

kurier lubelski

Poniedziałek 2.02.2026 | Nr. 14 (18.190) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) | www.kurierlubelski.pl

Jedenastolatki na Instagramie.
Afera w szkole, rodzice w kropce
str. 9



SAN będzie bronił polskich granic. Jest umowa na „tarczę antydronową”
str. 7

Krzysztof Komorski wystartuje w wyborach na szefa KO w Lublinie
str. 4



LUBLIN

Ivan Brkić bohaterem. Motor rozpoczął ligowe granie od wygranej z Pogonią **str. 18**

POW. HRUBIESZOWSKI

Odpowiedzą za znęcanie

Małżeństwo mieszkające w gm. Mi-cze (powiat hrubieszowski) przetrzymywało psy w tragicznych warunkach. - Psy były skrajnie zaniedbane, wygłodzone, przywiązane na łańcuchach przy prowizorycznych schronieniach, z blach, desek i pustaków - relacjonuje asp. szt. Edyta Krystkowiak z hrubieszowskiej policji. Fundacja, która tymczasowo przygarnęła psiaki, szuka dla nich domów i prosi o pomoc finansową.

52-letni małżonkowie, którzy jeszcze usłyszeli zarzuty znęcania

się nad zwierzętami. Grozi za to do trzech lat więzienia.

Policja przypomina, że w związku z niskimi temperaturami opiekunowie zwierząt są odpowiedzialni za zapewnienie im odpowiednich warunków, które uchronią je przed wyziębieniem. Buda psa powinna być dobrze ocieplona, uszczelniona, odizolowana od podłoża i osłonięta od wiatru. Należy wyścielić ją w środku słomą, a nie kocami, które nabierają wilgoci.

Joanna Jastrzębska
Czytaj str. 6

Kolejka wstydu. Aż 143 dni trzeba czekać na wizytę u psychologa
str. 14

EKOLOGIA MIASTO DOŁOŻY DO WYMIANY KOPCIUCHÓW

Ostatni rok palenia węglem w piecach?

Artur Jurkowski
Lublin

Przestarzałe i nieekologiczne - część mieszkańców Lublina „z przymusu” będzie musiało w tym roku wymienić piec węglowy na inny. To skutek uchwały antysmogowej.

Od 1 stycznia 2027 r. nielegalne będzie korzystanie z urządzeń np. „klasy 3”. Połowę kosztów wymiany może sfinansować miasto. W puli do wydania ma 900 tys. zł.

- Od lat oferujemy wsparcie finansowe w postaci Programu Ograniczania Niskiej Emisji na wymianę starych źródeł ogrzewania na nowoczesne i bardziej ekologiczne rozwiązania. Nabór wniosków dla wygody mieszkańców prowadzimy przez cały rok - mówi Tomasz Fulara, zastępca prezydenta Lublina.

Ten rok dla wielu posiadaczy pieców będzie przełomowy. Do 31 grudnia 2026 r. będzie można bowiem korzystać z pieców węglowych „klasy 3 i 4”, czyli urządzeń często występujących jeszcze w naszych domach.

Konieczność wymiany to efekt wejścia w życie kolejnego etapu uchwały antysmogowej obowiązującej na terenie woj. lubelskiego.

Za pół ceny

Aby przystąpić do Programu Ograniczania Niskiej Emisji (PONE), należy złożyć wniosek o udzielenie dotacji do Wydziału Ochrony Środowiska UM Lublin. Wnioski można składać przez cały rok.

- Wysokość dofinansowania zgodnie z regulaminem programu wynosi 50 procent poniesionych kosztów - przypomina Monika Głazik z biura prasowego lubelskiego ratusza.



Mieszkańcy Lublina mogą skorzystać z miejskiego dofinansowania do wymiany starych pieców i kotłów

W Lublinie program PONE działa od 2013 r. Do końca 2025 r. w wypłacono dotacje w wysokości 8,5 mln zł.

- Dzięki czemu zlikwidowano łącznie około 1080 pieców i kotłów opalanych drewnem i węglem - wylicza Głazik.

W 2026 roku na realizację programu w budżecie Lublin zarezerwowano 900 tys. zł.

Mandat do 500 zł

W Lublinie stale prowadzone są kontrole spalania odpadów, uchwały antysmogowej oraz zgodności zgłoszeń do Centralnej Ewidencji Emisyjności Budynków.

Od początku roku (do 27 stycznia) funkcjonariusze Straży Miejskiej przeprowadzili 251 kontroli tego, co się spala w piecach, 84 kontrole dotyczące kategorii pieców (czy spełniają zapisy uchwały antysmogowej) oraz

66 kontrole zgodności zgłoszeń do Centralnej Ewidencji Emisyjności Budynków.

Strażnicy nałożyli 11 mandatów łącznie na kwotę 3,5 tys. zł. Dwa dotyczyły spalania w piecach kawałków płyt meblowych, co jest zabronione.

- Z roku na rok rośnie świadomość, tego, jakich materiałów nie można wykorzystywać jako paliwa dla pieców. Wiele lat temu zdarzało się, że w piecach spalano np. podkłady kolejowe, przepracowany olej czy ubrania - wskazuje Robert Gogola, rzecznik prasowy lubelskiej Straży Miejskiej.

Zakazy od 1 stycznia

Uchwała w sprawie ograniczeń i zakazów w zakresie eksploatacji instalacji, w których następuje spalanie paliw - tzw. „uchwałę antysmogową” - dla województwa lubelskiego weszła w życie w 2021 r.

Nr ISSN 2353-6136

Nr indeksu 350-32X





RÓBMY WIĘCEJ DLA MŁODYCH MISTRZYŃ

Dołącz do programu
sportowyorlen.pl

nasz REGION

KRÓTKO

LUBLIN

NIK skontrolował spółki

Nadzór właścicielski do poprawy - takim wnioskiem zakończył się audyt Najwyższej Izby Kontroli w trzech spółkach, nad działalnością których czuwać powinien zarząd województwa lubelskiego. - Wypłacono nienależne odprawy i zawyżano wynagrodzenia, bezpodstawnie używano samochodu prywatnego do celów służbowych i korzystano z mienia spółek do celów prywatnych - twierdzi NIK.

Analizę przeprowadzono w dwóch spółkach, w których udział ma wyłącznie urząd

marszałkowski, a więc Lubelskie Dworce i Lubelski Regionalny Fundusz Rozwoju, oraz spółce, w której udział urzędu wynosi 47 proc. (pozostałymi udziałowcami są gmina Lublin, gmina miejska Świdnik i powiat świdnicki), czyli Port Lotniczy Lublin. Dotyczyła lat 2021-2024.

Łącznie NIK sformułowała 21 wniosków pokontrolnych, które zostały wykonane lub przyjęte do realizacji. O możliwości popełnienia przestępstwa zawiadomiono prokuraturę.

LUBLIN

Marszałek wręczył nagrody



W sobotę w Filharmonii im. Henryka Wieniawskiego w Lublinie ogłoszono nowych Ambasadorów Województwa Lubelskiego. Wyróżnienie marszałka przyznawane jest w kategoriach: osoba fizyczna, firma i instytucja. Przyznano także certyfikaty projektu „Marka LUBELSKIE”.

LUBLIN

Usłyszała wyrok za zabójstwo

Sąd Okręgowy w Lublinie skazał Ewę T. na 13 lat więzienia za zabójstwo partnera w grudniu 2024 r. w Niedźwiadzie (pow. lubartowski). Według ustaleń dźgnęła go nożem w serce podczas kłótni przy obróbce mięsa. W trakcie śledztwa podejrzana przyznała się do winy. Wyjaśniła, że był to nieszczęśliwy wypadek, bo była pod wpływem alkoholu.

Według lubartowskiej prokuratury 55-latką chciała zabić partnera i chociaż do tragedii doszło w trakcie kłótni, to schemat jej działania był zaplanowany. „Po tym, jak się wywróciła, bez wahania wstała i podeszła do zlewu, wyjęła nóż, zadała cios, wyciągnęła narzędzie z rany i je odłożyła” - ocenił śledczy w akcie oskarżenia. Wyrok jest nieprawomocny.

REGION

Na dworcach można grać się całą dobę

Siarczyste mrozy mogą być zagrożeniem dla zdrowia i życia osób, które nie mają dachu nad głową. Poza ogrzewalniami i noclegowniami najzimniejszą część doby można spędzić również w budynkach dworców kolejowych. Do 8 lutego całodobowo otwarte będą budynki dworców w: Chełmie, Dęblinie, Kaniach, Kraśniku, Lubartowie, Lublinie, Łukowie, Nałęczowie, Sadurkach, Świdniku, Trawniskach. JJ



LUBLIN

Książkomat na KUL

Przy wejściu do Kolegium Jana Pawła II Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego od ul. Łopacińskiego stanął pierwszy książkomat. Za jego pośrednictwem można wypożyczać, jak i oddawać książki.

Wojewoda lubelski rzuca rękawicę Krzysztofowi Żukowi

Jakub Sarek
Lublin

Wojewoda lubelski Krzysztof Komorski wystartuje w wyborach na szefa KO w Lublinie. Jego rywalem będzie Krzysztof Żuk.

Jest kolejny kandydat na przewodniczącego Koalicji Obywatelskiej w Lublinie. To Krzysztof Komorski, wojewoda lubelski.

- Do startu namawiali mnie członkowie KO, kilku szefów kół i nasi wyborcy. Na początku się wzbraniałem, ale stwierdziłem w pewnym momencie, że czas wziąć te opinie mocno do serca. Cięży na mnie duża odpowiedzialność w administracji publicznej w związku z zajmowanym stanowiskiem. Sądzę, że nadszedł moment, aby zaangażować się mocniej w struktury KO - mówi „Kurierowi” Krzysztof Komorski.

Jak podkreśla Komorski, swoją decyzję o starcie ogłosił w ubiegłym tygodniu podczas spotkania miejskich struktur KO w Lublinie.

