartosz Bednorz, Karol Kłos, Bartosz Gomułka, Maciej Olenderek, Jakub Strulak, Bartosz Firszt i Kanadyjczyk Brandon Koppers. Dodatkowo zmiany zaszły także na ławce trenerskiej, gdzie pojawił się debiutujący w PlusLidze - Fin Tommi Tiilikainen.

Osiem wzmocnień ChKS

W ekipie InPost ChKS na stanowisku pierwszego szkoleniowca pozostał Krzysztof Andrzejewski, który pomógł chełmianom wywalczyć awans. Będzie to jego drugi rok pracy



Siatkarze InPost ChKS Chełm okres przygotowawczy zakończyli turniejem w Suwałkach

w klubie z „Niedźwiedziego Grodu”, a zarazem debiut trenerski w najwyższej klasie rozgrywkowej.

W składzie pozostało siedmiu zawodników z poprzedniego sezonu: rozgrywający - Kanadyjczyk Jay Blankenau, przyjmujący - Łukasz Łapszyński, Tomasz Piotrowski i Paweł

Rusin, środkowi - Mariusz Marcyniak i Łukasz Swodczyk oraz atakujący - Jędrzej Goss.

Najgłośniejszym transferem chełmian niewątpliwie było pozyskanie Irańczyka Amirhosseina Esfandiara. To właśnie przyjmujący ma być gwiazdą drużyny z województwa lubelskiego. W zespole pojawili się także -

norweski środkowy Rune Fasteland oraz japoński libero, Kazuma Sonae.

Oprócz nich do drużyny dołączyli: atakujący - Remigiusz Kapica, środkowy - Jakub Turcki, libero - Jędrzej Gruszczyński i Daniel Ostaszewski oraz rozgrywający - Grzegorz Jacznik. ©

Dreszczowiec zakończony wygraną

Szczypiorniści Azotów Puław w 8. serii ORLEN Superligi pokonali we własnej hali Zagłębie Lubin 32:31.

Na siedem minut przed końcem goście mieli cztery gole przewagi (30:26), ale puławianie rozpoczęli pościg. Po голу Krzysztofa Komarzewskiego zbliżyli się na jedno trafienie (29:30), podgrzewając emocje do maksimum. W końcówce wszystko było możliwe. Jakub Światała nie wykorzystał karnego dla rywali, a chwilę później Krzysztof Łyżwa doprowadził do remisu (31:31). Wydawało się, że mecz zakończy się remisem w regulaminowym czasie gry, jednak los napisał inny scenariusz. Na cztery sekundy przed końcem Dan-Emil Racotea zdobył decydującą o zwycięstwie Azotów bramkę.

Azoty Puławy - Zagłębie Lubin 32:31 (17:14)

Azoty: Petkovski, Ciupa - Komarzewski 7, Artemenko 6, Działakiewicz 5, Antolak 4, Racotea 3, Wisiński 3, Jaworski 2, Curzytek 1, Łyżwa 1, Bereziński, Savitskyi. Kary: 10 min. Trener: Patryk Kuchczyński

Zagłębie: Schodowski - Krysiak 7, Michalak 5, Wojtala 5, Drozdowski 4, Dudkowski 3, Kałuzny 2, Krupa 2, Pedryc 1, Pietruszko 1, Światała 1. Kary 10 min. Trener: Jarosław Hipner

Potrzebna była dogrywka, ale w niej lepszy był Start

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

KOSZYKÓWKA. Lubelscy koszykarze w trzecim ligowym meczu tego sezonu odnieśli drugie zwycięstwo. W sobotę pokonali zespół z Torunia.

PGE Start Lublin 90

AL Twarde Pierniki Toruń 85

Kwarty: (18:17, 17:26, 22:13, 21:22, dogrywka: 12:7)

Lublin: Hawkins 25, Wright 22, Mack 17, Ford 14, Put 5, Krasuski 5, Griffin 2, Pelczar, Szymański. Trener: Wojciech Kamiński

Toruń: Smith 18, Langović 17, Thomasson 14, Lapornik 11, Kulig 9, Szlachetka 6, Kunc 5, Brank 5. Trener: Srdjan Subotić

Sędziowali: D. Zapolski, J. Pietrzak, M. Gawron

Lublinianie do triumfu potrzebowali dogrywki, a w drodze po nią wykazali się prawdziwym charakterem, bo na półtorej minuty przed końcem spotkania cztery oczka zaliczki mieli ich rywale.

