dziś **SPORTOWY24**

● **Tylko 60 minut** dobrej gry Motoru w Białymstoku **str. 18** ● **Szczypiornistki z Lublina** zakończyły fazę zasadniczą Superligi **str. 20** ● **Bogdanka LUK** niespodziewanie straciła punkty w domowym meczu **str. 20**

kurier lubelski

Poniedziałek 9.02.2026 I Nr. 17 (18.193) I Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) I **www. kurierlubelski.pl**

ZUS przelicza emerytury czerwcowe. Czy seniorzy teraz otrzymają wyrównanie? **str. 5**

FOT. MAŁGORZATA GENCA

Zawiadomienie do NFZ i CBA w sprawie poradni stomatologicznej **str. 4**

Ambasador kontra marszałek, czyli dyplomatyczna zawierucha **str. 6**

FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

FOT. SCREEN EUROSPORT

SPORT

Tomaszowianka Monika Skinder wystąpiła w igrzyskach olimpijskich **str. 21**

Z KRAJU

Zamarzli w swoich domach

Czarna seria śmierci z wychłodzenia zaczęła się w poniedziałek 2 lutego. Od kilku dni panował mróz, nad ranem temperatura sięgnęła 17 stopni na minusie. Policjanci dostali informację, że w jednym z mieszkań w kamienicy przy ul. Malinowej 9 w Łodzi leżą zwłoki kobiety. Na miejscu okazało się, że mieszkanie jest mocno wyziębione, a zmarła leży pod kocami i płaszczami. Wkrótce potem znaleziono kolejne ciała. Czy opieka społeczna i sąsiedzi zrobili wszystko co w ich mocy, żeby zapobiec tragedii? Czytaj na str. 9

FOT. BARTEK KSIĘŻAK

Nr ISSN 2353-6136 Nr indeksu 350-32X

Czy afera Epsteina wywróci amerykańską czy światową politykę? **str. 10**

MIESZKANIA KOMUNALNE 80 PROC. Z NICH JEST W ZŁYM STANIE

Potrzeba milionów na remonty domów

Artur Jurkowski
Lublin

Ratusz posiada ponad 8,5 tys. mieszkań komunalnych. Zdecydowana większość jest w fatalnym stanie technicznym. Aż 80 procent lokali wymaga pilnego remontu, który powinien być wykonany w ciągu najbliższego roku.

Komunalne mieszkania zajmuje 18 732 mieszkańców Lublina. Tak wynika z „Wieloletniego programu gospodarowania mieszkaniowym zasobem miasta Lublin na lata 2026-2030". Na ostatniej sesji 5 lutego nad dokumentem debatowali miejscy radni. - Delikatnie mówiąc, nasz zasób mieszkaniowy jest raczej w słabej kondycji - alarmuje Piotr Popiel, radny PiS.

W rękach miasta są łącznie 8584 lokale komunalne.

- Stan określony jako zły to jest 80 procent mieszkań, średni - 18 procent, a dobry - tylko 2 procent - wylicza radny Popiel.

Stan zły, jak określa ratusz, to budynek, który wymaga pilnego, czyli przeprowadzonego w ciągu roku, remontu. Chodzi o poprawę co najmniej jednego elementu, np. konstrukcji, pokrycia dachowego, stolarki czy instalacji.

W tym roku Zarząd Nieruchomości Komunalnych na ratowanie budynków dostanie z kasy miasta ok. 4,5 mln zł.

- Żeby utrzymać zasób mieszkań komunalnych, te pieniądze powinny być znacząco wyższe z uwagi na to, że ZNK nie jest w stanie pokryć bieżącej eksploatacji, w tym również remontów z przychodów swojej działalności, czyli z czynszu - mówi Ewa Lipińska, dyrektor Wydziału Spraw Mieszkaniowych UM Lublin.

O jakie pieniądze chodzi? - W przypadku remontów średnio jest to kwota około 6,5 mln zł rocznie - wylicza Lipińska.

W programie gospodarowania mieszkaniami ratusz podaje koszty remontu wybranych kamienic. Np. na remont zabezpieczający kamienicy przy ul. Lubartowskiej 30 potrzeba 3,7 mln zł, a na podobne prace przy ul. Lubartowskiej 49 - 5,8 mln zł. A na remont generalny kamienicy przy ul. Unickiej 2 potrzeba 4 mln zł.

Czytaj str. 4

FOT. NRAD SUGIER

LUBLIN

Miał być w lutym. Co z nowym mostem na al. Unii Lubelskiej? **str. 3**

eprasa.pl ce9a89353b

AUTOPROMOCJA 0011228868

Zamów **prenumeratę**
Kurier Lubelski 81 440 53 66
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.kurierlubelski.pl

W środę w Kurierze **Strefa Biznesu**

- Trudny początek roku na rynku pracy. Rekordowy wzrost liczby CV
- Żabka ma problem? Nowy gigant chce przejąć sklepy osiedlowe

STAN UMYSŁU

Krzysztof Cugowski

Wracam do tematu sentymentu za PRL. Tym razem w związku z potańcówką z okazji obchodów Radomskiego Czerwca (patrz artukuł obok - przyp. red.). Trudno to w ogóle komentować. Myślę, że to co się wydarzyło nie ma żadnego związku z polityką tylko ze stanem umysłu. Nie mam innego określenia.

Wielu ludziom tradycja czy fakty historyczne zaczynają być w ogóle niepotrzebne czy nawet zawadzać w ogólnym dyskursie politycznym. I to jest jeden z tego typu przykładów. Drugi element to zwykła ignorancja. Nie ma co ukrywać, że wiedza historyczna z okresu powojennego jest coraz bardziej spychana, udajemy, że niektórych wydarzeń nie było albo że było inaczej. Tutaj można wskazać na marszałka Sejmu.

Wszystko zaczyna się relatywizować i to w sposób bardzo niepoważny. Wspominałem już o restauracjach z szyldami „Jak z PRL...” i wystrojem nawiązującym do epoki. To przedziwny sentyment, bo PRL była okropnym czasem dla wszystkich. Nawet dla komunistów! Cóż oni mieli więcej od przeciętnego obywatela? Talon na auto, telefon w domu? Dopiero teraz mogą robić, co chcą. Nie trzeba specjalnie się wysilać, żeby to zobaczyć.

Jestem w takim wieku, że pamiętam PRL od deski do deski, poza czasami stalinowskimi, kiedy byłem małym dziecięciem. Nie wiem, w którym momencie PRL zasłużyła sobie na takie wspomnienia. Ale próbuje się pokazywać ten czas w jak najlepszym świetle. Nawet są żarty, że to był najweselszy barak w całym obozie.

Na tym tle ta zabawa w Radomiu wpisuje się w większą narrację, według której w PRL nic właściwie złego się nie działo. To oczywiście przykre. Szczególnie, że młodzi ludzie często niewiedzą co działo się w ich mieście kilkadziesiąt lat temu. Teraz jest moda na zabawę. Wszystko jest powodem do ubawu, a co było kiedyś, to szlag z tym.

Po balu w Radomiu spotkałem się z pytaniem, co by było gdyby z okazji wyzwolenia na przykład KL Auschwitz na uroczystościach byłaby grupa rekonstruktorów w mundurach SS. Nie wyobrażam sobie tego! Cały świat by o tym mówił, a organizacje żydowskie nie zostawiłyby suchej nitki. Zdaję sobie oczywiście sprawę, że porównanie jest może drastyczne, ale adekwatne do sytuacji.

Internet płonie po potańcówce w klimacie PRL w Radomiu

Izabela Kozakiewicz
Radom

Potańcówka w klimacie PRL miała być wstępem do jubileuszowych obchodów 50-lecia Radomskiego Czerwca'76 stała się powodem fali krytyki władz miasta, które zorganizowały wydarzenie.

Potańcówka w stylu PRL odbyła się w sobotę, 31 stycznia w hali Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji. Wydarzenie miało łączyć elementy rozrywki i edukacji kulturalnej.

Z epoki były dekoracje i stroje uczestników. Z rekonstruktorami w strojach milicjantów i ZOMO-wców czyli funkcjonariuszy aparatów represji PRL fotografowało się wiele osób. Największym echem odbiła się chyba fotografia Marty Michalskiej - Wilk, wiceprezydent Radomia w towarzystwie wspomnianych rekonstruktorów - ZOMO-wców.

Już w sobotni wieczór i niedzielę, kiedy w sieci zaczęły się pojawiać pierwsze relacje z potańcówki i wybuchła krytyka. W sieci pojawiają się też głosy broniące inicjatywy.

Marta Michalska - Wilk swojego słynnego na całą Polskę zdjęcia nie skomentowała, ale broni pomysłu organizacji potańcówki. - To, co wydarzyło się w ostatnich dniach wokół inauguracji obchodów Radomskiego Czerwca '76, jest dla mnie trudne i przykre. Bo ta rocznica to nie polityczna awantura, tylko historia odwagi ludzi, od której zaczęła się droga do wolności. Pamięć nie polega na zakazie radości. Zamiast wspólnego uczczenia rocznicy, wydarzenie zostało wciągnięte w bieżącą walkę polityczną. To szczególnie szkodliwe, bo hejt i polityczne emocje uderzają w samych świadków historii oraz w ideę wspólnej pamięci - napisała w mediach społecznościowych Marta Michalska - Wilk.

FOT. ANNA WRÓBLEWSKA/ UM RADOM

Potańcówka w klimacie PRL przyciągnęła tłumy. Nikt się nie spodziewał, że wydarzenie wywoła aż taką burzę.

Z ostrą krytyką Marty Michalskiej - Wilk i potańcówki wystąpiła Ewa Zajączkowska, europosłanka Konfederacji. - Pani Marta Michalska-Wilk - wiceprezydent Radomia z ramienia Koalicji Obywatelskiej splunęła w twarz ofiarom Radomskiego Czerwca 76' - napisała Ewa Zajączkowska.

- Mój tata w grobie się przewraca. Czerwiec '76 w Radomiu to nie „klimat PRL”, nie nostalgia i nie powód do zabawy. To pałki, ZOMO, milicja, strach, pobicia, więzienia i złamane życiorysy. Widok potańcówki, uśmiechów i zdjęć z milicją i ZOMO przy tej rocznicy jest dla mnie — i dla wielu rodzin w Radomiu — po prostu bolesny - skomentował wydarzenie Łukasz Kowalski, syn Stanisława Kowalskiego, nieżyjącego już szefa Stowarzyszenia Radomski Czerwiec'76.

W innym tonie wypowiadają się członkowie Stowarzyszenia Radomski Czerwiec'76 i uczestnicy tamtych wydarzeń. Ich delegacja wzięła udział w potańcówce. Na oficjalnym profilu Stowarzyszenia pojawiło się oświadczenie, w którym autorzy wyjaśniają, że to była tylko inauguracja, a najważniejsze wydarzenia dopiero będą się w Radomiu odbywały.

- Mamy pełną świadomość, że Radomski Czerwiec to nie jest wesoła rocznica, szczególnie dla nas uczestników. To czas wspomnień o trudnych wydarzeniach, buncie i walce o godność i o bólu i represjach jakie nas spotkały. Jednak ze względu na to, że obchody trwają przez cały rok, będą one miały różnorodny charakter - od kulturalnych i integracyjnych, po te najbardziej podniosłe. Jako uczestnicy rozumiemy, że każda forma pamięci jest ważna, a wspólne spotkanie mieszkańców pozwala nam budować silną społeczność wokół naszej historii. Najważniejsze przed nami 25 czerwca wspólnie oddamy hołd bohaterom tamtych dni w sposób najbardziej godny i uroczysty - czytamy we wpisie Stowarzyszenia Radomski Czerwiec 76.

©℗

Pogoda w regionie

Dzisiaj

MAX **-8°C** MIN **-11°C**

Barometr **1020 hPa**
Wiatr **płd. wsch. 16 km/h**
Biomet **korzystny**

Jutro
MAX **-1°C** MIN **-10°C**

Pojutrze
MAX **2°C** MIN **-1°C**

Popojutrze
MAX **3°C** MIN **-1°C**

Dziś imieniny obchodzą Apolinii i Marianny

PISALIŚMY W KURIERZE

9.02.2011 r. Miasto nie zadba o własny stadion
Dwa lubelskie kluby korzystające ze stadionu przy Al. Zygmuntowskich przygotowują się do rozgrywek ligowych, ale oba mają problem z uzyskaniem zgody na użytkowanie miejskiego obiektu. Stadion piłkarsko-żużlowy od lat popada w ruinę. Jeśli zarządzający nim MOSiR Bystrzyca nie wykona niezbędnych remontów, KMŻ nie wyjedzie wiosną na tor, a piłkarze Motoru będą grać przy pustych trybunach. Mariusz Szmit, dyrektor MOSiR, nie ukrywa trudnej sytuacji: – Nie mamy ani złotówki na remonty i modernizację. Bez środków z miasta nie jesteśmy w stanie wykonać żadnych prac – twierdzi.
Do 20 marca KMŻ musi otrzymać licencję na korzystanie z toru. W przeciwnym razie żużlowcy będą zmuszeni startować w innym mieście – najbliższe stadiony znajdują się w Rzeszowie, Tarnowie i Krośnie. Piotr Adamczuk, wiceprezes KMŻ, koszt niezbędnych prac szacuje na 100 tys. zł. – Jeśli nie otrzymamy pomocy, to sami tego nie udźwigniemy. AP

KALENDARIUM

1321
Sąd papieski wydał wyrok nakazujący Krzyżakom zwrot Polsce Pomorza Gdańskiego oraz zapłatę odszkodowania. Zakon nie uznał wyroku.

1929
W wówczas niemieckim Olecku zanotowano najniższą w historii temperaturę na dzisiejszych ziemiach polskich (–42,2 °C).

1943
Oddział UPA dokonał masakry 149–173 Polaków we wsi Parośla I. Zbrodnia ta jest uważana za początek rzezi wołyńskiej.

2006
Synod Generalny Biskupów Kościoła anglikańskiego poparł wniosek arcybiskupa Canterbury o umożliwienie przyjęcia sakry biskupiej kobietom.

eprasa.pl ce9a89353b

nasz REGION

LUBELSKIE
Coraz więcej zachorowań na grypę
W styczniu w województwie lubelskim zanotowano wzrost liczby zachorowań na grypę. Liczba przypadków osiągnęła 8,8 tys., co oznacza siedmiokrotny wzrost w porównaniu z grudniem. To spowodowało, że niektóre szpitale w regionie wprowadziły ograniczenia dotyczące odwiedzin na poszczególnych oddziałach. W regionie tylko ok. 90 tys. osób, głównie starszych, zaszczepiło się przeciwko grypie. **AP**

FOT. ARCHIWUM

POW. OPOLSKI
Areszt dla byłego męża
Na 3 miesiące trafił do aresztu nietrzeźwy 40-latek z powiatu opolskiego, który wdarł się do domu byłej żony i wymachując drewnianą pałką groził jej pozbawieniem życia. Na szczęście jej nie użył.

KRÓTKO

LUBLIN

Lodowisko zostaje na dłużej

FOT. MIASTO LUBLIN

Do końca lutego będzie działać lodowisko na pl. Litewskim. Dodatkowe dwa tygodnie funkcjonowania ślizgawki to efekt dużego zainteresowania i ferii zimowych dla uczniów lubelskich szkół.

Lodowisko na pl. Litewskim działa od 14 grudnia 2025 r. MOSiR wypożyczył ślizgawkę na dwa miesiące. Ale z opcją wydłużenia tego terminu. W piątek komunalna spółka poinformowała, że obiekt będzie działa na reprezentacyjnym placu miasta do końca lutego.

Ferie dla lubelskich uczniów zaczynają się 16 lutego. Potrwają dwa tygodnie. - W okresie ferii na lodowisku realizowane są dodatkowe atrakcje, w tym bezpłatna szkółka łyżwiarska w ramach biletu wstępu oraz animacje dla dzieci – zapowiada Aleksandra Jurkowska, rzecznik prasowy MOSiR w Lublinie.

Lodowiskoma wymiary 20 na 30 metrów (takie jaki rozkładane było przez lata na zamojskim Rynku Wielkim). Działa codziennie od godziny 12 do 22.Za wejście na taflę trzeba zapłacić 5 zł. Czas jazdy nie jest limitowany.

MOSiR za wypożyczenie lodowiska – za dwa miesiące – zapłaci 361,9 tys. zł. JAXA

HRUBIESZÓW

Potrącił pieszą na pasach

Chwila nieuwagi mogła zakończyć się tragedią. W centrum Hrubieszowa 60-letni kierowca Citroëna potrącił młodą kobietę na przejściu dla pieszych. Zdarzenie zarejestrowały kamery monitoringu.

Jak ustalili funkcjonariusze, kierowca pojazdu jadącego z przeciwnego kierunku zatrzymał się, aby ustąpić pierwszeństwa pieszej znajdującej się na pasach. W tym samym czasie 60-letni kierujący Citroënem nie zachował ostrożności i nie zareagował odpowiednio na sytuację na drodze, w wyniku czego doszło do potrącenia 18-letniej kobiety.

Chwilę po potrąceniu pieszej, 60-latek wykonując manewr cofania, uderzył w stojący za nim samochód marki Peugeot.

Poszkodowana kobieta z obrażeniami niezagrażającymi życiu trafiła do szpitala, gdzie udzielono jej pomocy medycznej.

Policjanci zatrzymali kierującemu Citroënem prawo jazdy, a sprawa trafi do sądu. AP

Budowa mostu na al. Unii Lubelskiej łapie poślizg

Artur Jurkowski
Lublin

Miał być gotowy w lutym 2026 r., ale tak się nie stanie. - Zaszła konieczność zmiany terminu realizacji tego etapu prac – informuje Zarząd Dróg i Transportu Miejskiego.

FOT. KONRAD SUGIER
W ciągu al. Unii Lubelskiej były dwa mosty na Bystrzycy. W sierpniu jednego mostu już nie było, a budowa nowego nie ruszyła w planowanym terminie

Jest problem z odbudową mostu na Bystrzycy w ciągu al. Unii Lubelskiej. Przeprawa zniknęła jeszcze latem 2025 r. w ramach przebudowy drogi. - Wykonawca dokłada wszelkich starań, aby zakres robót w branży mostowej został zrealizowany w zaplanowanym terminie – przekonuje Monika Fisz, rzecznik prasowy Zarządu Dróg i Transportu Miejskiego.

„Zaplanowany termin" to luty 2026 r. Niewiele wskazuje jednak na to, aby został dotrzymany. I przyznaje to sam ZDiTM.

– Niemniej jednak konieczność opracowania zamiennej dokumentacji dotyczącej posadowienia obiektu, w połączeniu z utrzymującymi się zimowymi warunkami pogodowymi, powoduje konieczność zmiany terminu realizacji tego etapu prac – przyznaje Fisz.

ZDiTM nie wskazuje jaki może być nowy termin zakończenia prac przy moście. Przekonuje jednocześnie, że zmiana harmonogramu prac przy odbudowie przeprawy nie spowoduje wydłużenia przebudowy al. Unii Lubelskiej. Termin zakończenia całej tej inwestycji to 12 maja 2027 r.

Problem tu, problem tam

W ciągu al. Unii Lubelskiej są dwa mosty na Bystrzycy. W pierwszej fazie pracami objęto przeprawę od strony ul. Zamojskiej. W sierpniu mostu już nie było. Ale budowa nowego nie ruszyła. Okazało się, że trzeba dokonać zmian w projekcie m.in. skrócić pale, które kolidowały z istniejącym posadowieniem obiektu.

Ostatecznie prace mostowe ruszyły w listopadzie. Wyhamowała je zima. – Aktualnie warunki atmosferyczne panujące w ostatnim czasie mają istotny wpływ na realizację robót drogowych, w tym prac związanych z modernizacją al. Unii Lubelskiej. Styczeń ograniczył tam możliwości, ale w trakcie mniejszych mrozów wykonywane jest m.in. zbrojenie i betonowanie ław fundamentowych – wskazuje Fisz.

Odbudowa mostu ma kluczowe znaczenie dla inwestycji. Dopiero po pojawieniu się nowego obiektu będzie można ruszyć z przebudową wschodniej jezdni i mostu (od strony Gali) na al. Unii Lubelskiej.

Największa inwestycja

Przebudowa al. Unii Lubelskiej to największa z trwających obecnie inwestycji drogowych w Lublinie. Pochłonie 65,2 mln zł. Trasa zostanie uzupełniona o dodatkową jezdnię obsługującą tereny położone po zachodniej stronie drogi (m.in. parkingi przed Targiem pod Zamkiem).

Zlecenie obejmuje też przebudowę ul. Zamojskiej na odcinku od al. Unii Lubelskiej do ul. Stolarskiej oraz przebudowa ul. Stolarskiej i Przemysłowej w zakresie placów do zawracania.

Drogowcy wykonają też nowe oświetlenie drogowe, a piesi i rowerzyści otrzymają nowe chodniki i ścieżki rowerowe.
©℗

Balonami przemycili milionową kontrabandę

Aleksandra Szymczak
Lubelskie

Funkcjonariusze Straży Granicznej rozbili zorganizowaną grupę przestępczą zajmującą się przemytem papierosów z terenu Białorusi do Polski z użyciem balonów meteorologicznych.

Grupa działała na terenie powiatu bialskiego, organizując przerzut nielegalnych wyrobów tytoniowych przez granicę polsko-białoruską. Do transportu papierosów wykorzystywano balony meteorologiczne wyposażone w urządzenia pozycjonujące GPS, co miało umożliwić precyzyjne odnajdywanie przesyłek po ich opadnięciu na polski obszar. – Do sprawy zatrzymano pięciu mężczyzn w wieku od 20 do 35 lat, którym grozi kara pozbawienia wolności od 9 miesięcy do 12 lat – poinformował mjr Dariusz Sienicki, rzecznik prasowy komendanta Nadbużańskiego Oddziału Straży Granicznej w Chemie.

Według ustaleń śledczych, w okresie od września 2025 roku do lutego br. na teren Polski przemycono co najmniej 48 tysięcy paczek papierosów różnych marek, bez polskich znaków akcyzy.

Szacunkowa wartość nielegalnego towaru wynosi niemal milion złotych, natomiast straty Skarbu Państwa z tytułu niezapłaconych podatków i akcyzy przekroczyły 2 miliony złotych.

W ramach działań operacyjnych funkcjonariusze Straży Granicznej przeprowadzili przeszukania na terenie Siedlec i okolic. Podczas czynności ujawniono papierosy bez polskich znaków akcyzy, urządzenia GPS wykorzystywane do lokalizacji balonów oraz sprzęt służący do organizacji przemytu.

W wyniku akcji zatrzymano pięciu mężczyzn: dwóch obywateli Ukrainy, jednego obywatela Białorusi i dwóch obywateli Polski.

Wobec wszystkich podejrzanych sąd zastosował tymczasowy areszt na okres trzech miesięcy. ©℗

eprasa.pl ce9a89353b

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 9.02.2026

Komunalne mieszkania w 80 proc. wymagają pilnych remontów

Dokończenie ze str. 1

Mieszkań 1000, a może 500 a na pewno 320

- Jak to faktycznie jest z tymi obietnicami pana prezydenta. Przypominam sobie takie piękne hasło, kiedy mówiliśmy o tym, że miasto Lublin będzie miało tysiąc nowych mieszkań. Później była mowa o pięciuset - przypomina Popiel.

W Wieloletnim Programie Gospodarowania Mieszkaniowym Zasobem Miasta Lublin na lata 2026-2030 zapisano, że w ciągu najbliższych pięciu lat powstanie 320 mieszkań.

FOT. ARCHIWUM

Program Gospodarowania Mieszkaniowym Zasobem Miasta Lublin zakłada, że w ciągu pięciu lat powstanie 320 mieszkań

W tym roku (na przełomie lipca i sierpnia) ma być gotowych 121 mieszkań w trzech blokach komunalnych przy ul. Królowej Bony na Felinie.

Dwa lata później 99 mieszkań na być gotowych w budynku przy ul. Wrońskiej. Stanie on w miejscu rozebranych trzech bloków.

W 2030 r. kolejnych 100 mieszkań ma się pojawić przy ul. Dekutowskiego.

Na listach zarejestrowanych spraw o pomoc mieszkaniową jest 3866 osób. Ratusz tłumaczy, że nie wszystkim należy się mieszkanie komunalne, m.in. ze względu na przekroczony próg dochodów.

- Rzeczywiste zapotrzebowanie obrazuje okres kiedy zbieramy wnioski od osób niemających zaspokojonych potrzeb mieszkaniowych. Zazwyczaj jest to styczeń, luty danego roku. Wówczas z takimi wnioskami występuje około 700 - 800 osób. Czyli można powiedzieć, że to jest faktyczna liczba osób, które mają potrzeby mieszkaniowe w tym zakresie - precyzuje Andrzej Wojewódzki, sekretarz Lublina.

Za przyjęciem Wieloletniego Programu Gospodarowania Mieszkaniowym Zasobem Miasta Lublin na lata 2026-2030 zagłosowało 21 radnych, nikt nie był przeciwko, a trójka radnych wstrzymała się od głosu.

CBA i NIK w ratuszu. Sprawdzają inwestycje

Bogdan Nowak
Zamość

Rafał Zwolak, prezydent Zamościa poinformował, że kontrole dotyczą inwestycji prowadzonych jeszcze w poprzedniej kadencji, gdy prezydentem był Andrzej Wnuk.

CBA kontroluje wartą 60 milionów złotych przebudowę miejskiego stadionu przy ulicy Królowej Jadwigi w Zamościu. Jak zapewnia prezydent Rafał Zwolak, magistrat przekazywał agentom CBA odpowiednie dokumenty już wcześniej. Pisaliśmy o tym. Sytuacja była omawiana m.in. na jednej z ubiegłorocznych sesji Rady Miejskiej.

Prezydent poprosił wówczas podległych urzędników o przedstawienie informacji na temat kontroli CBA oraz o tym jakie dokumenty otrzymały służby. - To nie jest tajemnica. CBA sukcesywnie prosi o dokumenty dotyczące realizacji całego kontraktu - mówił podczas obrad Stanisław Flis, dyr, Wydziału Inwestycji Miejskich i Zamówień Publicznych UM w Zamościu. - Dotyczą one umów, przetargów na wszystkie prace budowlane, które zostały zrealizowane w tym obiekcie.

Kontrolerzy NIK prześwietlają natomiast remonty ulic. Sprawdzanie tych inwestycji ruszyło podobno w ub. tygodniu. - Oczywiście, moim obowiązkiem jest przekazywanie wszelkich dokumentów, które ich interesują. Pracownicy urzędu miasta mają dodatkowe zadania, z drugiej strony wszystko należy gruntownie sprawdzić i wyjaśnić - napisał w mediach społecznościowych prezydent Zwolak.

Zawiadomienie do NFZ i CBA w sprawie nieprawidłowości w poradni stomatologicznej

Joanna Jastrzębska
Lublin

NFZ od ponad dwóch tygodni zajmuje się sprawą ewentualnych nieprawidłowości w Hospicjum dla Dzieci im. Małego Księcia w Lublinie. Zawiadomienie o możliwości popełnienia przestępstwa trafiło też do CBA.

FOT. MAŁGORZATA GENCA/ARCHIWUM

Sprawa zgłoszona do NFZ i CBA dotyczy poradni stomatologicznej w Hospicjum dla Dzieci im. Małego Księcia w Lublinie

Hospicjum dla Dzieci im. Małego Księcia w Lublinie funkcjonuje od prawie trzech dekad z inicjatywy franciszkanina o. Filipa Buczyńskiego. Działalności, którą prowadzi, nie trzeba przedstawiać nikomu z Lublina i dużej części mieszkańców regionu - w akcję „Twój Dar Serca dla Hospicjum" rokrocznie chętnie włączają się szkoły (w 2025 r. było ich 93; zebrano 120 tys. zł), by w twórczy sposób wspierać opiekę nad nieuleczalnie chorymi dziećmi. W ciągu 25 lat istnienia placówka pomogła prawie 700 osobom z różnych zakątków Polski, zarówno w hospicjum stacjonarnym, jak i domowym. Zespół z Lublina świadczy też hospicyjną opiekę perinatalną.

Hospicjum utrzymuje się z datków i z działającego przy ul. Lędzian „Domu Małego Księcia". Można tam skorzystać m.in. z płatnych lub opłacanych przez NFZ usług w poradniach: logopedycznej, neurologicznej, zdrowia psychicznego, rehabilitacyjnej i stomatologicznej. Właśnie tej ostatniej, działającej od 2017 r., dotyczy 13 zarzutów w zawiadomieniu skierowanym do lubelskiego oddziału Narodowego Funduszu Zdrowia.

Niesterylne narzędzia i fikcyjna dokumentacja

Jak informuje nas Małgorzata Bartoszek, rzeczniczka lubelskiego oddziału NFZ, pismo wpłynęło 19 stycznia br. i sprawa jest w toku. Na pytania o to, czego dotyczyło, nie odpowiada. Zbywa nas także, kiedy pytamy o to, jak wygląda procedura postępowania w przypadku takiego zawiadomienia.

Ale udało nam się dotrzeć do pełnej treści zawiadomienia. Zanim jednak o nim, podkreślmy - zabiegi wykonywane na hospicyjnym fotelu stomatologicznym należą do tych bardziej skomplikowanych. Jak się dowiadujemy od jednej z osób pracujących w placówce, stan jamy ustnej pacjentów i pacjentek z nowotworami może być bardzo zły ze względu na prowadzone leczenie onkologiczne.

- Zdarzało się, że korony zębów były ledwo widoczne ze względu na spuchnięte dziąsła - mówi nam.

Tymczasem w zawiadomieniu czytamy o tym, że zabiegi w poradni stomatologicznej były wykonywane przez osoby bez odpowiednich kwalifikacji. Chodzi tu o te wymagające znieczulenia ogólnego (np. leczenie kanałowe), które mają prawo robić tylko lekarze i lekarki posiadające specjalizację, oraz o zabiegi chirurgiczne, do jakich kierowano osoby na umowach wolontariackich, choć nie wszystkie miały niezbędne kwalifikacje.