- W pierwszej kolejności o swojej kandydaturze poinformowałem prezydenta Krzysztofa Żuka. Nie miał nic przeciwko. Dostałem też zgodę od władz krajowych. Te kandydatury pokazują, że jesteśmy partią demokratyczną, a nasza rywalizacja z prezydentem Żukiem będzie jedną z najciekawszych w historii lubelskiej KO - wskazuje wojewoda.



Wynik rywalizacji pomiędzy prezydentem Lublina Krzysztofem Żukiem a wojewodą lubelskim Krzysztofem Komorskim poznamy 8 marca



W przeszłości Komorski (rocznik 1983) blisko współpracował z Żukiem. W latach 2015-18 był jego zastępcą ds. kultury, sportu i partycypacji, a wcześniej z-cą szefa jego kancelarii. Z kolei w wyborach samorządowych w 2014 r. był szefem jego sztabu wyborczego.

W latach 2018-23 pełnił mandat radnego Sejmiku Województwa Lubelskiego. W grudniu 2023 r. premier Donald Tusk powołał go na stanowisko wojewody lubelskiego.

Wybory lidera KO w Lublinie odbędą się 8 marca. Tego samego dnia działacze wskażą przewodniczącego regionu lubelskiego tego ugrupowania. O jego fotel rywalizować będą poseł Michał Krawczyk i eurodeputowana Marta Wcisło.

Rywalem wojewody będzie urzędujący prezydent Lublina Krzysztof Żuk.

- Wierzę, że nasza organizacja jest silna wtedy, gdy potrafimy ze sobą rozmawiać, współpracować i szukać tego, co łączy. Ten duch wzajemnych relacji przyswieca mi od lat zarówno w pracy samorządowej, jak i w relacjach wewnątrz naszej partii i chciałbym, by atmosfera dialogu i zrozumienia nadal towarzyszyła nam na co dzień - napisał.

Jednocześnie poprosił mieszkańców o wsparcie, a członków Koalicji Obywatelskiej o głos.

Prezydenta Lublina poparł już Michał Krawczyk, który powalczy z Martą Wcisło o przywództwo w lubelskich strukturach Koalicji Obywatelskiej.

Krzysztof Żuk jest prezydentem Lublina od 16 lat. Po raz

pierwszy został wybrany w grudniu 2010 roku. W II turze wyborów prezydenckich, która odbyła się 5 grudnia 2010 r. uzyskał 54,65% poparcia wyborców. W wyborach samorządowych 16 listopada 2014 r. został wybrany na drugą kadencję uzyskując w I turze wyborów wynik 60,13% ważnych głosów. Po raz trzeci został prezydentem w wyborach samorządowych 21 października 2018 r. już w I turze wyborów, z poparciem 62,32%. W 2024 roku został wybrany na czwartą kadencję, uzyskując w I turze wyborów 57,49% głosów mieszkańców.

Do Platformy Obywatelskiej dołączył w 2010 roku. W listopadzie 2017 został przewodniczącym struktur PO w województwie lubelskim, w 2021 nie ubiegał się o ponowny wybór na tę funkcję.

Trasa Lublin – Nałęczowa będzie przebudowana

Artur Jurkowski
Lubelskie

Inwestycja zacznie się od odcinka od granicy Lublina do obwodnicy miasta. Urząd Marszałkowski na tym etapie praca może zaoszczędzić ponad 20 mln zł.

22 miesiące ma potrwać przebudowa drogi łączącej Lublin z Nałęczowem, czyli trasy DW830 na odcinku od granicy Lublina do obwodnicy tego miast. Chodzi o fragment o długości prawie 3 km.

W czwartek (29 stycznia) Zarząd Dróg Wojewódzkich w Lublinie dowiedział się, ile może go kosztować inwestycja. I ma powody do zadowolenia.

ZDW był gotów wydać na prace 52,8 mln zł. Zainteresowani kontaktem, chcąc za wykonanie robót otrzymać dużo mniej. Złożone oferty wahają się od 29,2 mln zł do 40,4 mln zł. Najtańsza jest spółka PBI Infrastruktura z Kraśnika.

Zakres praca? - Rozbiórka starego i budowa nowego mostu na rzece Łazęga oraz przebudowa 3

skrzyżowań. Budowa 2,7 km ścieżek rowerowych, 1,3 km chodników oraz 8 zatok autobusowych. Inwestycja zakłada pełne zniesienie barier architektonicznych dla osób z niepełnosprawnościami - wylicza Paweł Zdybel z Zarządu Dróg Wojewódzkich w Lublinie.

Trasa nie zmieni przebiegu. Przebudowana jezdnia będzie miała 7 metrów szerokość. Obecna jezdnia zostanie wzmocniona. Pojawi się nowe oświetlenie uliczne.

- Przy każdej inwestycji, przy każdej budowie kierowcy

muszą liczyć się z utrudnieniami, ponieważ to będzie wykonywane pod ruchem. Od wykonawcy będzie zależało, czy będzie pracował na objazdach drogowych, czy po prostu na wahadłach poprzez sygnalizację świetlną - zapowiadała tydzień temu podczas konferencji prasowej Paweł Szumera, dyrektor Zarządu Dróg Wojewódzkich w Lublinie.

Jeśli inwestycja będzie przebiegać zgodnie z planem to roboty drogowe zakończą się na przełomie 2027 r. i 2028 r. ©©

REKLAMA

0311451122



RÓBMY WIĘCEJ DLA MŁODYCH ARTYSTEK

Dołącz do programu
kulturalnyorlen.pl

Piekło psów w gm. Mircze. „Tego miejsca nie da się opisać słowami”

Joanna Jastrzębska
gm. Mircze, pow. hrubieszowski

Małżeństwo spod Hrubieszowa (woj. lubelskie) odpowie za znęcanie się nad 16 psami, które przetrzymywane były na mrozie w niedopuszczalnych warunkach.

Jak informuje policja, na psy w tragicznych warunkach natknął się dzielnicowy. Na jednej z posesji w gm. Mircze przebywało 18 psów, z których większość była przywiązana na łańcuchach, niektóre na za krótkich, i w prowizorycznych schronieniach. Zwierzęta mogły szukać ciepła jedynie między starymi arkuszami blach, płytami eternitowymi, deskami i pustakami, które oparte były o drzewa lub maszyny rolnicze.

- Uwiązane na łańcuchach psy nie miały przy schronieniach wody ani pożywienia. Łańcuchy były zbyt krótkie, poskręcane lub opłatanie o elementy maszyn rolniczych - relacjonuje policjantka.

Zwierzęta trafiły pod opiekę Fundacji 4 Paws - Wschodni Patrol dla Zwierząt.

- Zabraliśmy 18 psów z miejsca, którego nie da się opisać słowami. Zagłodzone. Zmarznięte. Złamane psychicznie. One już wyszły z piekła - teraz musimy je utrzymać przy życiu - piszą przedstawiciele fundacji.

Fundacja 4Paws potrzebuje: karmy mokrej i suchej, bud, kojców, ciepłych legowisk, smyczy, szelek, obroży, podkładów higienicznych.

Dary z Zamościa i okolic fundacja odbierze osobiście, ale można też wysłać paczki.



Fundacja, która tymczasowo przysparza psaki, szuka dla nich domów i prosi o pomoc finansową

FOT. POLICJA HRUBIESZOWSKA

Remont żłobka dzieli. Hałas i kurz vs. bezpieczeństwo dzieci

Artur Jurkowski
Lublin

- Hałas, kurz, brak spokojnych warunków do snu oraz ekspozycja na substancje chemiczne - rodzice oburzeni warunkami, w jakich przebywają ich dzieci w trakcie trwającego remontu żłobka przy ul. Zelwerowicza.

Rodzice dzieci uczęszczających do żłobka nr 9 przy ul. Zelwerowicza niepokoją się o zdrowie swoich pociech. Chodzi o trwający remont placówki.

- Największy niepokój budzi fakt, że prace remontowe prowadzone są w godzinach funkcjonowania żłobka i obecności dzieci. W tym czasie wykonywane są bardzo głośne prace budowlane (wiercenie, kucie), a w pomieszczeniach unosi się pył budowlany oraz wyczuwalne są intensywne zapachy materiałów chemicznych - pisze w liście do redakcji Kuriera Lubelskiego matka jednego z dzieci.

- Roboty generujące zwiększony hałas, takie jak kucie czy wiercenie, realizowane są wyłącznie poza godzinami funkcjonowania żłobka, tj. w godzinach od 18.00 do 22.00 oraz w weekendy. W trakcie pracy placówki wykonywane są jedynie prace ciche, każdorazowo po wcześniejszym uzgodnieniu ich zakresu z dyrektorką żłobka - mówi Monika Głazik z biura prasowego lubelskiego ratusza.



FOT. ARCHIWUM

Rozbudowa żłobka powinny zakończyć się w marcu. Wtedy z placówki będzie mogło korzystać 390 dzieci

Remont placówki ruszył w lipcu 2025 r.

- Rodzice byli informowani, że prace obejmą wyłącznie piętro budynku. W rzeczywistości jednak remont został rozszerzony również na parter, czyli przestrzeń, w której codziennie przebywają dzieci w wieku około 1-2 lat - przekonuje Czytelniczka. I dodaje: - Dzieci przebywają w takich warunkach nawet około 8 godzin dziennie. Po powrocie do domu są wyraźnie zmęczone, rozdrażnione i nadmiernie pobudzone. - opisuje Czytelniczka.

- Roboty prowadzone są z zachowaniem szczególnej ostrożności oraz z dbałością o bezpieczeństwo i komfort dzieci oraz personelu placówki. Strefy objęte robotami zostały odpowiednio zabezpieczone i odseparowane od części użytkowej budynku - twierdzi Głazik.

Żłobek przy ul. Zelwerowicza to największa i najmłodsza placówka tego typu w Lublinie. Działa od września 2018 r. Może z niej korzystać 210 dzieci. Do końca marca 2026 r. obiekt ma być rozbudowany. Wtedy będzie mogło do niego uczęszczać 390 dzieci.