Gdy do kosza trafiła Serb Aleksandar Langović, trener Wojciech Kamiński poprosił o przerwę na żądanie. Tablica wyników pokazywała wtedy 78:74 dla ekipy gości, która zamyka ligową tabelę (bilans: 0:3).



Wicemistrzowie Polski z poprzedniego sezonu, w trzech meczach kampanii 2025/26 ORLEN Basket Ligi odnieśli dwa zwycięstwa: z Krosnem i Toruniem. Przegrali z Warszawą

Czas okazał się dobrym rozwiązaniem, bo po nim Jordan Wright zmniejszył straty czerwono-czarnych do dwóch oczek. Chwilę później był już remis. Stratę po błędzie kozłowania zanotował Miha Lapornik, po czym piłka znalazła się w rękach Tevina Macka, który ustalił wynik meczu na 78:78.

Lapornik mógł odkupić swoje winy. W ostatniej sekundzie, spróbował rzutu zza łuku, ale piłka nie wkręciła się do kosza i czekała nas dogrywka.

W niej gospodarze byli lepsi od początku do końca, a gdy

na pół minuty przed ostatnią syreną trafił Elijah Hawkins, Start prowadził 89:82 i stało się jasne, że zwycięstwa nie odda.

- Dzięki moim zawodnikom za walkę, za wyrwanie tego meczu. Gratuluję rywalom, bo przez większą część grali lepiej od nas i nadawali ton rywalizacji - komentował Wojciech Kamiński, trener Startu. - W połowie trzeciej kwarty zaczęliśmy prezentować się już lepiej, choć cały czas jeszcze towarzyszyły nam błędy. Cieszymy się ze zwycięstwa - dodawał.

Wygrali też w EuroCupie Start udanie rozpoczął fazę grupową rozgrywek Pucharu Europy, pokonując w śróde przed własną publicznością KK Bosna BH Sarajewo 90:80.

Podopieczni trenera Kamińskiego dali tym samym sygnał, że w tym sezonie mogą sporo namieszać w europejskich rozgrywkach.

PGE Start Lublin - KK Bosna BH Telecom

90:80 (17:17, 21:23, 23:18, 29:22)

Start: Mack 27, Hawkins 18, Wright 18, Griffin 11, Ford 10, Krasuski 2, Pelczar 2, Put 2, Szymański. Trener: Wojciech Kamiński

Zagrała na pożegnanie

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

KOSZYKÓWKA. W czwartek AZS UMCS Lublin wygrał w Pucharze Europy z UZKK Student Nis 86:62. Seehia Ridard zdobyła dziewięć punktów, a nazajutrz kontrakt Francuzki został rozwiązany.

Strony rozstały się za porozumieniem stron. - Seehia dała się poznać jako utalentowana koszykarka i serdeczna osoba. Z głębi serca dziękujemy jej za czas spędzony z drużyną. Życzymy jej wszystkiego najlepszego i mocno trzymamy kciuki - pisze AZS UMCS w swoich mediach społecznościowych.

Ridard zagrała w sześciu meczach akademickich.



22-letnia Seehia Ridard to nominalna skrzydłowa

Drugi mecz, drugi triumf W pierwszej kwarcie oba zespoły postawiły na ofensywę, rzucając w sumie 49 punktów. Akademicki świetnie rozegrały końcówkę tej części gry, zaliczając od stanu 22:19 osiem oczek z rzędu i ostatecznie wygrały premierową odsłonę 30:19.

W drugiej kwarcie Serbki zbliżyły się na siedem oczek (25:32). W 17. minucie team z nad Bystrzycy miał już jednak 19-punktowy zapas (44:25), gdy z rzutu osobistego celnie przymierzyła Hiszpanka Laura Gil. Z kolei na przerwę drużyny zeszły, przy prowadzeniu zielono-białych 46:32.

Po zmianie stron lubelskie koszykarki utrzymały wysoką intensywność i szybko powiększyły przewagę. Miały już nawet 24 oczka zaliczki (60:36).