Z tym zarzutem związany jest kolejny - fałszowanie dokumentacji, w której pojawiały się nazwiska i pieczątki pracowników i pracowniczek, którzy fizycznie nie tylko nie brali udziału w zabiegu, ale nawet nie byli wówczas w hospicjum. Jednego z nich - profesora cieszącego się estymą w lubelskim środowisku stomatologicznym - nie było w zakontraktowanym miejscu pracy przynajmniej trzy lata, choć jego pieczątka widnieje w dokumentach z tego okresu i na jego nazwisko wystawiano recepty. Inna pracowniczka - widmo figurowała w pozabiegowych rubryczkach przed 2019 r., mimo że nie była wówczas zatrudniona w hospicyjnej poradni.

Nie tylko spraw kadr dotyczy zawiadomienie. W piśmie czytamy również o braku należytej dezynfekcji i sterylizacji narzędzi. Dotyczy to np. jednorazowych łyżek do laryngoskopu, które zaraz po użyciu powinny trafiać do kosza. W hospicyjnej poradni natomiast zdarzało się, że trafiały najpierw do płynu dezynfekcyjnego, później pod kran, a następnie do leczenia kolejnej chorej osoby. Podobnie było z pakowaniem narzędzi, któremu według naszego źródła daleko było do sterylności.

Ostatnim naruszeniem wymienionym w piśmie jest nienależyta ochrona danych osobowych - w pomieszczeniu, do którego dostęp był powszechny, bo m.in. płacono tam za wizyty, ścianę oklejano karteczkami z wrażliwymi danymi. Nie tylko z imieniem i nazwiskiem, ale też wagą, wiekiem, spisem chorób, wynikami badań, wykazem leków, a nawet numerem telefonu.

W zawiadomieniu czytamy, że zabiegi w poradni stomatologicznej były wykonywane przez osoby bez odpowiednich kwalifikacji

Prezes nie ma wiedzy

Zanim doniesienie z zarzutami trafiło do NFZ i CBA, najpierw pisma trafiały do kadry zarządzającej. Formowała je jedna z zatrudnionych osób najpierw drogą mailową do kierowniczki, później pisemną do prezesa o. Filipa Buczyńskiego. Dziś, kiedy pytamy go o toczące się postępowanie w NFZ, odpowiada krótko: - Nie mam o nim wiedzy. Jak będę miał, to wtedy porozmawiamy.

Tydzień przed wpłynięciem pisma do Funduszu Zdrowia na stanowisku kierowniczym w poradni zaszły zmiany. Jesienią, po pismach od jednej z pracujących w hospicjum osób, przestano fikcyjnie wpisywać profesora jako uczestnika zabiegów i odsunięto od niektórych procedur inną pracowniczkę, która nie ma specjalizacji. ©℗

eprasa.pl ce9a89353b

ZUS już przelicza zaniżone emerytury czerwcowe. Czy seniorzy teraz otrzymają wyrównanie?

Małgorzata Stempinska
maciej.czerniak@polskapress.pl

ZUS z urzędu przeliczy emerytury czerwcowe dla 265 tys. osób w kraju, w tym 14,5 tys. w naszym regionie. Nie będzie wypłaty wyrównania świadczenia za okres przypadający przed 1 stycznia 2026 roku.

1 stycznia 2026 roku weszła w życie Ustawa, która ma na celu naprawienie zaniżonych „emerytur czerwcowych" poprzez uwzględnienie dodatkowych waloryzacji. Pokrzywdzonym emerytom pomógł Trybunał Konstytucyjny. W listopadzie 2023 roku uznał, że sposób naliczania tzw. emerytur czerwcowych jest niezgodny z konstytucją i nakazał ich przeliczenie. Zakład Ubezpieczeń Społecznych automatycznie zrobi to w okresie od stycznia do końca marca br. Nowe regulacje obejmą również renty rodzinne po osobach, które miały takie świadczenia.

Wysokość świadczenia zostanie ustalona tak, jak gdyby była wyliczana w maju danego roku, jeżeli będzie to korzystniejsze. Oznacza to, że składki na ubezpieczenia emerytalne i kapitał zostaną zwaloryzowane według zasad obowiązujących dla emerytur ustalanych w maju, natomiast średnie dalsze trwanie życia będzie przyjęte zgodnie z zasadami stosowanymi dla emerytur ustalanych w czerwcu. Po wykonaniu tych obliczeń Zakład zwaloryzuje ustaloną kwotę świadczenia do chwili obecnej. - Jeżeli w wyniku przeliczenia wysokość świadczenia byłaby niższa, jego wypłata będzie kontynuowana w dotychczasowej wysokości - mówi Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Jak dodaje, osoby, których dotyczą zmiany, nie muszą składać żadnych dokumentów. ZUS sam przeliczy świadczenie i wyda nową decyzję.

Komu ZUS przeliczy emerytury

W całej Polsce nowe zasady obejmą około 265 tys. osób, w tym 243,6 tys. emerytów i 21,2 tys. osób pobierających renty. Dotyczą one świadczeniobiorców, którzy:

- w latach 2009-2019 przeszli na emeryturę od czerwca lub mieli przeliczoną emeryturę od tego miesiąca, albo
- pobierają rentę rodzinną po zmarłym, któremu ZUS ustalił lub przeliczył emeryturę od czerwca w latach 2009-2019 albo
- pobierają rentę rodzinną po osobie, która osiągnęła powszechny wiek emerytalny (60 lat kobieta, 65 lat mężczyzna) i zmarła w czerwcu w latach 2009-2019, ale nie zdążyła złożyć wniosku o emeryturę lub nie miała ustalonego prawa do tego świadczenia.

FOT. NADESŁANE

1 stycznia 2026 roku weszła w życie Ustawa, która ma na celu naprawienie zaniżonych „emerytur czerwcowych" poprzez uwzględnienie dodatkowych waloryzacji

- Przepisy ustawy nie przewidują wypłaty wyrównania świadczenia za okres przypadający przed 1 stycznia 2026 roku - podkreśla Krystyna Michałek.

Gdy sprawa jest w sądzie

Wielu tzw. czerwcowych emerytów poszło do sądu domagając się wyrównania zaniżonych świadczeń. Jedną z takich osób jest pan Janusz z Bydgoszczy. Na naszych łamach opowiadał: - Jestem tzw. czerwcowym emerytem, pokrzywdzonym przez system. W 2024 roku złożyłem do ZUS wniosek o ponowne przeliczenie emerytury w związku z wyrokiem Trybunału Konstytucyjnego z listopada 2023 roku. ZUS wniosek odrzucił tłumacząc, że nie ma przepisów wykonawczych do wyroku Trybunału i nie może mi wypłacić wyrównania. Poszedłem do sądu.

Czy w tej sytuacji osobom takim jak pan Janusz Zakład Ubezpieczeń Społecznych w 2026 roku również ponownie przeliczy świadczenia?

Jeśli wniosek w sprawie przeliczenia wysokości emerytury ustalonej w czerwcu w latach 2009-2019 bądź renty rodzinnej został zgłoszony przed 1 stycznia 2026 roku i na ten dzień postępowanie w sprawie rozpatrzenia tego wniosku będzie w toku lub sprawa o ustalenie prawa do tych świadczeń lub ich wysokości będzie trwać przed sądem, ZUS zawiesi postępowanie w sprawie ustalenia wysokości emerytury lub renty rodzinnej przewidziane w nowej ustawie. Zakład wróci do niego, gdy ostatecznie zakończy się to wcześniejsze postępowanie. Klient nie musi składać żadnych wniosków. - Jeśli ZUS prowadzi postępowanie w sprawie wysokości świadczenia w związku z ustaleniem emerytury od czerwca danego roku lub takie postępowanie toczy się w sądzie, a rozpoczęło się przed 1 stycznia 2026 roku, to będzie ona trwać dalej aż decyzja ZUS lub wyrok sądu staną się prawomocne - podsumowuje Krystyna Michałek. ©℗

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJI ZIEMIA I LUDZIE 0011346473

PRAWDZIWE HISTORIE CZYSTEGO POWIETRZA

Wreszcie przestaliśmy marznąć

Czyste Powietrze Jest OK

Pani Urszula i jej mąż Dariusz zdecydowali się na skorzystanie z programu Czyste Powietrze, by przeprowadzić kompleksową termomodernizację domu i wyrzucić starego kopciucha na węgiel na rzecz pompy ciepła. Ich stary, ponad 60-letni dom zyskał nie tylko dużo wyższy standard, ale także piękny i nowoczesny wygląd.

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

Małżeństwo z Rudzin zdecydowało się skorzystać z Czystego Powietrza jeszcze w pandemii, czyli na zasadach sprzed reformy programu (jego nowa odsłona ruszyła 31 marca 2025 r.). Nie był to najlepszy czas dla ich domowego budżetu, ale, jak opowiada pani Ula – po prostu było im zimno. Choćby piec był rozgrzany do czerwoności,
w domu nie udawało się uzyskać temperatury wyższej niż 20 st. C.
Tak im to doskwierało, że poszli do gminy dowiedzieć się, jak wypełnić wniosek. Okazało się,
że nie będzie to takie trudne.
– Przemiły urzędnik z naszej gminy pomógł nam przejść przez to bezboleśnie. Powiedział, jakie dokumenty zgromadzić, jak spiąć całość i złożyć. Pomógł nam także przejść przez rozliczanie poszczególnych etapów inwestycji – mówi pani Urszula.

Od razu poczuli różnicę

Termomodernizację rozpoczęli w 2022 r. Ocieplili styropianem

ściany, fundamenty, a dach wełną mineralną.
Zainstalowali pompę ciepła do ogrzania domu. Na dachu pojawiła się instalacja fotowoltaiczna – sfinansowana również z dotacji z Czystego Powietrza (w obecnym naborze instalacja PV nie jest już kosztem kwalifikowanym). Dzięki niej korzystanie z prądu, a więc również z pompy ciepła, jest o wiele tańsze. Małżeństwo zdecydowało się także pozbyć starego bojlera do podgrzewania ciepłej wody. Zamontowali nowoczesny, który podgrzewa wodę zaledwie w 15 minut.
– Nasz kopciuch miał co prawda podajnik paliwa, ale poza tym żadnych innych zalet. Razem z nim pozbyliśmy się bałaganu, kurzu
i pyłu węglowego. Nie mamy już kłopotu z dosypywaniem ekogroszku – wcześniej takiej czynności trzeba było czyścić kotłownię, ściany i samego siebie – opowiada pani Urszula. – Różnicę zauważyliśmy też w jakości powietrza.
Gdy sąsiedzi rozpalają piece, tylko z daleka dociera do nas nieprzyjemny zapach dymu. Dlatego namawiamy sąsiadów do wymiany pieców. Jednego już namówiliśmy, drugi jeszcze się waha – dodaje.
Najlepsze jednak jest to,
że rachunki są wielokrotnie niższe. Zamiast fortuny na opał i prąd, wydają 1600–1800 zł rocznie za ogrzewanie i ciepłą wodę oraz korzystanie z energii elektrycznej! W ich domu temperatura zimą wynosi 23 st., bo – jak mówi pani Ula – tyle im wystarcza, by czuć komfort termiczny.
– Z Czystego Powietrza zwrócono nam ponad 80 procent kosztów całej inwestycji. Sami nigdy nie zrobilibyśmy takiej modernizacji. Dlatego polecam to każdemu
– kończy pani Ula.

Na jakie źródło ciepła można dostać dofinansowanie z Czystego Powietrza

Program Czyste Powietrze promuje bezemisyjne i niskoemisyjne źródła ciepła, czyli takie, które nie emitują szkodliwych związków i pyłów do atmosfery. Do takich źródeł należąpompy ciepła (powietrzne lub gruntowe), kotły na pellet drzewny lub zgazowujące drewno, a także ogrzewanie elektryczne. Od 2025 r. nie można już uzyskać dotacji na kotły gazowe i olejowe. Dodatkowo wszystkie pompy ciepła, kotły na pellet i kotły zgazowujące drewno muszą znaleźć się na liście zielonych urządzeń i materiałów (https://lista-zum.ios.edu.pl/), aby kwalifikować się do dofinansowania.
Warto też wiedzieć, że jeśli audyt energetyczny (jest obecnie obowiązkowy, ale na niego także można otrzymać dofinansowanie) wykaże, że nasz dom potrzebuje ocieplenia lub lepszego ocieplenia niż obecne, będziemy musieli zastosować się do wskazówek z tego dokumentu. Termomodernizacja domu także może być dofinansowana.

Jak działa pompa ciepła

Mogłoby się wydawać, że pompa ciepła po prostu tłoczy do domu ciepłe powietrze. Jednak zasada działania takich pomp jest bardziej skomplikowana. Cały ten proces opiera się na obiegu termodynamicznym, podobnym do tego, jak działa lodówka, tylko... w odwrotnym kierunku.
Pompa ciepła w zimie pobiera ciepło z zewnątrz (w zależności od rodzaju pompy z powietrza, wody lub gruntu), nawet przy niskich temperaturach. Następnie sprężarka podnosi temperaturę tego ciepła
do poziomu użytecznego i przekazuje je do systemu grzewczego domu, np. ogrzewania podłogowego. W większe mrozy,
gdy ciepło powstające dzięki pompie nie wystarcza, pompa może wspomagać się dodatkowymi grzałkami elektrycznymi.
W lecie pompa ciepła może obniżać temperaturę powietrza w domu o kilka stopni.
Pompy ciepła nie nadają się do domów bez odpowiedniej izolacji, ponieważ nie działają efektywnie – pobierają dużo prądu, co prowadzi do wysokich kosztów, i są
o wiele mniej wydajne. Sprawdzają się więc tylko w ocieplonym domu, zaopatrzonym w energooszczędne okna, drzwi itp.

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

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

eprasa.pl ce9a89353b

POLSKA *i* ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

List gończy za Zbigniewem Ziobrą

Prokurator wydał w piątek postanowienie o poszukiwaniu podejrzanego, byłego ministra sprawiedliwości Zbigniewa Ziobry, listem gończym – poinformowała Prokuratura Krajowa. List gończy z wizerunkiem i danymi Ziobry został opublikowany na stronie Komendy Stołecznej Policji.

Prokuratura wyjaśniła w piątkowym komunikacie, że list gończy został wydany celem przeprowadzenia z udziałem Ziobry czynności procesowych, bo – jak wskazano – nie udało się ich do dnia dzisiejszego zrealizować z uwagi na nieustalenie miejsca pobytu podejrzanego.

W czwartek Sąd Rejonowy dla Warszawy-Mokotowa uwzględnił wniosek Prokuratury Krajowej o zastosowanie wobec Ziobry tymczasowego aresztu w śledztwie ws. Funduszu Sprawiedliwości. Prokurator kierujący tym śledztwem, Piotr Woźniak, już wówczas zapowiedział list gończy za byłym ministrem, a następnie wniosek o europejski nakaz aresztowania (ENA).

OBCHODY

Bieg na 100-lecie Gdyni

FOT. PAP/MARCIN GADOMSKI

Wczoraj odbył się Bieg Urodzinowy z Portem Gdynia. To jedna z atrakcji przygotowanych na urodziny miasta – 10 lutego Gdynia świętuje setną rocznicę nadania praw miejskich. Trasa wiodła m.in. przez Skwer Kościuszki, a także ulice Waszyngtona, Tadeusza Wendy, Jana z Kolna, Starowiejską, 3 Maja i Świętojańską.

MINISTER ŻUREK DOSTAŁ MANDAT

Wymusił pierwszeństwo

Niedawno minister sprawiedliwości, prokurator generalny Waldemar Żurek był gościem na kanale „Duży w Maluchu" na YouTube. Około 59. minuty nagrania, gdy to szef resortu jest za kierownicą Fiata 126p, widać, jak wjeżdża on na przejście dla pieszych, na które w tym samym momencie zaczęła wchodzić kobieta. Sprawa stała się głośna.

Sam Żurek w programie TVN24 przeprosił i przyznał, że popełnił błąd. – Wszystko wskazuje na to, że ja popełniłem błąd i mogę tylko przeprosić wszystkich za taką sytuację – mówił w poniedziałek, 2 lutego. Jak poinformował portal tvn24.pl, minister został ukarany mandatem w wysokości 1,5 tysiąca złotych oraz dostał 15 punktów karnych.

SĄD

Polacy niezmiennie najbardziej pozytywnie – spośród różnych nacji – postrzegają siebie. Drugie i trzecie miejsce zajmują Czesi i Słowacy, a ostatnie Rosjanie. W ciągu ostatnich lat radykalnie zmalała sympatia Polaków do Amerykanów – wynika z badania Instytutu Badań Rynkowych i Społecznych IBRiS dla PAP. Z przeprowadzonego badania nacji wynika, że 79 proc. badanych pozytywnie postrzega samych siebie.

> *Nawet najwyżej ocenione przez kobiety porodówki są zamykane, bo przy obecnej demografii nie są w stanie się utrzymać*
>
> **Joanna Pietrusiewicz**, prezeska Fundacji Rodzić po Ludzku

Ambasador kontra marszałek, czyli dyplomatyczna zawierucha

Dorota Kowalska
Warszawa

Thomas Rose poinformował, że nie będzie się kontaktował z marszałkiem Sejmu Włodzimierzem Czarzastym. Powód? Czarzasty nie poprze wniosku o przyznanie pokojowego Nobla Donaldowi Trumpowi.

W czwartek Thomas Rose, ambasador USA w Polsce, zamieścił na X mocne oświadczenie.

„Ze skutkiem natychmiastowym nie będziemy już utrzymywać kontaktów ani komunikować się z marszałkiem Sejmu Czarzastym, którego oburzające i nieuzasadnione obelgi pod adresem prezydenta Donalda Trumpa poważnie zaszkodziły naszym doskonałym relacjom z premierem Tuskiem i jego rządem" – napisał Rose. „Nie pozwolimy nikomu szkodzić stosunkom amerykańsko-polskim ani okazywać braku szacunku prezydentowi Donaldowi Trumpowi, który tak wiele uczynił dla Polski i Polaków" – dodał ambasador USA.

Wcześniej Czarzasty poinformował, że nie poprze wniosku o przyznanie pokojowego Nobla Donaldowi Trumpowi, uznając, że amerykański przywódca na to wyróżnienie nie zasługuje. Z inicjatywą przyznania pokojowego Nobla Trumpowi wystąpili przewodniczący Izby Reprezentantów Kongresu Stanów Zjednoczonych Mike Johnson oraz przewodniczący Knesetu państwa Izrael Amir Ochanna, a do Sejmu wpłynęła korespondencja w tej sprawie.

FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

Zdaniem marszałka Sejmu „świat stanął na progu epokowej zmiany"

Czarzasty, tłumacząc na konferencji prasowej swoją decyzję, mówił o zmieniającym się porządku międzynarodowym. Zdaniem marszałka Sejmu „świat stanął na progu epokowej zmiany". – Ład oparty na prawie międzynarodowym odchodzi niestety powoli w przeszłość. Zaczyna w polityce międzynarodowej dominować siła – mówił Czarzasty. – Budowanie przez Stany Zjednoczone nowych platform, takich jak Rada Pokoju, jest moim zdaniem złudne. Wzmacniać trzeba Unię Europejską, ONZ, WHO i siebie. Prezydent Trump moim zdaniem destabilizuje sytuację w tych organizacjach, reprezentując politykę siły i przy użyciu siły prowadzi politykę transakcyjną – dodał.

Ocenił, że to „łamanie polityki zasad, wartości, często łamanie prawa międzynarodowego".

– To wszystko powoduje, że nie poprę wniosku o Nobla dla prezydenta Trumpa – zadeklarował marszałek Sejmu.

Jego przeciwnicy podnoszą, że to były zbyt mocne słowa, w każdym razie – mało dyplomatyczne w odróżnieniu od oficjalnego pisma, jakie w tej sprawie wysłano stronie amerykańskiej, ale reakcja ambasadora Stanów Zjednoczonych Thomasa Rose'a i tak zaskakuje.

Premier Tusk stanął w obronie Czarzastego, pisząc do Rose'a na X, że „sojusznicy powinni się szanować, a nie pouczać". „Przynajmniej tak w Polsce rozumiemy partnerstwo" – dodał.

Wieczorem ambasador USA zwrócił się do premiera Tuska na X. „Szanowny panie premierze, zakładam, że pańska przemyślana i dobrze sformułowana wiadomość została do mnie wysłana przez pomyłkę, bo z pewnością miała być skierowana do marszałka Sejmu Włodzimierza Czarzastego, którego nikczemne, lekceważące i obraźliwe komentarze na temat prezydenta Trumpa mogły potencjalnie zaszkodzić pańskiemu rządowi" – napisał Rose. Dodał, że żywi jedynie najwyższy szacunek i podziw dla „odważnego przywództwa" i wkładu Donalda Tuska „w umacnianie relacji między USA a Polską przez dziesięciolecia". „Był pan prawdziwie wzorowym sojusznikiem i wielkim przyjacielem Stanów Zjednoczonych. I wiem, że zgadza się pan, że obrażanie i poniżanie Donalda Trumpa, prezydenta Stanów Zjednoczonych – największego przyjaciela, jakiego Polska kiedykolwiek miała w Białym Domu – to ostatnia rzecz, jaką powinien zrobić jakikolwiek polski przywódca" – napisał.

Paulina Hennig-Kloska i Szymon Hołownia znaleźli się wśród członków nowego zarządu Polski 2050

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Rada Krajowa Polski 2050 wybrała członków nowego zarządu partii. Wiceprzewodniczącymi zostali minister klimatu i środowiska Paulina Hennig-Kloska oraz wicemarszałek Sejmu Szymon Hołownia.

Sobotnie posiedzenie Rady Krajowej Polski 2050 było pierwszym po wyborze Katarzyny Pełczyńskiej-Nałęcz na stanowisko przewodniczącej ugrupowania. Jak poinformowało w sobotę wieczorem biuro prasowe ugrupowania, Rada Krajowa wybrała tego dnia cztery osoby do zarządu, wskazane na wiceprzewodniczących. Zostali nimi kontrkandydaci Pełczyńskiej-Nałęcz w wyborach na przewodniczącego ugrupowania: Paulina Hennig-Kloska i poseł Rafał Kasprzyk, a także Szymon Hołownia oraz poseł Sławomir Ćwik. Trzy pierwsze nazwiska to rekomendacje szefowej.

Pełczyńska-Nałęcz jeszcze we wtorek powołała pierwszych członków nowego zarządu. Pierwszą wiceprzewodniczącą partii została Ewa Schaedler, drugim wiceprzewodniczącym Adam Rudawski, skarbnikiem pozostał Łukasz Osmalak, a sekretarzem Robert Sitnik. W zarządzie znalazł się również szef klubu Paweł Śliz.

Sobotnie posiedzenie Rady Krajowej rozpoczęło się w trybie zdalnym przed południem. Według statutu partii w skład Zarządu Krajowego Polski 2050 wchodzi od pięciu do dziesięciu osób. Przewodnicząca ugrupowania może powołać do czterech członków zarządu, tj. pierwszego i drugiego wiceprzewodniczącego partii, skarbnika i sekretarza generalnego. Do zarządu z urzędu wchodzi również szef sejmowego klubu parlamentarnego. Rada Krajowa z kolei ze swojej strony powołać może do pięciu wiceprzewodniczących.

PAP

eprasa.pl ce9a89353b

USA wyznaczyły Rosji i Ukrainie datę zawarcia porozumienia. Czy to zapowiedź końca wojny?

Oprac. Karolina Wrońska
Ukraina/Rosja

USA wyznaczyły Ukrainie i Rosji termin w czerwcu na zawarcie porozumienia kończącego wojnę – przekazał prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski, cytowany przez agencje Reutera i AP.

FOT. PAP/EPA

USA domagają się zakończenia wojny do początku lata. Jeśli termin ten nie zostanie dotrzymany, administracja USA prawdopodobnie wywrze presję na obie strony

„Amerykanie proponują, by strony (ukraińska i rosyjska) zakończyły wojnę na początku tego lata, i najpewniej będą wywierać presję zgodnie z tym harmonogramem. (...) Mówią, że chcą wszystko zakończyć do czerwca. I że zrobią wszystko, by zakończyć wojnę. Chcą jasnego harmonogramu wszystkich działań" – oznajmił Zełenski w wypowiedzi dla dziennikarzy międzynarodowych mediów, opublikowanej w sobotę rano.

„Dlaczego właśnie do tego lata? Rozumiemy, że kwestie wewnętrzne w Ameryce (zaplanowane na listopad tzw. wybory środka kadencji – PAP) mają wpływ i z pewnością staną się dla nich jeszcze bardziej aktualne. Po raz pierwszy strony omówiły, że najtrudniejsze kwestie z pewnością mogą zostać poruszone podczas trójstronnego spotkania przywódców. Z pewnością. Ale do tego potrzebne są pewne elementy przygotowawcze. Ważne jest, że dyskusja w takim formacie jest obecna" – zaznaczył Zełenski.

Prezydent oznajmił również, że Stany Zjednoczone potwierdzają swój udział w monitorowaniu przyszłego zawieszenia broni między Ukrainą i Rosją.

„Wojskowi przeprowadzili rozmowy i rozumieją, w jaki sposób – w przypadku podjęcia przez polityków decyzji o zakończeniu wojny – będzie przebiegało, pod względem technicznym, monitorowanie zawieszenia broni przez Ukrainę, Rosję i Stany Zjednoczone. Oznacza to, że Stany Zjednoczone potwierdzają swój udział. Jeśli chodzi o Europę, nie oznacza to, że nie będzie ona uczestniczyć w tym procesie. Mówię tylko o tym, o czym rozmawiano, a o czym nie rozmawiano podczas spotkania w Abu Zabi" – wyjaśnił prezydent.

Szef państwa ukraińskiego powiadomił, że Stany Zjednoczone zaproponowały, że w tym tygodniu zorganizują kolejną, trzecią rundę rozmów trójstronnych Ukraina-USA-Rosja. Jak dodał, te negocjacje prawdopodobnie odbędą się w Miami. „Potwierdziliśmy nasz udział" – oznajmił.

Wołodymyr Zełenski: Amerykanie mówią, że chcą wszystko zakończyć do czerwca. I że zrobią wszystko, by zakończyć wojnę

Zdaniem Zełenskiego deficyt rosyjskiego budżetu zmusza Kreml do zmniejszenia wypłat dla wojskowych, co w warunkach rosnących strat na polu walki prowadzi do redukcji sił na linii frontu. Zauważył, że przywódca Rosji Władimir Putin nie chce ogłaszać mobilizacji, dlatego rozważa przerwę w wojnie. „Myślę, że potrzebują przerwy. Myślę, że Putin myśli o przerwie" – ocenił.

PAP

Irańskie MSZ: Nie zrezygnujemy ze wzbogacania uranu. Wojska USA nie wzbudzają strachu

Oprac. Anna Nagel
Iran/USA

Minister spraw zagranicznych Iranu Abbas Aragczi zapowiedział w niedzielę, że jego kraj nie zrezygnuje ze wzbogacania uranu „nawet w przypadku narzucenia Iranowi wojny".

Minister przekonywał podczas konferencji prasowej w Teheranie, że koncentracja amerykańskich wojsk w re-gionie nie wzbudza strachu u władz Iranu.

Nalegamy na wzbogacanie uranu

Aragczi podkreślił, że Iran „zapłacił bardzo wysoką cenę za swój pokojowy program jądrowy i wzbogacanie uranu".

– Dlaczego tak bardzo nalegamy na wzbogacanie (uranu), nawet jeśli zostanie nam narzucona wojna? Ponieważ nikt nie ma prawa dyktować nam, jak mamy się zachowywać – oświadczył szef irańskiej dyplomacji.

Dodał, że koncentracja amerykańskich wojsk na Morzu Arabskim i w rejonie Cieśniny Ormuz, która łączy wody tego akwenu z Zatoką Perską, „nie przeraża Iranu".

Nie dążymy do wojny

– Jesteśmy narodem dyplomacji. Jesteśmy również narodem wojny, ale to nie oznacza, że dążymy do wojny – podkreślił Aragczi.

W ostatnich tygodniach USA wzmocniły obecność militarną na Bliskim i Środkowym Wschodzie. Amerykański myśliwiec F-35 zestrzelił 3 lutego irańskiego drona Shahed-139, który – w ocenie amerykańskich wojsk – „agresywnie" zbliżył się do lotniskowca USS Abraham Lincoln przebywającego na neutralnych wodach Morza Arabskiego.

W piątek w stolicy Omanu, Maskacie, wysłannicy prezydenta USA, Steve Witkoff i Jared Kushner, rozmawiali z szefem MSZ Iranu o możliwości wznowienia oficjalnych rokowań na temat irańskiego porozumienia nuklearnego. Po spotkaniu prezydent Donald Trump powiedział, że były to „bardzo dobre rozmowy", a Teheran „bardzo chce" zawrzeć umowę z Waszyngtonem.

Iran gotowy, aby zawrzeć porozumienie

Szef MSZ Iranu poinformował natomiast, że Teheran „jest gotowy" zawrzeć z Waszyngtonem porozumienie, które – jak się wyraził – uspokoi sytuację wokół programu jądrowego Iranu. Aragczi podkreślił, że uzgodnił z USA wznowienie negocjacji, a sprawą otwartą pozostaje ich termin.

PAP

Podejrzany o postrzelenie wiceszefa GRU zatrzymany?

Oprac. Anna Nagel
Dubaj

Rosyjska Federalna Służba Bezpieczeństwa (FSB) zakomunikowała w niedzielę, że w Dubaju zatrzymano mężczyznę podejrzanego o dokonanie zamachu na gen. Władimira Aleksiejewa.