- Od początku realizacji zadania naszym priorytetem jest bezpieczeństwo i komfort dzieci. Zakres prac zgodnie z zawartą umową obejmuje zarówno piętro jak i parter budynku - podkreśla Głazik.

Rodzice obawiają się, że przebywanie dzieci w budynku, gdzie trwają prace budowlane wpłyną negatywnie na zdrowie ich pociech.

- Hałas, kurz, brak spokojnych warunków do snu oraz ekspozycja na substancje chemiczne mogą mieć negatywne konsekwencje zdrowotne, zwłaszcza dla dzieci z niedojrzałym układem nerwowym i oddechowym - wskazuje nasz Czytelniczka.

- W związku z pojawiającymi się uwagami Zarząd Inwestycji Miejskich zwrócił się do wykonawcy o dodatkową weryfikację zakresu przeprowadzanych robót w godzinach pracy żłobka, w szczególności pod kątem hałasu oraz rozwiązań ograniczających ewentualne uciążliwości - dodaje Głazik.

Przebudowa żłobka pochłonie 3,32 mln zł. Ma potrwać do końca marca.

- Odbiory wykonanych prac na piętrze budynku aktualnie dobiegają końca. W najbliższym czasie planowane jest przeniesienie dzieci do już wyremontowanych sal na piętrze, co wpłynie na poprawę warunków pobytu w placówce - zapewnia Głazik.

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

Tutaj zlecisz ogłoszenie

ibo.polskapress.pl

0011471903

Pani
Kamili Chudaszek

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

Ojca

składają

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



Centrum Onkologii z nowym sprzętem. Szybka diagnostyka i większa dostępność

oprac. AP
Lublin

Nowoczesny sprzęt, krótsze kolejki do specjalistów i szybsza diagnostyka onkologiczna - to najważniejsze efekty projektu realizowanego w Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli.

28 stycznia w Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej zaprezentowano rezultaty projektu, którego celem było zapewnienie równego dostępu do opieki zdrowotnej oraz wzmocnienie systemu ochrony zdrowia w obszarze ambulatoryjnej opieki specjalistycznej (AOS) i leczenia jednodniowego. Całkowita wartość przedsięwzięcia wyniosła prawie 47,5 mln zł, z czego ponad 38 mln zł stanowiło dofinansowanie z Unii Europejskiej.



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Rezonans w Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej

Rosnąca liczba zachorowań

W województwie lubelskim notuje się ponad 10 tys. nowych zachorowań na nowotwory rocznie. Najczęściej diagnozowane są nowotwory piersi, płuc, jelita grubego i prostaty.

Region znajduje się w czołówce pod względem zapadalności na choroby nowotworowe i odnotowuje stały wzrost zachorowań. Tylko w 2024 roku trzy główne szpitale kliniczne w Lublinie przyjęły o 10 proc. więcej pacjentów onkologicznych niż rok wcześniej.

Dzięki realizacji projektu COZL będzie mógł udzielać ponad 121,5 tys. porad rocznie w ramach ambulatoryjnej opieki specjalistycznej. Maksymalna roczna liczba pacjentów, którzy uzyskają wsparcie, przekroczy 218 tys. osób. Inwestycja pozwoli na odciążenie lecznictwa szpitalnego z diagnostycznych hospitalizacji możliwych do realizacji w trybie ambulatoryjnym i jednodniowym oraz skrócenie czasu oczekiwania na badania i zabiegi. Przełoży się to na szybszą diagnostykę i leczenie pacjentów on-

kologicznych, a także na wzrost ich bezpieczeństwa i komfortu.

Nowoczesny sprzęt

Dzięki wsparciu z Funduszy Europejskich COZL zostało dofinansowane 132 sztuki nowoczesnej aparatury i sprzętu medycznego. Zakupiono m.in. rezonans magnetyczny o wartości 11,5 mln zł wraz z aparatem anestezyjologicznym do MRI, tomograf komputerowy do planowania radioterapii za 7,6 mln zł, 12 aparatów USG o łącznej wartości 7,2 mln zł, system weryfikacji położenia pacjenta w radioterapii, tor wizyjny minihisteroskopu oraz automatyczny kapilarny sekwenator DNA. Sprzęt trafił m.in. do Ośrodka Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia, Centrum Genetyki Klinicznej, Ośrodka Rehabilitacji, 10 poradni specjalistycznych oraz 5 pracowni diagnostycznych.

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

BEZPIECZEŃSTWO

Balony z Białorusi nad Polską

W nocy z 31 stycznia na 1 lutego 2026 roku strona białoruska podjęła ponowną próbę rozpoznania i sprawdzenia reakcji systemów obrony powietrznej RP, które zarejestrowały wloty w polską przestrzeń powietrzną obiektów o charakterze balonów - poinformowało w niedzielę rano Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych.

DORSZ przekazało, że „loty obiektów były monitorowane przez wojskowe systemy radiolokacyjne i nie stanowiły zagrożenia dla bezpieczeń-

stwa przestrzeni powietrznej Polski”. Zapewniło, że jest w stałym kontakcie z odpowiednimi służbami i instytucjami i na bieżąco przekazuje zebrane dane dotyczące zaobserwowanych obiektów.

Straż Graniczna dodała w komunikacie, że prawdopodobnie były to balony przemysłowe. Jak dodała, trwają czynności mające na celu ustalenie okoliczności zdarzenia. „Każdy sygnał o naruszeniu lub zbliżeniu się do strefy nadgranicznej jest przez służby weryfikowany” - zaznaczyła SG.

GDĄŃSK

Thumy na zamrożonej Motławie



FOT. PRZEMYSŁAW SWIDERSKI

Kilkunastostopniowe mrozy spowodowały, że skutą lodem Motławę tłumy zaczęły traktować jak ślizgawkę lub nową przestrzeń spacerową. - Wchodzenie na zamrożone rzeki, jeziora i kanały, zawsze wiąże się z ryzykiem, grubość lodu bywa zmienna i zdradliwa - przypomina policja.

ZIMA

37 ofiar mrozów w Polsce

Według Rządowego Centrum Bezpieczeństwa tej zimy w Polsce z powodu wychłodzenia zmarło już 37 osób.

W niedzielę łódzka policja poinformowała o znalezieniu zwłok mężczyzny. Prawdopodobnie zmarł z powodu wychłodzenia organizmu.

Według dobowego raportu Rządowego Centrum Bezpieczeństwa od 1 listopada 2025 r.

w Polsce z powodu wychłodzenia zmarło 37 osób (najwięcej w Lubelskim - 6). To najwięcej ofiar zimy w ostatnich czterech sezonach zimowych. Dla porównania zimą 2024/2025 z zimy zmarło 14 osób, w sezonie 2023/2024 28 osób, a rok wcześniej 21 osób.

IMGW wydał ostrzeżenia przed silnym mrozem dla większości kraju.

POLITYKA

Przewodniczącą Polski 2050 została wybrana minister funduszy i polityki regionalnej Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz, którą w powołanej II turze wyborów poparło 350 członków partii - poinformowało biuro prasowe ugrupowania. Na jej rywalkę - szefową Ministerstwa Klimatu i Środowiska Paulinę Hennig-Kłoskę - głos oddało 309 osób. Uprawnionych do głosowania było ponad 800 działaczy z całej Polski.

”

Najważniejsze, że proces wyborczy w naszej partii dobiegł końca. Przed nami ciężka praca, by odzyskać zaufanie wyborców

Paulina Hennig-Kłoska minister klimatu i środowiska

PiS ma mniej zwolenników niż obie Konfederacje

Dorota Kowalska
Warszawa

Na prawicy sporo się dzieje. Prawo i Sprawiedliwość zalicza największy sondażowy spadek; w każdym razie tak kiepskich notowań nie miało od lat.

Gdyby wybory odbywały się w najbliższą niedzielę, 29,3 proc. badanych zagłosowałoby na KO, 20,4 proc. - na PiS, 11,2 proc. - na Konfederację, 9,8 proc. - na Konfederację Korony Polskiej, a 5,8 proc. - na Lewicę - wynika z najnowszego sondażu CBOS. Pozostałe ugrupowania nie przekroczyłyby progu wyborczego.

A to oznacza, że na Konfederację i Konfederację Korony Polskiej zagłosowałoby więcej wyborców niż na Prawo i Sprawiedliwość. Co więcej, wydaje się, że prezes Kaczyński, który obecnie przebywa w szpitalu, nie ma pomysłu jak wyjść z tego impasu, bo słabym sondażom towarzyszy jawna wewnętrzna walka poszczególnych frakcji.

Jak dowiadują się twórcy sondażów politycznych „Stan Wyjątkowy”, stronnicy Mateusza Morawieckiego - zwani w PiS „harcercami” - liczą na to, że uda się im przekabacić na swą stronę jednego z liderów konkurencyjnej frakcji „maślarzy”: Przemysława Czarnka. Udało im się na razie jedno - Czarnek, tak jak „harcercze”, uznał, że niektóre reformy sądowe z czasów rządów PiS były nietrafione.



FOT. WOJCIECH WOJTKIEWICZ

Formacja Jarosława Kaczyńskiego zalicza największy sondażowy spadek; tak kiepskich notowań nie miała od lat

Skąd ta wojna między frakcjami? Wszystko wzięło się stąd, że choć PiS wygrał wybory prezydenckie, w każdym razie wygrał je Karol Nawrocki popierany przez PiS, partia traci w sondażach. Politycy PiS dostrzegli więc potrzebę obrania nowego politycznego kursu, tyle że jego poszukiwania zapoczątkowały nowe spory, które są pokłosiem starych. Jeden z nich toczy się między byłym premierem Mateuszem Morawieckim i jego ludźmi, nazywanymi też „harcercami”, a grupą tzw. maślarzy. Na czele tych drugich stoją Przemysław Czar-

nek, Patryk Jaki, Jacek Sasin i Tobiasz Bocheński.