Po dwóch kolejkach mają na koncie dwie wygrane. ©

AZS UMCS Lublin - UZKK Student Nis 86:62 (30:19, 16:13, 23:16, 17:14)

AZS: Zembrzycki 1, Zakrzewski, Poźniak - Czapliński 10, Michałowicz 6, Pepliński 6, Domagała 5, Tomczak 3, Czerotowicz 2, Peret 2, Stanescu 2, Będzikowski 1, Papina 1, Protsiuk, Rodak, Siekierka, Zmavc. Kary: 8 min. Trener: Patryk Rombel
UZKK: Petkovski, Ciupa - Antolak 8, Działakiewicz 6, Racotea 5, Jaworski 5, Savitskyi 3, Komarzewski 2, Wisiński 2, Bereziński 1, Adamczewski, Cacak, Kowalik. Kary: 14 min. Trener: Patryk Kuchczyński



FOT. EAST NEWS

Pierwszy trener Igi Świątek uważa, że największym mankamentem jego byłej podopiecznej jest sfera mentalna

Tenis Iga Świątek i jej wszystkie problemy, które w wywiadzie punktuje pierwszy trener Polki. W 2026 roku znów będzie liderką rankingu?

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

O kończącym się wielkimi krokami tenisowym sezonie w wykonaniu Igi Świątek rozmawiamy z jej pierwszym trenerem, Arturem Szostaczko.

Minął właśnie rok od rozpoczęcia współpracy Igi Świątek z trenerem Wimem Fissettem, który na tym stanowisku zastąpił Tomasza Wiktorowskiego. Jak ocenia pan tę współpracę?

Nie będziemy przesadnie chwalić ani karcić, ale jeśli spojrzeć całościowo na kończący się sezon w wykonaniu Igi, to był zdecydowanie lepszy od poprzedniego. Widać, że się rozumieją, mają frajdę z przebywania ze sobą i to też jest ważne. Niektórzy stawiali już na niej krzyżyk, cały czas była i jest hejtowana, ale trzeba docenić, że przez niemal cały sezon goniła Sabalenkę i to drugie miejsce jest wypracowane. To wszystko kosztowało ją dużo zdrowia.

Ale w połowie roku Świątek spadła aż na siódme miejsce w rankingu.

Podtrzymuję jednak, że zrobiła w tym sezonie lepsze wyniki niż w 2024 roku. W Australian Open doszła do półfinału, w którym pechowo przegrała, w Roland Garros i US Open też były półfinały

Ta pięta achillesowa nadal dokucza Świątek. Na szczęście jest postęp

i wygrała Wimbledon. To są naprawdę świetne wyniki. Nie możemy oczekiwać od Igi, że będzie wygrywać co roku wszystkie wielkie szlemy. Niech wygra w każdym sezonie choćby jednego. Jeśli wziąć pod uwagę, że pogra w tenisa jeszcze około dziesięciu lat, to możemy sobie policzyć, ile tytułów będzie mieć na koncie, gdy zakończy karierę.

Na turniejowe zwycięstwo Świątek musiała czekać ponad rok, właśnie aż do lipca, gdy dosyć niespodziewanie wygrała wielkoszlemowy Wimbledon.

Gdy rozmawialiśmy w maju, to mówiłem, że druga połowa tego roku będzie w jej wykonaniu dużo lepsza. Może było to jakieś zaskoczenie, ale nie

dla mnie. Mówiłem wtedy, że Iga potrafi grać na trawie, nieprzypadkowo Wimbledon był jedynym wielkoszlemowym turniejem w jej juniorskiej karierze, który wygrała. To seniorskie zwycięstwo wcześniej czy później musiało nastąpić. Nie do końca wierzyłem, że trawa jej nie leży.

Co się zmieniło w grze Świątek pod wodzą Fissette'a?

Zmieniła się jej postawa na korcie. Podczas Wimbledonu prezentowała się tak, jak w swoim najlepszym okresie kariery. Była pewna siebie, zdecydowana, wiedziała, po co wychodzi na kort, była tą starą dobrą Igą. To było widać po jej oczach i mowie ciała. Dzięki temu z automatu grała bardziej na luzie, więcej rzeczy jej wychodziło. Tego

brakowało jej w ubiegłym sezonie. Po przegranych załamywała się, kulała jej strona mentalna.