Według FSB urodzony w 1960 r. Lubomir Korba został zatrzymany w Dubaju oraz przekazany stronie rosyjskiej. Śledczy przypuszczają, że to on miał w piątek kilkakrotnie postrzelić Aleksiejewa.

Zgodnie z komunikatem FSB, jeden ze wspólników Korby został aresztowany w Moskwie, a kobieta, która też współpracowała z podejrzanym o zamach, miała uciec na Ukrainę. Reuters przekazał w sobotę, powołując się na rosyjskie media, że wiceszef wywiadu wojskowego GRU Aleksiejew odzyskał przytomność po operacji, a jego życiu nie zagraża niebezpieczeństwo. 64-letni wojskowy jest objęty sankcjami Zachodu za domniemaną rolę w cyberatakach przypisywanych Rosji. Miał też zorganizować zamach na podwójnego agenta Siergieja Skripala, przeprowadzony w 2018 r. w Wielkiej Brytanii z użyciem środka paralityczno-drgawkowego nowiczok.

Minister spraw zagranicznych Rosji Siergiej Ławrow wyraził pogląd, że za postrzeleniem Aleksiejewa stały ukraińskie służby specjalne, a celem ataku na wiceszefa GRU było sabotowanie rozmów pokojowych. Władze Ukrainy zapewniły, że nie mają z tym zamachem nic wspólnego. PAP

REKLAMA 0011475739

AB.6740.1496.2025.JW Lublin, dnia 5 lutego 2025 r.

OBWIESZCZENIE STAROSTY LUBELSKIEGO

o wydaniu decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

Działając na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 311),

zawiadamiam

o wydaniu na wniosek Wójta Gminy Głusk decyzji nr 55/26 z dnia 16.01.2026 r. udzielającej zezwolenia na realizację inwestycji drogowej pn. **„Budowa drogi gminnej nr 112597L Wilczopole – Kolonia Wilczopole – Kalinówka"**
Inwestycja będzie realizowana na niżej wymienionych działkach:
Województwo: lubelskie
Powiat: lubelski
Jednostka ewidencyjna – 060905_2 Głusk
Obręb 0007 Kalinówka
działki nr ew.: 182/3, 500/28, 500/17, 495/19, 495/29, 187/9, 183/2, 187/8, 188/3, 189, 189/10, 509/9, 191/10, 192, 193/9, 193/12, 193/6, 193/3, 193/4, 194/1, 194/2, 195/1, 195/2, 196, 197, 198/9, 199/2, 200/5, 200/6, 201, 202/3
Województwo: lubelskie
Powiat: lubelski
Jednostka ewidencyjna – 060905_2 Głusk
Obręb 0014 Wilczopole-Kolonia
działki nr ew.: 1, 3, 4, 5, 6, 10, 11, 12, 13, 14, 56, 62, 65, 72/1, 76, 640/5, 85, 87, 89, 90/12, 93, 97, 108, 113, 116, 123, 127/1, 127/2, 133, 135, 138/4
Województwo: lubelskie
Powiat: lubelski
Jednostka ewidencyjna – 060905_2 Głusk
Obręb 0015 Wilczopole
działki nr ew.: 157, 13/8, 629/1, 154, 12/38, 12/39, 12/4, 12/10, 12/9, 13/1
Działki poza liniami rozgraniczającymi, na których przewiduje się budowę sieci oświetlenia ulicznego:
Województwo: lubelskie
Powiat: lubelski
Jednostka ewidencyjna – 060905_2 Głusk
Obręb 0007 Kalinówka
działki nr ew.: 181/2, 182/1, 417, 348/6, 348/16
Działki poza liniami rozgraniczającymi, na których przewiduje się przebudowę uziemienia linii energetycznej:
Województwo: lubelskie
Powiat: lubelski
Jednostka ewidencyjna – 060905_2 Głusk
Obręb 0007 Kalinówka
działki nr ew.: 197 (197/2), 189/9 (198/11)
Działki poza liniami rozgraniczającymi, na których przewiduje się przebudowę włączenia do drogi gminnej:
Województwo: lubelskie
Powiat: lubelski
Jednostka ewidencyjna – 060905_2 Głusk
Obręb 0014 Wilczopole-Kolonia
działki nr ew.: 211, 138/3
Działki poza liniami rozgraniczającymi, na których przewiduje się przebudowę zjazdu:
Województwo: lubelskie
Powiat: lubelski
Jednostka ewidencyjna – 060905_2 Głusk
Obręb 0015 Wilczopole
działki nr ew.: 157, 629/13

Zakres przedsięwzięcia obejmuje:
- roboty rozbiórkowe,
- roboty ziemne pod warstwy konstrukcyjne,
- wykonanie elementów drogi,
- wykonanie elementów odwodnienia (rowy odwadniające),
- wykonanie warstw konstrukcyjnych jezdni,
- wykonanie warstw konstrukcyjnych drogi dla pieszych,
- wykonanie poboczy, zieleńców i skarp,
- wykonanie oświetlenia ulicznego,
- wykonanie przebudowy kolizji uzbrojenia podziemnego,
- wykonanie oznakowana pionowego, poziomego i urządzeń bezpieczeństwa ruchu.

Z treścią decyzji o zezwoleniu na realizację ww. inwestycji drogowej można zapoznać się w Wydziale Architektoniczno-Budowlanym Starostwa Powiatowego w Lublinie przy ul. Spokojnej 9, w godzinach pracy Wydziału /poniedziałek, środa, czwartek, piątek 8:00-15:00, wtorek 7:30-16:45/.

Strony mogą zapoznać się z treścią decyzji: drogą telefoniczną pod nr tel. **81 528 66 47**, drogą elektroniczną na adres mailowy: **abud@powiat.lublin.pl**, osobiście w Starostwie Powiatowym w Lublinie ul. Spokojna 9 **po uprzednim umówieniu wizyty**.

Od decyzji przysługuje prawo odwołania do Wojewody Lubelskiego za pośrednictwem Starosty Lubelskiego w terminie 14 dni od daty doręczenia zawiadomienia. W trakcie biegu terminu do wniesienia odwołania strona może zrzec się prawa do wniesienia odwołania wobec organu administracji publicznej, który wydał decyzję. Z dniem doręczenia organowi administracji publicznej oświadczenia o zrzeczeniu się prawa do wniesienia odwołania przez ostatnią ze stron postępowania, decyzja staje się ostateczna i prawomocna.

Zgodnie z art. 49 Kodeksu postępowania administracyjnego, doręczenie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Z up. STAROSTY LUBELSKIEGO
Sylwia Chochoł-Skocz
Członek Zarządu
/podpisano elektronicznie/

eprasa.pl ce9a89353b

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 9.02.2026

Mówił o nim cały kraj. Schronisko problemów kotłowisko

Karolina Rokitnicka

Prywatne schronisko w Ostrowitem (gmina Golub-Dobrzyń) od kilku tygodni jest pod szczególnym nadzorem wojewody ze względu na nieprawidłowości.

FOT. KAROLINA ROKITNICKA

Oprócz tego, że schroniskiem zainteresowały się służby i celebryci, podlega ono kontrolom i przechodzi zmiany. Pojawiły się regulaminy wolontariatu i adopcji. Są także słowa podziękowania za wsparcie i wyjaśnienia pewnych sytuacji

Schronisko w Ostrowitem „na cenzurowanym" jest już od kilku lat. Były sygnały m.in. o utrudnionych adopcjach, problemach z informacjami o psach przebywających w schronisku czy odmowach wejścia do obiektu, a nawet udzielania pomocy.

W 2024 r. sporo uchybień stwierdziła Najwyższa Izba Kontroli. Brak odpowiednich zezwoleń, zbyt mało pomieszczeń, w których zwierzęta mogą się schronić przed niekorzystnymi warunkami atmosferycznymi, brak pomieszczeń dla niekastrowanych zwierząt, niewystarczające środki do całodobowej opieki, nieprawidłowe prowadzenie wykazu zwierząt oraz niska skuteczność działań na rzecz adopcji - to tylko część ustaleń kontrolerów.

W obiekcie przebywać miało około 250 psów pod opieką jednej osoby - właścicielki.

Pojawiło się sporo wątpliwości co do działalności tego schroniska. Starałam się ustalić, z czego wynikają problemy, jak jest finansowane schronisko, ile gmin z niego korzysta, ile płacą za wyłapywanie i utrzymywanie psów. Właścicielka zapewniła, że odpowie na pytania, ale przez ponad tydzień nie uzyskałam odpowiedzi.

Według informacji z policji oraz od rodziny właścicielki, nie ma wyroków ani zarzutów w zakresie łamania praw zwierząt.

Gigantyczna skala pomocy

Po medialnym szumie wokół schroniska i zainteresowaniu się nim celebrytek - Laluny i Dody - ruszała pomoc na szeroką skalę.

Wolontariusze dowożą tu liczne prezenty i niezbędne rzeczy. Sama ekipa Dody przekazała 20 solidnych bud i pół tony karmy. Pod patronatem piosenkarki ma odbyć się też aukcja charytatywna. Miłośnicy psów prowadzili też prace związane z poprawą bytu zwierząt, m.in. ocieplali budy. Okazało się, że część psiaków jest zachwycona nowymi ubrankami i legowiskami, ale część ich nie zaakceptowała.

Rozpoczęły się finansowe zbiórki dla schroniska. Były nawet prywatne licytacje.

Na ustach całej Polski

Zdania dotyczące działalności schroniska są podzielone. Od ostrych i wulgarnych, przez krytykę, po bardzo pozytywne komentarze.

- Pytałem lekarza weterynarii, czy psom nie dzieje się krzywda. Zapewniono, że nie. Widziałem tu dużo miłości i radość zwierzaków na widok właścicielki. Ona zna wszystkie z imienia, w głowie ma to, w których kojcach powinny być po spacerze. Słyszałem od osób adoptujących psy, że są one towarzyskie i zdrowe. Mimo to w internecie pojawiła się fala hejtu, wiele pomówień i nieprawdziwych tez. Stąd apel sołectwa „Stop hejtowi" i prośba o weryfikowanie treści. To nie jest „mordownia"! Sam nigdy nie miałem problemu, by wejść do schroniska. Widząc różne zachowania, zrozumiała jest ostrożność - przekonuje Sebastian Sipak, sołtys wsi Ostrowite.

W czasie wizyty Dody w schronisku (25 stycznia) siostra właścicielki zapowiedziała „spotkanie w sądzie" z powodu robienia zdjęć przed bramą schroniska, określając to miejsce jako prywatne. To zaskoczyło, bo pilnowali go publiczni funkcjonariusze, przekazywano dary z publicznych zbiórek, a na terenie schroniska są zwierzęta, których pobyt finansują gminy.

- Zamiast podziękowań, jest zapowiedź sądowego spotkania. Szok - kręciła głową z niedowierzaniem jedna z aktywistek.

Mamy komentarz w tej sprawie: - Schronisko zostało zbudowane przez siostrę z prywatnych środków, znajduje się na prywatnym gruncie, który jest darowizną od rodziców. Moi rodzice, emerytowani sadownicy, są największymi dobroczyńcami dla zwierząt. Przekazali córce majątek wart kilkaset tysięcy złotych, który ona, zgodnie z wykształceniem i planami zawodowymi - przekształciła w schronisko dla psów. Po dantejskich scenach w Sobolewie, po tym, jak wysłuchałam nagrań Dody, w których nawołuje do przyjazdu do „patoschroniska", w którym psy „są w katastroficznym stanie" i „nie mają jedzenia", zgłosiłam sprawę na policję. Komentarze pod materiałami były wyjątkowo nienawistne. Byłam przerażona skalą hejtu, poprosiłam o ochronę. Jednak ochrona świadczona przez służby nie zmienia prywatnego terenu w publiczny. Podobnie, jak fakt publicznej zbiórki, nie zmienia przestrzeni prywatnej w publiczną - przekonuje siostra właścicielki schroniska.

Mimo ogromnego wsparcia ze strony Dody, siostra właścicielki schroniska sugerowała, że nie chodzi o pomoc... „Marznące psy ocieplają wizerunek?" i „Najgłośniej (jest - red.) o Dodzie, ciekawe, ile stawka wzrośnie za koncert w Opolu?" - to tylko część jej komentarzy. Jest dalsza zapowiedź procesów:

- Pani Rabczewska kocha psy i pomaga im ofiarnie, widziałam to na własne oczy, a jednocześnie wypowiadała nieprawdziwe sądy. W schronisku siostry, które działa od 2014 r., żaden pies nie doświadczył głodu! Dary i akcje pomocowe nie usprawiedliwiają tego, co następuje w konsekwencji. Moja siostra - osoba prywatna, właścicielka podmiotu gospodarczego, osoba zaangażowana bez granic w opiekę nad bezpańskimi psami, musi się mierzyć ze zniewagami, z których część zarejestrowano i upubliczniono w mediach społecznościowych. Mają imponujące zasięgi. Czy dary dają komukolwiek prawo do formułowania wniosków, że właścicielka jest niestabilna psychicznie, schronisko jest patoschroniskiem, a Zielone Pole to miejsce, w którym „psy umierają z głodu"? Nie godzę się na taki styl aktywizmu społecznego. Namierzyłam kilku hejterów, rozważam złożenie pozwu z powództwa cywilnego o naruszenie moich dóbr osobistych.

FOT. KAROLINA ROKITNICKA

W Ostrowitem w niedzielę, 25 stycznia, gdy miejsce to odwiedziła Doda, auta stały zaparkowane już około kilometr przed schroniskiem

Co z adopcjami?

Zdaniem niektórych miłośników zwierząt podejrzane jest wstrzymanie adopcji: - Temat schroniska zrobił się medialny. Błyskawicznie 17 psiaków znalazło domy. Schronisko mogło opuścić znacznie więcej zwierząt, ale zablokowano adopcje. To niezrozumiałe. Schronisko to tymczasowe miejsce dla zwierząt. Dobrze działający obiekt powinien zmierzać w kierunku adopcji. Zdarza się, że schroniska nie chcą oddawać zwierząt, by otrzymywać pieniądze za ich pobyt - mówi kobieta, która była przed schroniskiem.

Doda podkreśliła: „Utrudniono nam adopcję czy pomoc medyczną dwóm zwierzętom".

Słyszę, że w Ostrowitem adopcje zostały wstrzymane ze względu na bezpieczeństwo oraz organizację pracy. Wznowiono je w poniedziałek, 2 lutego. Tego dnia domy znalazło pięć psów, a w akcję pomocy schronisku zaangażowało się dziewięcioro wolontariuszy, choć wcześniej sugerowano, że zainteresowanie miłośników psów było ożywione tylko w dniu wizyty Dody.

Psy za wysokim murem i zamkniętą bramą

Wstępu do schroniska odmówiono wielu wolontariuszom, dziennikarzom prasowym i telewizyjnym, a także asystentowi posła Konfederacji Grzegorza Płaczka.

- Niezrozumiałe i podejrzane jest, że nie wpuszczono tu osób chcących pomóc - mówi jedna z wolontariuszek.

Niestety, mimo wielu prób, mnie także nie dane było wejść do schroniska. W odpowiedzi na wysłane wiadomości otrzymałam zapewnienie, że będzie to możliwe w tym tygodniu, ale nie wskazano konkretnego terminu, mimo propozycji z mojej strony.

Szczególny nadzór wojewody

Wojewoda kujawsko-pomorski w ramach szczególnego nadzoru nad schroniskiem w Ostrowitem m.in. zlecił kontrole. - Na obecnym etapie nie stwierdzono podstaw do ewakuacji. Schronisko objęte zostało wizytacjami dwa razy w ciągu dnia, prowadzonymi przez Powiatowego Lekarza Weterynarii. Rozpoczął tu działalność wolontariat wspierający codzienną opiekę nad zwierzętami w okresie silnych mrozów - wylicza Natalia Szczerbińska z Biura Wojewody Kujawsko-Pomorskiego.

Wojewoda poprosił policję o dodatkowe patrole w rejonie schroniska. Ponadto OSP wspiera nadzór nad bezpieczeństwem. Miała być też prośba do wójta gminy o przeprowadzenie kontroli realizacji umów zawartych przez właściciela schroniska. Jednak takie pismo do Urzędu Gminy nie wpłynęło (do 27 stycznia).

- Gmina nie ma tytułu prawnego do kontrolowania jakichkolwiek umów handlowych, zawartych przez właścicielkę schroniska z podmiotami zewnętrznymi, jak również z jednostkami samorządowymi - zaznacza sekretarz Urzędu Gminy Golub-Dobrzyń Krzysztof Pieczka.

Gmina we własnym zakresie i na podstawie posiadanych kompetencji monitoruje sytuację utrzymania czystości i porządku. Podczas ostatniej kontroli 20 stycznia nie stwierdzono uchybień.

Co dalej?

Oprócz tego, że schroniskiem zainteresowały się służby i celebryci, podlega ono kontrolom i przechodzi zmiany. Pojawiły się regulaminy wolontariatu i adopcji. Są także słowa podziękowania za wsparcie i wyjaśnienia pewnych sytuacji.

- Potrzeba wolontariuszy do pracy, kolejnej kontroli i koniecznie normalnych procedur adopcyjnych. Koniecznie odwiedźcie to schronisko, psy tam są wyjątkowe, przyjacielskie i naprawdę zapadają w sercu. My tam wrócimy - zapowiada Doda.

Jedno jest pewne: potrzebne są rozwiązania systemowe i zmiana Ustawy o ochronie zwierząt w Polsce, ale to zadanie dla rządu. ©℗

eprasa.pl ce9a89353b

Zamarzli na śmierć we własnych mieszkaniach

Matylda Witkowska

Czarna seria śmierci z wychłodzenia zaczęła się w Łodzi w poniedziałek (2 lutego). Od kilku dni w mieście panował mróz, nad ranem temperatura sięgnęła 17 stopni na minusie. Policjanci dostali informację, że w jednym z mieszkań w kamienicy przy ul. Malinowej 9 leżą zwłoki kobiety. Na miejscu okazało się, że mieszkanie jest mocno wyziębione, a zmarła 56-latka leży pod kocami i płaszczami.

FOT. BARTEK KSIĘŻAK

W kamienicy przy ul. Kaliskiej zamarzły dwie osoby

Za prawdopodobną przyczynę śmierci uznano wychłodzenie, choć potwierdzi to jeszcze sekcja zwłok. Już następnego dnia w innym lokalu tej samej kamienicy znaleziono zamarzniętego 55-latka. Służby powiadomił opiekun działający na zlecenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Łodzi. Tu już nie było wątpliwości, że mężczyzna zmarł z wychłodzenia. Po tych tragediach lokator kolejnego, również wyziębionego mieszkania dał się przekonać pracownikowi MOPS i odwieźć do schroniska św. Brata Alberta. On też mieszkał bez ogrzewania - w styczniu doszło u niego do awarii pieca i groziło mu wychłodzenie, ale do tej pory odmawiał opuszczenia lokalu.

Niestety, nie był to jeszcze koniec. We wtorek na policję zadzwoniła pracowniczka socjalna MOPS, która razem z sąsiadem próbowała dostać się do mieszkania przy ul. Kaliskiej 19, gdzie mieszkała para jej podopiecznych. Od kilku dni nie było z nimi kontaktu. Policjanci wezwali strażaków, którzy otworzyli drzwi siłą. Widok, który zastali w mieszkaniu, był makabryczny: 74-letni mężczyzna i o 10 lat młodsza kobieta byli martwi. Mężczyzna leżał pod kołdrą w pokoju, kobieta leżała na podłodze w kurtce w drugim pomieszczeniu. Na ciele mieli już plamy opadowe i musieli nie żyć od kilku dni. Na miejsce wezwano koronera. Uznał, że przyczyną śmierci było wychłodzenie.

MOPS w Łodzi szybko wyjaśnił sytuację zmarłych. Nie była ona prosta, a wszyscy otrzymywali różnorodną pomoc. 55-latek z Malinowej 9 miał przyznaną codzienną wizytę opiekuna w dni robocze, ostatnio opiekun był u niego dzień wcześniej. Średnio raz w tygodniu zaglądał do niego pracownik socjalny MOPS, ostatnio był w czwartek, ale mężczyzna mu nie otworzył. Zmarły dostał też duże wsparcie w ramach Szlachetnej Paczki Stowarzyszenia Wiosna. „Mężczyźnie przekazano m.in. piec elektryczny, meble, telewizor, odzież, pościel, lodówkę, zapasy żywności, także dla zwierząt. Niestety - jak ustalono - mężczyzna odsprzedał później te rzeczy" - informuje Iwona Jędrzejczyk-Kaźmierczak, rzecznik prasowy MOPS w Łodzi.

Opieka społeczna wiedziała, że 55-latek nie ma w domu prądu. „Z mieszkańcem były prowadzone liczne rozmowy na temat konieczności zadbania o przywrócenie prądu do mieszkania" - podkreśla rzeczniczka. Te informacje potwierdzają sąsiedzi, zaznaczają też, że mężczyzna był też nieporadny życiowo.

Dostawali pieniądze na ogrzewanie

Także pozostali zmarli otrzymywali pomoc z MOPS, w tym na ogrzewanie. 56-latka z Malinowej dostała w styczniu poza innym wsparciem także zasiłek celowy w na zakup opału. Jeszcze pod koniec stycznia przekonywała pracownika socjalnego, że „piec stojący w mieszkaniu jest sprawny, a środki przyznane na zakup opału spożytkuje na jego zakup". Także zmarli 74-latek i 64-latka z Kaliskiej dostali niedawno zasiłek celowy na ogrzewanie w formie przelewu na konto dostawcy energii elektrycznej.

MOPS nie może mówić o szczegółach. Przyznaje jednak, że wszyscy zmarli mierzyli się z problemami z uzależnieniem i nie były to problemy małe. Nie dawali też się namówić na zmiany i skorzystanie z profesjonalnej pomocy. - Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Łodzi nie pozostawia nikogo bez wsparcia i pomocy. Trzeba być jednak gotowym na przyjęcie tej pomocy, i trzeba chcieć to wsparcie przyjąć, co nierzadko oznacza także gotowość i chęć wprowadzenia zmian w swoim dotychczasowym życiu - podkreśla Iwona Jędrzejczak-Kaźmierczak.

Nie tak łatwo zamarznąć w domu

Jak to się dzieje, że temperatura w lokalu spada tak bardzo, że ludzie zamarzają we własnych łóżkach? Specjaliści od opieki społecznej podkreślają, że zamarznąć w mieszkaniu nie jest wcale tak łatwo. Na przykład w Kijowie, gdzie całe kwartały zostały bez ogrzewania, nawet w duże mrozy w budynkach temperatura utrzymuje się nieco powyżej zera. W nieogrzewanym mieszkaniu zimą można zmarznąć, przeziębić się, albo nabawić zapalenia płuc. Ale do zamarznięcia oprócz zepsutego pieca prawdopodobnie dołożyły się jakieś inne czynniki. Sytuację mogło pogorszyć spożywanie alkoholu, który zwiększa utratę ciepła albo schorzenia lokatorów.

Ale cztery osoby, które zamarzły w budynkach komunalnych, wzbudziły w Łodzi pytania o warunki panujące w takich lokalach.

Pojechaliśmy do kamienicy przy Malinowej 9 i okazało się, że jest tam... lodowato zimno. Klatka schodowa jest stale otwarta na oścież i nie ma ogrzewania. W jednym z okien na klatce brak jest szyby, dziurę tylko częściowo zakrywa dykta. Wiele lokali jest pustych, a w jednym - z dziurą na zewnątrz budynku - mieszkają tylko gołębie. Z danych Zarządu Lokali Miejskich wynika, że w budynku z 23 lokali tylko dziewięć jest zamieszkanych, a aż 15 to pustostany. Każdy z mieszkających tu lokatorów musi ogrzewać się samodzielnie piecem na węgiel lub prąd.

Sąsiedzi narzekają, że w budynku nie ma bieżącej wody. Na podwórku jest hydrant, ale po ostatnich mrozach on też zamarzł. - Normalni ludzie się tu nie wprowadzą, kto by chciał mieszkać w takich warunkach, bez wody i ogrzewania - mówią pozostali lokatorzy.

Lodowate kamienice

Wiadomo, że w łódzkich kamienicach zimą jest dramatycznie zimno. Dotyczy to budynków miejskich i prywatnych. Duże mieszkania w starych, nieocieplonych kamienicach bez podłączenia do sieci ciepłowniczej trudno jest ogrzać. A rachunki za ogrzewanie piecem elektrycznym mogą być olbrzymie. - Oszczędzam, bo całe dnie spędzam w pracy, więc mój rachunek zimą to około 500 zł, ale sąsiad z małymi dziećmi musi grzać całą dobę i płaci tysiąc. Nie wszyscy sąsiedzi dają radę. Niektórzy dogrzewają się palnikami gazowymi, przez okno widzę jak bez garnków chodzą czasem przez całą noc - mówi jeden z mieszkańców starego Śródmieścia.

Po zamarznięciach z tego tygodnia pytania o stan łódzkich kamienic zadało wiele osób. Interpelację w tej sprawie złożył radny niezrzeszony Kosma Nykiel. Zapytał w niej nie tylko o stan kamienicy przy ulicy Malinowej 9, ale też o to „jakie natychmiastowe działania zostaną podjęte, aby zapobiec kolejnej tragedii tego typu w pozostałych budynkach komunalnych Łodzi?". Z danych, jakie uzyskał półtora roku temu od magistratu, wynika, że na około 26 tys. używanych źródeł ciepła w miejskich lokalach tylko jedna trzecia miała wtedy centralne ogrzewanie (miejskie lub własne), a po jednej czwartej ogrzewana była kozami lub piecami elektrycznymi.

W podobnym tonie wypowiedziało się na Facebooku Łódzkie Stowarzyszenie Lokatorów. „Zdecydowana większość lokali należących do miasta nie ma dostępu do centralnego ogrzewania. Od kilku lat miasto masowo zakazuje palić w piecach, albo robi to w ukryty sposób np. nie naprawiając kominów, co sprawia, że jedynym źródłem ogrzewania zostaje ogrzewanie elektryczne" - pisze stowarzyszenie. Podkreśla przy tym, że większość budynków nie była projektowana z myślą o takim ogrzewaniu, a niedogrzanie powoduje ich dalszą degradację.

W sprawie zgonów w kamienicach z interwencją poselską wyszedł Adrian Zandberg, konferencję prasową zorganizowała partia Razem. - Chcemy budować wielką dżunglę za kolejne setki milionów złotych, natomiast nie widać, żeby było nas stać na zasób mieszkaniowy, w którym umierają ludzie. To sytuacja, która nie powinna mieć miejsca w XXI wieku, w 20. gospodarce świata i w dużym mieście wojewódzkim. Coś jest nie tak z priorytetami naszego miasta - mówiła Martyna Urbańczyk z łódzkiego Razem.

Na zarzuty odpowiedział od razu wiceprezydent Łodzi Adam Wieczorek. - Nasi administratorzy nieruchomości są na ulicach każdego dnia i weryfikują stan techniczny budynków. Sprawdzają, czy wszystkie media podłączone do budynków działają prawidłowo - mówił w czwartek.

Zaznaczył, że zarówno przy ulicy Malinowej, jak i Kaliskiej te warunki były spełnione, a dodatkowo mieszkańcami opiekowała się pomoc społeczna. Jak podkreślił, rok temu miasto po gruntownej analizie przyjęło strategię dotyczącą zasobu komunalnego, a około 1,8 tys. lokatorów zostało wytypowanych do przeniesienia do lepszych warunków. Wiceprezydent Wieczorek zaznaczył też, że nie każdy budynek komunalny w mieście da się podłączyć do sieci ciepłowniczej, choć w sprawie podłączeń kolejnych trwają rozmowy z Veolią.

Tomasz Kopytowski z łódzkiej Caritas ocenia, że sytuację trudno ocenić jednoznacznie. - Każda taka śmierć jest tragedią i nie powinna się zdarzać. Ale w tych przypadkach system wyraźnie próbował zaradzić problemom. Niestety, w wielu sytuacjach nie jesteśmy w stanie pomóc człowiekowi wbrew jego woli, bo każdy człowiek jest wolny - tłumaczy. - Jednocześnie każda taka tragedia to sygnał nie tylko dla miasta, ale też dla sąsiadów i rodziny. A także pytanie, czy zrobiliśmy wystarczająco dużo i czy zrobiliśmy wszystko co w naszej mocy, żeby zapobiec tej tragedii? Jeśli odpowiemy sobie „tak" to nie powinniśmy czuć się winni - przyznaje.

Współpraca: Wiesław Pierzchała, Lila Sayed, Emilia Kutlu

eprasa.pl ce9a89353b

Dorota Kowalska

Prof. Chwedoruk: Nie sądzę, aby afera Epsteina wywróciła amerykańską czy światową politykę

– Skończy się tylko tym, że kilku skompromitowanych polityków odejdzie, co już się dzieje. Jeśli ktoś tak naprawdę będzie tu zagrożony, to przede wszystkim elity Europy Zachodniej. Dlaczego? Ponieważ ich społeczna legitymizacja jest w tej chwili jeszcze słabsza niż Trumpa – mówi prof. Rafał Chwedoruk, politolog, komentator polityczny.

Panie profesorze, myśli pan, że akta Epsteina zaszkodzą Donaldowi Trumpowi?

Powiem tak: amerykański podział z natury rzeczy jest podziałem bipolarnym. I specyficzny sposób uprawiania polityki przez Trumpa, treść tej polityki, a także działania drugiej strony, przez wiele lat spowodowały, że w Stanach Zjednoczonych istnieją liczni wyborcy niereformowalni, to znaczy tacy, którzy do końca będą się orientować na danego polityka i nic ich nie odstraszy. Biden czy Harris przegrali wybory w sposób bezdyskusyjny, ale do końca mieli poparcie wielu milionów ludzi. Taka jest logika tamtego systemu. Analogicznie rzecz wygląda z Donaldem Trumpem, choć oczywiście część establishmentu republikańskiego będzie się od niego dystansować, to bardzo trudno będzie komukolwiek sformułować alternatywny projekt w obrębie obecnych Republikanów do tego, co Trump promuje właśnie ze względu na jego wyrazistość, radykalizm.