„Maślarze” połączyli siły przy okazji rozmów o nowym programie, który PiS zamierza stworzyć na wybory parlamentarne w 2027 roku, w grupie, która miała nad nim pracować, nie znalazł się Mateusz Morawiecki, znaleźli się za to: Mariusz Błaszczak, Jacek Sasin, Przemysław Czarnek, Tobiasz Bocheński i Patryk Jaki. W Prawie i Sprawiedliwości doszło do prawdziwej burzy, interweniował Jarosław Kaczyński, tyle że ponoć sam miał zatwierdzić brak obecności Morawieckiego w tym gronie.

Dodatkowo sprawa Zbigniewa Ziobry i jego azylu na Węgrzech też jest dla PiS obciążeniem, czego nie kryją niektórzy politycy tego ugrupowania. Ziobro to polityk, który nie cieszy się specjalną sympatią, do tego jest całkiem spora grupa osób sceptycznych wobec Ziobry i jego poczynań jako ministra sprawiedliwości, które są jednocześnie wyborcami Prawa i Sprawiedliwości.

Do tego, o czym było na samym początku, spełnił się czarny sen Kaczyńskiego i na prawicy wyrósł mu nie jeden, a dwóch konkurentów. W każdym razie, jak wynika z badań 25 procent wyborców PiS z roku 2023 roku jest dzisiaj w gronie wyborców Konfederacji i Grzegorza Brauna. To nowość dla Prawa i Sprawiedliwości, którego pozycja na prawicy była dotąd niezagrożona. I pewnie stąd biorą się wszystkie kłopoty Jarosława Kaczyńskiego.

Ale przed Konfederacją, która prawie sondaże ma świetne, też trudny czas.

Sąd Najwyższy ma rozstrzygnąć odwołanie tego ugrupowania od uchwały PKW odrzucającej sprawozdanie finansowe za rok 2024.

- Jak przegramy, to na trzy lata tracimy subwencję - powiedział „Newsweekowi” Michał Wawer, poseł i skarbnik Konfederacji.

Konkretnie 12 milionów złotych w tej kadencji Sejmu. PAP

SAN będzie bronił granic przed napaścią. Umowa na polską „tarczę antydronową” podpisana

Robert Szulc, DK
Warszawa

Resort obrony podpisał jedną z największych umów modernizacyjnych ostatnich lat: kontrakt wart około 15 mld zł netto na dostawę 18 baterii systemów antydronowych SAN.

Umowa została zawarta 30 stycznia 2026 r. pomiędzy Agencją Uzbrojenia a konsorcjum utworzonym przez Polską Grupę

Zbrojeniową, wraz z firmą APS, oraz norweskiego Kongsberga.

- To pierwszy taki system tarczy antydronowej w Europie. Wykorzystujemy nowoczesne technologie oraz zdolności polskiego przemysłu zbrojeniowego do skutecznej ochrony naszych obywateli zwłaszcza na wschodzie Polski - powiedział wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz po podpisaniu umowy na dostawę elementów systemu antydronowego SAN.

Dzięki programowi SAN Polska uzyska wielowarstwowy, mobilny system obrony przed bezałogowymi statkami powietrznymi (BSP). Jest on w pewnym sensie odpowiedzią na rosnące zagrożenie, jakie wynika z coraz liczniejszego udziału bezałogowych statków powietrznych w działaniach bojowych. Ma w tej kwestii zamknąć luki, jakie uwidoczniły rosyjskie drony, które naruszały polską przestrzeń powietrzną (kulminacja tych wy-

darzeń nastąpiła w nocy z 9 na 10 września 2025 r.).

Podpisana w piątek umowa ma wartość około 15 miliardów złotych i ma zaowocować dostawą w latach 2026-2028 łącznie 18 baterii systemu.

Każda z 18 baterii SAN ma posiadać trzy plutony ogniowe zdolne do samodzielnego wykrywania, klasyfikacji i zwalczania dronów oraz pluton wsparcia odpowiedzialny za dowodzenie całością sił oraz zadania logistyczne.

Papież Leon XIV zaniepokojony wzrostem napięć między USA i Kubą

oprac. Anna Nagel
Watykan

Papież Leon XIV w pozdrowieniach po modlitwie Anioła Pańskiego zaapelował o rozejm olimpijski w związku z rozpoczynającymi się w piątek zimowymi igrzyskami Mediolan-Cortina.

- Te wielkie wydarzenia sportowe stanowią mocne przesłanie braterstwa i ożywiają nadzieję na świat żyjący w pokoju. Taki jest również sens „rozejmu olimpijskiego” - starożytnego zwyczaju towarzyszącego przebiegowi Igrzysk - wskazał Leon XIV.

Papież wyraził również głębokie zaniepokojenie wzrostem napięć między Stanami Zjednoczonymi i Kubą.

- Otrzymałem z wielkim zaniepokojeniem informacje na temat wzrostu napięcia między Kubą i Stanami Zjednoczonymi, dwoma bliskimi krajami. Przyłączam się do przesłania kubańskich biskupów, zachęcając wszystkich rządzących, by promowali szczery i skuteczny dialog, by uniknąć przemocy i wszelkich działań, które mogłyby zwiększyć cierpienia drogiego narodu kubańskiego - powiedział papież.

W opublikowanym w sobotę przesłaniu katoliccy biskupi Kuby podkreślili swoje zaniepokojenie pogarszającą się sytuacją społeczną, gospodarczą i humanitarną w kraju. Ostrzegli przed ryzykiem pogłębiania się kryzysu społecznego, zwłaszcza w kontekście bezpieczeństwa energetyczne państwa. PAP



Leon XIV przyłączył się do apelu kubańskich biskupów. Zachęcił do dialogu, aby uniknąć przemocy

Trump: Iran negocjuje, zobaczymy, co z tego wyjdzie

oprac. Anna Nagel
Waszyngton

Prezydent USA Donald Trump powiedział w sobotę, że prowadzi rozmowy z Iranem, lecz zasugerował, że wciąż może zdecydować się na uderzenie przeciwko Teheranowi.

Prezydent USA powiedział też, że nie może zdradzić swojego planu sojusznikom USA w regionie. Trump odniósł się w ten sposób do sytuacji wokół Iranu w rozmowie z dziennikarką Fox News, Jacqui Heinrich. W odpowiedzi na sugestię, że bliskowschodni sojusznicy USA są sceptyczni co do możliwości zawarcia porozumienia z Iranem na temat jego programu jądrowego, Trump odparł, że to prawda.

- Ale oni negocjują, więc zobaczymy, co się wydarzy. Wiesz, ostatnim razem, kiedy negocjowali, musieliśmy wyeliminować ich program nuklearny, to nie wyszło. Więc wyeliminowaliśmy to w inny sposób - powiedział Trump.

Powtórzył przy tym, że w kierunku Iranu zmierza „wielka flota”, sugerując, że może zostać użyta w razie niepowodzenia rozmów.

Pytany o to, że sojusznicy USA z Zatoki Perskiej nie wiedzą, jaki jest jego plan wobec Iranu, Trump stwierdził, że nie może go im zdradzić.

- Nie możemy powiedzieć im planu. Gdybym powiedział



ALEX BRANDON/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Od fali protestów, brutalnie stłumionych przez irański reżim na początku stycznia, Donald Trump wydał liczne ostrzeżenia pod adresem Teheranu

im plan, to byłoby prawie tak złe, jakbym powiedział go sobie - a nawet gorsze - powiedział prezydent USA. - Ale zobacz, plan jest taki, że (oni) rozmawiają z nami i zobaczymy, czy możemy coś zrobić. W przeciwnym wypadku zobaczymy, co się wydarzy - dodał.

W piątek Trump powiedział dziennikarzom, że jest w bezpośrednim kontakcie z Iranem i ocenił, że reżim chce zawrzeć układ. Dzień wcześniej groził, że czas na dojsię do porozumienia ucieka, a kolejny atak na Iran będzie gorszy niż z czerwca ubiegłego roku,

kiedy USA zaatakowały irańskie obiekty nuklearne.

Sekretarz Najwyższej Rady Bezpieczeństwa Narodowego Iranu Ali Larijani poinformował w sobotę, że postępuje „tworzenie ram negocjacyjnych” ze Stanami Zjednoczonymi, mimo że Waszyngton nie wyklucza

Wbrew propagandzie wojennej, sztucznie kreowanej przez media, tworzenie ram negocjacyjnych postępuje

działań militarnych przeciwko Teheranowi.

„Wbrew propagandzie wojennej, sztucznie kreowanej przez media, tworzenie ram negocjacyjnych postępuje” - napisał Larijani w języku perskim na portalu X.

Deklaracja Larijaniego padła po znacznie bardziej konfrontacyjnych wypowiedziach dowódcy irańskiej armii gen. Amira Hatamiego, który stwierdził, że irańskie siły zbrojne są „w stanie wysokiej gotowości” w obliczu potencjalnego ataku ze strony Stanów Zjednoczonych. PAP

Witkoff i Dmitrijew rozmawiali w Miami

oprac. Anna Nagel
Miami

W Miami odbyły się kolejne rozmowy przedstawicieli Stanów Zjednoczonych i Rosji dotyczące zakończenia wojny w Ukrainie.

Wysłannik USA Steve Witkoff i przedstawiciel Rosji Kirill Dmitrijew poinformowali, że podczas spotkania w Miami przeprowadzili w sobotę „konstruktywne” rozmowy. Witkoff ocenił, że były one „produktywne i konstruktywne”. „Jesteśmy podbudowani tym spotkaniem, które pokazuje, że Rosja dąży do osiągnięcia pokoju na Ukrainie” - napisał na portalu X.

„Konstruktywne spotkanie z amerykańską delegacją pokojową. Owocne dyskusje również w sprawie amerykańsko-rosyjskiej grupy roboczej ds.

gospodarki” - przekazał we wpisie na X Dmitrijew.