Sfera mentalna Igi wymaga wciąż poprawy?

Bez wątpliwości. To jest jej pięta achillesowa. Gdy jest zmęczona, sfrustrowana, to Idze najlepsza gra po prostu nie wychodzi. Już kiedyś mówiłem, że powinna sobie zrobić kilka tygodni przerwy od turniejów, usiąść na spokojnie z trenerem i spojrzeć na swoje

Artur Szostaczko: - Iga ma duże szanse, żeby wygrać WTA Finals w Rijadzie. Aryna Sabalenka nie jest maszyną

występy z boku, oczami innych osób. I myślę, że to zostało w pewnej części zrobione, przepracowane, prze-dyskutowane. Dzięki temu Iga dostała nową wiarę w siebie. Odpowiednie tryby naoliwiły się i wiele rzeczy zaczęło lepiej funkcjonować. Oczywiście, jakąś pracę wykonała też pani psycholog Daria Abramowicz.

Nie bez znaczenia była też dla Igi sprawa związana z dopin-giem.

Nie ma co ukrywać, to był bardzo trudny czas dla niej i całego zespołu. Było oczekiwanie, jak ta sprawa się potoczy, na jak długo zostanie zawieszona. To bardzo wszystkich obciążało, ale jest to już za nimi, a wynikami się obrobili. Pamiętajmy też, że tenis jest bardzo wymagającym sportem. Zawodnicy zarabiają mnóstwo pieniędzy, ale tracą też mnóstwo życia. To wszystko nie jest takie proste. Proszę spojrzeć chociażby na Matteo Berrettiniego, który po kontuzji nie może się odnaleźć. To pokazuje, jak ciężko jest wrócić, gdy zawodnik wypadnie z obiegu.

Pod skrzydłami belgijskiego trenera Iga będzie się jeszcze rozwijać?

Myślę, że tak. Ma jeszcze kilka rzeczy do poprawienia. Po WTA Finals, występie w Billie Jean King Cup i wakacjach będą mieć trochę czasu, żeby poprawić niektóre elementy w technice, co później zaprezentuje w taktyce rozgrywania spotkań.

Za dwa tygodnie rusza ostatni akcent sezonu, WTA Finals w Rijadzie. Na co będzie stać Świątek w stolicy Arabii Saudyjskiej?

Myślę, że Iga potrzebuje teraz złapać trochę świeżości i na finały będzie gotowa. W drugiej połowie sezonu udowodniła, że jest gotowa, aby wygrywać z najlepszymi. Sabalenka mogła sobie pozwolić na odpuszczenie w końcówce sezonu kilku turniejów, ale widać, że też nie jest maszyną. Iga ma duże szanse, aby wygrać turniej w Rijadzie.

O ile będzie w pełni zdrowa?

Życząc Idze z całego serca, aby omijały ją kontuzje. Po przegranej z Navarro na turnieju w Pekinie, gdy przegrała z Amerykanką w trzecim secie do zera, pojawiły się jakieś problemy ze stopą Igi. I to było już dla mnie obawą. Nie wszyscy wiedzą, albo nie pamiętają, ale Iga w wieku szesnastu lat przez pół roku nie grała w tenisa po przebytej operacji stopy. Jej dalsza kariera stała wtedy pod znakiem zapytania. Dlatego teraz, gdy słyszę o problemie Igi ze stopą, to myślę od razu: - nie daj Boże, aby ta kontuzja miała się w jakikolwiek sposób odnowić.

Sztab Igi nie chce zdradzić, jak i gdzie przygotowuje się do WTA Finals. W rozmowie z nami menedżerka Igi przekazała jedynie, że poza treningami Świątek też odpoczywa.

Na pewno jej sztab robi wszystko, aby jak najlepiej przygotowała się do mastersa. Pewnie śpi teraz w swoim ulubionym łóżku, ma otoczenie najbliższych, co powoduje, że Iga dobrze się czuje. Przebywa zapewne w miejscach, które lubi i to ma duży wpływ na jej stronę mentalną.

W 2026 roku Iga może prześcignąć w rankingu WTA Sabalenkę?