Ale to chyba największa afera obyczajowa ostatnich dekad, bo są w nią zamieszani politycy, biznesmeni, celebryci, książęta i księżne, ona zatacza ogromny międzynarodowy krąg.

Augusto Pinochet skompromitował się w oczach części zachodnich elit nie tym, że był mordercą, że pod jego rządami zamordowano kilka tysięcy ludzi, że więziono i mordowano młode matki związane z lewicą, że zabierano im dzieci i dawano do nielegalnych adopcji. Relatywizujące opinie o nim stały się mniej liczne dopiero po tym, gdy okazało się, iż po cichu uzbierał sobie całkiem duży kapitał dla siebie i swojej rodziny. Analogicznie sprawa wygląda z establishmentem w świecie zachodnim: nie jest dla niego kompromitujące wywoływanie wojen, atakowanie innych państw wbrew prawu międzynarodowemu, porywanie prezydentów czy niszczenie infrastruktury cywilnej w Jugosławii w 1999 roku, a podobne zjawisko obserwujemy zresztą w tej chwili u naszego południowo-wschodniego sąsiada, lecz właśnie tego typu obyczajowe skandale. Dzieje się tak ze względu na oświeceniowy wzorzec cnoty jako miary polityka. Natomiast nie sądzę, żeby to wszystko było czymś, co wywróci amerykańską czy światową politykę, bo za tą polityką kryją się wielkie interesy. Skończy się tylko tym, że kilku skompromitowanych polityków odejdzie, co już się dzieje. Kto dziś pamięta aferę francuskiego socjalisty Strauss-Kahna, który został skompromitowany i wrobiony w domniemany gwałt, a później, w czasie procesu okazało się, że sytuacja wyglądała inaczej. I co z tego? Był już dawno politycznym nieboszczykiem. Któż pamięta, że Slobodan Miloszević oskarżany o zbrodnie ludobójstwa ostatecznie nie został za nic skazany, zmarł w więzieniu bez wyroku po pięciu latach, ale jest powszechnie uznawany za zbrodniarza. Tak samo tutaj: będzie parę nazwisk, które się powymienia i tyle, a dodajmy do tego, że jeśli ktoś tak naprawdę będzie tu zagrożony, to przede wszystkim elity Europy Zachodniej.

Dlaczego?

Ponieważ ich społeczna legitymizacja jest w tej chwili jeszcze słabsza niż Trumpa. Rząd w Niemczech jest rządem wielkiej koalicji, w sytuacji, w której obie partie tej koalicji dostały jeden z najgorszych w swej historii wyników. Macron jest już politycznym nieboszczykiem nie tylko dlatego, że kończy mu się druga kadencja. W Wielkiej Brytanii, tak jak Liz Truss i Boris Johnson byli najgorszymi premierami torysowskimi od czasów Neville'a Chamberlaina, tak Starmer jest prawdopodobnie najsłabszym premierem w dziejach Labour Party, kompromitującym laborystów na każdym kroku. Włochami zaś rządzi koalicja czterech partii skrajnej prawicy. Więc tutaj o ofiary będzie łatwiej. Amerykański system jest tak skonstruowany, że nikt nie jest go w stanie obalić, czy zmienić, w Europy Zachodniej niektóre systemy partyjne są trwale niestabilne, niektóre zaczynają być niestabilne.

Też pan uważa, jak niektórzy, że za tą aferą może mogą stać rosyjskie służby specjalne?

Tak, tak, oczywiście, podobno widziano w okolicach wyspy Grzechu człowieka w walonkach i z bałałajką. A mówiąc serio, żyjemy dzisiaj w świecie podobnym do lat trzydziestych, kwitną spiskowe teorie dziejów. Z Rosją problemy są powszechnie znane i jasne, nie kryje się za nimi żadna tajemnica. To problemy związane z agresją na Ukrainę i różnego rodzaju wyzwaniami dotyczącymi rynku energetycznego. Natomiast wiara w to, że rosyjskie służby rządzą światem, to groteska. Groteska na poziomie teorii spiskowych o masonerii, czy cyklistach. Rosja to dzisiaj średnio zamożny, stu czterdziestomilionowy kraj z fatalną demografią, ze zdeprawowaną i próżną oligarchią, który nie ma nawet armii, którą mógłby wysłać na wielką, poważniejszą od prowadzonej w chwili obecnej wojnę, bo po prostu nie miałby skąd jej wziąć, chyba że zlikwidowałby własną gospodarkę poprzez masową mobilizację. Kraj uzależniony od Chin, Indii i w mniejszym stopniu paru innych podmiotów miałby zakulisowo rządzić światem? To śmieszna wizja, pokazująca zarazem, jak niski jest poziom wiedzy istotnej części także polskich elit, że trudno nawet o tym dyskutować.

Pragnę zauważyć, że Rosjanie mają świetne służby specjalne, w które inwestują ogromne pieniądze i które się cieszą w Rosji ogromnym szacunkiem.

Tak, oczywiście mają tak znakomite służby specjalne. Obszar Ukrainy, który podlegał pod FSB, nie pod GRU, czyli nie pod wywiad wojskowy, bo traktowano go jako bliską zagranicę, okazał się za trudny dla rozpoznania. Szczytem kompromitacji były próby zdobywania Charkowa, położonego przecież blisko granicy. Tezy o nieprzygotowaniu armii do agresji bez problemu można odnaleźć nawet w wewnątrzrosyjskich dyskusjach. 150 tysięcy żołnierzy i rebeliantów z Donbasu mogło starczyć do zdobycia jednego, czy dwóch obwodów, ale nie tak gigantycznego kraju jak cała Ukraina. Rosyjskie służby to już nie ta liga, co amerykańskie, izraelskie, czy brytyjskie. To nie są czasy Związku Radzieckiego, który rzeczywiście mógł sobie na wiele pozwolić, dlatego że miał potężną broń w postaci ideologii. Wielu ludzi szło do nich na służbę, naiwnie wierząc, że w ten sposób służą pokojowi i idei socjalizmu. A cóż może zaproponować światu dzisiejsza Rosja? Złote klamki oligarchów? Rosja może czuć się bezpiecznie wyłącznie dzięki odziedziczonej po ZSRR potędze nuklearnej.

Uważa pan za słuszną decyzję premiera Tuska, aby powołać specjalną grupę, która zbada polski wątek w aferze Epsteina?

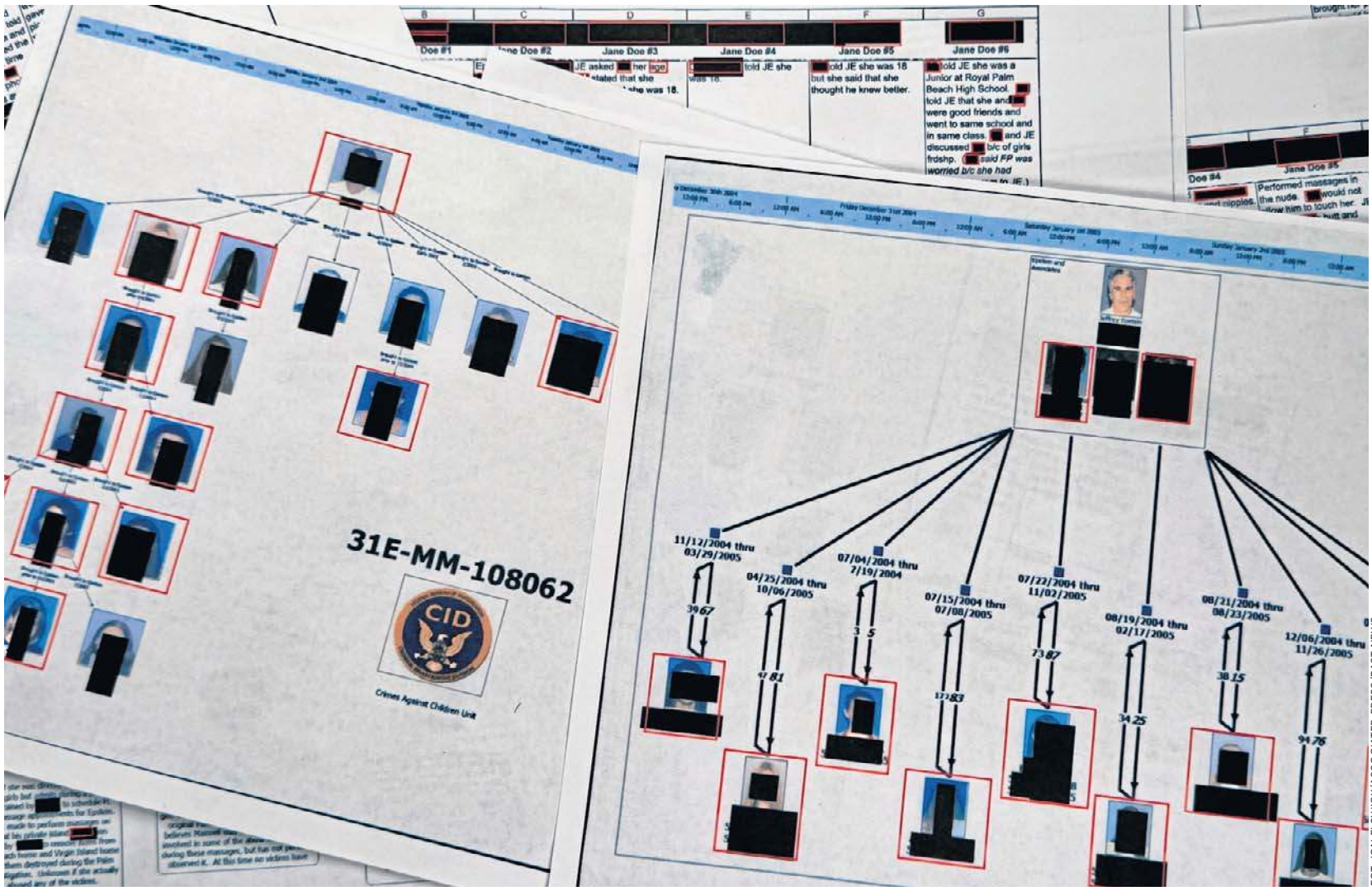
Jeśli będzie to próba wykrycia pedofilskich sieci powiązanych międzynarodowo, to decyzja jest w pełni uzasadniona, zresztą profilaktyka ma sens także w polityce i warto weryfikować i uprzedzać ewentualne kryzysowe zjawiska. Boję się natomiast, że będzie to kolejny doraźnie powołany organ szukający śladów rosyjskich wpływów, choć przecież zajmują się tym na co dzień stosowne służby państwowe.

Zostając na naszym rodzimym podwórku, na prawicy sporo się ostatnio dzieje, prawda? PiS traci w ostatnich sondażach, dzisiaj ma mniej zwolenników niż Konfederacja i Konfederacja Korony Polskiej.

Nie przesądzałbym o niczym, dlatego że i Konfederacja i Korona Brauna stały się w istotnym stopniu partiami protestu. Partie protestu są bardzo silnie determinowane przez bieżący kontekst. Kiedy znika katalizator protestu, wówczas następuje urealnienie poparcia. Jedną z istotnych kwestii kształtujących poparcie najpierw dla Konfederacji, a potem w sposób szczególny dla Brauna była kwestia ukraińska: i wojna, i migracja, i niebezpieczeństwo wciągnięcia Polski w wojnę, i różne lęki pokoleń młodszych i starszych przed masowym napływem osób z innego państwa. Kiedy ta wojna się skończy - raczej jesteśmy tego bliżej niż dalej - kiedy zniknie jeden z głównych czynników stymulujących dodatkowe poparcie nastąpi wielkie społeczne: „sprawdzam" dla obu Konfederacji. A PiS w dużym stopniu zapłacił cenę szczególnie wobec Brauna za kwestię ukraińską. Istotna część wyborców PiS-u dostrzegała realne zagrożenie swoich interesów ekonomicznych, na przykład w rolnictwie ukraińskim czy na rynku transportowym, w niektórych gałęziach przemysłu. Inni ze względu na politykę historyczną czy pamięć własnych rodzin, zwłaszcza w południowo-wschodniej Polsce. Więc nie dziwi, że PiS mimo zwycięstwa Karola Nawrockiego nie awansuje w sondażach, bo zwycięstwo Karola Nawrockiego, choć niewątpliwie było wielkim sukcesem sztabu PiS-u, ale ta partia nie rozwiązała żadnego ze swoich strategicznych problemów. Na przykład zaawansowania wiekowego elektoratu, utraty kontaktu z istotną częścią Polaków w młodym i średnim wieku, pozostając atrakcyjnym głównie dla swoich tradycyjnych wyborców: wiejskich, małomiasteczkowych, sześćdziesiąt plus. I rzeczywiście sytuacja na prawicy może rodzić skojarzenia z latami 90. Kierownictwo PiS-u najpierw dążyło do tego, żeby utrzymać własną kontrolę nad partią, a teraz zapewne jest na etapie poszukiwania jakiegoś antidotum na prawicowych rywali. W przypadku Konfederacji zapewne będzie to dążenie do wzmacniania podziałów wewnętrznych tej formacji znając jej różnorodność i odmienność interesów poszczególnych środowisk, a wobec Brauna będzie to próba nagłośnienia w opinii publicznej różnych dziwacznych treści i osób, które towarzyszą byłemu politykowi Konfederacji.

Ale w PiS-ie też nie widać jedności, coraz więcej mówi się o walkach poszczególnych frakcji. Zresztą ta walka odbywa się już publicznie. Tam też mocno się kotłuje i mocno zgrzyta.

eprasa.pl ce9a89353b



FOT. JON ELSWICK/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Prof. Rafał Chwedoruk: Specyficzny sposób uprawiania polityki przez Trumpa spowodował, że w Stanach Zjednoczonych istnieją liczni wyborcy niereformowalni, to znaczy tacy, którzy do końca będą się orientować na danego polityka i nic ich nie odstraszy

Prawo i Sprawiedliwość przegrało wybory w 2023 roku w sposób bardzo jednoznaczny. Po takiej porażce wyzwoliło to obawy o przyszłość tej formacji. To z kolei za każdym razem, w każdej formacji skutkuje podziałami wewnętrznymi, co było świetnie widać w wypowiedziach na przykład Mateusza Morawieckiego po wyborach, czy tym, co działo się w sejmiku podlaskim czy małopolskim. Jarosław Kaczyński znalazł na to antidotum, jakim była radykalizacja partii, wikłanie jej w różne konflikty, o których wiadomo było, że PiS je przegra, ale to wymuszało jedność partii. Natomiast ceną, jaką musiał za to zapłacić, była hermetyzacja PiS-u, radykalizacja ideowa. Trudno jest wyjść z tego zamkniętego kręgu, w jakim znalazł się PiS. Natomiast wygląda na to, że po zwycięstwie Karola Nawrockiego Jarosław Kaczyński w jakimś sensie opanował sytuację. To znaczy może sobie pozwolić na to, żeby frakcje gdzieś tam w tle ze sobą walczyły, ale w PiS-ie będzie po staremu, przynajmniej do kolejnych wyborów.

Ta walka z Konfederacjami o wyborców może jednak skutkować tym, że jej liderzy nie będą chcieli po wyborach wchodzić w koalicję z PiS-em. Czy nie ma takiego niebezpieczeństwa?

Wyzwaniem dla Konfederacji będzie to, czy opłaca się wchodzić do rządu z potężnym wciąż PiS-em i współpracować z czołowymi postaciami partii Jarosława Kaczyńskiego w kontrze do których partia Mentzena socjalizowała przez długi czas własnych wyborców, zarzucając rządowi Morawieckiego m.in. etatyzm. Jednakże perspektywa sprawowania władzy przez kogokolwiek w polityce najczęściej powoduje pozornie niemożliwe koalicje możliwymi.

Myśli pan, że nie będzie żadnego ocieplenia na linii Karol Nawrocki-rząd? Mówiło się, że może po tym spotkaniu Tuska z Nawrockim relacje obu panów się poprawią, bo prezydentowi Nawrockiemu taka walka z rządem niespecjalnie służy.

Karol Nawrocki zawdzięcza swój wybór Prawu i Sprawiedliwości. Wszelkie złudzenia przeciwników PiS-u, że dojdzie do wybicia się na niepodległość Karola Nawrockiego są oparte na bardzo słabych przesłankach. Każdy, kto liczy na prezydenturę, wie, że bez wsparcia potężnego aparatu partyjnego jest ona w Polsce niemożliwa. I stąd to, czy dojdzie do ocieplenia, czy do dalszego oziębienia relacji z rządem, będzie funkcją pragmatyki politycznej. Oczywiście będą takie obszary, w tym na przykład niektóre aspekty obronności państwa, w których oba ośrodki, znając nastroje opinii publicznej w tej materii, będą dążyły do współpracy. Natomiast o żadnym strategicznym porozumieniu, ociepleniu relacji mówić nie można, tak jak i o tym, że dojdzie do jakiejś nowej formy konfliktu politycznego. Nie, będziemy w czasie tej kohabitacji oglądali ciągłe przeciąganie liny.

A co dalej z Polską 2050?

Tak wygląda koniec. Jedyne, nad czym możemy się zastanawiać, to to, czy ta formacja jako całość zasili listy Koalicji Obywatelskiej, czy też jednak wznowią się tam podziały wewnętrzne i na listy KO, być może niektórych innych partii będą trafiać osoby z poszczególnych środowisk Polski 2050. Ta partia nie wpisała się w żaden istotny konflikt dzielący polskie społeczeństwo. W wymiarze programowym ogólnie była w zasadzie kopią Platformy Obywatelskiej. Przy tym pozostawała niespójna, bo z jednej strony prezentowała treści bardzo liberalne ekonomicznie, z drugiej czasami prospołeczne. Z jednej strony twarzą partii był Szymon Hołownia z jego silnym katolicyzmem i brakiem jednoznacznych odpowiedzi na pytania związane z konfliktami kulturowymi, z drugiej zaś strony funkcjonowały tam polityczki o bardzo liberalnych przekonaniach w tej materii. Wreszcie było to ugrupowanie zbudowane na tle popkulturowym, skupione wokół lidera, który przedstawiał się jako ktoś spoza świata polityki. Wszystkie tego typu ugrupowania, jak ruch Kukiza, jak partia Ryszarda Petru, który znalazł się w końcu w Polsce 2050, czy wcześniej Janusza Palikota kończyły w podobny sposób. W przypadku ruchu Szymona Hołowni różne ukłony w stronę konserwatywnych wyborców, nadziei na to, że uda ich się do siebie przyciągnąć, rozczarowały liczne grono dawnych zwolenników Platformy, którzy głosowali na Polskę 2050, a potem już było za późno. Ta partia przespała swoje pięć minut, tak jak niegdyś Nowoczesna Ryszarda Petru. Ona, kiedy miała bardzo wysokie sondaże, powinna dążyć do jakiejś formy stworzenia wspólnej formacji z Platformą Obywatelską, tak jak niegdyś wyczuł to Robert Biedroń ze swoją partią o wielkim potencjale i możliwościach organizacyjnych i doprowadził do fuzji z potężnymi strukturami SLD. Dzięki temu przynajmniej część Wiosny przetrwała w polityce.

Te zawirowania, które towarzyszą Polsce 2050 mogą zagrozić koalicji rządowej?

Nie, bo ci politycy i polityczki, którzy zaczęliby się wahać i sabotować większość koalicyjną, mogliby utorować drogę do przedterminowych wyborów, a oni byliby pierwszą ofiarą takich wyborów. Prawica nie dałaby im przecież biorących miejsc na listach, zresztą wyborcy prawicowi raczej nie oddaliby na nich głosów, po tej stronie byliby spaleni. Raczej spodziewam się akcji małego sabotażu, czyli takich, które nie wywrócą koalicji, a które będą usiłowały wymuszać na KO i Nowej Lewicy jakieś korzystne dla Polski 2050 rozstrzygnięcia. I nic poza tym. W Polsce tak naprawdę mało kto z posłów i posłanek w poszczególnych parlamentach ma ochotę na wcześniejsze wybory, bo dla większości te wybory kończą się traumą. Dwa precedensy, jakie zdarzyły się w polskiej demokracji po 1989 roku, przyniosły autorom przedterminowych wyborów polityczne katastrofy. Więc nie sądzę, żeby w tym wypadku do czegoś takiego doszło.

Jakie będą najważniejsze tematy debaty publicznej przez najbliższe półtora roku? Bo tyle mamy, bo tyle nam zostało do wyborów parlamentarnych.

Oczywiście kwestie poziomu życia codziennego - to będzie dyskusja, której rząd nie uniknie, a opozycja nie będzie chciała unikać. Druga rzecz, to napięcia europejsko-amerykańskie. Nasz okcydentalizm pęka. Żyliśmy w świecie pełnym iluzji stworzonym w latach 80. przez pokolenie inteligencji i opozycji antysystemowej. Wtedy wszystko było proste: był Reagan, była Komunistyczna Partia Związku Radzieckiego, świat się dzielił na Zachód i nie-Zachód. W tej chwili świat jest dużo bardziej skomplikowany, złożony, płynny. Różnice interesów ekonomicznych i politycznych między Europą a Stanami są oczywiste. Jesteśmy drenowani przez Stany Zjednoczone nie tylko cłami, ale też na przykład narastającym amerykańskim monopolem naftowo-gazowym wobec Europy. Mało kto też pamięta amerykańskie uderzenia ładnych kilka lat temu w europejskie koncerny motoryzacyjne. Polska będzie jednym z pól bitew w tej materii. Polskie społeczeństwo będzie się dzielić w stosunku do USA, zwłaszcza gdyby następcą Trumpa został ktoś przez Trumpa wskazany, gdyby rządy Republikanów w Stanach trwały, co będzie umacniało obecne osie podziałów. I trzecia najważniejsza rzecz to pytanie, czy będzie się utrzymywał dyskurs migracyjny i dyskurs ukraiński w polskiej świadomości zbiorowej, bo obecność obu z nich może odgrywać pewną rolę. Jeśli one będą się utrzymywać, to już w troszkę innej postaci niż do tej pory

Dzisiaj, kto ma większe szanse na wygranie wyborów parlamentarnych: prawica czy obecny obóz rządzący?

Powiedziałbym, że w takim momencie szanse są pół na pół. Sondażową przewagę ma prawica, ale podstawy tej przewagi są bardzo kruche, dużo bardziej kruche niż podstawy popularności drugiej strony. Dlatego że szczególnie na Konfederację Mentzena głosowało bardzo wielu młodych wyborców socjalizujących się dopiero politycznie. Strategia zarysowana przez Tuska po przegranych wyborach prezydenckich zdaje się zasadzać na tym, że te 10 milionów, które zagłosowało na Trzaskowskiego, to w większości wyborcy z tych grup społecznych, które zawsze stawiają się przy urnach. Natomiast drugi raz taka społeczna koalicja, która poparła Nawrockiego w II turze wyborów prezydenckich nie pojawi się, a już na pewno nie pojawi się w wyborach parlamentarnych, które rządzą się zupełnie inną logiką. Ci wyborcy rozejdą się po innych partiach, część w ogóle się nie stawi przy urnach. I myślę, że w takim kontekście będzie przygotowywana strategia głównych formacji koalicji rządzącej. Ta z całą pewnością będzie liczyła na to, o czym tu rozmawialiśmy, na różne zawirowania na prawicy.

eprasa.pl ce9a89353b

strona ZDROWIA
stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Ten rak rozwija się latami

Rak jelita grubego to jeden z trzech najczęściej diagnozowanych nowotworów złośliwych na świecie. Ryzyko zachorowania rośnie wraz z wiekiem, a statystycznie dotyczy głównie osób po 65. roku życia. Mężczyźni chorują niemal dwukrotnie częściej niż kobiety. Mimo postępów medycyny liczba nowych przypadków wciąż rośnie, co sprawia, że choroba pozostaje poważnym wyzwaniem zdrowotnym.

ZA TYDZIEŃ:

- Jak „słodka" jest twoja miłość? Naukowcy zbadali wpływ małżeństwa na ryzyko rozwoju cukrzycy
- Wpuszczasz psa lub kota do łóżka? Zobacz, czym to grozi

FOT. PEXELS

Najzdrowsza pizza. Możesz ją jeść, kiedy chcesz. Zobacz, ile ma kalorii

Redakcja Strona Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Polacy kochają pizzę tak jak rodzime potrawy. Pyszny placek drożdżowy to danie włoskie, które może być wartościowym posiłkiem diety śródziemnomorskiej.

FOT. MARIA KORNEEVA/GETTY IMAGES

Najzdrowsza pizza to taka, która ma jak najcieńsze ciasto z dobrej jakości mąki i jak najwięcej lekkich dodatków warzywnych, w tym sosu pomidorowego

Pizza powstała najprawdopodobniej 600 lat p.n.e. we włoskim mieście Neapol. Potrzeba przygotowania szybkiego i taniego dania, które pozwoliłoby wyżywić głodnych ludzi sprawiała, że lokalni kucharze stworzyli cienki pszenny placek z różnymi dodatkami. Obecnie pizzę przygotowuje się z najróżniejszymi dodatkami, takimi jak warzywa, mięso, ryby i owoce morza, sery, a nawet słodkie owoce. Jednak do najpopularniejszych rodzajów tego dania zaliczyć można:

- neapolitańska (pizza napoletana, margherita) – oryginalna włoska pizza powinna być wytwarzana z pomidorów San Marzano, rosnących na wulkanicznej glebie oraz mozzarelli z mleka bawolic,
- sycylijska – zazwyczaj prostokątna, zawiera niewiele dodatków, a ser układany jest zawsze pod sosem pomidorowym,
- capricciosa – głównymi składnikami są mozzarella, pieczona szynka, pieczarki oraz karczochy,
- frutti di mare – jej nazwa pochodzi od dodatków, którymi są owoce morze, takie jak krewetki, kalmary i małże.

Jaka pizza jest najzdrowsza? Ile ma kalorii?

Najzdrowsza pizza to taka, która ma jak najcieńsze ciasto z dobrej jakości mąki (najlepiej przygotowana z dodatkiem zakwasu) i jak najwięcej lekkich dodatków warzywnych, w tym sosu pomidorowego.

Kaloryczność pizzy zależeć będzie przede wszystkim od użytych składników. Według włoskich źródeł pizza margherita w kawałku o wadze 100 g ma ok. 280 kcal, a capricciosa – 410 kcal. Wybierając dodatki do pizzy, warto zwrócić uwagę na ich kaloryczność i używać zamienników, które mogą znacznie zmniejszyć całkowitą energetyczność dania.

Tradycyjne składniki pizzy oraz ich mniej kaloryczne zamienniki, które warto wybrać to zamiast salami – szynka z piersi kurczaka, zamiast boczku – chuda polędwica, zamiast sera żółtego – odtłuszczona mozzarella w kulce.

Jak zrobić pizzę w lżejszej wersji?

Wystarczy kilka składników, aby cieszyć się unoszącym się aromatem przepysznej pizzy. Podany przepis wystarczy do przygotowania 2 sztuk pizzy o średnicy ok. 25 cm.

Przepis na ciasto na pizzę z mąką razową. Składniki:

- 175 g mąki pszennej,
- 75 g mąki pełnoziarnistej,
- 1/2 łyżeczki soli,
- 160 ml ciepłej wody,
- 20 g świeżych drożdży,
- 5 g cukru,
- 10 g oliwy extra vergine.

Przygotowanie:

- Do miski wlać wodę, dodać cukier, oliwę i drożdże, a następnie wymieszać i odstawić na 10 minut.
- Dodać mąkę, wymieszać dokładnie i wyrabiać ciasto przez 10-15 minut.
- Odstawić na 60 min do wyrośnięcia.
- Ciasto podzielić na 2 części i przykryć ściereczką na 20 minut.
- Piekarnik rozgrzać do 250 stopni z termoobiegiem, a blachę natłuścić olejem.

Według włoskich źródeł, pizza margherita w kawałku o wadze 100 gramów ma około 280 kcal, a capricciosa – 410 kcal

- Ciasto rozgnieść palcami na kształt okręgu i ułożyć na blaszce.
- Posmarować ciasto sosem pomidorowym, ułożyć składniki i wstawić do piekarnika.
- Piec pizzę 10-12 minut.

Fakty na temat pizzy

Stugramowy kawałek pizzy na cienkim cieście ma około 266 kcal. Jeśli zamiast mącznego spodu dodamy do naszego ciasta zwykły kalafior, możemy nie tylko znacznie zredukować jej kaloryczność, ale także sprawić, że potrawa ta będzie zdecydowanie mniej ciężkostrawna.

Klasyczna wersja pizzy ma około 10 g białka, nieco ponad 11 g tłuszczu, ponad 26 g węglowodanów, niecałe 2 g błonnika, a także sporo minerałów (m.in. wapń, żelazo, magnez, fosfor, sód, potas, cynk, miedź, mangan i selen) oraz witaminy: A, C, B6, B12, B1, B2, a także kwas foliowy. Około 40 g pizzy stanowi zaś woda.

Wystarczy nieco zmodyfikować ciasto, które posłuży nam za spód do pizzy, by wyczarować pożywne i bardzo smaczne danie, które nasyci nawet najbardziej wykwintnego smakosza. W jaki sposób zrobić lżejszą wersję? Wystarczy jak najcieniej rozwałkować placek, dodać jak najwięcej sosu pomidorowego bez cukru oraz warzyw, a ser ograniczyć lub ominąć całkiem, a oprócz tego dodać tylko przyprawy i oliwę.

Naukowcy z Instytutu Badań Farmaceutycznych w Mediolanie po przeprowadzeniu badań na ponad 8 tys. wielbicieli pizzy udowodnili, że osoby, które jedzą tę potrawę przynajmniej 2 razy w tygodniu, są wyraźnie mniej narażone na rozwój chorób nowotworowych.