Witkoff dodał, że w skład amerykańskiej delegacji, oprócz niego, weszli również minister finansów USA Scott Bessent, zięć prezydenta Donalda Trumpa Jared Kushner oraz doradca Białego Domu Josh Gruenbaum.

Kolejna runda rozmów pokojowych z udziałem Ukrainy, USA i Rosji odbędzie się w najbliższą środę i czwartek, 4 i 5 lutego, w Abu Zabi w Zjednoczonych Emiratach Arabskich - poinformował w niedzielę ukraiński prezydent Wołodymyr Zełenski.

„Ukraina jest gotowa do merytorycznej rozmowy i zależy nam na tym, by rezultat przybliżył nas do realnego i godnego zakończenia wojny. Dziękuję wszystkim, którzy pomagają!” - napisał Zełenski na Telegramie. PAP

Skandal wokół księcia. Odtajniono nowe dokumenty Epsteina i szokujące fotografie

Marcin Koziestański
Waszyngton

Premier Wielkiej Brytanii zasugerował, że były książę Andrzej powinien zeznawać przed Kongresem USA w sprawie swoich kontaktów ze skazanym przestępcą seksualnym Jeffreyem Epsteinem.

„Jeśli chodzi o składanie zeznań, zawsze mówiłem, że każdy, kto ma jakieś informacje, powinien być przygotowany, żeby się nimi podzielić” - powiedział reporterom.

Komentarze premiera pojawiły się po opublikowaniu najnowszych dokumentów związanych z Epsteinem, wśród których znajdują się zdjęcia przedstawiające Andrzeja kłęczącego nad kobietą leżącą na ziemi.

W piątek Departament Sprawiedliwości USA udostępnił



FOT. DEPARTMENT SPRAWIEDLIWOŚCI USA

Ujawniono zdjęcia i relacje kolejnej ofiary Andrzeja

ponad 3 mln stron dokumentów związanych ze śledztwami w sprawie Epsteina, a także 2 tys. filmów wideo i 180 tys. zdjęć. Urzędnik zaznaczył, że resort zdecydował się nie publikować dokumentów, które zawierają dane osobowe lub

wrażliwe informacje na temat ofiar Epsteina.

Nie podano kontekstu dla zdjęć przedstawiających Andrzeja kłęczącego nad niezidentyfikowaną kobietą.

Na dwóch zdjęciach widać, jak dotyka całkowicie ubranej osoby po brzuchu. Na innym zdjęciu patrzy prosto w obiektyw aparatu.

Mountbatten-Windsor, dawniej znany jako książę Andrzej i księżę Yorku, został pozbawiony tytułów królewskich w październiku po tym, jak zastrzyła się kontrola jego powiązań z Epsteinem.

Druga kobieta twierdzi, że Jeffrey Epstein wysłał ją do Wielkiej Brytanii w celu odbycia stosunku seksualnego z Andrzejem - powiedział jej prawnik w wywiadzie dla BBC.

Do spotkania rzekomo doszło w 2010 roku w rezydencji

byłego księcia, Royal Lodge. Kobieta, która nie była Brytyjką, miała wówczas około 20 lat.

„Mówimy o co najmniej jednej kobiecie, którą Jeffrey Epstein wysłał do księcia Andrzeja. Po spędzeniu nocy z księciem Andrzejem, odbyła nawet wycieczkę po Pałacu Buckingham” - powiedział prawnik Brad Edwards.

Edwards reprezentuje ponad 200 ofiar Epsteina na całym świecie, w tym Virginie Giuffre, która twierdziła, że w 2001 r., gdy miała 17 lat, sprowadzono ją do Londynu, aby uprawiać seks z byłym księciem.

Giuffre powiedziała, że była zmuszana do seksu z Andrzejem jeszcze dwukrotnie w latach 2001-2002 - raz w Nowym Jorku i raz na prywatnej karaibskiej wyspie Epsteina. PAP

Jedenastolatki na Instagramie. Afera w szkole, rodzice w kropce

Małgorzata Oberlan

W szkole w Toruniu klasowa afery. Ktoś podszył się na Instagramie pod 11-letnią uczennicę i porzysłał innym 11-latkom erotyczne fotki i treści o seksie. W akcji już są: wychowawczynie, pedagog i policja. A rodzice w szoku: - Jak to możliwe, skoro konta na Insta w tym wieku mieć nie można, a tak w ogóle to moje dziecko ma w telefonie kontrolę rodzicielską?

Ponieważ niektóre posty obrażały koleżanki, najpierw zrobiła się afery między dziewczynkami. Potem do akcji wkroczyli rodzice. Rzekoma sprawczynie tego zamieszania - 11-letnia Marysia - dziwnym trafem postuje z Instagrama nawet wtedy, gdy mama zabiera jej na długo telefon.

- Ewidentnie ktoś podszył się pod nią na tym Instagramie, zhakował jej konto. Mam nawet podejrzenia, która z koleżanek. Zrobiłam rzuty, byłam 19 stycznia na komisariacie policji - relacjonuje pani Monika. Jej córka bardzo przeżyła ataki ze strony koleżanek i wszystko, co się później wydarzyło.

Matki w szoku. „Przecież jest kontrola w telefonie”

Szkoła zareagowała. Były spotkania z pedagogiem, psychologiem, zaangażowana jest doświadczona wychowawczyni. 19 stycznia odbyło się w szkole zebranie z matkami dziewczynki. Celem było wyjaśnienie sytuacji i próba dojścia do tego, co i kto te „seks-treści” z konta Marysi rozpoznał.

- Niektóre mamy były w szoku. Niektóre chyba nie wiedziały, że ich dziewczynki są takie aktywne w mediach społecznościowych. Mówiły, że mają „kontrolę rodzicielską” założoną, że ich dzieci, tam nie zaglądały” i tak dalej. O tym samym zapewniała mama tej dziewczynki, którą osobiście podejrzewam o rozsyłanie tych treści - opowiada pani Monika.

Ona swojej córce wierzy i wraz z mężem od początku ca-

łej afery starają się Marysię wspierać. Rozmawiają, tłumaczą, ograniczają do minimum korzystanie z netu i telefonu („żeby żyła normalnym trybem teraz”); zabezpieczyli krytyczne treści pod kątem ewentualnej pracy policji. Ewentualnej, bo najpierw wyglądało na to, że mundurowi do akcji nie wkroczą.

- 19 stycznia na komisariacie w Toruniu spotkałam się z policjantką, która takimi sprawami się właśnie zajmuje. Radziła, by dać czas jeszcze szkole na działanie, bo jak formalnie sprawa zostanie zgłoszona, to uruchomiona zostanie w przyszłości cała machina: sąd rodzinny, kurator itd. Wtedy zatem zawiadomienia ostatecznie nie złożyłam. Ale teraz już wiem, że sprawę policji zgłosi sama szkoła - mówiła pani Monika 27 stycznia, dodając, że jej Marysia policji się nie obawia - nie zareagowała źle np. na oddanie telefonu do badania, co pewnie nastąpi.

Do szkoły pani Monika pretekstu nie ma. Nie było zamiatania problemu pod dywan. Po spotkaniu z samymi rodzicami odbyło się kolejne - już z udziałem dziewczynki. Sprawy wyjaśnić dalej się nie udało, ale z pewnością zaangażowanie wychowawczynie, pedagoga i szkolnego psychologa uczyliło dzieciaki na wiele kwestii i - daj Boże - czegoś na przyszłość je nauczyło. Rodziców zresztą chyba też.

Kontrola rodzicielska nie działa? „Wszystko da się ominąć”

Jedno omina Monika przyznaje, bijąc się w piersi: podobnie jak inni rodzice, do wybuchu tej afery nie do końca zdawała sobie sprawę, co jedenastolatki potrafią robić w sieci. Aby zmierzyć się z problemem, musiała „wgrzyźć się w tego Instagrama”. W tajemnicy, takie jak odczytywanie historii całej aktywności i omijanie różnych blokad, wtajemniczyła ją siostrzenica, starsza nastolatka.

Formalnie konto na Instagramie mogą mieć „dopiero” trzynastolatki. Jak się jednak okazuje, tak samo jak przy kon-

społecznościowych, tak i tutaj dzieciaki potrafią tę granicę wieku ominąć. Potem natomiast wiele z nich też szybko uczy się omijać „kontrolę rodzicielską” czy inne rodzicielskie „blokady”.