Iga jak najbardziej znów może być liderką zestawienia. Już podczas Australian Open Sabalenka będzie bronić wielu punktów za tegoroczny finał. Ale atakują też inne tenisistki, jak chociażby Amanda Anisimova, czy Linda Noskova. W dobrej formie jest ponownie Jessica Pegula, a także Coco Gauff, która z pewnością nabierze wiatru w żagle po wygraniu turnieju w Wuhan.

Po operacji do dobrej dyspozycji wróci też zapewne Chinka Zheng, a nie możemy też skreślać Jeleni Rybakiny, która w tym sezonie miała swoje problemy, chociażby z trenerem...

Iga jest na dobrej drodze, a jeśli znów wygra na przykład Roland Garros, to zdobędzie wiele punktów. Pytanie, czy samej Idze aż tak bardzo zależy, aby cały czas być „jedynką”? Nie raz mówiła w wywiadach, że już tak bardzo za tym nie goni, że bardziej interesują ją zwycięstwa w wielkich szlemach. Dla niej najważniejsze są tytuły i może tak sobie to w głowie poukładała, a ranking sam będzie się tworzył dzięki tym wygranim.

Jedynym turniejem wielkoszlemowym, którego Świątek jeszcze nie wygrała, jest Australian Open. W styczniu może wreszcie sięgnąć po ten tytuł?

Myślę, że tak. Iga dobrze czuje się na antypodach, a podejrzewam, że do tego turnieju będzie jeszcze lepiej przygotowana niż w tym roku. Myślę, że dla Igi i jej trenera właśnie wygrana w Australian Open będzie głównym celem na najbliższe miesiące, a może nawet i cały sezon. Z pewnością Iga chce mieć w kolekcji i to trofeum. Znając jej charakter wiem, że zrobi wszystko, żeby w końcu wygrać australijskiego Wielkiego Szlema. W styczniu może nam sprawić nie tyle niespodziankę, co przyjemność, wznosząc na antypodach okazały puchar. ©©

Gala PGE Ekstraligi Dudek zdetronizował Zmarzlika

Jeden „Szczakiel” dla Motoru

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

ŻUŻEL. Wiktor Przyjemski to jedyny żużlowiec ORLEN OIL Motoru Lublin, który odebrał „Szczakiela” podczas piątkowej Gali PGE Ekstraligi. 20-latek został wybrany najlepszym juniorem sezonu.

Triumf Przyjemskiego
- Troszkę jestem zaskoczony, bo byłem pewien, że w tym roku tę nagrodę zdobędzie Damian Ratajczak (Stelmet Falubaz Zielona Góra - przyp. red.). Dziękuję kibicom, że oddali na mnie tyle głosów, abym mógł tę statuetkę trzymać w rękach - mówił 20-latek ze sceny warszawskiego hotelu Double-Tree by Hilton.

A będąc już na scenie, został na niej dłużej, bo odebrał jeszcze inne wyróżnienie - dla zwycięzcy w kategorii Red Bull Juniorskie Asy. W drugich biegach meczów PGE Ekstraligi zdobył 46 punktów, wyprzedzając także Ratajczaka - o dziewięć oczek.

- Bardzo się cieszę, bo przez cały sezon gdzieś patrzyłem na te punkciki, ile mam przewagi - przyznawał przed kamerami Canal+ Sport.

W ramach nagrody były już zawodnik Motoru (wraca do rodzinnej Bydgoszczy) uda się na obóz treningowy Red Bull Athlete Performance Center, który odbędzie się w Austrii. Przyjemski wygrał też rok temu, więc doskonale wie, z czym to się je. - Chciałem wrócić do tej Austrii. Chyba zeszłoroczny wynik dodał mi skrzydeł - cieszył się.

Dudek pokonał Zmarzlika

Czy można mówić o zaskoczeniu? W głosowaniu kibiców na najlepszego polskiego zawodnika PGE Ekstraligi 2025 wygrał Patryk Dudek (PRES Grupa Deweloperska Toruń), który przerwał tym samym dominację Bartosza Zmarzlika (ORLEN OIL Motor Lublin) - wygrywającego od 2016 roku!