Dzięki regularnemu spożywaniu klasycznej, włoskiej pizzy można aż o 59 proc. ograniczyć ryzyko zachorowania na nowotwór jamy ustnej. Wielbiciele pizzy są też o 25 proc. mniej narażeni na raka jelita grubego.

Według badaczy to zasługa wysokiej jakości składników, z których przygotowywana jest tradycyjna włoska pizza (zwłaszcza działającego przeciwnowotworowo likopenu wchodzącego w skład sosu pomidorowego). Badacze z Uniwersytetu Illinois w Chicago uważają natomiast, że amerykańska wersja tej włoskiej przekąski, z dużą ilością sera, na bardzo grubym cieście i z wysokokalorycznymi dodatkami, przyczynia się do epidemii otyłości w Stanach Zjednoczonych, zwłaszcza wśród młodzieży. Tylko w USA co sekundę zjada się aż... 350 kawałków pizzy!

eprasa.pl ce9a89353b

Ten rak rozwija się latami. Onkolog wskazuje, które badania mogą uratować życie

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

Rak jelita grubego to jeden z trzech najczęściej diagnozowanych nowotworów złośliwych. Ryzyko zachorowania rośnie wraz z wiekiem, a statystycznie dotyczy głównie osób po 65. roku życia.

FOT. GETTY IMAGES

Czasami pierwszym objawem nowotworu jest ostra niedrożność przewodu pokarmowego

Mężczyźni chorują niemal dwukrotnie częściej niż kobiety. Mimo postępów medycyny, liczba nowych przypadków wciąż rośnie, co sprawia, że choroba pozostaje poważnym wyzwaniem zdrowotnym.

Choć w statystykach rak jelita grubego bywa ujmowany jako jedna jednostka chorobowa, w praktyce obejmuje nowotwory okrężnicy oraz odbytnicy. Różnice te mają znaczenie głównie terapeutyczne. Kluczową sprawą dla pacjenta jest fakt, że nowotwór może długo rozwijać się bez widocznych symptomów.

Przez długi czas rak jelita grubego może nie manifestować się wcale

Jedną z charakterystycznych cech raka jelita grubego jest jego długi, wieloletni przebieg.

– Od momentu pojawienia się polipa do transformacji nowotworowej mija zazwyczaj co najmniej pięć do siedmiu lat. To ogromna szansa na wykrycie zmian na etapie, gdy są jeszcze całkowicie wyleczalne – podkreśla dr n. med. Maciej Kowalewski, chirurg ogólny i onkologiczny z Centrum Medycznego SafiMed z Zabierzowa.

Problem w tym, że choroba przez wiele lat może przebiegać bezobjawowo. W przypadku nowotworów okrężnicy symptomy są często subtelne i łatwe do przeoczenia. Mogą pojawiać się wzdęcia, uczucie dyskomfortu w jamie brzusznej, drobne bóle czy poczucie pełności. Czasem pierwszym sygnałem nie są jednak dolegliwości jelitowe, lecz przypadkowo wykryta anemia w badaniach laboratoryjnych.

Objawy łatwe do zbagatelizowania

Inny przebieg ma rak odbytnicy, który ze względu na swoje umiejscowienie częściej daje objawy miejscowe.

Pacjenci mogą odczuwać ciągłe parcie na stolec, mimo że jelito zostało już opróżnione, wrażenie niepełnego wypróżnienia lub wyraźną zmianę w dotychczasowym rytmie wypróżnień.

Charakterystycznym, choć nie zawsze występującym objawem jest też zwężenie stolca, potocznie nazywane „stolcem ołówkowatym". Często pojawia się też krwawienie z dolnego odcinka przewodu pokarmowego, które bywa mylnie przypisywane hemoroidom.

– To bardzo ryzykowne uproszczenie. Każde krwawienie, stwierdzona niedokrwistość czy dodatni wynik testu na krew utajoną w stolcu powinny być wskazaniem do wykonania kolonoskopii, nawet jeśli podejrzewamy jedynie chorobę hemoroidalną – zaznacza specjalista.

W późniejszych stadiach choroby mogą występować naprzemienne zaparcia i biegunki, spowodowane stopniowym zwężaniem jelita przez guz i utrudnionym pasażem treści pokarmowej. Czasami pierwszym objawem nowotworu jest ostra niedrożność przewodu pokarmowego, wymagająca pilnej interwencji chirurgicznej.

Kto znajduje się w grupie największego ryzyka?

Na rozwój raka jelita grubego wpływa wiele czynników. Niektóre z nich, takie jak wiek czy występowanie choroby w rodzinie, pozostają poza kontrolą pacjenta. Istnieją również rzadkie zespoły genetyczne, które znacząco zwiększają ryzyko zachorowania, choć odpowiadają tylko za niewielką część przypadków. U większości chorych nowotwór rozwija się w wyniku mutacji nabywanych stopniowo przez wiele lat.

Ogromne znaczenie ma również styl życia. Do najważniejszych czynników ryzyka należą dieta bogata w czerwone i przetworzone mięso, szczególnie przygotowywane w wysokiej temperaturze, nadwaga i otyłość, brak regularnej aktywności fizycznej, palenie tytoniu oraz nadmierne spożycie alkoholu.

Z kolei dieta obfitująca w błonnik, warzywa, owoce i produkty pełnoziarniste sprzyja prawidłowej pracy jelit.

– Nabłonek jelita grubego intensywnie się odnawia, a dieta bogatoresztkowa wspiera ten proces, w prosty sposób redukując ryzyko rozwoju nowotworu – wyjaśnia chirurg.

Najskuteczniejszym sposobem wykrywania raka jelita grubego pozostaje kolonoskopia, uważana za złoty standard diagnostyki. Pozwala ona dokładnie obejrzeć całą błonę śluzową jelita grubego, a w razie potrzeby usunąć polipy lub pobrać wycinki do badania histopatologicznego. U osób bez obciążeń rodzinnych pierwszą kolonoskopię zaleca się po 50. roku życia, a przy prawidłowym wyniku powtarza co 10 lat. W przypadku dodatniego wywiadu rodzinnego diagnostykę warto rozpocząć wcześniej, zwykle po 40. roku życia.

Badania mogą uzupełniać testy na krew utajoną w stolcu oraz proste badanie palcem przez odbyt.

– Duża część guzów odbytnicy znajduje się w zasięgu palca badającego. To badanie bywa niedoceniane, a może mieć kluczowe znaczenie dla wczesnego rozpoznania – przypomina dr Maciej Kowalewski.

Rak jelita grubego to nowotwór, w którym profilaktyka i wczesna diagnostyka mają bezpośredni wpływ na długość i jakość życia. Kluczowe jest jednak zachowanie czujności i reagowanie nawet na z pozoru mało istotne objawy.

– Najpoważniejszym błędem jest odkładanie badań i próby leczenia się na własną rękę. W tej chorobie czas naprawdę może działać na korzyść pacjenta, jeśli zostanie właściwie wykorzystany – podsumowuje specjalista z Centrum Medycznego SafiMed.

WARTO WIEDZIEĆ

Krew utajona w kale
Krew utajona w kale (fecal occult blood test, FOBT) to badanie, którego nie wykonuje się rutynowo w ramach profilaktycznej diagnostyki. Jest jednym z badań niezbędnych w diagnostyce raka jelita grubego. Krew w kale oznacza krwawienie z przewodu pokarmowego. Test jest prosty i szybki, można go wykonać w laboratorium lub samodzielnie, za pomocą zestawu z apteki. Wynik dodatni należy skonsultować z lekarzem, który stwierdzi, co oznacza krew utajona w kale i jakie kroki podjąć.

Prywatna opieka zdrowotna przejmuje polski rynek

Barbara Wesoła
barbara.wesola@polskapress.pl

Prywatna opieka medyczna w Polsce od lat dynamicznie się rozwija, wypełniając lukę pozostawioną przez przeciążony system publiczny.

Rynek prywatnych sieci medycznych w Polsce jest rozdrobniony, ale zdominowany przez kilku dużych operatorów, działających głównie w dużych i średnich miastach. Liderem pozostaje Grupa LUX MED, która w 2025 roku dysponowała około 290 własnymi placówkami medycznymi – przychodniami, punktami diagnostycznymi i szpitalami – oraz rozbudowaną siecią partnerów. Z jej usług korzystają miliony pacjentów w całym kraju.

Drugim istotnym graczem jest Medicover, posiadający własne centra medyczne i szpitale, a także sieć placówek partnerskich. Na rynku obecny jest również Enel-Med, skoncentrowany głównie na dużych aglomeracjach, oraz PZU Zdrowie, które w 2025 roku miało około 130 własnych placówek i współpracowało z ponad 2400 partnerami. Obok nich funkcjonują m.in. Polmed, Scanmed czy CMD, choć ich skala jest wyraźnie mniejsza.

Prywatna opieka medyczna w formie abonamentów to dziś jeden z najpopularniejszych benefitów pracowniczych w Polsce. Według danych branżowych pakiety medyczne oferuje 60–70 proc. firm zatrudniających powyżej 50 pracowników, a w dużych korporacjach – nawet do 90 proc. Jest to najczęściej wybierany benefit pozapłacowy, wyprzedzający m.in. karty sportowe.

Z abonamentów korzystało w ostatnich latach kilka milionów osób, głównie za pośrednictwem pracodawców. Pakiety firmowe są zazwyczaj tańsze i szersze niż indywidualne – dzięki rabatom hurtowym i negocjacjom obejmującym większą liczbę pracowników. Różnice cenowe sięgają często 20-40 proc., a zakres świadczeń bywa bardziej rozbudowany niż w ofertach dla klientów indywidualnych.

Oferta prywatnych sieci medycznych znacząco ewoluowała od prostych pakietów podstawowej opieki na początku lat 2000. do rozbudowanych abonamentów obejmujących diagnostykę, specjalistów, zabiegi i hospitalizację w 2026 roku. Wzrost cen w ostatnich latach był napędzany przede wszystkim inflacją oraz rosnącymi kosztami personelu medycznego.

W 2025 roku opłaty za pakiety medyczne w największych sieciach wzrosły średnio o 8-12 proc., przy czym podwyżki dotyczyły zarówno klientów indywidualnych, jak i ofert firmowych.

W przypadku LUX MED pakiety indywidualne zaczynają się od około 99 zł miesięcznie za wariant podstawowy. Najbardziej rozbudowane pakiety premium wynoszą 899 zł miesięcznie. Abonamenty dla firm są wyceniane indywidualnie i zależą od wielkości przedsiębiorstwa, liczby pracowników oraz zakresu usług.

W Medicoverze jeszcze rok temu ceny pakietów indywidualnych mieściły się w przedziale około 100-160 zł miesięcznie, a w 2026 roku wzrosły do poziomu około 110-180 zł, wraz z rozszerzeniem oferty m.in. o telemedycynę i dodatkowe profile opieki.

Enel-Med oferuje dziś pakiety indywidualne od 83 zł miesięcznie. Ten najtańszy wariant obejmuje m.in. 7 konsultacji specjalistycznych, 18 badań diagnostyki laboratoryjnej oraz 16 zabiegów medycznych. W PZU Zdrowie najniższy pakiet indywidualny kosztuje 88 zł miesięcznie za osobę.

Rozwój prywatnych sieci medycznych jest w dużej mierze odpowiedzią na ograniczoną dostępność świadczeń w systemie publicznym. Dane dotyczące kolejek do specjalistów pokazują, że czas oczekiwania na wizytę w ramach NFZ sięga często kilku miesięcy, a w niektórych specjalizacjach – nawet roku.

Najczęściej prywatnie wybierane są m.in. stomatologia, endokrynologia, ginekologia, okulistyka, psychiatria oraz diagnostyka obrazowa, taka jak rezonans magnetyczny czy tomografia komputerowa.

Dla wielu pacjentów prywatny abonament stał się nie dodatkiem, lecz realną alternatywą dla publicznej opieki zdrowotnej.

Rosnące ceny pokazują jednak, że prywatna medycyna – choć coraz bardziej dostępna – przestaje być rozwiązaniem dostępnym dla każdego. Ceny usług, tak jak w innych sektorach, idą w górę znacznie szybciej niż wynagrodzenia. Wszystko wskazuje jednak na to, że sektor prywatnej ochrony zdrowia nadal będzie się rozwijał, przejmując kolejne obszary opieki, z którymi system publiczny nie jest w stanie sobie poradzić.

Krótsze kolejki, szybszy dostęp do specjalistów i coraz szersza oferta sprawiają, że abonamenty medyczne stały się codziennością

eprasa.pl ce9a89353b

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 9.02.2026

Rzadka choroba atakuje zwłaszcza zimą. Nie do wiary, co wywołuje reakcję alergiczną

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Nie cierpisz, gdy z zimna drętwieją ci ręce i wargi? Niektórzy mają o wiele gorzej. Osoby cierpiące na uczulenie na zimno mogą doznać obrzęków i wstrząsu anafilaktycznego!

Jak działa ta rzadka choroba, jakie daje objawy, jak ją leczyć? Według prognoz długoterminowych, mrozy będą nam jeszcze towarzyszyć przynajmniej do końca pierwszej dekady lutego 2026. Dzieciaki mają może frajdę na śniegu, ale wiele osób wprost nie znosi zimy i zimna. Niektóre mają wręcz na zimno reakcję alergiczną ... dosłownie!

Przed tym uczuleniem najtrudniej uciec zimą

Pokrzywka z zimna to rzadka choroba, która działa jak uczulenie, tylko że wyzwalaczem jest chłód. Kiedy skóra wejdzie w kontakt z zimnym powietrzem, chłodną wodą, schłodzonym napojem czy po prostu dotknie jakiegoś zimnego przedmiotu, jak np. drzwi lodówki, pojawia się na niej zaczerwienienie i swędzące bąble.

W ostrych przypadkach może dojść do obrzęku części ciała, mającej kontakt z zimnem - dłoni, warg, czy języka (grozi uduszenie!).

Czasem reakcji alergicznej na zimno towarzyszy gorączka i ból stawów. W skrajnych przypadkach może dojść do szoku anafilaktycznego, spadku ciśnienia i omdlenia. W łagodniejszych symptomy uczulenia na zimno powinny ustąpić po mniej więcej 2 godzinach.

Skąd się bierze uczulenie na zimno i jak je wyleczyć?

Mechanizm powstawania pokrzywki z zimna nie jest dokładnie znany, ale lekarze podejrzewają, że przyczyną jest uwalnianie histaminy.

Nie ma skutecznego lekarstwa, ale pacjentom podaje się leki przeciwhistaminowe, czasem też antyleukotrienowe. Pewne efekty daje fotochemioterapia, ale najczęściej zaleca się po prostu unikanie wyzwalaczy.

Łatwo powiedzieć! Dla osób cierpiących na pokrzywkę z zimna wyzwalaczem może być chłodny powiew lub łyk schłodzonej wody w upalny dzień. Takie osoby muszą bardzo uważać w czasie spacerów, nie mogą kąpać się w większości jezior, rzek, mórz czy nawet basenów. Zimą często bywają hospitalizowane.

Uważa się, że pokrzywka z zimna występuje najczęściej u dzieci i ustępuje samoczynnie po kilku latach, z reguły krótko po osiągnięciu przez pacjenta 10. roku życia. Zdarza się jednak, że uczulenie na zimno ma podłoże genetyczne - wtedy może utrzymywać się przez dekady, a nawet całe życie.

A czy ty masz uczulenie na zimno? Można to prosto sprawdzić. Przyłóż do skóry kostkę lodu, przytrzymaj przez kilka minut. Jeśli pojawi się pokrzywka, wynik testu jest niestety pozytywny.

Silna reakcja już przy 12 stopniach Celsjusza

Ostatnio o uczuleniu na zimno zrobiło się głośno z powodu reportażu telewizji BBC, w którym przedstawiono historię Amber, brytyjskiej 16-latki cierpiącej właśnie na pokrzywkę z zimna.

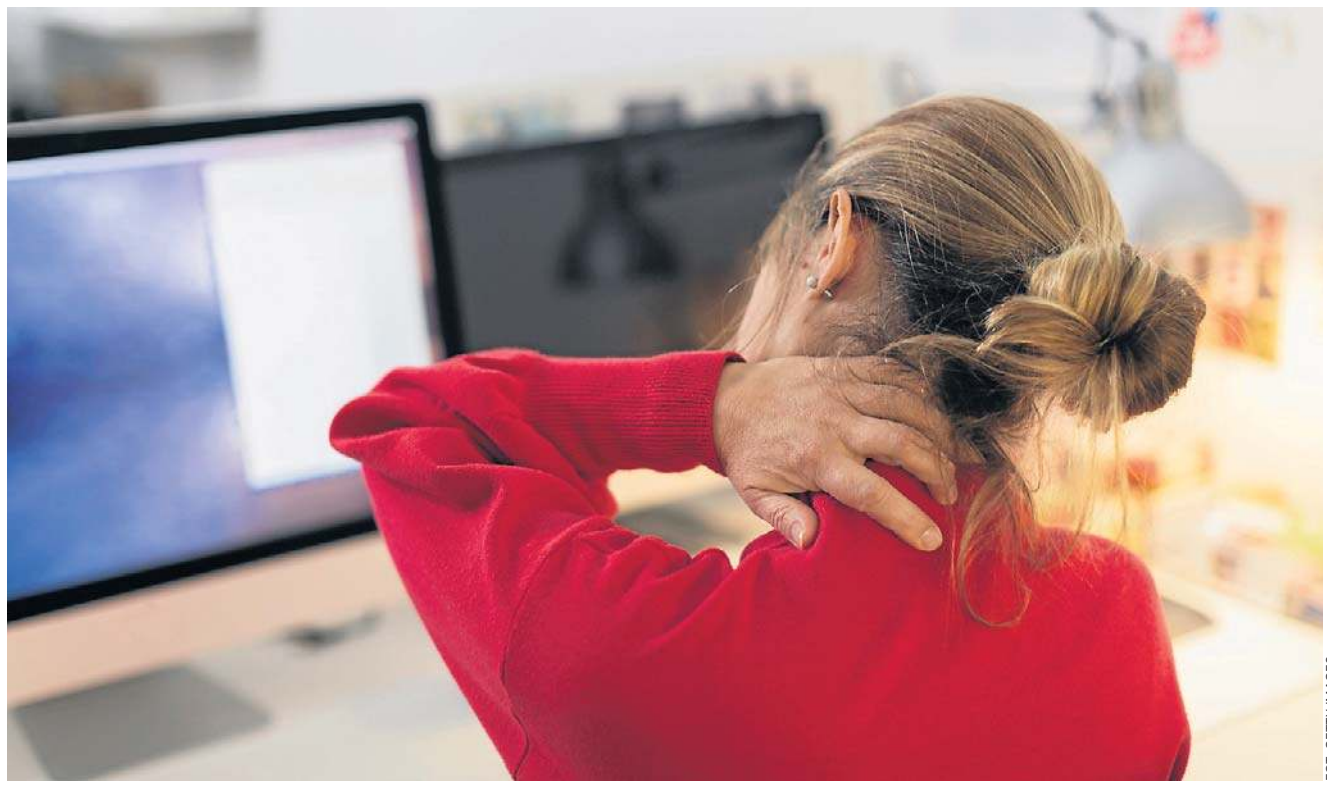
Uczulenie wykształciło się u niej późno i jak na razie nie zanika. Zdiagnozowano je w 2023 roku.

Nastolatka powiedziała dziennikarzom, że pokrzywka pojawia się u niej już przy temperaturze ok. 12 st. Celsjusza (na plusie, nie minusie!). Amber musi stale ubierać się na cebulkę i unika wychodzenia z domu, bo wstydzi się widocznej na skórze wysypki.

FOT. WISELY, GETTY IMAGES, FOT. ILUSTRACYJNA

Pokrzywka z zimna to rzadka choroba, która zmienia zimę w prawdziwy koszmar. Lekarze podejrzewają, że przyczyną jest uwalnianie histaminy

Co szyja mówi o twoim zdrowiu i dlaczego warto o nią lepiej zadbać



FOT. GETTY IMAGES

Coraz więcej osób cierpi na tzw. tech neck - schorzenie związane z długotrwałym korzystaniem z urządzeń cyfrowych. Dotyka dorosłych, młodzież, a nawet dzieci

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Jeśli czytasz ten artykuł na smartfonie, prawdopodobnie twoja szyja jest lekko pochylona do przodu. Nie jest to ani wada, ani rozproszenie uwagi: to po prostu sposób, w jaki dziś żyjemy.

Pracujemy na siedząco, komunikujemy się pochyleni nad ekranami, relaksujemy się w dokładnie takiej samej pozycji. Problem polega na tym, że ciało nie lubi siedzieć nieruchomo.

W ostatnich latach fizjoterapeuci i badacze coraz częściej zaczęli mówić o „tech neck", schorzeniu związanym z długotrwałym korzystaniem z urządzeń cyfrowych. Nie jest to moda językowa, ale rzeczywistość, która dotyka dorosłych, młodzież, a nawet dzieci. Potwierdzają to nie tylko codzienne doświadczenia, ale także najnowsze badania naukowe, które wykazują wyraźny związek między postawą, siedzącym trybem życia i bólem szyi.

Według Rocco Cavaleri, starszego wykładowcy fizjoterapii, nie chodzi o to, by siedzieć „prosto jak żołnierz", ale by przerywać statyczne pozycje. Siedzenie przez wiele godzin, nawet przy pozornie prawidłowej postawie, nadal powoduje napięcie. Wstawanie co około pół godziny, nawet na minutę, pozwala ciału się zreorganizować. W szczególności szyja korzysta z tych mikroruchów znacznie bardziej, niż można sobie wyobrazić.

Pogląd ten podziela również Julia Treleaven, która podkreśla, jak przydatne są częste drobne korekty. Nie ma potrzeby wywracać dnia do góry nogami ani zamieniać biura w prowizoryczną siłownię. Wystarczy pamiętać o wyciągnięciu szyi, lekkim rozchyleniu ramion, zmianie pozycji. To prosty sposób na powiedzenie ciału: „słucham cię".

Słuchanie sygnałów jest kluczowe. Poonam Mehta zachęca, by nie ignorować pojawienia się napięcia lub dyskomfortu, ponieważ często wtedy ciało prosi o przerwę. Kiedy nie można wstać, nawet zmiana aktywności może coś zmienić. Odwrócenie uwagi od ekranu, wykonanie telefonu, spojrzenie przez okno, powolne poruszanie głową to minimalne, ale skuteczne gesty. Jak przypomina Peter Stubbs, różnorodność ruchu jest często niedocenianą formą profilaktyki.

Badania naukowe również potwierdzają te wskazania. Badanie opublikowane w czasopiśmie Children przez MDPI przeanalizowało zjawisko „tech neck" u dzieci i młodzieży, wykazując, że regularne przerwy, dbałość o postawę i korzystanie z ergonomicznych podpórek są związane ze znacznym zmniejszeniem objawów szyi. Interesujące jest to, że nie mówimy tu o skomplikowanych rozwiązaniach, ale o codziennych nawykach. Ci, którzy zatrzymują się, zmieniają pozycję, zbliżają ekran do poziomu oczu, doświadczają mniejszego bólu i mniejszego wpływu na jakość życia. Przesłanie to dotyczy również dorosłych, zwłaszcza w czasach, gdy praca i rozrywka odbywają się za pośrednictwem tego samego urządzenia.

Wysokość ekranu jest kluczową kwestią. Zbliżenie telefonu lub komputera do oczu, zamiast pochylania szyi w dół, wyraźnie zmniejsza obciążenie szyi. Małe rzeczy, takie jak stojak na laptopa lub prosta winda, pomagają bardziej niż się wydaje. Nawet lekkie przesuwanie monitora w ciągu dnia zmusza szyję do obracania się w naturalny sposób, unikając fiksacji, która usztywnia mięśnie.

Kiedy pojawia się napięcie, ruch powinien być delikatny. Szarpanie szyją lub wymuszanie rozciągania może przynieść chwilową ulgę, ale nie rozwiązuje problemu. Fizjoterapeuci sugerują powolne, kontrolowane mobilizacje, które można również wykonywać w pozycji siedzącej. Szyja lubi płynne ruchy, a nie szarpnięcia. Podążanie za ruchem wraz z oddechem pomaga rozluźnić nie tylko mięśnie, ale także ten element stresu, który często gromadzi się tuż między ramionami i trapezami.

Spaceruj, rób krótkie spacery, chodź po schodach, ruszaj się nawet wtedy, gdy masz mało czasu. Regularna aktywność fizyczna sprawia, że szyja jest silniejsza i lepiej reaguje. Sen również się liczy: spanie z odpowiednim podparciem i w neutralnej pozycji zmniejsza nocne napięcie, które często nosimy ze sobą po przebudzeniu.

WARTO WIEDZIEĆ

Jak w prosty sposób pomóc swojej szyi?

W ostatecznym rozrachunku dbanie o szyję nie oznacza dodania kolejnego zobowiązania do niekończącej się listy rzeczy do zrobienia. Oznacza to powrót do zamieszkiwania ciała, pamiętając, że nie jesteśmy zaprojektowani do stania nieruchomo przed ekranem.

Ogromne znaczenie mają:

- „przerwy dla szyi"
- przybliżenie ekranu do poziomu oczu
- regularna aktywność fizyczna.

Szyja nie prosi o cuda, ale o uwagę. A kiedy zaczynamy mu ją poświęcać, często reaguje znacznie lepiej, niż się spodziewamy.

eprasa.pl ce9a89353b

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

DUSZNOŚĆ A PRZEZIĘBIENIE

Czy duszność zawsze jest objawem przeziębienia?

Zimą do gabinetów lekarskich zgłasza się więcej osób skarżących się na duszność, kaszel oraz uczucie ściskania w klatce piersiowej. Często dolegliwości te są przejściowe i ustępują po wyleczeniu infekcji lub wraz z poprawą warunków atmosferycznych. Dla większości pacjentów to jedynie krótkotrwały incydent, jednak u części z nich może on stanowić początek długiego i wymagającego procesu diagnostycznego, charakterystycznego dla chorób rzadkich. Utrzymywanie się duszności powinno być sygnałem do poszerzenia diagnostyki. Dotyczy to zarówno osób dorosłych, które wcześniej nie chorowały na schorzenia płuc, jak i pacjentów z rozpoznaną astmą, gdy przestaje ona w pełni wyjaśniać występujące objawy. Choć astma należy do najczęstszych przyczyn przewlekłych trudności w oddychaniu, nie każda duszność, również w okresie zimowym, jest z nią związana.

Co to jest EGPA ?

Jednym z przykładów chorób, które przez długi czas mogą manifestować się przede wszystkim objawami ze strony układu oddechowego, jest ziarniniakowatość eozynofilowa z zapaleniem naczyń (EGPA), znana także jako zespół Churga-Strauss.

– EGPA często zaczyna się od objawów, które nie są charakterystyczne: duszności, kaszlu czy przewlekłego zapalenia zatok. Same w sobie nie wskazują jeszcze na chorobę ogólnoustrojową. Kluczowe jest to, co dzieje się później – mówi dr n. med. Michał Konopelko, specjalista laryngolog i ekspert Fundacji Saventic, która bezpłatnie pomaga w diagnostyce chorób rzadkich. EGPA jest chorobą autoimmunologiczną zaliczaną do zapalnych schorzeń naczyń krwionośnych. W jej przebiegu dochodzi do nieprawidłowej reakcji układu odpornościowego oraz znacznego zwiększenia liczby eozynofilów, czyli jednego z typów leukocytów. W nadmiernej ilości komórki te przestają pełnić funkcję obronną i zaczynają powodować uszkodzenia własnych tkanek organizmu. Jednocześnie rozwija się stan zapalny małych i średnich naczyń, który może prowadzić do niedokrwienia oraz uszkodzenia różnych narządów. Choć początkowo choroba najczęściej dotyczy układu oddechowego, z czasem może obejmować również skórę, układ nerwowy, przewód pokarmowy, serce oraz nerki. Wielonarządowy przebieg EGPA jest jedną z głównych przyczyn trudności i opóźnień w postawieniu właściwej diagnozy.

Jakie mogą być przyczyny duszności?

Astma należy do częstych elementów obrazu klinicznego EGPA, jednak w tym przypadku często rozwija się dopiero w wieku dorosłym. Na początku może przebiegać stosunkowo łagodnie, lecz z czasem staje się coraz trudniejsza do kontrolowania i słabiej odpowiada na standardowe metody leczenia. Kluczowe znaczenie ma nie tyle samo rozpoznanie astmy, ile zmiana jej dotychczasowego przebiegu, nasilanie się objawów, częste epizody zaostrzeń czy brak oczekiwanej poprawy mimo stosowanej terapii. Takie sygnały mogą wskazywać, że przyczyny duszności są bardziej złożone niż początkowo zakładano.

Jak rozpoznać EGPA ?

Diagnoza opiera się na analizie całokształtu objawów klinicznych oraz wyników badań dodatkowych. W procesie diagnostycznym uwzględnia się m.in. występowanie astmy, podwyższoną liczbę eozynofilów we krwi, zmiany w obrębie płuc, przewlekłe zapalenie zatok przynosowych oraz objawy ze strony układu nerwowego. Istotną rolę odgrywają badania laboratoryjne, w tym morfologia krwi z rozmazem, a także badania obrazowe płuc, takie jak RTG czy tomografia komputerowa. W wybranych sytuacjach konieczne może być również wykonanie biopsji zajętego narządu. Należy pamiętać, że u pacjentów przyjmujących glikokortykosteroidy poziom eozynofilów może być przejściowo obniżony, co bywa dodatkowym utrudnieniem diagnostycznym.

Jak leczyć tę chorobę?

Podstawą terapii EGPA są glikokortykosteroidy, które ograniczają nadmierną aktywność układu immunologicznego i redukują stan zapalny naczyń. W cięższych postaciach choroby stosuje się także leki immunosupresyjne oraz nowoczesne terapie biologiczne. Przy właściwej terapii odsetek pięcioletnich przeżyć przekracza 80 procent, a wielu chorych może prowadzić względnie normalne, aktywne życie.