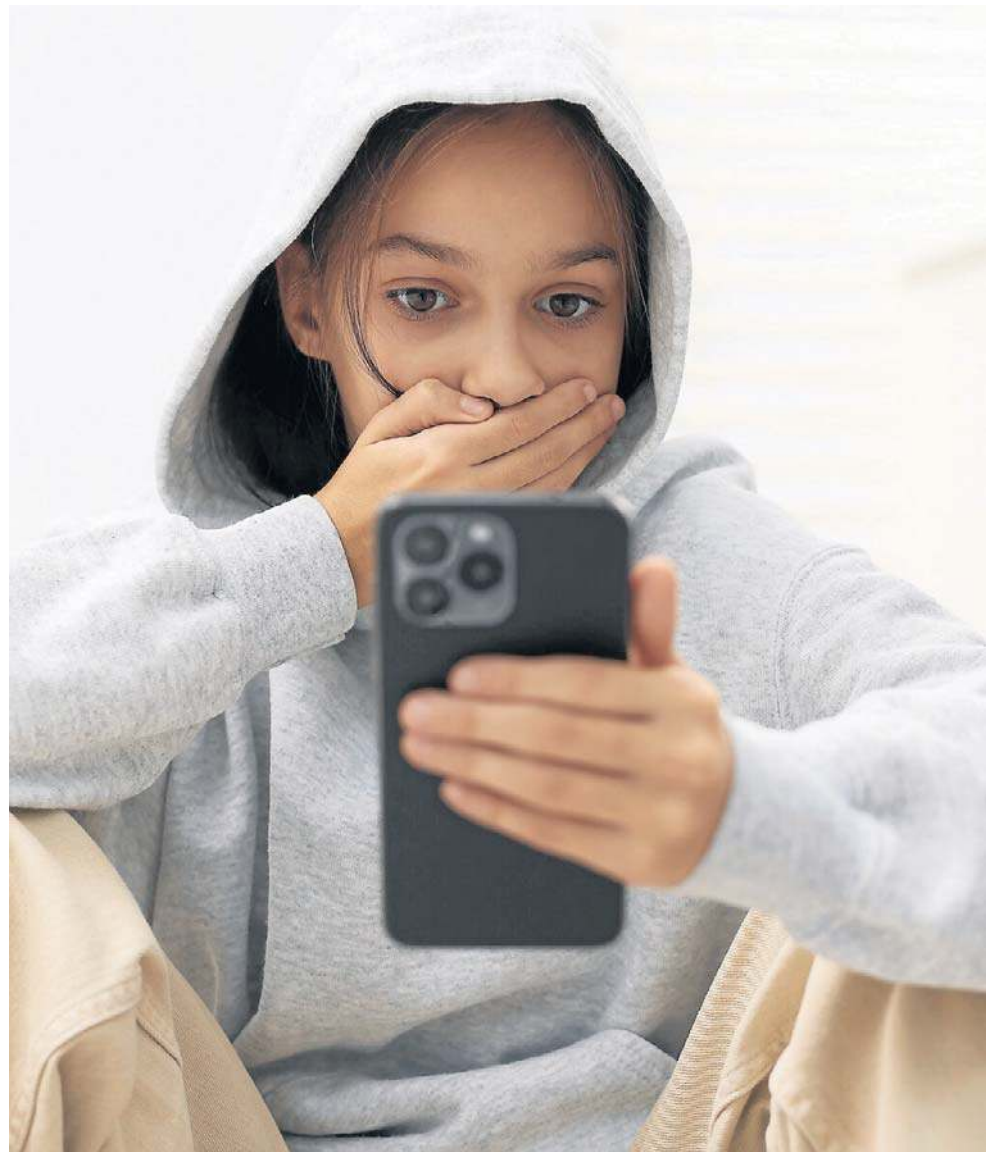
- Jak? Chyba nie ma sensu podawać wskazówek w artykułach. Zresztą, dzieciaki potrafią je same znaleźć, jak się uprą. Gdzie? W internecie. Przecież tam jest wszystko - mówi Paweł, doświadczony pracownik działu IT w dużej korporacji. - Wystarczy wpisać w wyszukiwarkę „jak zdjąć kontrolę rodzicielską”, „jak ominąć weryfikację wieku” itp. Potem nastolatki szybko uczą się też radzić sobie z kontami zablokowanymi - niektóre zakładają po kilka nowych i korzystają. Dlaczego rodzice tego nie wiedzą? Cóż, przecież najczęściej, jeśli sami mają problem cyfrowy, to o pomoc proszą własne dzieci, bo sami nie ogarniają.

Regulaminy mediów społecznościowych są jasne: wstęp od 13. roku życia. A jak wygląda rzeczywistość? Średni wiek debiutu to 11 lat, a niemal 20 procent dzieci zakłada konta jeszcze przed dziewiątymi urodzinami.

Raport Centralnego Ośrodka Informatyki (COI) pokazuje, że w cyfrowym świecie nasze dzieci często są pozostawione same sobie. W 40 proc. polskich domów nie obowiązują żadne zasady dotyczące korzystania z internetu. I tylko jedna trzecia nastolatków przyznaje, że rodzice realnie monitorują to, co robią w sieci.

Choć większość platform (poza wersjami Kids) wymaga ukończenia 13 lat, aż 74 proc. dzieci zakłada tam konta wcześniej. Średnia to 11 lat, ale spora grupa (18 proc.) wchodzi w ten świat, nie mając nawet 9 lat (za: Radio Proste Rozmowy).

Z kolei jak wynika z raportu „Internet dzieci”, współtworzonego m.in. przez Monikę Rosę we współpracy z Państwową Komisją do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15 (PKDP), Gemius, PBI i Uniwersytetem Warszawskim, z mediów społecznościowych korzysta 1,4 mln dzieci



FOT. 123RF

Jedenastolatki formalnie konta na Instagramie mieć nie powinny, ale nierzadko... mają. I więcej z tego wynika złego niż dobrego. Kontrola rodzicielska w smartfonie dziecka też sprawy nie rozwiązuje - dzieciaki potrafią to obejść/zdjęcie ilustracyjne

w wieku od 7 do 12 lat. Młodsze grupy wiekowe nie zostały objęte badaniem. (za: natemat.pl)

Jak zatem widać, historia ze szkoły w Toruniu nie jest żadnym wyjątkiem. Bo tam, gdzie jest dostęp dziecka do mediów społecznościowych, tam automatycznie pojawiają się problemy. Bywa, że jeszcze poważniejsze niż ten opisany i kończące się wielkimi dramatami.

Social media w Polsce od 15 lat? Eksperti: będą trudności z wyegzekwowaniem

Do końca lutego br. klub Koalicji Obywatelskiej ma przedstawić projekt ustawy ograniczającej dostęp do mediów społecznościowych dla osób poniżej 15. roku życia.

Inicjatorami tego projektu poselskiego są byli minister edukacji Roman Giertych, obecna szefowa resortu Barbara Nowacka i przewodnicząca sejmowej Komisji ds. Dzieci i Młodzieży Monika Rosa. Projekt ma się opierać na rozwiązaniach wdrożonych w Australii, gdzie ograniczenia wiekowe dla użytkowników mediów społecznościowych już obowiązują. Podobne inicjatywy zapowiedziały już m.in. władze Francji i Danii.

Tyle że, po pierwsze, nie wiadomo, czy nawet koali-

cjanci KO w przyszłości - gdyby doszło do głosowania - ten projekt by poparli. Od początku wątpliwości co do jego sensu zgłaszają choćby niektórzy posłowie Konfederacji. Po drugie zaś - nawet gdyby takie prawo w przyszłości obowiązywało (niezależnie od zastosowanych konkretnych w nim rozwiązań), to nad sensem jego dumają też eksperci.

Na przykład cytowana przez portal „Gazety Prawnej” Dominika Bucholc, rzeczniczka prasowa KidsAlert, ma wątpliwości, czy zakaz rzeczywiście da się egzekwować. - Technicznie to bardzo trudne. Istnieją VPN-y, konta zakładane na rodziców, aplikacje-kłony czy zamknięte grupy na Discordzie, Telegramie i WhatsAppie, które de facto pełnią funkcję mediów społecznościowych. Dlatego sedno sprawy nie leży w samym zakazie, lecz w modelu weryfikacji wieku - mówi dla portalu.

Bucholc wskazuje też na dwa główne kierunki, które można by zastosować, decydując się na nowe prawo. Każdy jednak wiąże się od razu z pewnym politycznym wyborem. Pierwszy to przerzucenie odpowiedzialności za weryfikację wieku na platformy. Tutaj pytanie jednak brzmi, czy to globalne koncerny winny groma-

zić wiedzę o obywatelach i decydować, jak ją weryfikować. Drugi oddaje sprawę weryfikacji wieku w ręce państwa, np. za pomocą aplikacji mObywatel. Zdaniem ekspertki jednak takie rozwiązanie miałoby sens jedynie przy spójnym zastosowaniu go przez wszystkie państwa w UE.

U pani Moniki w domu w Toruniu - stan oczekiwania. Niby wszyscy starają się żyć normalnie, ale jednak rodzice chcieliby wiedzieć, co z kontem Marysi na Instagramie wydarzyło się naprawdę. Może wyjaśnią to policja.

- Świat, w którym teraz dorastają nasze dzieci, to istne szaleństwo - podsumowuje Torunianka. Przy okazji sprawy jej Marysi dowiedziała się w szkole, że należy uważać bardzo na rosyjskojęzyczne media społecznościowe: dzieje się tam podobno o wiele gorzej niż w tych dostępnych polskim nastolatkom, dzieciaki już i tam weszły. W szkole znają problem, bo mają sporo uczniów z Ukrainy...

Pani Monika podejrzewa zatem jedno: ciąg dalszy rozmaitych problemów „z tymi socjami” to pewnie dopiero nastąpi.

PS Imiona matki i córki zostały w tekście zmienione.

Dorota Kowalska

- Styl Trumpa charakteryzują nadmiarowo emocjonalne wypowiedzi, które z rzeczywistością nie mają nic wspólnego. Myślę, że jednak i Pentagon, i tzw. amerykański big state kontrolują, przynajmniej w ograniczonym zakresie, chaos, który wprowadza do polityki amerykańskiej i zagranicznej Donald Trump - mówi dr Tomasz Słupik, politolog z Uniwersytetu Śląskiego.

Donald Trump jeszcze czymś pana zaskakuje?
Dobre pytanie (śmiech). A mówiąc bardzo krótko i syntetycznie: tak, potrafi mnie jeszcze zaskoczyć.

Ostatnio ocenił Afganistan i sojuszników z NATO. Polscy weterani czują się oburzeni. Pana zdaniem słusznie?
Tak, moim zdaniem, słusznie. O ile dobrze pamiętam, polski kontyngent w Afganistanie liczył 33 tys. żołnierzy, 44 z nich zginęło. I pierwszy raz w historii NATO miał zastosowanie punkt 5 Traktatu Północnoatlantyckiego. Więc tego typu lekceważąca wypowiedź, nie tylko o polskich żołnierzach, bo tych żołnierzy było z różnych krajów w Afganistanie wielu: z Wielkiej Brytanii, Danii, Niemiec, Francji, była najdelikatniej mówiąc, nie na miejscu. Zresztą Keir Starmer dość stanowczo zareagował, Emmanuel Macron również. Czytałem wypowiedź ambasadora amerykańskiego w Polsce, który łagodzi tę wypowiedź Trumpa. Ona niczemu nie służy i ta retoryka, którą stosuje Trump, brak dyscypliny myślowej, ale i emocjonalnej, tworzy niepotrzebne zgrzyty, które chociażby w kontekście wojny w Ukrainie działają tylko i wyłącznie na korzyść Rosji.