Statystycznie lepszy był Zmarzlik, bo na bieg średnio zdobywał 2.643 punktu, podczas gdy Dudek 2.363 - drugi wynik w lidze. Ale wkład Dudka w pierwsze od 17 lat Drużynowe Mistrzostwo Polski dla Torunia był nieoceniony. Indywidualny mistrz Polski i Europy w opinii fanów z dużą przewagą wyprzedził Indywidualnego Mistrza Świata.

Dudek został dodatkowo triumfator w kategorii „Niespodzianka Sezonu”, a tę nagrodę wręczyła mu lublinianka Aleksandra Mirosław, mi-



Od lewej: Bartosz Zmarzlik, Jarosław Hampel i Wiktor Przyjemski. Z tego tria w Motorze został już tylko Zmarzlik

strzyni olimpijska, świata i Europy we wspinaczkę sportową na czas.

- Przede wszystkim chciałbym podziękować mojej Kasi, która w tym roku urodziła nam bardzo piękną córeczkę. Cieszę się, że ostatnie miesiące moich dobrych chwil na żużlu Stefania mogła oglądać. Dziękuję rodzinie, mojemu teamowi, który ciężko pracował ze mną ostatnie dwa lata, żeby tu dzisiaj stanąć. Dziękuję też sponsorom, drużynie, trenerowi i kibicom za oddane głosy - komentował

Nagroda pocieszenia

Zmarzlik nie został z niczym, bo podczas gali został uhonorowany nagrodą specjalną (przyznano ją trzeci raz), już na samym początku gali.

- Jestem zaskoczony, że ta nagroda do mnie trafia, bo takiej jeszcze nie mam. To coś nowego, specjalnego. Szósty tytuł mistrza świata smakuje tak samo jak pierwszy, a nagroda całkiem nowa. Miło mi, dziękuję wszystkim, którzy zdecydowali mi ją przyznać - mówił Zmarzlik.

Lista „Szczakieli” przyznanych głosami kibiców:

- Najlepszy Polski Zawodnik Sezonu - Patryk Dudek (PRES Grupa Deweloperska Toruń)
- Najlepszy Zagraniczny Zawodnik Sezonu - Brady Kurtz (Betard Sparta Wrocław)
- Najlepszy Junior Sezonu - Wiktor Przyjemski (ORLEN OIL Motor Lublin)
- Niespodzianka Sezonu - Patryk Dudek (PRES Grupa Deweloperska Toruń)
- Najlepszy Trener/Menedżer Sezonu - Piotr Baron (PRES Grupa Deweloperska Toruń)

Pozostałe wyróżnienia

„Drużyną Sezonu 2025” została ekipa z Torunia. To już tradycja, że ten „Szczakiel” wędruje do mistrzów Polski. Nagrodę otrzymali też zwycięzcy ligi U24 - BECK-HOFF Sparta Wrocław.

Za „Wyścig Sezonu 2025” redakcja Canal+ Sport uznała 12. bieg pierwszego meczu finału PGE Ekstraligi w Toruniu: „Szczakiel” trafił w ręce dwóch zawodników zespołu z Torunia - Antoniego Kawczyńskiego i Jana Kvecha - którzy po kapitalnej rywalizacji wyprzedzili żużlowca z Lublina, Bartosza Bańbora.

„Złotego Szczakiela” (przyznawanego osobie szczególnie zasłużonej dla żużla) otrzymał Jarosław Hampel (w tym roku zakończył karierę w barwach Stelmetu Falubazu Zielona Góra). - Nigdy nikogo nie zawiodłem, przez tyle lat w tym sporcie, poznałem tylu fantastycznych ludzi. Wszystkim bardzo dziękuję, wszystkich serdecznie pozdrawiam - kierował ze sceny reprezentant Motoru w latach 2020-2023.

Nagrodę specjalną odebrał Bartosz Zmarzlik, a dla zwycięzcy w klasyfikacji Red Bull Juniorskie Asy - Wiktor Przyjemski.

Czym są „Szczakiela”?

„Szczakiela” to nagrody dla najwybitniejszych postaci sezonu żużlowej PGE Ekstraligi, wręczane po zakończeniu rozgrywek. Po raz pierwszy przyznane zostały w 2015 roku.