Sezon na pomelo - owoc szczęścia

Monika Góralska
redakcja@stronazdrowia.pl

Trwa sezon na pomelo, warto więc sięgnąć po smaczne i soczyste pomelo. Ten egzotyczny owoc jest bogaty w witaminę C, dzięki czemu wspiera odporność i opóźnia procesy starzenia się organizmu.

Pomelo (Citrus maxima), inaczej pomarańcza olbrzymia lub chiński grejpfrut, to tropikalna roślina wieloletnia pochodząca z Azji Południowo-Wschodniej. W Chinach pomelo nazywane jest owocem szczęścia. Należy do tej samej rodziny co bardziej znany grejpfrut i jest jego przodkiem, przypomina go również z wyglądu.

Jednak pomelo różni się od grejpfruta wielkością i kolorem, a także smakiem. Pomelo jest od niego większe i ma grubą bladozieloną lub żółtą skórkę i miąższ, podczas gdy skórka grejpfruta jest pomarańczowa, a jego wnętrze różowe lub lekko czerwone. Pomarańcza olbrzymia jest również słodsza niż grejpfrut.

Dlaczego warto jeść pomelo? Z jego cennych właściwości skorzysta serce, żołądek i sylwetka.

Pomelo jest cennym źródłem witaminy C, której ma najwięcej spośród cytrusów – w 100 g owocu jest jej 61,5 mg, tymczasem w takiej ilości cytryny znajdują się 53 mg. Zawiera także witaminę E i A, witaminy z grupy B, w tym B1, B2, B3, B6, a także składniki mineralne, takie jak wapń, magnez, żelazo, fosfor, potas, cynk. Pomelo jest niskokaloryczne, 100 g ma tylko 38 kcal. Ma również niski indeks glikemiczny, który wynosi 30, co oznacza, że mogą je spożywać osoby chorujące na cukrzycę.

FOT. NATALIA MALISEVA/GETTYIMAGES.COM

W Chinach pomelo nazywane jest owocem szczęścia. Odmładza, wspomaga odchudzanie i odporność, pracę serca i układu krążenia, trawienie. To źródło witaminy C lepsze niż cytryna

Mimo wielu korzyści zdrowotnych, istnieje także kilka przeciwwskazań do spożywania tego owocu.

Pomelo, tak jak inne owoce cytrusowe, a szczególnie grejpfrut i sok z grejpfruta, może zaburzać, czyli osłabiać lub potęgować działanie leków. Z tego powodu należy spożywać ten owoc co najmniej pół godziny przed lub po zażyciu leków, takich jak antybiotyki, leki na serce, nadciśnienie czy cukrzycę.

Z pomelo powinny zrezygnować także osoby uczulone na owoce cytrusowe oraz mające niskie ciśnienie, ponieważ pomarańcza olbrzymia ma właściwości obniżające ciśnienie krwi.

Jeden owoc pomelo zawiera dzienną dawkę witaminy C, która jest silnym przeciwutleniaczem. Oprócz tego w owocu znajdziemy także inne antyoksydanty, takie jak karoten i beta-karoten, alkaloidy, flawonoidy, glikozydy flawonowe oraz rutynę. Karotenoidy i rutyna wspierają układ odpornościowy poprzez tworzenie witaminy A.

Owoc jest bogatym źródłem przeciwutleniaczy, które zwalczają wolne rodniki. Oprócz dużej dawki witaminy C pomelo zawiera również inny cenny antyoksydant, jakim jest likopen (ten sam co w pomidorach). Składnik ten działa przeciwzapalnie, przeciwgrzybiczo, antybakteryjnie i przeciwnowotworowo. Dzięki temu regularne spożywanie pomelo zapobiega uszkodzeniom komórek i opóźnia procesy starzenia się, a także zmniejsza ryzyko rozwoju raka.

Dodatkowo warto wiedzieć, że olejek ze skórki pomelo również jest bogaty w przeciwutleniacze, dzięki czemu może pomóc zadbać o młody wygląd skóry oraz zniwelować przebarwienia. Wygładza, a także wyrównuje koloryt skóry stymulując wydzielanie melaniny w skórze.

Zawarty w owocu błonnik i białko zapewniają uczucie sytości na dłużej, co sprawia, że zmniejsza się nasz apetyt. Pomelo jest również niskokaloryczne, więc jedzenie go nie powoduje tycia. Dzięki temu podjadanie pomelo zamiast innych przekąsek sprawia, że przyjmujemy mniej kalorii, a równocześnie jesteśmy najedzeni. Będąc na diecie odchudzającej, możemy więc bez obaw sięgać po ten smaczny i sycący owoc.

Badania wykazują, że pomelo korzystnie wpływa na pracę serca oraz całego układu krwionośnego, zmniejszając ilość cholesterolu i trójglicerydów we krwi. Dzięki temu zapobiega rozwojowi miażdżycy, a także zmniejsza ryzyko wystąpienia zawału serca i udaru mózgu. W owocu znajdziemy także sporą ilość potasu, który korzystnie wpływa na pracę mięśni, w tym mięśnia sercowego.

Pomelo pomaga również obniżyć ciśnienie krwi, dzięki czemu ułatwia krążenie krwi i odpowiednie dotlenienie narządów wewnętrznych.

Pomarańcza olbrzymia zapewnia sporą porcję błonnika, który usprawnia trawienie. Dzięki temu przyspiesza perystaltykę jelit i zwiększa objętość stolca, co ułatwia wypróżnianie i zapobiega zaparciom. Błonnik stanowi również pożywkę dla korzystnych bakterii jelitowych. To sprawia, że jedzenie pomelo wpływa korzystnie nie tylko na trawienie i układ pokarmowy, ale też na odporność organizmu, która w dużej mierze zależna jest od składu mikroflory jelitowej i przewagi „dobrych" bakterii nad patogenami.

WARTO WIEDZIEĆ

Persymona też wymiata
Jesienią i zimą, gdy kończy się sezon na nasze rodzime owoce, w sklepach dostępnych jest dużo owoców egzotycznych. Owoc kaki (persymona) należy właśnie do tych, których jeszcze dobrze nie znamy. Surowy owoc kaki jest bogatym źródłem witaminy C (100 g pokrywa 80 proc. dziennego zapotrzebowania), zawiera także spore ilości beta-karotenu (prowitaminy A) oraz manganu. W owocu znajdziemy także duże ilości cukrów głównie fruktozy i glukozy oraz katechiny, kwas betulinowy i likopen (ten sam, który znajduje się w pomidorach). Owoce persymony są dość kaloryczne, 100 g jest ok. 70 kcal. Jeden owoc o wadze 250 g dostarcza więc prawie 200 kcal.

eprasa.pl ce9a89353b

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 9.02.2026

Adriatyk znów w Ciechocinku. Wraca wizja kurortu z lat 30.

FOT. NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE

Zjeżdżalnie były z betonu. Ta dla dorosłych miała ok. 5 m

FOT. NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE

Basen miał 3 strefy: najpłytszą, dziecięcą (32 na 20 m), rekreacyjną (40 na 60 m) i sportową, najgłębszą (40 na 20 m)

Adam Willma

Decyzja zapadła. Za kilka lat zmieni się krajobraz wokół ciechocińskich tężni. To ma być powrót do czasów świetności kurortu z lat 30. Całkiem dosłownie.

W 1932 r. w Ciechocinku otwarto obiekt, który w zamyśle miał zastąpić Polakom morze. A nawet Morze Śródziemne. Ogromny basen solankowo-termalny, z plażami, zjeżdżalniami, skocznią i zapleczem gastronomicznym, zaprojektowano jako miejsce masowego wypoczynku. Takiego, z którego miały korzystać jednocześnie tysiące ludzi.

Zamiast Bałtyku

W realiach II Rzeczypospolitej „ciechocińskie morze" było projektem, który wielu przyjęło entuzjastycznie. Wyjazd nad Bałtyk nie był wtedy oczywistością. Ciechocinek, uzdrowisko z zapleczem solankowym, wydawał się idealnym miejscem, by spróbować stworzyć „morze" w środku lądu.

Basen powstał w latach 1930-1932 wg projektu Romualda Gutta i Aleksandra Bronisława Szniolisa. Budowa trwała około 1,5 roku, co - zważywszy na skalę przedsięwzięcia - było tempem szybkim nawet według dzisiejszych standardów.

Nie tylko basen

Cały kompleks zajmował około 7 ha i miał działać jak samodzielny organizm wypoczynkowy. Były tu piaszczyste plaże, boiska do gier, ogród jordanowski dla dzieci, pawilony na leżaki, rozległe tarasy i zaplecze gastronomiczne. Basen był sercem tego kompleksu.

Na tle innych obiektów z epoki założenie ciechocińskie wyróżniało się skalą. W latach 30. porównywano je do największych kąpielisk termalnych w Europie Zachodniej.

Centralnym punktem była ogromna niecka basenowa. Miała 100 metrów długości i 40 metrów szerokości, miejscami zwężała się do 32 metrów. Podzielono ją na trzy wyraźne strefy. Najpłytsza, dziecięca (32 na 20 metrów), za nią część środkowa, rekreacyjna (40 na 60 metrów). Najgłębsza - sportowa część basenu (40 na 20 metrów) miała do 3,5 metra głębokości.

Całość wykonano z żelbetu. Dno tworzyły potężne płyty zbrojone, każda o wymiarach 10 na 10 metrów i grubości 15 cm. Ściany zakończono przelewem, przez który nadmiar wody spływał do brodzika biegnącego wokół niecki.

Do basenu prowadziły szerokie, 4-metrowe schody w części płytkiej. Co 20 metrów w ścianach umieszczono drabiny z betonu i stali. Przy najgłębszej części stała 3-metrowa skocznia. Bez dodatkowych podpór - co w tamtym czasie uznawane było za techniczną ekstrawagancję.

Były oczywiście również zjeżdżalnie - także z betonu. Jedna, wysoka na około 5 metrów, przeznaczona była dla dorosłych, druga obsługiwała strefę dziecięcą. Wizualnie całość sprawiała wrażenie lekkiej i nowoczesnej, choć w rzeczywistości była masywną, żelbetową konstrukcją.

Solanka pod kontrolą

Jednym z najbardziej zaawansowanych elementów był system uzdatniania wody. Solanka trafiała do fontanny-odżelaziacza, gdzie była napowietrzana. W ten sposób wytrącane były związki żelaza. Następnie woda przechodziła przez filtry i dopiero wtedy kierowano ją do basenu. Na końcu mieszano ją z wodą słodką. Temperatura spadała wówczas do 22-24 stopni, a zasolenie osiągało 2,5-3 proc. - poziom zbliżony do Adriatyku. Nad fontanną, wspartą na pięciu filarach, znajdował się zbiornik, w którym woda była mieszana. A wszystko to tuż obok tężni, których zadaniem było zagęszczanie solanki do produkcji soli. W jednym miejscu funkcjonowały więc instalacje, które solankę rozcieńczały, i te, które ją zagęszczały.

FOT. K-P URZĄD MARSZAŁKOWSKI

Odbudowa basenu (na zdjęciu jego wizualizacja) prowa-dzona ma być „w warunkach najwyższej ochrony zabytkowej"

Kawiarnia, tarasy, orkiestra

Basen nie był tylko miejscem kąpieli. Zapleczem społecznym był długi na 104 m budynek główny z kawiarnią, restauracją, szatniami i przebieralniami. W części środkowej, razem z tarasami, miał 54 metry szerokości.

W podziemiach działała kuchnia, zaplecze gospodarcze i kotłownia. Na wysokim parterze, wyniesionym o 1,5 m ponad teren, ulokowano restaurację z lożami i bufetami. Z tarasu prowadziły schody w kierunku basenu. Na piętrze znalazły się biura i balkon dla orkiestry, która nieodłącznie towarzyszyła rekreacji nad wodą.

Częścią zespołu był ogród jordanowski zaprojektowany przez Zygmunta Hellwiga. W jego centrum znajdował się niewielki brodzik. Były też place zabaw, piaskownice, tor do nauki jazdy na rowerze, tor łuczniczy i kwatery trawiaste. Obok kompleksu basenów funkcjonowały również boiska ziemne, tereny „ćwiczeń ruchowych" i piaszczyste plaże. Całość bardzo ciekawie prezentowała się z lotu ptaka - miała prosty, geometryczny układ, łatwy do odczytania i wygodny w użytkowaniu.

Basen działał przez dziesięciolecia. Przetrwał wojnę i okres powojenny, pamięta go jeszcze pokolenie obecnych 40-latków. Obiekt zamknięto 15 września 2001 r. Powód: zły stan techniczny i wysokie koszty utrzymania. Po sprzedaży w prywatne ręce teren szybko popadł w ruinę. Kiedy został ponownie przejęty, trzeba było wywieźć z niego 25 ton śmieci.

Odbudowa pod ścisłą kontrolą

Odbudowa prowadzona ma być „w warunkach najwyższej ochrony zabytkowej", ponieważ zespół tężni, warzelni soli oraz parków tężniowego i zdrojowego ma status pomnika historii (w kraju jest 133 takich obiektów), a równolegle trwa procedura wpisu na listę UNESCO.

Restrykcyjne wymagania konserwatorskie dotyczą nie tylko wyglądu budynków, ale też materiałów, technologii wykonania, układu nawierzchni i formy zieleni. Największe kontrowersje budzi kwestia zastosowania podobnych rozwiązań technicznych jak w oryginalnej formie z lat 30. Betonowa niecka ma powstać w historycznym kształcie, z użyciem nowoczesnych uszczelnień i powłok ochronnych, ale bez zmiany formy. Nowe instalacje filtrujące i dezynfekujące mają zostać ukryte pod ziemią. Skocznia i zjeżdżalnie mają zostać rozebrane i wykonane od nowa, z zachowaniem dawnych proporcji. Do przedwojennej postaci, bez późniejszych dobudówek, wrócić ma budynek filtrów. Wstępnie zakłada się też możliwość budowy dodatkowych basenów o wyższym zasoleniu - do 15 i 30 proc.

Drzewa do wycięcia

Wytyczne konserwatora obejmują także otoczenie. Przed wojną teren był otwarty, niemal pozbawiony wysokich drzew. Dziś jest gęsto zalesiony. Plan zakłada usunięcie samosiewów i części drzew oraz przywrócenie niskiej zieleni (różaneczniki), rabat i trawników.

Większa elastyczność dotyczy wnętrz, gdzie planowane jest wprowadzenie funkcji, które mają zwiększyć atrakcyjność (i ograniczyć straty finansowe): sauny, fitness, przestrzenie edukacyjne. Wstępna koncepcja zakłada także stworzenie podziemnego muzeum geologicznego, pokazującego historię morza, strukturę geologiczną regionu i pochodzenie solanki - w formie interaktywnej, skierowanej do szkół i turystów.

Na ciepłe czasy

Basen będzie intensywnie użytkowany głównie wtedy, gdy temperatura powietrza przekroczy 25 stopni. Realny sezon to w praktyce trzy miesiące. Eksperci oszacowali liczbę osób odwiedzających strefę basenową na około 30 tys. rocznie.

Realizacja planowana jest w formule „zaprojektuj i wybuduj" - w ciągu 78 miesięcy. Całkowity koszt realizacji w bogatszym wariancie to blisko 140 milionów złotych (same tylko koszty projektowe sięgają niemal 9 mln). Roczny deficyt funkcjonowania samego basenu, przy zachowawczych założeniach, wynosi około 14 mln. ©℗

eprasa.pl ce9a89353b

Kurier Lubelski
Dla kibiców. I nie tylko

MAGAZYN

SPORTOWY ZAMOŚĆ

Jagiellonia wyszła na prowadzenie, ale wyrównał Mbaye Ndiaye. Po 60 minutach meczu drużyna z Białegostoku przejęła kontrolę **STR. 18**

FOT. PAP/ARTUR RESZKO

Godzina dobrej gry nie wystarczyła

Piłkarki ręczne PGE MKS El-Volt Lublin zakończyły fazę zasadniczą Superligi **STR. 20**

Siatkarze Bogdanki LUK niespodziewanie stracili punkty w domowym meczu **STR. 20**

Monika Skinder z Tomaszowa Lub. wystartowała na igrzyskach **STR. 21**

eprasa.pl ce9a89353b

PKO BP Ekstraklasa Do 60. minuty meczu w Białymstoku Motor Lublin toczył wyrównaną walkę z Jagiellonią

Jagiellonia w 20 minut rozstrzelała Motor

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Motor długo dotrzymywali kroku Jagiellonii Białystok, ale po godzinie gry gospodarze przycisnęli i w krótkim czasie zadali decydujące ciosy. Mimo mrozu spotkanie rozgrywane było na dużej intensywności i nie brakowało sytuacji strzeleckich z obu stron.**

Jagiellonia Białystok	**4 (1)**
Motor Lublin	**1 (1)**

Bramki: Pululu 13, Bażdar 72, Imaz 76, Romanczuk 90+ – Ndiaye 31

Jagiellonia: Abramowicz – Wojtuszek (82 Konstantopoulos), Vital, Pelmard, Wdowik (82 Montoia), Romanczuk, Imaz (87 Flach), Mazurek, Pozo (59 Bażdar), Nahuel (59 Drachal), Pululu. Trener: Adrian Siemieniec

Motor: Brkić – Stolarski, Bartoś, Matthys (78 Ede), Luberecki, Samper (76 Łabojko), Wolski, Rodrigues (76 Karasek), Ndiaye, Ronaldo (67 Król), Czubak (67 Dadasov). Trener: Mateusz Stolarski

Sędziował: Patryk Gryckiewicz (Toruń)

Motor był bliski wymarzonego otwarcia spotkania w Białymstoku. Odebranie piłki gospodarzom dzięki wysokiemu pressingowi zakończyło się strzałem z linii pola karnego Fabio Ronaldo. Futbolówka odbiła się jeszcze od nogi jednego z obrońców i… trafiła w słupek, ratując zaskoczonego bramkarza Jagiellonii.

Od pierwszych minut mecz toczył się w szybkim tempie. Gospodarze dysponowali groźnym ofensywnym duetem – Jesusem Imazem i Afimico Pululu. Obaj od początku aktywnie szukali strzeleckich okazji i dopięli swego już w 13. minucie.

Po dośrodkowaniu z rzutu wolnego Imaz oddał strzał głową, a interweniujący Ivan Brkić nie zdołał złapać futbolówki. Piłka uciekła na piąty metr, gdzie największym sprytem wykazał się Pululu, finalizując akcję.

Po strzeleniu gola przewaga Jagiellonii była jeszcze wyraźniejsza. Gospodarze co chwila ponawiali ataki, wymieniając szybkie i dokładne podania. Motor miał problem, żeby zbudować atak i nawet jak zbliżał się pod pole karne rywala, to nie stwarzał realnego zagrożenia.

Afimico Pululu, napastnik Jagiellonii, rozpoczął strzelanie na boisku w Białymstoku

FOT. PAP/ARTUR RESZKO

Ale w 31. minucie goście, wzorem Białostoczan, również wykorzystali stały fragment gry. Bartosz Wolski krótko rozegrał rzut rożny, a przy ponowieniu ataku Ivo Rodrigues znakomicie obsłużył Mbaye Ndiaye. Senegalczyk wbiegł między dwóch obrońców i z bliska zdobył bramkę strzałem głową.

Dla Ndiaye był to drugi gol w drugim tegorocznym meczu. Piłkarz Motoru mógł jeszcze efektownie zamknąć pierwszą połowę. „Jacek" wbiegł w pole karne Jagiellonii, minął obrońcę przerzucając sobie piłkę z lewej na prawą nogę i z bliska oddał strzał. Niestety, wprost w Sławomira Abramowicza.

Zmiana obrazu gry

Po godzinie gry Jagiellonia miała dwie okazje po rzutach rożnych, po których powinna objąć prowadzenie. Przy jednej Brkić wybił piłkę pod nogi Imaza, a stojący metr przed bramką Motoru Hiszpan fatalnie się pomylił.

Później Brkić źle obliczył tor lotu piłki i niepotrzebnie wyszedł z bramki. Gości w ostatniej chwili uratował Sergi Samper, wybijając futbolówkę z linii bramkowej.

Te sytuacje napędziły ofensywnie gospodarzy, aż w końcu piłkarska jakość liderów Jagielloni dała o sobie znać. W 72. min. Imaz zagrał do Pululu, ten czujnie przedłużył lot piłki, a akcję celnym strzałem sfinalizował Samed Bazdar (który na boisko wszedł 13 minut wcześniej).

Cztery minuty później Imaz otrzymał podanie w polu karnym i technicznie podciął piłkę, która przeleciała nad interweniującym Brkiciem.

W doliczonym czasie gry Motor dobił Taras Romanczuk, który po dośrodkowaniu z rzutu wolnego posłał głową piłkę na dalszy słupek i Brkić jej nie dosięgnął. ©℗

„Do pewnego momentu"

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Trenerzy Jagiellonii i Motoru nie mają wątpliwości, że momentem przełomowym spotkania była 60. minuta, gdy gospodarze dokonali pierwszych zmian.**

- Po zmianach Jagiellonia bardziej nas przycisnęła i straciliśmy drugą bramkę – mówi Mateusz Stolarski. – Nie byliśmy już w stanie zareagować. Piłkarze Jagiellonii złapali swój rytm i dominowali na boisku – dodaje szkoleniowiec Motoru.

- Motor co chwila się odgrażał i tworzył zagrożenie – uważa Adrian Siemieniec. - Druga część pierwszej połowy była ze wskazaniem na Motor i do pewnego momentu było to naprawdę trudne spotkanie. Zawodnicy, którzy weszli na boisko dali sygnał i przenieśli grę na połowę przeciwnika. Wcześniej Motor miał inicjatywę i kontrolę, ale zmiany zmieniły obraz meczu. Przyspieszyliśmy i zdobyliśmy ładne bramki – twierdzi trener Jagiellonii.

W 60. minucie na boisko weszli Samed Bażdar i Dawid Drachal. 13 minut później pierwszy z nich odzyskał dla gospodarzy prowadzenie.

- Musimy dalej pracować i skupić się, żeby po zmianach nasza gra nie spadała na jakości, tylko była lepsza – przyznaje Stolarski. ©℗

Mateusz Stolarski, trener Motoru Lublin, przyznał, że od 60. minuty Jagiellonia dominowała na boisku

FOT. PAP/ARTUR RESZKO

Zimowe wzmocnienia nie pomogły. Górnik znów przegrał

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. **Górnik Łęczna, „czerwona latarnia" Betclick 1. Ligi, rozpoczął piłkarską wiosnę tak, jak zakończył jesień. Od wyjazdowej porażki. W zielono-czarnych barwach zagrało pięciu nowych piłkarzy.**

Puszcza Niepołomice	**2 (1)**
Górnik Łęczna	**1 (0)**

Bramki: Simon 11, Iwao 90 - Osipiuk 90+

Puszcza: Perchel - Mroziński, Sołowiej, Piekarski, Barczak, Walski (65 Kasolik), Hajda, Cholewiak (90+ Przybylko), Nascimento (77 Korczakowski), Iwao (90+ Śmigielski), Simon (65 Gjoni). Trener: Tomasz Tułacz

Górnik: Budziłek – Szabaciuk, Hołownia, Gucek, Nowogoński (46 Ogaga), Bednarczyk, Kryeziu, Deja (84 Osipiuk), Myszor, Orlik, Janaszek (46 Paryzek). Trener: Jurij Szatałow

Sędziował: Łukasz Szczech (Kobyłka)

Piłkarzom Górnika Łęczna nie można odmówić ambicji i walki na boisku w Niepołomicach, ale efektem ich starań jest jedynie 11. porażka w sezonie

FOT. GÓRNIK ŁĘCZNA

Mecz w Niepołomicach był pierwszym sprawdzianem efektów kilkutygodniowej pracy wykonanej przez zespół pod okiem trenera Jurija Szatałowa oraz pięciu nowych piłkarzy pozyskanych zimą.

- Zawodnicy znają presję rywalizacji, mają ambicję i jakość, chcą brać odpowiedzialność w trudnym momencie. Wszystko zależy od pracy zespołu i sztabu – zakomunikował przed starciem w Niepołomicach prezes Grzegorz Szkutnik.

Górnik szybko został skarcony przez Puszczę. Najpierw gospodarze sugerowali rękę Luki Gucka w polu karnym, ale sędzia nie przerwał gry. Piłka trafiła wtedy do Christophera Simona, który precyzyjnym strzałem tuż przy słupku nie dał szans Łukaszowi Budziłkowi.

Gospodarze stwarzali sobie więcej groźnych sytuacji, a łęcznianie szans szukali przede wszystkim po stałych fragmentach gry. Adam Deja bezpośrednimi uderzeniami próbował zaskoczyć golkipera Puszczy. Najbliżej tego był w 33. min., po strzale z rzutu wolnego. Michał Perchel w ostatniej chwili, instynktownie, zdążył zablokować piłkę zmierzającą do siatki.

Najlepszą okazję na zdobycie gola łęcznianie mieli w 51. minucie. Po wybronionej akcji Kamil Orlik wypuścił Jakuba Myszora, który szybkością wygrał z obrońcami i nie dał się im dogonić. Przegrał jednak pojedynek sam na sam z Perchelem.

W 62. minucie Orlik trafił wprawdzie do siatki Puszczy, ale asystujący mu Ogaga przyjmował piłkę na wyraźnym spalonym.

Na koniec regulaminowego czasu gry Kosei Iwao zadał gościom drugi cios. Wykorzystując świetne podanie minął wychodzącego Budziłka i umieścił piłkę w siatce.

Górnik zdobył bramkę honorową po rzucie rożnym. Najwyżej do piłki wyskoczył Oskar Osipiuk. To była szósta minuta doliczonego czasu gry i nic więcej już się nie wydarzyło. ©℗

eprasa.pl ce9a89353b

PKO BP Ekstraklasa Czy w Legii coś drgnęło? Sympatycy nie zauważyli...

Imaz idzie po rekord, Jagiellonia po mistrza. Przebudzenie Lecha

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

Legia była dosłownie minuty od kolejnej kompromitującej porażki. Ku zaskoczeniu nie przegrała, bo z Arką Gdynia za sprawą dubletu Antonio Colaka zaliczyła udany finisz.

FOT. PRZEMYSŁAW ŚWIDERSKI

Piłkarzy Arki od pokonania Legii dzieliły minuty. Końcówka należała jednak do gości...

Ekstraklasa w weekend zafundowała nam kolejne niespodzianki. Za taką na pewno nie uznamy jednak wysokiej wygranej Jagiellonii Białystok nad Motorem Lublin (4:1). Drużyna Adriana Siemieńca dzięki niej wskoczyła na pozycję lidera, przeskakując w tabeli Górnika Zabrze i przede wszystkim prowadzącą dotąd Wisłę Płock, która próbowała odpowiedzieć wieczorem na wyjeździe z Piastem Gliwice.

Dla Jagiellonii jedną z bramek zdobył Jesus Imaz, podcinając piłkę nad interweniującym bramkarzem Ivanem Brkiciem. Hiszpan jeszcze w lutym może zostać najskuteczniejszym obcokrajowcem w historii ekstraklasy. Jako autor 106 ligowych goli traci bowiem zaledwie dwie bramki do Flavio Paixao. Portugalczyk, znany z występów w Lechii Gdańsk i wcześniej w Śląsku Wrocław, niespełna trzy lata temu przeszedł na piłkarską emeryturę. Cztery lata młodszy od niego Imaz takich planów na razie nie ma. Jako 35-latek z umową do połowy 2027 roku prowadzi Jagiellonię do drugiego tytułu...

Miniony weekend rozpoczął się od sensacji. Oto Korona Kielce po wyjazdowym ograniu Legii niespodziewanie sama dała sobie wyrwać punkty u siebie, i też w samej końcówce. Zabójcze okazały się niecałe trzy minuty Zagłębia Lubin, dla którego po golu strzelili Damian Michalski i debiutujący w tej roli Levente Szabo, jeden z następców Leonardo Rochy.

Zaskakujący był też przebieg drugiego piątkowego meczu. Faworyzowana Lechia Gdańsk w 20 minucie objęła prowadzenie za sprawą kapitana Rifeta Kapicia, potem tuż przed przerwą zyskała przewagę liczebną po wyrzuceniu z boiska Karola Knapa, ale nie wygrała. Dzielna Cracovia po zmianie stron potrafiła się odgryźć. Z rzutu karnego sprokurowanego przez lidera strzelców Tomasa Bobcka wyrównał Ajdin Hasić.

Hitem soboty okazał się mecz dla blisko 20 tys. kibiców zgromadzonych przy ul. Roosevelta w Zabrzu. Właśnie tam Lech Poznań powrócił na zwycięską ścieżkę, kończąc serię ciągnącą się od listopada (dwie porażki poprzedzone dwoma remisami). Skromną wygraną nad Górnikiem dał kapitan Mikael Ishak – autor jedenastej bramki w sezonie. Zwycięstwo byłoby wyższe, gdyby tuż przed doliczonym czasem z 2 metrów nie pomylił się bohater najdroższego transferu Lecha – Yannick Agnero.

Coś ruszyło także w Legii, choć nie z takim efektem, jakiego oczekiwano. Nowy trener Marek Papszun po porażce z Koroną ugrał na razie pierwszy punkt, remisując w szalonych okolicznościach przeciwko Arce (2:2). Po ostatnim gwizdku tylko szeroko uśmiechnął się do swojego byłego asystenta w Rakowie Dawida Szwargi, który prowadzi teraz rywali. Nic nie zapowiadało takiego zwrotu akcji, czyli strzelenia aż dwóch goli. Legię przed kolejnym blamażem uratował zmiennik Milety Rajovicia i zarazem były piłkarz Lechii Gdańsk, Chorwat Antonio Colak, który nie posiadał się z radości.