Polscy weterani domagają się bardziej stanowczej odpowiedzi Karola Nawrockiego, mówiąc, że zachowuje się jak podwładny Trumpa. Pana zdaniem reakcja Nawrockiego na wypowiedź prezydenta USA była zbyt łagodna?
Wiemy, jaką Trump i jego administracja przynęli strategię - stosując klasyczny, unilateralną politykę, w której najważniejsze jest hasło: America First. Zresztą strategia bezpieczeństwa narodowego USA pokazuje wyraźnie, że interesy amerykańskie są dla Trumpa i jego ludzi priorytetem. Natomiast sojusznicy, nawet ci, których się poklepuje po plecach i opowiada, że są cudowni, wspinali i wydają pięć procent PKB na zbrojenia, w określonej sytuacji nie tyle nie stają się sojusznikami, co mają drugorzędne znaczenie. Natomiast Polska jest krajem, który ma swój

Dr Tomasz Słupik: Polityka Trumpa jest bardzo chaotyczna, brakuje w niej elementarnej spójności

ograniczony potencjał i współpraca ze Stanami jest konieczna. To nie znaczy jednak, że prezydent Polski musi reagować tak a nie inaczej, bo Trump, podobnie jak wielu tego typu przywódców, ceni tych, którzy są asertywni, którzy potrafią stanowczo mu się przeciwstawić, co pokazała sytuacja z Grenlandią. W tym wypadku stanowczo zareagowali zarówno przywódcy europejscy, jak i część Republikanów, choćby znany i wpływowy kongresmen Ted Cruz. Ci ludzie uznali, że grenlandzka awantura Trumpa jest kompletnym nonsensem i rozbija jedność NATO, bo gdyby rzeczywiście amerykańscy żołnierze wylądowali na Grenlandii, byłby to koniec tego paktu. To, jak mówię, jest absolutnie katastrofalne z perspektywy również bezpieczeństwa Stanów Zjednoczonych. Więc myślę, że prezydent Nawrocki mógł zareagować bardziej stanowczo, aczkolwiek dyplomatycznie. Chociaż Trump wymyka się dyplomatycznym konwenansom i konwencjom. Politycy, w tym także polscy, nie tyle muszą się do tego przyzwyczaić, co powinni umieć z Trumpem postępować.

Nie ma pan wrażenia, że Donald Trump powoli staje się problemem dla przywódców konserwatywnych, często populistycznych partii, zwłaszcza w Europie i dla samych Republikanów, którzy bardzo często są zmuszeni tłumaczyć czy łagodzić jego wypowiedzi?
Tak, spójrzmy na akcję w Caracas, kiedy to Marco Rubio musiał tłumaczyć z trumpowego na amerykański. Sekretarz stanu jest doświadczonym politykiem i widać różnicę zarówno w sposobie komunikacji, ale też myślenia strategicznego między nim a Trumpem. Trump jest mieszkanką showmana, inwestora na rynku nieruchomości, a czasami takiego dobrego wujka na weselu, co też wprowadza w osłupienie zarówno europejskich przywódców, jak i amerykańskich. Natomiast

nie należy tego sprowadzać tylko do personalnych kwestii, trzeba na to spojrzeć systemowo i strukturalnie. Na zapleczu Trumpa działa więcej ludzi, nazwijmy to lebskich czy myślących, i oni przestawili wajchę, zmienili zupełnie optykę. Widzimy to wyraźnie, jeżeli chodzi o kwestie chociażby powrotu do doktryny Monroe, mówiącej o tym, że półkula zachodnia jest miejscem, w którym Amerykanie dzielą i rządzą, co pokazała interwencja w Wenezueli i porwanie prezydenta Maduro. Druga sprawa to kwestia Rosji i wojny w Ukrainie, gdzie widzimy z jednej strony starania Trumpa o to, aby ten konflikt łagodzić, ale z drugiej strony Trump wysyła na negocjacje z Putinem Steve'a Witkoffa, swojego koleżę od golfa, który nie zna języka rosyjskiego, nie zna Rosji i jest koncertowo ogrywany przez absolwentów jeszcze posowieckiej szkoły dyplomacji. Amerykanie, nie chcąc powiedzieć, że wycofują się z Europy, ale ich uwaga jest skoncentrowana na rejonie Pacyfiku.

Nie od dzisiaj zresztą!
Zgoda, to nie jest żadna nowość, to się dzieje mniej więcej od czasów prezydenta Obamy. Tylko że administracja zarówno Obamy, jak i Bidena robiły to zupełnie inaczej, w innym stylu, szanując przynajmniej na poziomie deklaracji sojuszników z NATO. Natomiast Trump porusza się z gracją słonia w składzie porcelany, co, tak jak mówiłem, często budzi osłupienie i zdziwienie. I to nie tylko w wypadku sojuszników europejskich. Podobnie rzecz ma się z Koreą Południową, gdzie pojawiły się głosy, że Amerykanie mogą również stamtąd wycofać część swojego personelu. Więc obecna jest narracja, że tak naprawdę Korea Południowa ma już na tyle rozwinięte zarówno przemysł zbrojeniowy, jak i armię, że spokojnie poradzi sobie z Koreą Północną. Kiedy patrzę na politykę Trumpa, ona jest bardzo chaotyczna, brakuje w niej elementarnej spójności.

Wiemy, że Chiny też coraz bardziej się rozpychają, są coraz bardziej asertywne, co pokazała kwestia ceł, które próbował Trump na nie nałożyć. Z kolei Tajwan jest dla Amerykanów strategiczny, ponieważ powstaje tam 80 proc. mikroprocesorów, które są zarówno kluczowe dla przemysłu zbrojeniowego, jak i teraz dla AI. Więc tutaj Trump też jest zakładnikiem gigantycznych korporacji amerykańskich, które wspierały go finansowo nie tylko w kampanii. A jest jeszcze Bliski Wschód, kolejny teatr, w którym działa Trump. Nie chcę powiedzieć, działa bez ładu i składu, ale nie widać tu jakiejś spójnej koncepcji. I to, co on odtrąbił jako sukces a propos Gazy, czy to, co mówi o Syrii czy o Iranie - to jest polityka, chciałoby się powiedzieć, od Sasa do Lasa.

Co w tej sytuacji powinna zrobić Europa?
Europa ma proste zadanie - musi się zbroić. W tej chwili to niemożliwe, ale stworzyć namiastkę armii europejskiej, w każdym razie koordynować działania w ramach NATO. To się już dzieje. W Niemczech właśnie ruszyły największe w tym roku ćwiczenia NATO, w których uczestniczą siły europejskie. Widzimy wyraźnie, że wzrastają wydatki na zbrojenia, zarówno w Wielkiej Brytanii, Francji, Niemczech, ale też i w krajach skandynawskich jest pełna mobilizacja. Rosyjski wywiad zdaje sobie z tego sprawę. Jeżeli porównamy potencjały tylko i wyłącznie europejskich armii i Rosji, w tej chwili właściwie wykrwawionej konfliktem w Ukrainie, to ta konfrontacja wypadła miażdżąco dla Putina. A jeśli weźmiemy pod uwagę, że cztery lata wojny w Ukrainie przy-

niosą opłakane skutki dla Rosji nie tylko w sferze ekonomicznej, ale też w sferze społecznej - to ta sytuacja wygląda jeszcze gorzej. Więc Putin, wbrew wszystkiemu, wbrew logice brnie w wojnę, która, moim zdaniem, w dłuższej perspektywie w najlepszym wypadku doprowadzi do głębokiego kryzysu tego państwa, a w najgorszym mogą się dziać najróżniejsze rzeczy, łącznie z tym, że zacznie mu to państwo pękać czy to na Kaukazie, czy w innych republikach.

Na razie krwawi Kijów. Wiadomo, że ludzie tam nie mają prądu, nie mają tam często wody, ogrzewania. Sytuacja Ukrainy jest zła po prostu.
Tak, to prawda. Tylko z drugiej strony oglądałem ostatnio na Twitterze Jarosława Wolskiego, to politolog, dziennikarz, publicysta oraz cywilny analityk zajmujący się woją w Ukrainie, policzył też, że jeżeli armia Putina w takim tempie próbowałaby podpiąć Ukrainę, to zajęłoby jej to 100 lat. Ukraińcy też sobie z tego zdają sprawę, wywiad ukraiński jest bardzo sprawny. Kyryło Budanow to absolutny arcymistrz, autor wielu udanych akcji dywersyjnych i nie-dywersyjnych. Więc Ukraina zdaje sobie sprawę, w jakiej sytuacji jest Rosja. Rosja też doskonale to wie. Oczywiście Ukraina krwawi, bo w tej chwili Putin próbuje złamać opór społeczeństwa ukraińskiego, ale jak widzimy, w Kijowie organizowane są już spotkania oporu. Ludzie wychodzą z tych nieogrzewanych bloków i pokazują wyraźnie, że wola oporu w nich istnieje. Wiemy, że wielu młodych ludzi z Ukrainy ucieka, że są dezercje głównie na wschodnim czy południowo-wschodnim odcinku frontu, ale z drugiej strony Ukraińcy nadrabiają właśnie sprytem, wolą walki, niezłom-

nością. Mają też drony. W samej Ukrainie istnieje przemysł zbrojeniowy, często wspierany przez kraje europejskie. Na pewno, tak jak mówię, postępy armii rosyjskiej przez te cztery lata są, z perspektywy zaangażowanego potencjału rosyjskiego, więcej niż marne.