Nazwa statuetek pochodzi od nazwiska pierwszego polskiego Indywidualnego Mistrza Świata z 1973 r., Jerzego Szczakiela. ©©

DROBNE

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

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

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

Nieruchomości

DOMY - SPRZEDAM

LUBLIN - Dziesięta. Sprzedam 1/2 bliźniaka wraz z działką ogrodzoną o pow. 305 m². Pow. użyt. domu 270m², podpiwniczony. Pow. mieszkalna 202,50m²
4 kondygnacje w każdej 3 pok. z kuchnią.
Garaż z kanałem w bryle budynku. Dom dla dużej rodziny lub inwestycji. Własność prywatna KW. Cena 1 150 000 zł.
t. 798-189-367; 601-495-179

Praca

ZATRUDNIĘ

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

WORK CENTRE (KRAZ 7098) - Praca w Holandii (od zaraz)! Co tydzień wyjazdy! Tel. 77/441-06-54, 533-155-868, 533-966-678, 519-138-005, 533-111-037, 690-405-016 www.workcentre.com.pl

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

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

INSTALACYJNE

GAZ, hydraulika, glazura, prace również z dofinansowania przez PFRON za pośrednictwem MOPR, wszelkie przeróbki, 81 741-80-48, 501-035-412.

PRZEPROWADZKI

USŁUGI transportowe, 665-196-198

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - tradycyjne turnusy Świąteczne, tel.: 501-642-492.

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

KUPIĘ starocie, antyki, obrazy, zegary, monety, pamiątki wojenne, stare książki, biżuterię i inne. t. 607 279 102

Rolnicze

INNE

USŁUGI ogrodnicze: przycinanie żywopłotu, wycinka drzew pracę z piłą motorową
i glebogryzarką, zakładanie trawnika z siewu i rolki, mycie kostki brukowej i tarasów., 694-706-823

Towarzyskie

SANDRA, 885-213-554

AUTOREKLAMA

Polecamy →

TELEMAGAZYN



Twój wybór programów

telemagazyn.pl

Wiem doskonale, że bez testamentu kolejne pokolenia mają kłopoty

Krzysztof Cugowski w „Fakcie” Fot. Łukasz Kaczanowski



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 161

Julia Wieniawa wdała się w dyskusję
Piosenkarka miała okazję pojawić się jako gość specjalny w nowym odcinku „Top Model”. Wieniawa wdała się w dyskusję z jedną z uczestniczek. Internauci nie byli zadowoleni. „– Julia, jesteś piękną kobietą, ale uważam, że ostatnią do wypowiadania się na temat modelingu” – napisał jeden z nich.



Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś
Stopklatka, 13:50
Ośmioodcinkowy program, w którym prowadząca pokazuje, jak w kilka chwil przygotować smaczne i proste potrawy. Każdy odcinek to jeden inspirujący przepis, który udowadnia, że gotowanie może być szybkie, łatwe i pełne smaku.

Dominikę Serowską irytowały porównania
Celebrytka nie ukrywa, że o przyjaźni między nią a byłą żoną jej obecnego ukochanego nie może być mowy. W rozmowie w podcaście „Call Me Mommy” stwierdziła, że najgorsze były dla niej porównania między nią a Kasią Cichopek. – To było dla mnie takie uwłaczające i żenujące – podkreśliła.

Maja Bohosiewicz złamała sobie żebra
Celebrytka i Albert Kosiński tworzyli jedną z par jubileuszowej edycji „Tańca z gwiazdami”. Influencerka podczas treningów nabawiła się jednak kontuzji. Przez problemy zdrowotne zdecydowała się zrezygnować z dalszej walki o Kryształową Kulę. – Bardzo chciałam zatańczyć ten odcinek rodzinny. W poniedziałek poszłam na kolejne badania i USG potwierdziło złamanie żeber i uraz okostnej. Muszę się zająć – powiedziała w filmiku na Instagramie. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



1312. Afryka odkrywa Amerykę
Planete+ HD, 21:55
W filmie historycy przybliżają mało znany rozdział historii. Na podstawie źródeł pisanych i znalezisk archeologicznych przedstawiają tezę, że w XIV wieku Afrykanie dopłynęli do Ameryki i założyli tam osady.