Nie wszyscy podzielili ten entuzjazm. Gdy po meczu zawodnicy podeszli pod sektor gości, usłyszeli... pogróżki. Grożono im pobiciem, jeśli Legia spadnie do 1 ligi. „Gdzie oni mają godność?" – pytał później w sieci Zbigniew Boniek zdumiony faktem, że piłkarze wysłuchiwali wyzwisk, zamiast odwrócić się na pięcie. Już w piątek drużynę z Łazienkowskiej czeka kolejna szansa na przełamanie – w Katowicach.

20. KOLEJKA EKSTRAKLASY

LECHIA GDAŃSK - CRACOVIA 1:1
Bramki: Kapić 20 - Hasić 63-karny.

KORONA KIELCE - KGHM ZAGŁĘBIE LUBIN 1:2
Bramki: Resta 18 - Szabo 84, Pięczek 86 - samobójcza.

GÓRNIK ZABRZE - LECH POZNAŃ 0:1
Bramka: Ishak 10.

JAGIELLONIA BIAŁYSTOK - MOTOR LUBLIN 4:1
Bramki: Pululu 13, Bazdar 72, Imaz 76, Romanczuk 90+2 - N'Diaye 31.

ARKA GDYNIA - LEGIA WARSZAWA 2:2
Bramki: Marcjanik 26, Rusyn - Colak 90, 90+4

POGOŃ SZCZECIN - BRUK-BET TERMALICA NIECIECZA 1:1
Bramki: Greenwood 36 - Kurzawa 83

RAKÓW CZĘSTOCHOWA - RADOMIAK RADOM 0:0

1. Jagiellonia Białystok	19	35	36-23
2. Wisła Płock	19	33	23-13
3. Górnik Zabrze	20	33	31-26
4. KGHM Zagłębie Lubin	20	31	33-27
5. Cracovia	20	31	27-22
6. Raków Częstochowa	20	30	27-25
7. Lech Poznań	20	29	31-30
8. Radomiak	19	27	35-30
9. Korona Kielce	20	27	24-22
10. Lechia Gdańsk	20	24	41-39
11. Motor Lublin	20	24	26-33
12. Piast Gliwice	19	23	21-21
13. GKS Katowice	18	23	25-28
14. Pogoń Szczecin	20	22	30-35
15. Arka Gdynia	19	22	17-34
16. Legia Warszawa	20	20	22-25
17. Widzew Łódź	19	20	27-31
18. Bruk-Bet Termalica	20	20	25-37

Lechia Gdańsk została ukarana odjęciem 5 punktów za zaległości finansowe.

Mecze w następnej kolejce:

13 lutego: Radomiak - Korona Kielce (godz. 18.00), GKS Katowice - Legia Warszawa (godz. 20.30)
14 lutego: Cracovia - Jagiellonia Białystok (godz. 14.45), KGHM Zagłębie Lubin - Raków Częstochowa (godz. 17.30), Wisła Płock - Widzew Łódź (20.15)
15 lutego: Motor Lublin - Lechia Gdańsk (godz. 12.15), Pogoń Szczecin - Arka Gdynia (godz. 14.45), Lech Poznań - Piast Gliwice (godz. 17.30)
16 lutego: Bruk-Bet Termalica Nieciecza - Górnik Zabrze (godz. 19.00)

JEDENASTKA KOLEJKI

NAJLEPSI STRZELCY

14 goli
Tomáš Bobček (Lechia)
11 goli
Karol Czubak (Motor) i Mikael Ishak (Lech).
10 goli
Sebastian Bergier (Widzew) i Jonatan Braut Brunes (Raków).
9 goli
Jesus Imaz i Afimico Pululu (obaj Jagiellonia).
8 goli
Leonardo Rocha (KGHM Zagłębie) i Łukasz Sekulski (Wisła).

BOHATER WEEKENDU

Antonio Colak (Legia)
Gdy wydawało się, że Legia Warszawa poniesie kolejną, druzgocącą porażkę w sezonie, Chorwat przełamał swoją ligową niemoc. W dziewiątym występie 32-latek ustrzelił dwie debiutanckie bramki, i to jako zmiennik w drużynie. Dzięki niemu z Arką Gdynia udało się ugrać cenny remis w kontekście walki o... utrzymanie w ekstraklasie.

FOT. PAP/MARCIN GADOMSKI

Echa spod szatni. Nie tylko Marek Papszun mówił po meczu o charakterze

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

Szczególnie gorąco było w Gdyni, gdzie Legia po raz kolejny nie wygrała meczu w PKO BP Ekstraklasie.

Z sektora gości w stronę przyjezdnych piłkarzy popłynęły nie tylko wyzwiska, ale także groźby karalne. Legia, jak często bywało w trwającym sezonie, spotkanie w Gdyni rozpoczęła fatalnie. W pierwszej połowie Michał Marcjanik wyprowadził gospodarzy na prowadzenie, a chwilę później wynik podwyższył Nazaryj Rusyn. Dopiero wejście rezerwowego napastnika Antonio Colaka odmieniło losy spotkania.

Tym razem było... odwrotnie

– Kilka słów to za mało, aby opisać ten szalony mecz. Mieliśmy spotkanie pod kontrolą, graliśmy nieźle i stwarzaliśmy sytuacje, a po pierwszym stałym fragmencie rywali tracimy gola. Kolejne sytuacje, w tym tą przy drugiej bramce, Arka stworzyła sobie po naszych stałych fragmentach. Gdy przegrywaliśmy 0:2, wydawało się, że to już koniec – mówił po meczu trener Marek Papszun.

– Zarzucano nam brak charakteru i to, że tracimy bramki w końcówkach. Tym razem było odwrotnie. Uratowaliśmy remis – bardzo cenny, biorąc pod uwagę wszystkie okoliczności. Gdybyśmy przegrali, byłoby ogromne rozczarowanie. W naszej sytuacji ten punkt musimy zaakceptować. Oczywiście nie jesteśmy zadowoleni z remisu, ale patrząc na przebieg spotkania, możemy z umiarkowanym optymizmem spojrzeć w przyszłość – dodał szkoleniowiec Legii.

Trenera Górnika bolą... błędy

Rozczarowany po sobotnim meczu 20. kolejki był natomiast Michal Gasparik. Górnik Zabrze przegrał hitowe starcie z Lechem Poznań i stracił pozycję wicelidera tabeli. Słowacki trener nie krył frustracji na konferencji prasowej, podkreślając, że jego zespół w każdym meczu popełnia kosztowny błąd.

– Wiedzieliśmy, że to będzie trudne spotkanie, i tak właśnie było. Szanse były wyrównane. W tej kolejce pada wiele goli po stałych fragmentach gry – my również w ten sposób straciliśmy decydującą bramkę. Szkoda, bo później zrobiliśmy wszystko, by odwrócić losy meczu, jednak Lech głęboko się bronił i nie stworzyliśmy wielu klarownych okazji. W drugiej połowie było ich nieco więcej, ale zabrakło nam spokoju przy wykończeniu akcji – tłumaczył Gasparik.

Powody do zadowolenia miał za to Leszek Ojrzyński. Jego Zagłębie Lubin pokonało w meczu pełnym dramaturgii Koronę Kielce, uzyskując dwa decydujące gole w samej końcówce spotkania.

– Wygrały determinacja, jedność i charakter – podsumował trener Zagłębia, które awansowało na czwarte miejsce.

©℗

eprasa.pl ce9a89353b

Plan przygotowań do sezonu

Żużlowcy Orlen Oil Motoru Lublin znają już plan przygotowań do tegorocznego sezonu. Wprawdzie wszyscy zawodnicy już dawno rozpoczęli treningi, to pierwszą aktywnością drużyny będzie w drugiej połowie lutego wyjazd młodzieży na obóz do Zakopanego, a seniorów na zgrupowanie do Hiszpanii.

– Zmieniamy region i mamy przygotowanych kilka niespodzianek – zdradza trener Maciej Kuciapa.

Pierwsze wspólne treningi na torze Motor zaplanował w Gorican (12-14 marca), a następnie w Żarnowicy (16-17 marca).

Jeżeli pogoda pozwoli, to w kraju lubelski zespół skorzysta z gościnności obiektów w Łodzi, Bydgoszczy oraz w Lesznie. Z drużyną Unii zaplanowano dwumecz sparingowy. 25 marca na torze u rywala, a dzień później rewanż przy Al. Zygmuntowskich.

Sezon 2026 PGE Ekstraligi rozpocznie się w dniach 10-12 kwietnia. W inauguracyjnej kolejce Orlen Oil Motor, wicemistrz Polski, zmierzy się u siebie z mistrzem sprzed roku, Apatorem Toruń.

Orlen Superliga Kobiet PGE MKS El-Volt pewnie wygrał w ostatnim meczu fazy zasadniczej

ROZBIŁY START NA ZAKOŃCZENIE RUNDY

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

PIŁKA RĘCZNA. **Lubelskie szczypiornistki wygrały 12. ligowy mecz z rzędu. PGE MKS El-Volt Lublin pokonał w hali Globus Energę Start Elbląg, zamykając drugą rundę rozgrywek Superligi.**

PGE MKS El-Volt Lublin	**37 (18)**
Energa Start Elbląg	**23 (12)**

MKS: Martins, Wdowiak – Radosavljevic 6, O'Mullony 4, Szynkaruk 4, M. Więckowska 4, Planeta 4, Górna 3, Andruszak 3, Rosiak 2, Owczaruk 2, Lima 2, Tomczyk 1, Przywara 1, D. Więckowska 1. Kary: 6 min. Trener: Paweł Tetelewski

Start: Pentek, Ciącka, Suliga – Zych 7, Grabińska 5, Pahrabitskaya 3, Kozłowska 2, Kuźmińska 2, Tarczylik 2, Szczepanek 1, Chwojnicka 1, Dworniczuk, Szczepaniak, Wicik. Kary: 12 min. Trener: Magdalena Stanulewicz

FOT. PAP/WOJTEK JARGIŁO

Serbska skrzydłowa Sanja Radosavljevic zdobyła sześć goli dla PGE MKS El-Volt Lublin

Elblążanki objęły co prawda prowadzenie 3:2, jednak po serii 4-0 i trafieniu Hiszpanki Marii Prieto O'Mullony, PGE MKS El-Volt w 10. minucie wygrywał 6:3. Pięć minut później, gdy gole rzucały kolejno Prieto O'Mullony, Serbka Sanja Radosavljevic oraz Adrianna Górna, przewaga wicemistrzyń Polski wynosiła sześć bramek (11:5).

Od pory pojedynek wyrównał się, ale na pięć minut przed zakończeniem premierowej odsłony, team znad Bystrzycy był wciąż na plus sześć (15:9). W 30. minucie wygrywał natomiast 18:11, gdy elbląską bramkarkę pokonała Węgierka Szimonetta Planeta.

Statystyki potwierdzały przewagę drużyny z „Koziego Grodu" w pierwszych 30 minutach. Lublinianki miały tylko cztery straty, natomiast zespół trenerki Magdaleny Stanulewicz dwukrotnie więcej.

Biało-zielone osiągnęły 72-procentową skuteczność rzutów z gry (18/25), przy 48 procentach zawodniczek z Elbląga (12/25). Różnicę robiła także postawa bramkarek, które po stronie MKS zanotowały 33 procent skutecznych interwencji (6/18), podczas gdy golkiperki przyjezdnych obroniły jedynie 18 procent rzutów (4/22).

Zespół trenera Pawła Tetelewskiego drugą połowę rozpoczął od serii 5-0 i w 35. minucie wygrywał już 23:12.

Lubelski szkoleniowiec rotował składem, próbował różnych rozwiązań taktycznych w ofensywie i defensywie. Nie przeszkodziło to jednak Lublinianom w utrzymywaniu wysokiej przewagi (32:20 w 50. minucie).

Lubelskie szczypiornistki do trzeciej rundy przystąpią z drugiego miejsca i stratą trzech punktów do liderek - Zagłębia Lubin.

W grupie mistrzowskiej o miejsca 1-6 zagrają jeszcze Piotrcovia Piotrków Trybunalski, Enea MKS Gniezno, KPR Gminy Kobierzyce i Piłka Ręczna Koszalin.

©℗

Toruńskie pierniki okazały się za twarde

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl

KOSZYKÓWKA. **Wyjazd PGE Startu Lublin do Torunia zakończył się czwartą z rzędu i 13. w sezonie porażką. Miejscowe Twarde Pierniki ani na moment nie oddały prowadzenia.**

Twarde Pierniki Toruń	**97**
PGE Start Lublin	**88**

Kwarty: 26:22, 26:22, 24:23, 21:21

Twarde Pierniki: Langović 19, Kunc 19, Kulig 18, Persons 17, Thomasson 11, Smith 6, Szlachetka 5, Brenk 2, Lipiński. Trener: Srdjan Subotić

Start: Wright 21, Frankamp 16, Griffin 13, O'reilly 10, Ford 9, Tokoto 8, Pelczar 8, Put 3, Krasuski, Szymański. Trener: Wojciech Kamiński

FOT. PAP/TYTUS ŻMIJEWSKI

Koszykarze PGE Startu Lublin po słabym meczu przegrali w Toruniu z Twardymi Piernikami

Na parkiecie w Toruniu spotkały się drużyny sąsiadujące w tabeli Orlen Basket Ligi, które do meczu przystąpiły po kilku niepowodzeniach. Większą determinację do przerwania serii porażek wykazali torunianie. Było to widać chociażby w powrotach do obrony. Koszykarze Startu nie nadążali za rywalami i zespół Twardych Pierników już do przerwy zgromadził 52 punkty.

Problemem czerwono-czarnych była również skuteczność. W pierwszej kwarcie gospodarze odskoczyli przez moment na osiem punktów (10:2). W drugiej Start miał szansę po raz pierwszy wyjść na prowadzenie. Przy stanie 30:29 Conner Frankamp wyszedł w szybkim ataku i gdy pewnie już widział piłkę w koszu, dogonił go Aljaz Kunc i zablokował tę próbę. W odpowiedzi Twarde Pierniki zdobyły siedem punktów z rzędów.

W 3. kwarcie gospodarze wyszli na najwyższe prowadzenie różnicą 13 punktów (64:51 i 72:59). Mimo wszystko w ostatniej części Lublinianie złapali kontakt i mieli moment, w którym mogli odwrócić losy potyczki.

W 32. minucie Frankamp trafił za trzy punkty i zmniejszył straty Startu do czterech oczek (74:78). W kolejnej jednak akcji Quincy Ford popełnił faul w ataku, a w następnej Jean-Pierre Tokoto nie wykorzystał obu rzutów wolnych.

To nie był koniec nieudanych zagrań gości, którzy na dodatek na trzy minuty przed końcem stracili Liama O'reilly'ego. Dla Amerykanina nie był to wprawdzie udany występ (10 punktów przy skuteczności 42-proc. z gry), ale jego absencja na parkiecie w decydujących minutach potyczki była dużą stratą dla czerwono-czarnych. ©℗

Kolejna sensacja w Lublinie

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

SIATKÓWKA. **Zespół Bogdanki LUK stracił dwa punkty w starciu, w którym był zdecydowanym faworytem. Żółto-czarni przegrali niespodziewanie po tie-breaku z ukraińskim Barkom Każany Lwów.**

Bogdanka LUK Lublin	**2**
Barkom Każany Lwów	**3**

Sety: 22:25, 25:17, 21:25, 25:19, 12:15

LUK: Komenda 3, Wachnik 12, Leon 17, Grozdanov 10., McCarthy 14, Sasak, Hoss (libero) oraz Henno 13, Young 4, Czyrek (libero), Prokopczuk. Trener: Stephane Antiga

Każany: Gueye 13, Kovalov 11, Pope 16, Kampa, Shchurov 2, Tupchii 17, Pampushko (libero) oraz Nakano, Rohozhyn 1, Firkal 4, Viietskyi 1. Trener: Ugis Krastins

Przez niemal całego pierwszego seta toczyła się walka punkt za punkt. Goście w końcówce prowadzili 19:17. Po autowym ataku Jakuba Wachnika, Ukraińcy byli coraz bliżej triumfu w premierowej odsłonie. Ten stał się faktem i podopieczni trenera Ugisa Krastinsa niespodziewanie objęli prowadzenie.

Reakcja gospodarzy była najlepsza z możliwych. Team trenera Stephane'a Antigi od początku do końca kontrolował przebieg drugiej części gry (8:4, 15:10, 22:16).

Przyjezdni w kolejnej odsłonie mieli trzypunktową zaliczkę (17:14). Po błędzie w ataku Australijczyka Lorenzo Pope, Bogdanka LUK zdołała wyrównać (18:18). Wydawało się, że mistrzowie Polski pójdą za ciosem i wyjdą na prowadzenie. Kibice w hali Globus byli jednak świadkami zupełnie czegoś innego. Lwowianie zaprezentowali bowiem fantastyczną końcówkę seta numer trzy. Byli więc pewni wywiezienia z Lublina co najmniej jednego punktu .

W czwartej partii Lublinianie niemal cały czas dominowali na parkiecie. Utrzymywali przewagę, nie pozwalając rywalom rozwinąć skrzydeł, a końcówkę rozegrali pewnie i bez większych nerwów. O losach spotkania zadecydował tie-break.

W decydującym secie Ukraińcy wyszli na prowadzenie 5:2, ale po asie serwisowym Wachnika było 8:7 dla ekipy znad Bystrzycy. Skuteczny blok przyjezdnych, dał im jednak ponownie dwupunktowy zapas (11:9), a za moment Barkom Każany wygrywał 13:10 i zaczęło pachnieć sensacją.

Tak finalnie się stało i goście niespodziewanie zainkasowali dwa oczka w hali Globus. ©℗

FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Walczący o utrzymanie w PlusLidze Barkom Każany Lwów niespodziewanie zwyciężył w Lublinie

eprasa.pl ce9a89353b

Wielkie legendy i dwa znicze

Damian Świderski
redakcja@polskapress.pl

W piątek w Mediolanie i Cortinie D'Ampezzo ruszyły XXV Zimowe Igrzyska Olimpijskie. Podczas ceremonii znicz zapłonął jednocześnie w dwóch miejscach.

FOT. PAP/EPA/PETER KNEFFEL/POOL

Reprezentację Polski w Mediolanie wyprowadziła chorążą Natalia Czerwonka

Na ceremonii otwarcia XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich wystąpili wielcy artyści. Andrea Bocelii zaśpiewał swoje hity „Time to Say Goodbye" i „Nessun Dorma". Mariah Carey zaprezentowała słynne „Volare", tyle że po włosku. Laura Pausini i Cecilia Bartoli wykonały włoski hymn. Autorem większości muzyki był Lang Lang. Wystąpił też Ghali, na scenie pokazała się również aktorka Charlize Theron.

Ceremonię na płycie poprowadził aktor Pierfrancesco Favino, znany m.in. z filmów „Kod da Vinci" czy „Opowieści z Narnii. Książę Kaspian". Wyrecytował on „Nieskończoność" Giacomo Leopardiego.

Formalnie zimowe igrzyska olimpijskie Mediolan - Cortina d'Ampezzo 2026 zainaugurował 84-letni prezydent Włoch Sergio Mattarella, który wypowiedział „sakramentalny" zwrot: Ogłaszam Zimowe Igrzyska XXV Olimpiady za otwarte!

Warto przypomnieć, że Cortina d'Ampezzo igrzyska już organizowała - w 1956 roku. Były to pierwsze zimowe zmagania olimpijczyków transmitowane w telewizji. Włochy były także gospodarzem ZIO w 2006 roku, w Turynie. W igrzyskach w 2026 roku wystartuje 2900 zawodników z 92 krajów, a dodatkowo nieliczni „neutralni sportowcy indywidualni" z Rosji i Białorusi - pod neutralną flagą. Sportowcy rozdzielą między siebie rekordowe 116 kompletów medali w 16 dyscyplinach. Polska reprezentowana jest przez 60 osób.

Szefowa MKOl o sile i szacunku

Kirsty Coventry jest pierwszą kobietą i pierwszym przedstawicielem Afryki na czele MKOl. Ma 41 lat i jest dwukrotną mistrzynią olimpijską: z Aten (2004 rok) i Pekinu (2008 rok). Zdobyła ogółem 7 medali na igrzyskach. Była pływaczką z Zimbabwe. Jej pierwsza kadencja potrwa osiem lat.

- Kiedy widzimy, jak sportowiec potyka się i znajduje siłę, by się podnieść, przypominamy sobie, że my też możemy. Kiedy widzimy, jak rywale obejmują się na mecie, przypominamy sobie, że możemy wybrać szacunek - powiedziała Coventry.

W sztafecie niosącej znicze olimpijskie udział wzięli wybitni sportowcy sprzed lat. W Mediolanie na San Siro grają dwa słynne kluby - Inter i Milan. Futbolowi oddano hołd, bo znicz przekazali legendarni piłkarze i kapitanowie obu klubów: Franco Baresi i Giuseppe Bergomi.

Baresi to ikona Milanu, dla którego grał w latach 1972--1997. W barwach rossonerich wygrał Ligę Mistrzów, Puchar Interkontynentalny i mistrzostwa Włoch. Rozegrał 532 mecze. Został również mistrzem świata w 1982 roku. W kadrze narodowej wystąpił 81 razy.

Bergomi jest natomiast legendą Interu. Grał tam od 1980 do 1999 roku. Wystąpił w 507 meczach i został mistrzem kraju. Sięgnął po Puchar Włoch i Puchar UEFA. Tak jak Baresi, Bergomi został mistrzem świata w 1982 r.

Ogień nieśli też m.in. Zlatan Ibrahimović, a kilka dni temu polska medalistka w kolarstwie górskim Maja Włoszczowska.

Tym razem znicze były dwa

W związku z organizacją włoskich igrzysk na kilkunastu arenach, w kilku strefach geograficznych, zapłonął nie jeden, a dwa znicze, które zapalili wybitni narciarze alpejscy: Alberto Tomba, Deborah Compagnoni i Sofia Goggia. Tomba i Compagnoni - ten pod Łukiem Pokoju w Mediolanie, natomiast Goggia zrobiła to na Piazza Dibona w Cortinie d'Ampezzo.

Polskimi chorążymi byli trzykrotny mistrz olimpijski w skokach narciarskich Kamil Stoch i srebrna medalistka olimpijska w łyżwiarstwie szybkim - Natalia Czerwonka.

Igrzyska potrwają do 22 lutego.

©℗

Skinder: „Przeszły mnie ciarki po ciele"

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl

BIEGI NARCIARSKIE. **Monika Skinder, jedyna przedstawicielka województwa lubelskiego na zimowych igrzyskach w Mediolanie i Cortinie d'Ampezzo, wystąpiła w biegu łączonym 10+10 km.**

W sobotę, 7 lutego, Monika Skinder pobiegła w wyścigu łączonym 10+10 km - czyli pierwszą część dystansu techniką klasyczną, a drugą dowolną. W stawce 70 biegaczek Tomaszowianka zajęła 41. miejsce, ze stratą 7 minut 21 sekund do zwyciężczyni - Fridy Karlsson ze Szwecji (na podium stanęły także Szwedka Ebba Andersson i Norweżka Heidi Weng).

- Ruszyłam dość mocno i na drugim kole bardzo tego żałowałam. Ale jak stałam na starcie i zobaczyłam te tłumy, to przeszły mnie ciarki po ciele i chyba poniosły emocje na pierwszym kole. Ale to igrzyska olimpijskie i trzeba walczyć do końca - powiedziała Skinder po biegu na antenie stacji Eurosport.

Przez pierwsze 3 kilometry biegu Skinder plasowała się w czołowej 30-stce. Kończąc piąty kilometr Tomaszowianka była już poza 40-stką i przez resztę dystansu zajmowała miejsca w granicach 41-44 miejsca. Ostatecznie linię mety minęła w czasie 1:01:06, co dało jej 41. miejsce.

Skinder przyznała, że na trasie dopingowali ją m.in. rodzice.

Dla zawodniczki MULKS GRUPA OSCAR Tomaszów Lubelski to drugie igrzyska olimpijskie w karierze. - W Chinach było dużo restrykcji pandemicznych, więc to były zupełnie inne zawody niż te, które przede mną. Teraz będę startować przy pełnym stadionie, dopingu kibiców. Emocje są w takiej sytuacji inne. Atmosfera ma znaczenie - mówiła w rozmowie z „Kurierem" na tydzień przed rozpoczęciem XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich.

Dla Moniki Skinder główną konkurencją są sprinty. W tej rywalizacji przedstawicielka Lubelszczyzny wystąpi we wtorek, 10 lutego (o godz. 9.15 rozpoczną się eliminacje). - O sprint mniej się martwię, więc myślę, że powinno być dobrze. Ciało poczuło już szybszy rytm, mięśnie przepalone, więc powinnam być gotowa - dodała Skinder.

Natomiast w środę, 18 lutego, Skinder pobiegnie w sprincie drużynowym. - Obydwa starty są tak samo ważne, bo w obu będę reprezentowała Polskę - mówiła przed wyjazdem. Przed czterema laty indywidualnie Skinder była 42., a z drużyną zajęła 9. miejsce.

Monika Skinder ma w planach również starty w biegu indywidualnym na 10 km i w sztafecie 4 x 7,5 km, a niewykluczone, że zdecyduje się także na najdłuższy dystans - 50 km.

©℗

FOT. SCREEN EUROSPORT

Monika Skinder po biegu łączonym

Dla drużyny łyżwiarzy figurowych i saneczkarza liczy się przede wszystkim udział

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

Reprezentacja Polski zajęła ostatnie, 10. miejsce po występach solistów w programie krótkim w drużynowym konkursie w łyżwiarstwie figurowym.

Biało-Czerwoni, wraz z czterema innymi ekipami, zakończyli w sobotę rywalizację w drużynowym łyżwiarstwie figurowym rozgrywanym na lodowisku w Mediolanie.

Reprezentujący Polskę Rosjanin Władimir Samojłow zajął dziewiąte miejsce (80,47 pkt.). Wykonał wszystkie zaplanowane elementy, w tym poczwórnego Salchowa, a jego wynik był lepszy o blisko 16 punktów niż podczas rozegranych dwa tygodnie temu mistrzostw Europy.

Program krótki solistów wygrał Japończyk Yuma Kagiyama - 108,67 pkt.

Dzień wcześniej reprezentująca Polskę solistka z Moskwy Jekaterina Kurakowa była dziewiąta w stawce i uzyskała rezultat zbliżony do swojego rekordu sezonu (58,08 pkt.) - 57,76 pkt.

Z kolei ósme miejsce w programie krótkim par sportowych zajęli Rosjanka w biało-czerwonych barwach Julia Szczecinina i Michał Woźniak z rekordem życiowym 60,20 pkt., a na dziesiątym, ostatnim miejscu w tańcu rytmicznym par zajęli naturalizowana Ukrainka Sofija Dowhal i torunianin Wiktor Kulesza, uzyskując najlepszy wynik w sezonie - 60,23 pkt.

Po raz pierwszy w historii igrzysk Polska uzyskała kwalifikację drużynową w łyżwiarstwie figurowym, na co składały się wieloletnie przygotowania zawodników różnych konkurencji.

Pięć najlepszych zespołów na półmetku zakwalifikowało się do finału. Wśród nich znalazły się USA, Japonia, Włochy, Kanada i Gruzja. Natomiast drużyny Francji, Korei Południowej, Chin, Wielkiej Brytanii oraz Polski zakończyły rywalizację.

Mateusz Sochowicz zajmuje 22. miejsce po dwóch ślizgach olimpijskiej rywalizacji saneczkarzy. 30-letni wrocławianin uzyskał łączny czas 1.49,008 (54,676 i 54,332), co oznacza, że ustępuje prowadzącemu Niemcowi Maxowi Langenhanowi o 3,182 s. Po pierwszym ślizgu Polak plasował się na 23. miejscu, w kolejnym awansował o jedno.

W poprzednich igrzyskach, w 2022 roku w Pekinie, zawodnik AZS AWF Katowice zajął 25. pozycję.

W stawce 25 zawodników nie ma sobie równych bijący rekordy toru Langenhan, przed Austriakiem Jonasem Müllerem i Włochem Dominikiem Fischnallerem.

Langenhan w obu ślizgach ustanowił rekord toru - najpierw 52,924 s, a następnie 52,902 s, co dało mu łączny czas 1.45,826 s. Niespełna 27-letni zawodnik jest wielokrotnym mistrzem świata, w tym dwukrotnie w jedynkach (2024, 2025). Müller traci do Niemca 0,162 s, a Fischnaller 0,298 s.©℗

eprasa.pl ce9a89353b

Kurier Lubelski
Poniedziałek, 9.02.2026

Fortuna: Liczę na Tomasiaka

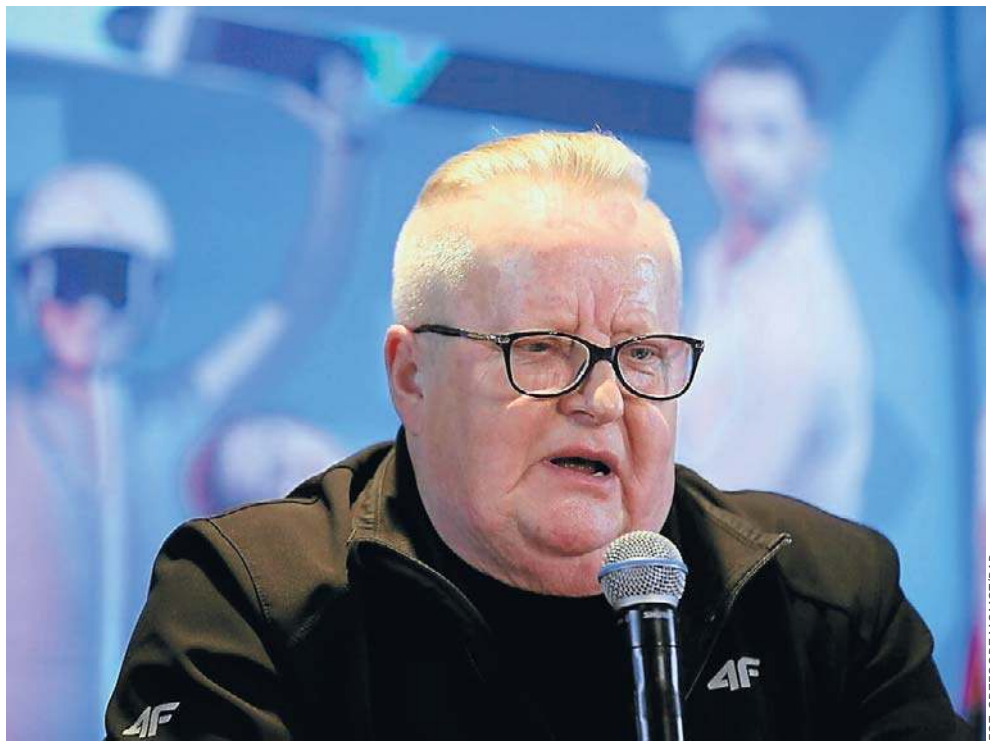
Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

Rozmawiamy z Wojciechem Fortuną, mistrzem olimpijskim w skokach narciarskich z Sapporo z 1972 roku.