Poziomo:
1) rodzaj marynarki o luźnym kroju,
5) sezonowa sprzedaż towarów,
9) gorący wafel z bitą śmietaną,
10) broń Bartosza Głowackiego,
12) regionalna nazwa pogrzebaczki,
14) określona suma pieniędzy,
15) opiekuńcze skrzydła, dbałość,
17) rządy przemocy, totalitaryzm,
18) sala lekcyjna w liceum,
21) kojarzy się z wieńcem i łopatami,
23) zgrabne zwierzę polskich lasów,
28) aktor z filmu „Chłopaki nie płaczą”,
29) wzorzysta, wielobarwna tkanina,
32) romantyczne spotkanie zakochanych,
36) kuzynka norki o giętkim ciele,
37) ekstrakt z kawy naturalnej,
38) ptak z rodziny krukowatych,
39) torbacze śpiący na eukaliptusie,
40) jedyna córka w rodzinie.

Pionowo:
1) postępek naruszający przyjęte normy,
2) chroniła rycerza przed urazami,
3) łuk wsparty na dwóch kolumnach,
4) polski pies myśliwski,
5) pierwszy zawsze najtrudniejszy,
6) powrót do wcześniejszego, gorszego stanu,



7) tłum jaskrawe światło lampy,
8) trzecia planeta od Słońca,
11) powolny chód wierzchowca,
13) gorzkie ..., nabożeństwo śpiewane,
16) dzieło plastyczne przedstawiające kogoś lub coś,
19) Elza z afrykańskiego buszu,
20) materiał na chochoła,
22) zupa z kielbasą i jajkiem,
24) część obszaru wodnego,

25) nietoperz z długimi uszami,
26) surowiec do wyrobu piwa,
27) roślina do majenia, tatarak,
29) ... Wiślane z urodzajnymi glebami,
30) mityczny brat Polluksa,
31) poetycko o strumieniu,
33) stan w USA z rzeką Jukon,
34) „Noc listopadowa” Stanisława Wyspiańskiego,
35) eskimoski skafander z futra.

ROZWIĄZANIE NR 160

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Nowa energia pchnie cię na przód. Zaufaj intuicji i nie bój się zmian. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że przyniosą ci szczęście.
Ryby (19.02 - 20.03)
Czas na odpoczynek i regenerację. Zadbaj o relacje z innymi osobami. Horoskop na dziś wróży, że ktoś bliski potrzebuje twojej uwagi.
Baran (21.03 - 19.04)
Pomysły będą kipieć. Wykorzystaj je, zanim znikną. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że kreatywność to twój największy atut.

Byk (20.04 - 20.05)
Nie uciekaj od emocji – będa twoją siłą. Horoskop dzienny wyraźnie zapowiada, że spotkanie z przeszłością przyniesie zrozumienie i ulgę.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja charyzma będzie przyciągać ludzi. Nie trać pewności siebie. Horoskop na dziś wróży, że sukces jest znacznie bliżej, niż myślisz.
Rak (22.06 - 22.07)
Porządek w głowie to klucz. Ustal priorytety i zaufaj planom. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że dzięki temu osiągniesz spokój.

Lew (23.07 - 22.08)
Balans jest w zasięgu ręki. Zadbaj o siebie, zanim zajmiesz się innymi. Horoskop dzienny przypomina, że harmonia zaczyna się w sercu.
Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja nie zawiedzie cię. Nie bój się prawdy. Horoskop na dziś zapowiada, że przyniesie ona oczyszczenie i otworzy nowe drzwi.
Waga (23.09 - 22.10)
Czas ruszyć w nieznaną. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że odwaga i wiara w siebie otworzą przed tobą ekscytujące możliwości.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Determinacja zaprowadzi cię dzisiaj daleko. Nie zwątp, gdy pojawiają się przeszkody. Horoskop dzienny wyraźnie uspokaja, że to tylko test...
Strzelec (22.11 - 21.12)
Zaskoczysz nawet siebie. Horoskop na dziś zapowiada, że twoje pomysły zainspirują innych, jeśli odważysz się je ujawnić.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Sny niosą wskazówki – słuchaj ich. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że kreatywność pomoże ci zmienić marzenia w rzeczywistość.