Kacper Tomasiak, Kamil Stoch i Paweł Wąsek wystąpią dziś w konkursie na skoczni normalnej w Predazzo. Jak przyjął Pan powołania trenera Macieja Maciusiaka właśnie tych zawodników?
Jestem zaskoczony negatywnie, bo brakło w kadrze miejsca dla Piotra Żyły. Na mistrzostwach świata w lotach udowodnił, że jest obecnie najlepszym polskim skoczkiem. W Willingen z kolei co prawda w pierwszym konkursie wypadł słabo, ale w drugim znowu był najlepszym z Biało-Czerwonych.

W tym sezonie najwyżej w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata wśród Polaków jest Kacper Tomasiak, a za nim Kamil Stoch.
Tak, ale mówiąc, że Żyła jest najlepszy, nie miałem na myśli tej dwójki. Według mnie to on powinien pojechać na igrzyska, a nie Paweł Wąsek, który w tym sezonie jest najsłabszym z Polaków z tej ścisłej czołówki. A jeśli nie Żyła, to, moim zdaniem lepiej skakali Maciej Kot czy Dawid Kubacki.

Wąsek w tym sezonie niczego szczególnego nie pokazał.
I dlatego myślę, że takie decyzje będą się mściły. Żyła był ostatnio w dobrej formie, miał głód skakania i na igrzyskach mógł się wykazać, ale nie dali mu szansy. Był moim czarnym koniem. To jest duży błąd trenera Maciusiaka, choć niektórzy mówią, że kadrę wybiera prezes Adam Małysz.



FOT. GRZEGORZ MOMOT/PAP

W 1972 roku Wojciech Fortuna zdobył złoty medal igrzysk olimpijskich w Sapporo

Jak ocenia Pan szanse Biało-Czerwonych w konkursach w Predazzo?
Liczę zwłaszcza na Tomasiaka. W ostatnich tygodniach trzymali go, że tak powiem, w szafie. Nie wiadomo do końca, w jakiej jest dyspozycji. Jest młody, zdolny i lata po bardzo wysokiej paraboli, więc ma możliwości, aby skakać naprawdę daleko.

W 1972 roku niespodziewanie sięgnął Pan po złoty medal podczas igrzysk w Sapporo. Podobna historia z udziałem Polaków w Italii jest możliwa?
Nie wykluczam tego, że usłyszymy nawet Mazurka Dąbrowskiego.

Dla Kamila Stocha, który był chorążym podczas ceremonii otwarcia w Predazzo, to już ostatnie igrzyska olimpijskie w karierze.
Wydaje się, że tym wszystkim jest już trochę zmęczony, ale wciąż potrafi daleko skoczyć.

We wtorek konkurs drużyn mieszanych. Może w nim nasi reprezentanci będą w stanie pokusić się o niespodziankę?
W drużynie jesteśmy raczej bez szans, nasze dziewczyny skaczą bardzo przeciętnie. Ale w duecie nie wykluczam, że powalczymy o medal. Pewniakiem do składu wydaje się być Tomasiak, ale nie wiadomo, jak trener zdecyduje, jeśli chodzi o drugiego skoczka. Pewnie o wszystkim rozstrzygną treningi i nie jest powiedziane, że Kamil Stoch wystąpi za zasługi.

W tym sezonie, nie licząc postawy Kacpra Tomasiaka, w polskich skokach jest jeszcze gorzej niż w ubiegłym sezonie i dwa lata temu. Dlaczego Polaków dopadł tak głęboki kryzys?
Za długo stawiano na naszych weteranów, a za mało szans dawano w ostatnich latach młodzieży. Niby mówiło się, że mamy młodych i zdolnych skoczków, ale jakoś tego nie widać. Nawet w rywalizacji wśród juniorów nie odnosimy sukcesów.

To jedyny powód?
Brakuje też odpowiedniego systemu szkolenia. Poza tym, może warto było postawić na austriackiego trenera Aleksandra Stoeckla, który przez krótki czas był dyrektorem do spraw skoków w Polskim Związku Narciarskim.

Jak Pan ocenia pracę trenera Maciusiaka w obecnym sezonie?
Proszę mnie zwolnić z odpowiedzi na to pytanie. ©℗

Snowboardziści zawiedli. Bez polskiego podium

Zbigniew Czyż
zbigniew.czyz@polskapress.pl

Nie udały się występy polskich snowboardzistów w slalomie gigancie równoległym podczas igrzysk w Italii. Największa nadzieja na medal, Aleksandra Król-Walas zajęła 7. miejsce.

Król-Walas zakończyła eliminacje na 5. miejscu, co oznaczało awans i dobre rozstawienie w głównych zawodach. W 1/8 finału Polka wyprzedziła Kanadyjkę Aurelie Moisan o 0,36 sekundy i wydawało się, że pójdzie za ciosem. Przejazd w ćwierćfinale okazał się jej ostatnim w tych zawodach. W pojedynku o półfinał rywalką Polki była reprezentantka gospodarzy Lucia Dalmasso. Włoszka okazała się minimalnie lepsza i wyprzedziła naszą reprezentantkę o 0,26 sekundy. Na kwalifikacjach starty zakończyła debiutująca na igrzyskach Maria Bukowska-Chyc, zajmując 27. lokatę w stawce 32. zawodniczek. Złoty medal zdobyła Czeszka Zuzana Maderowa.

Snowboardziści nie trafili z formą

Słabiej od pań zaprezentowali się polscy snowboardziści. Biało-Czerwonmi nie awansowali do 1/8 finału. Michał Nowaczyk zajął w Livigno 23. miejsce, a Oskar Kwiatkowski był 28. W pierwszym przejeździe lepiej z Polaków wypadł Kwiatkowski, plasując się w środku stawki. Mistrz świata z 2023 roku popełnił jednak w drugiej próbie kilka błędów i uzyskał łączny czas 1.28,70. Nowaczyk był szybszy od niego o 0,62 s.

Po zawodach Kwiatkowski w rozmowie z PAP przyznał, że czuje złość i zawód. Mistrzowi świata z 2023 roku nie udał się zwłaszcza drugi przejazd, w którym popełnił błąd w górnym odcinku trasy. - Trasa jest super, przygotowanie też jest OK, wszystko było w porządku. Taki jest ten sport. Nieprzewidywalny, nie wybacza. Szargają mną emocje, czuję zawód i złość, ale brałem pod uwagę taki scenariusz. Jesteśmy na tej jednej krawędzi, przyciskamy na maksa, staramy się jechać jak najszybciej i różne rzeczy mogą się po drodze wydarzyć. Poziom jest bardzo wysoki już od kilku sezonów. W łącznym czasie dwóch przejazdów w jednej sekundzie mieści się 20 czy nawet ponad 20 zawodników, więc jest bardzo, bardzo ciasno. Mam nadzieję, że jeszcze będzie mi dane pojechać na igrzyska za cztery lata - powiedział po zawodach 29-letni snowboardzista.

- Z jednej strony jestem szczęśliwy, że w ogóle się zakwalifikowałem, że podjąłem tę rękawice i mimo małej ilości startów w Pucharze Świata udało się fajnie zrobić postępy i finalnie jechać - podsumował swój start w rozmowie z PAP Michał Nowaczyk.

Mistrzem olimpijskim został reprezentant Austrii Benjamin Karl. ©℗

FOT. PAP

Aleksandra Król-Walas odpadła w ćwierćfinale

Miłe zaskoczenie na skoczni w Predazzo. Anna Twardosz z historycznym wynikiem

Jacek Kmiecik
redakcja@polskapress.pl

Anna Twardosz sprawiła niespodziankę w olimpijskim konkursie na normalnej skoczni w Predazzo, zajmując 10. miejsce - najlepsze w swojej karierze.

23-letnia zawodniczka spod Lanckorony w pierwszej serii skoczyła 96 m przy trudnych warunkach wietrznych, za co otrzymała 15 punktów bonifikaty, dzięki czemu długo utrzymywała się na pierwszym miejscu. Ostatecznie Anna Twardosz zakończyła pierwszą serię na wysokim, ósmym miejscu. Aby jednak marzyć o medalu, w serii finałowej musiałaby odrobić około 6 metrów straty do zajmującej trzecie miejsce Japonki Nozomi Maruyamy.

W drugiej serii skoczkini AZS AWF Katowice uzyskała odległość 93,5 metra, która pozwoliła jej ukończyć olimpijski konkurs na dziesiątym miejscu. To historyczny wynik polskich skoków narciarskich kobiet w zawodach rangi mistrzowskiej.

Twardosz nie kryła emocji po swoim rewelacyjnym występie. - Dużo emocji, dużo stresu. Mega się cieszę i jeszcze to do mnie nie dochodzi. Czułam, że mogłam być w tej czołowej dziesiątce, ale jak już się w niej jest, to jest całkowicie inaczej. Od samego początku wiedziałam, że ten skok był dobry. Może nie jakiś super, ale był dobry i mega się cieszyłam. Takie dopadły mnie emocje na wybiegu... Schodziły ze mnie łzy i cały ten stres. Potem, jak doszłam do szatni i odpaliłam sobie wyniki, to pomyślałam: „No, fajnie!". (śmiech) Tylko wtedy ten stres się znowu pojawił - stwierdziła dzisiąta skoczkini igrzysk.

- Chciałam zachować chłodną głowę, żeby nie napalić się na drugą serię i tego nie zepsuć. Nie wiem, jaki był ten drugi skok. Nie był aż taki zły, bo jednak dziesiąte miejsce jest. Bardzo się cieszę i zachowam to głęboko w sercu. Pokazuje mi to, że mogę. Nawet jeśli te skoki treningowe były ledwo na pierwszą trzydziestkę czy dwudziestkę, to umiem to robić i mogę oddawać skoki na dziesiąte miejsce. Bardzo chciałam być w dziesiątce. To był taki cel. Bardzo się cieszę, że są tutaj moja rodzina i znajomi. Lepiej się skacze, gdy te bliskie osoby są z tobą i słychać je u góry. Łapie za serce - oceniła na gorąco Twardosz w Europorcie.

Druga z Polek, Pola Bełtowska, w pierwszej osiągnęła 78 m i zajęła ostatnie, 50. miejsce w konkursie. - Wydaje mi się, że w tym skoku po prostu cały ten stres, który miałam w sobie, dał się chyba we znaki. Przez to ten skok był tak spóźniony, że to nie miało prawa „polecieć" - oceniła 19-letnia zawodniczka AZS Zakopane.

Niespodziewanie zwyciężyła 27-letnia Norweżka Anna Odine Stroem przed zdecydowaną liderką Pucharu Świata i absolutną faworytką igrzysk Słowenką, 20-letnią Niką Prevc, która zepsuła pierwszy skok. Trzecia była Japonka Nozomi Maruyama. ©℗

eprasa.pl ce9a89353b

DROBNE

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

Biuro Ogłoszeń Lublin: Krakowskie Przedmieście 10
tel. 503 138 578, 81 446 28 02, fax 81 446 82 14
Zapraszamy pn. - pt. 8.00-16.00

kurierlubelski

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

AUTOREKLAMA

nasze komunikaty.pl

REKLAMA 0011475819

Burmistrz Nałęczowa informuje,

że na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami w siedzibie Urzędu Miejskiego w Nałęczowie przy ul. Lipowej 3 oraz w Biuletynie Informacji Publicznej został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia lub oddania w użytkowanie, najem, dzierżawę lub użyczenie **na okres 21 dni**.

REKLAMA 0011475420

BURMISTRZ ŁĘCZNEJ

informuje, że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Łęcznej wywieszony został w dniu 5.02.2026 r. na okres 21 dni, wykaz nieruchomości stanowiącej mienie komunalne i przeznaczonej do oddania w najem.

/Zarządzenie Nr 17/2026 Burmistrza Łęcznej z dnia 5.02.2026 r./

Nieruchomości

MIESZKANIA - WYNAJMĘ

MIESZKANIE do wynajęcia. 2-pok z kuchnią 55 m^2
Lublin ul. Żołnierska (Rogatka warszawska). t. 605-616-111

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

ELEKTRYKA-TANIO-TEL.-693-051-624

GLAZURNIK solidny tel: 663-796-353

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

MYCIE, malowanie dachów, elewacji, szkła, kostki brukowej itp. odśnieżanie dachów, placów, chodników, wywóz śniegu,, 514-299-106

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

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

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

OGRODNICZE

WYCINKA drzew, podcinanie, porządkowanie działek, koszenie, usuwanie karp, wywóz gałęzi, odśnieżanie dachów, placów, chodników, wywóz śniegu - całe województwo, 514-299-106

PORZĄDKOWE

SPRZĄTANIE piwnic, strychów, garaży, działek, domów po lokatorach i zmarłych, wywóz rzeczy, ubrań, gruzu, kucie, prace rozbiórkowe, odśnieżanie dachów, placów, chodników, wywóz śniegu - całe województwo, 887-069-855

WYWÓZ złomu, sprzętu agd, rtv, gruzu, sprzątanie działek, piwnic, inne, rozbiórki domów, szklarni itp, odśnieżanie dachów, placów, chodników, wywóz śniegu - całe województwo, 514-299-106

AUTOREKLAMA

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

INNE

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

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy koło Wadowic - Wielkanoc od 1100 do 1400zł. Możliwość dowozu 501-642-492

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny rolne. Tel. 535135507.

Towarzyskie

ALA 50 lat. tel. 781-981-776

PAN 50 lat Bl. t.726-288-400

SANDRA, 885-213-554

REKLAMA 0011473886

OGŁOSZENIE O PRZETARGU

ZAMAWIAJĄCY

Lubelska Spółdzielnia Mieszkaniowa

ul. Ignacego Rzeckiego 21, 20-637 Lublin
Tel. 81 525-14-18
www.spoldzielnialsm.pl, e-mail: info@spoldzielnialsm.pl

PRZEDMIOT ZAMÓWIENIA
Wykonanie robót remontowo-budowlanych w zasobach Lubelskiej Spółdzielni Mieszkaniowej w 2026 r.

MIEJSCE I TERMIN SKŁADANIA OFERT
Ofertę należy złożyć w siedzibie Zamawiającego w zamkniętej i opisanej kopercie w terminie do dnia 20.02.2026 r. (piątek) do godz. 12.00.

MIEJSCE I TERMIN OTWARCIA OFERT
Otwarcie ofert nastąpi w siedzibie Zamawiającego w dniu 24.02.2026 r. (wtorek) o godz. 11.00.

INFORMACJA O TERMINIE ZAWARCIA UMOWY
Umowa zostanie zawarta z wybranym Wykonawcą po zakończeniu przetargu.

MIEJSCE I SPOSÓB UZYSKANIA SZCZEGÓŁOWYCH WARUNKÓW ZAMÓWIENIA
Szczegółowe Warunki Zamówienia można uzyskać za pośrednictwem poczty elektronicznej, po złożeniu zamówienia na adres e-mail: dti@spoldzielnialsm.pl
W zamówieniu należy podać nazwę firmy, adres, telefon kontaktowy oraz adres e-mail, na który należy przesłać szczegółowe warunki zamówienia.

INFORMACJE DODATKOWE
1. Postępowanie prowadzone jest w trybie przetargu nieograniczonego zgodnie z „Regulaminem organizowania, przeprowadzania przetargów i udzielania zamówień na roboty, dostawy i usługi w zasobach Lubelskiej Spółdzielni Mieszkaniowej" z dnia 28 stycznia 2021 r. Z regulaminem można się zapoznać na stronie internetowej Zamawiającego. Każdy z Oferentów jest zobowiązany do zapoznania się z regulaminem przed złożeniem oferty.
2. Zamawiający zastrzega sobie prawo do swobodnego wyboru oferty, jak też uznania, że przetarg nie dał rezultatu bez podania przyczyn.
3. Dopuszcza się składanie ofert częściowych na poszczególne budynki. Nie dopuszcza się składania ofert wariantowych.
4. Dodatkowe informacje można uzyskać telefonicznie pod nr 81 528-07-27.

REKLAMA 0011474899

ZARZĄD NIERUCHOMOŚCI KOMUNALNYCH W LUBLINIE

ul. Grodzka 12, 20-112 Lublin
tel. (81) 53 71 200, (81) 53 71 203, fax (81) 53 71 201

informuje,
że **w dniu 25.02.2026 roku odbędzie się**

PRZETARG PISEMNY (OFERTOWY) NIEOGRANICZONY na objęcie w najem lokali użytkowych.

Część jawna przetargu odbędzie się **o godzinie 13.00** w sali konferencyjnej ZNK (I piętro) przy ul. Grodzkiej 12 w Lublinie. Wynajmujący zaprasza wszystkich zainteresowanych na publiczne otwarcie ofert.
Ogłoszenie o przetargu zawierające wszystkie wymagane informacje dostępne jest od dnia 9.02.2026 r. na tablicach ogłoszeń:
- w siedzibie ZNK (na parterze budynku przy ul. Grodzkiej 12 w Lublinie),
- w siedzibach administratorów,
- Urzędu Miasta Lublin – ul. Wieniawska 14, VII piętro,
- na stronie internetowej Zarządu Nieruchomości Komunalnych w Lublinie: **www.znk-lublin.pl**
(w zakładce Przetargi – lokale użytkowe i garaże).

Oferty oraz wymagane dokumenty należy złożyć w Zarządzie Nieruchomości Komunalnych w Lublinie, ul. Grodzka 12, w terminie **do 24.02.2026 r. do godz. 13.00**. Druki oferty oraz wymaganych oświadczeń dostępne są na stronie internetowej Wynajmującego. W powyższym terminie wymagane wadium winno znaleźć się na koncie ZNK. Wpłaty wadium w kasie ZNK nie są przyjmowane.

Dodatkowych informacji udzielają pracownicy Działu Lokali Użytkowych ZNK, ul. Grodzka 12, tel. (81) 53 71 203, (81) 53 71 227.

REKLAMA 0011474900

ZARZĄD NIERUCHOMOŚCI KOMUNALNYCH W LUBLINIE

ul. Grodzka 12, 20-112 Lublin
tel. 81 53 71 200, 81 53 71 203, fax 81 53 71 201

informuje,
że **w dniu 25.02.2026 roku o godzinie 10^{00}**
w sali konferencyjnej ZNK (I piętro) przy ul. Grodzkiej 12 w Lublinie odbędzie się

PRZETARG USTNY NIEOGRANICZONY
na objęcie w najem lokali użytkowych.

Ogłoszenie o przetargu zawierające wszystkie wymagane informacje dostępne jest od dn. 9.02.2026 r. na tablicach ogłoszeń:
- w siedzibie ZNK (na parterze budynku przy ul. Grodzkiej 12 w Lublinie)
- w siedzibach administratorów
- Urzędu Miasta Lublin – ul. Wieniawska 14, VII piętro
- na stronie internetowej Zarządu Nieruchomości Komunalnych w Lublinie: **www.znk-lublin.pl (**w zakładce Przetargi – lokale użytkowe i garaże).

Wymagane dokumenty należy złożyć w Zarządzie Nieruchomości Komunalnych w Lublinie, ul. Grodzka 12, w terminie **do 24.02.2026 r. do godz. 13^{00}.** Druki wymaganych oświadczeń dostępne są na stronie internetowej Wynajmującego. W powyższym terminie wymagane wadium powinno znaleźć się na koncie ZNK. Wpłaty wadium w kasie ZNK nie są przyjmowane.

Dodatkowych informacji udzielają pracownicy Działu Lokali Użytkowych ZNK, ul. Grodzka 12, tel. 81 53 71 203, 81 53 71 227.

eprasa.pl ce9a89353b

Gdyby nie mój syn, w najlepszym wypadku bym wyjechał z kraju. A w najgorszym wyjechał w innym kontekście”

Sebastian Fabijański w Pudelku Fot. Karolina Misztal

Z ŻYCIA GWIAZD

Justyna Steczkowska obmywana przez fale
Piosenkarka od kilku dni przebywa na Seszelach. Najpierw zamieściła na Instagramie filmik, na którym widać, jak przysiada na skale i daje się obmywać falom. „Jest pięknie... Miłość, spokój. Tu i teraz” – napisała. Ostatnio podzieliła się z fanami nagraniem z nurkowania, przy okazji prezentując nienaganną sylwetkę w bikini.

Krzysztof Skiba pląsał na plaży
Wokalista grupy Big Cyc z żoną Karoliną przebywa na Malediwach. Tam para zafundowała sobie drugą ceremonię ślubną. Karolina pochwaliła się na Instagramie ujęciem wykonanym podczas składania przysięgi i fotkami ze wspólnego krojenia tortu i pląsów na plaży. Małżonkowie nie szczędzili sobie czułości.

Maja Bohosiewicz odmładzała się w styczniu
Celebrytka udowadnia, że dla perfekcyjnego wyglądu jest w stanie zrobić wiele. Pochwaliła się w mediach, jakie zabiegi na twarz zafundowała sobie w ostatnim czasie. Zachowanie idealnej cery kosztuje ją wiele poświęceń i pieniędzy. Bohosiewicz napisała na Instagramie: „Zrobiłam w styczniu: laser tulowy, laser bbl (BroadBand Light, czyli fotoodmładzanie skóry światłem szerokopasmowym – przyp. red.), kwas polimlekowy, mezo pod oczy, oczyszczanie wodorowe”. Czy poznamy ją w lutym?

W TELEWIZJI

Młode gliny
TVN, 21:35
Nowy serial TVN z doborową obsadą. Rozpoczyna go tragiczna sekwencja zdarzeń. W lesie pod Warszawą dochodzi do strzelaniny. Sprawca strzela z karabinu, zabijając Kazimierza Szwarca i jego synową Justynę, a jedynym ocalałym pozostaje ranny Miłoszek, wnuk ofiary.

Jakub Józef Orliński – oblicza artysty
TVP Kultura, 18:50
Dokument o polskim kontratenorze Jakubie Józefie Orlińskim i jego karierze artystycznej. Podróżujemy razem z artystą przez Nowy Jork, Barceloną i Warszawę, aby towarzyszyć mu podczas prób, nagrań i koncertów.

The Floor
TVN, 20:55
Teleturniej, w którym liczy się nie tylko wiedza, ale również taktyka. Uczestnicy przejmują teren rywali, wyzywając ich na pojedynki, w których trzeba odpowiedzieć na pytanie z konkretnej kategorii..

Zaginiony w akcji
TVP 1, 21:25
Pułkownik oddziałów specjalnych James Braddock (Chuck Norris) otrzymuje zadanie uwolnienia przetrzymywanych w Wietnamie w niewoli żołnierzy. Pomagają mu w tym dawny kolega z armii (M.Emmet Walsh) i pracownica departamentu Stanu (Lenore Kasdorf).

KRZYŻÓWKA NR 20

Poziomo:
1) akwen wodny na Równinie Iławskiej,
5) rzadki ptak, kuzyn głuszca,
9) „Jaka …, taki cierń”, piosenka Edyty Geppert,
10) mineralna lub źródlana,
12) mebel dla oskarżonych,
14) kasztanowa farba do włosów,
15) dawny nadzorca prac rolnych,
16) biednemu wieje w oczy,
17) hinduski przewodnik duchowy,
18) masowe zgromadzenie,
19) mebel na garderobę,
22) starożytne państwo semickie,
23) choroba układu oddechowego, dychawica,
28) przenośnie o intratnej posadzie,
29) siostra wodza Winnetou,
30) wszelka broń, rynsztunek,
31) sznurowany but z cholewką,
34) osesek przy boku klaczy,
38) książeczka studenta z ocenami,
39) europejska stolica z Bramą Brandenburską,
40) dawne urządzenie do mielenia ziarna,
41) zoologiczny lub botaniczny,
42) wyłamał się z ustaleń komitetu protestacyjnego.

Pionowo:
1) czeski reformator religijny,
2) szarozielona, szybka jaszczurka,
3) czasami siły wymaga,
4) czapka z sukna,
5) pospolity krzew iglasty,
6) ma dużą wiedzę w konkretnej dziedzinie,
7) dodatkowe obciążenie,
8) część meczu koszykówki,
11) narzuta na wierzchowca,
13) ryba drapieżna, miękławka,
20) złośliwa, kłótliwa kobieta,
21) żółta gorączka,
24) Sharon, aktorka z filmu „Nagi instynkt”,
25) aromatyczna przyprawa,
26) muzyka improwizowana,
27) relacje między ludźmi,
31) Józef Poniatowski,
32) wino portugalskie,
33) gwałtowny, krótkotrwały wiatr,
35) amerykański producent sprzętu sportowego,
36) utwór Maurice'a Ravela,
37) drugie państwo świata pod względem powierzchni.

ROZWIĄZANIE NR 19

S	Z	P	I	T	A	L	■	H	■	Z	A	S	A	D	Z	K	A	
K	■	I	■	E	■	O	S	O	B	A	■	E	■	E	■	A	■	
R	O	Z	B	R	A	T	■	R	■	B	A	R	A	N	I	C	A	
O	■	Z	■	M	■	N	O	R	K	A	■	I	■	A	■	Y	■	
T	R	A	P	A	N	I	■	O	■	W	I	A	T	R	A	K	I	
■	O	■	I	■	■	K	U	R	K	A	■	■	Ę	■	G	■	■	
I	N	T	R	U	Z	■	M	■	O	■	L	I	C	Z	N	I	K	
■	D	■	A	■	U	Ł	A	N	K	A	■	■	Z	■	A	■	O	
P	O	S	T	Ę	P							P	A	S	T	O	R	
A	■	O	■	■	A							O	■	T	■	■	B	
K	O	L	A	R	Z							S	T	O	P	K	A	
U	■	A	■	■	A							T	■	L	■	O	■	
N	A	R	C	Y	Z							U	F	N	O	Ś	Ć	
E	■	I	■	■	J							R	■	I	■	B	■	
K	O	S	Z	■	I	R	Y	T	A	C	J	A	■	K	L	A	N	

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dzień sprzyja szybkim decyzjom. Zaufaj instynktowi, ale nie ignoruj rad bliskich. Horoskop dzienny mówi, że energia wróci po południu.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój i konsekwencja przyniosą dobre efekty. Horoskop na dziś radzi nie przyspieszać spraw sercowych ani finansowych.

Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowy mogą otworzyć nowe drzwi, ale horoskop dzienny na poniedziałek radzi uważać na chaos informacyjny i niedomówienia.

Byk (20.04 - 20.05)
Emocje będą silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny to wskazówka, by zadbać o granice i nie brać na siebie cudzych problemów.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Masz szansę zabłysnąć. Horoskop na dziś zapowiada, że Twoje działanie zostanie z uznaniem przyjęte przez bliskich oraz znajomych.

Rak (22.06 - 22.07)
Skupienie na detalach się opłaci. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że czeka Cię dobry dzień na porządki i planowanie.

Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia wróci, jeśli jasno wyrazisz swoje potrzeby. Horoskop dzienny wyraźnie podpowiada, by nie odkładać ważnej decyzji na później.

Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja będzie Twoją siłą. Horoskop na dziś to wskazówka, by słuchać wewnętrznego głosu, zwłaszcza w sprawach osobistych.

Waga (23.09 - 22.10)
Pojawi się u Ciebie ochota na zmiany. Horoskop dzienny na poniedziałek zapowiada, że mały krok dziś może zapoczątkować coś większego.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Obowiązki mogą przytłaczać, ale horoskop dzienny mówi, że konsekwencja przyniesie satysfakcję. Wieczór sprzyja odpoczynkowi.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Nieszablonowe myślenie zostanie docenione. Horoskop na dziś wróży, że to dobry moment na kreatywne pomysły i nowe kontakty.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość pomoże zrozumieć innych, horoskop dzienny na poniedziałek radzi jednak nie ignorować również własnych potrzeb.

kurierlubelski
www.kurierlubelski.pl

Redaktor naczelny **Krzysztof Nowacki**,
Z-ca redaktora naczelnego **Marek Podgajny**,
Prezes Makroregionu **Aureliusz Mikos**,
Kierownik działu reklamy **Karolina Rudnicka**

Redakcja Krakowskie Przedmieście 10/1, 20-002 Lublin,
tel. 81 44-62-800, fax 81 44-62-819,
redakcja@kurierlubelski.pl,
Druk Drukarnia ZPR Media S.A., 04-190 Warszawa,
ul Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA
Wydawca **Polska Press Sp. z o.o.**
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10

Prezes Zarządu Polska Press Grupy **Zenon Nowak**
Redaktor naczelny Polska Press Grupy **Marek Twaróg**
Dyrektor artystyczny **Tomasz Bocheński**
Dyrektor kolportażu **Tomasz Osoliński**
Biuro Konsumenta PPG, e-mail: biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

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

eprasa.pl ce9a89353b