Ale końca tej wojny nie widać. Wydaje się, że Trump Ukrainę po prostu odpuścił.
Styl Trumpa charakteryzują nadmiarowo emocjonalne wypowiedzi, które z rzeczywistością nie mają nic wspólnego. Moim zdaniem, Trump mimo wszystko ma dość ograniczoną orientację i często ulega wpływom różnego rodzaju lobby ludzi, których też bardzo często zmienia. Natomiast myślę, że jednak i Pentagon, i tzw. amerykański big state kontroluje, przynajmniej w ograniczonym zakresie, chaos, który wprowadza do polityki amerykańskiej i zagranicznej Donald Trump. To pokazała właśnie akcja w Caracas. To była koronkowa robota, widać tutaj amerykańską potęgę. Amerykanie wydają prawie bilion dolarów na zbrojenia. To jest tyle, ile wydaje razem kolejnych dwadzieścia państw w tym rankingu. Teraz słyszymy amerykańskich wojskowych, którzy mówią o budowie całego kompleksu przemysłowo-zbrojeniowego, więc pieniędzy na zbrojenia będą wydawali jeszcze więcej. To pokazuje ich siłę, przewagę zbrojeniową. Amerykanie są imperium morskim, a chcąc być hegemonem, muszą kontrolować właściwie wszystkie szlaki morskie, w ogóle kwestie przepływów nie tylko towarów, ale też finansów. Dolar jest walutą rezerwową. Kiedy porównamy znaczenie dolara dla światowego handlu, w ogóle finansów i euro, to zdecydowanie działa to na korzyść dolara, z czego Amerykanie czerpali i czerpią korzyści. Część administracji Trumpa jakoś średnio zdaje sobie z tego sprawę, ale lobby biznesowe to wszystko wie. Kwestia ceł w dłuższej per-



FOT. PAP/EP

Dr Słupik: Trump porusza się z gracją słonia w składzie porcelany, co często budzi osłupienie i zdziwienie

spektywie, jak mówią specjaliści, właściwie okazuje się nieskuteczna, ponieważ to może napędzać chociażby tak skutecznie tłumioną inflację przez Rezerwę Federalną. Zresztą tam była kuriozalna sprawa: Trump grozi paluszkami szefowi Rezerwy Amerykańskiego Banku Centralnego i generalnie go strofuje, chce, żeby obniżał stopy procentowe, czego ten oczywiście nie zrobił. Ta sytuacja pokazuje wyraźnie, że Trump wielu rzeczy po prostu nie rozumie.

Trump zaczyna mieć powoli kłopoty w Stanach Zjednoczonych, zwłaszcza po działaniu służb antyimigracyjnych. Dokładnie. Widać opór społeczeństwa amerykańskiego. Prędzej czy później dojdzie tam do poważnych starć i demonstracji sprzeciwu. Nowa służba imigracyjna jest w jakimś stopniu wyjęta spod prawa, a część liderów MAGA dowartościowuje tych najbardziej okrutnych funkcjonariuszy służby imigracyjnej, mówiąc, że to bohaterowie, którzy bronią Amerykę przed na-

plywem migrantów. W jakimś stopniu utrudnia się, chociażby policji lokalnej czy lokalnym prokuratorom, prowadzenie dochodzenia. To rys państwa autorytarnego. To mi przypomina takie państwo, bo zamazuje się ślady przestępstw, uniemożliwia zarówno policji, jak i organom ścigania zabezpieczenia miejsca zdarzenia, prowadzenie śledztw, w pewnym sensie próbuje się wpływać na sądy, co w takiej klasycznej demokracji jest absolutnie niedopuszczalne. Ten trójpodział

władzy jest święty i amerykańska konstytucja z żelazną konsekwencją go realizuje.

A zostając trochę w Polsce, nie ma pan wrażenia, że widzimy próbę dogadania się między prezydentem a rządem, że te stosunki troszkę się ocieplają, przynajmniej w kwestiach bezpieczeństwa? Mam nadzieję, że tak będzie. Na początku nieźle te stosunki wyglądały, potem pojawiły się nieoficjalne informacje, że Kaczyński zainteresował, że Nawrocki jest jakby zbyt spo-

legliwy, zbyt łagodny w relacjach z małym pałacem. Natomiast myślę, że część otoczenia Nawrockiego znakomicie zdaje sobie sprawę, że to jest stąpanie po bardzo cienkim lodzie. Zabawa bezpieczeństwem milionowego narodu w środku Europy, który jest zagrożony, chociażby wojną hybrydową przez Rosję, jest przysłowiową zabawą zapalnikami. Więc myślę, że kontekst zmusza Kancelarię Prezydenta do tego, żeby się z premierem dogadać. Z drugiej strony konstytucja wyraźnie mówi, że politykę zewnętrzną prowadzi rząd oraz minister spraw zagranicznych. Dwutorowość tej polityki jest fatalna i z perspektywy wewnętrznej, ale i zewnętrznej. Polska z różnych powodów jest traktowana - szczególnie w Europie, to tylko zasługa Tuska - jako poważny partner, a Nawrocki jest traktowany jako niepoważny lider. A to, że spotka się z Trumpem, poklepie go po ramieniu, zrobi sobie z nim zdjęcie, to nie jest poważna dyplomacja.

Myśli pan, że to jest koniec Polski 2050?

Tak, po klęsce wyborczej i po tym, jak Hołownia spotkał się z Kaczyńskim i z Bielanem, mówiłem, że to początek końca tej formacji. To, co dzieje się w niej teraz, porównałbym do PZPR-u i słynnego ostatniego zjazdu, kiedy to Rakowski wygłosił swoje sakramentalne wtedy słowa, które przeszły do historii: „Sztandar wyprowadzić”. Działania Katarzyny Pełczyńskiej-Nałęcz i Hennig-Kłoski niczego tak naprawdę nie zmieniają. Myślę, że ci, którzy są w Polsce 2050 rozpoznawalni, wyłudują prawdopodobnie w Koalicji Obywatelskiej, a ci z tak zwanych tylnych ław będą musieli szukać swojego szczęścia poza polityką. Natomiast to jest o tyle niebezpieczne, że zagraża stabilności rządu. Jeśli w Polsce 2050 rzeczywiście dojdzie do rozłamu i jakiegoś chaosu, to Tusk, Kosiniak-Kamysz i Czarzasty będą mieli nieładną pasztet. Na razie na to się nie zapowiada. Na 31 stycznia zapowiedziano dokończenie wyborów w Polsce 2050, ale absolutnie niczego to nie zmieni. Ci ludzie działają w bańce, jakby nie rozumieli, że ich czas się skończył, a sondaże są tego najlepszym dowodem.

Ostatnio Jarosław Kaczyński dość ostro odniósł się do Grzegorza Brauna, pojawiły się głosy, że to Amerykanie wymusili na Kaczyńskim, żeby odciął się od Brauna. Ale z drugiej strony politycy PiS-u mówią o przyszłej ewentualnej koalicji z Konfederacją Korony Polskiej: czemu nie. Nie takie rzeczy widziała polska polityka. Odwołam się

tylko do słynnej umowy między Kaczyńskim, Lepperem i Giertychem w 2006 roku. Nikt sobie nie wyobrażał, że Lepper może zostać wicemarszałkiem Sejmu, prawda? Wiem, że to może dzisiaj dla niektórych brzmieć co najmniej prowokacyjnie, że Grzegorz Braun zostaje wicemarszałkiem Sejmu, ale z różnych powodów ten scenariusz jest jak najbardziej realny. Chociaż byłbym ostrożny - w Konfederacji konflikt między Bosakiem a Mentzenem cały czas się tli, a efekt Brauna, nie chcę powiedzieć wygasa, ale ten peak sondażowy właściwie się kończy. A z różnych powodów interwencja amerykańska ze względu na antysemicką narrację Brauna jest jak najbardziej zrozumiała. Naciski na Kaczyńskiego będą, ale Kaczyński jest znany ze swojego pragmatyzmu. Więc podsumowując: scenariusz koalicji Konfederacji, Konfederacji Korony Polskiej i PiS-u jest w jakimś stopniu realny, ale do wyborów zostało jeszcze ponad 18 miesięcy, byłbym więc ostrożny z ostatecznymi prognozami. Akurat ekipie rządzącej koniunktura gospodarcza sprzyja: inflacja spada, konsumpcja rośnie, wzrost gospodarczy lokuje nas w pierwszej trójce krajów europejskich. Nawet prywatnie obserwowałem, jak przed świętami Polacy wręcz rzucili się do sklepów, wskazniki ekonomiczne wyraźnie to pokazywały i pokazują. Jeżeli nie stanie się coś naprawdę fundamentalnego, myślę tutaj o kierunku rosyjskim, co odbija się na całej gospodarce światowej i europejskiej, to tak jak mówię, na tę chwilę koniunktura, przynajmniej w najbliższych dwóch latach gospodarczo ekipie rządzącej będzie sprzyjać. A to z perspektywy wyborów jest najważniejsze.

Czyli jeszcze nic nie jest przesądzone? To nie jest tak, że na pewno będzie rządziła prawica?

Wie pani, PiS efektu Nawrockiego właściwie nie skonsumentował. Sondaże stoją na poziomie 27 proc., a ostentacyjny konflikt między tak zwanymi małżarzami a Morawieckim i Szydło pokazuje, że w PiS-ie też trzeszczy. Jarosław Kaczyński z walką frakcji zupełnie sobie nie radzi i wewnętrznie, i komunikacyjnie. A jeszcze o dogmacie Kaczyńskiego, realizowanym przez lata z żelazną konsekwencją, że po prawej stronie jest tylko ściana, możemy zapomnieć, bo kiedy policzymy sobie w takim najbardziej ostrym szacunku wyniki Konfederacji i Konfederacji Korony Polskiej, to jest jedna piąta wyborców. Więc żaden wynik wyborczy nie jest jeszcze przesądzony.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Rak szyjki macicy

Na ten nowotwór co roku zapada blisko 3 tysiące Polek, a umiera prawie 1,5 tysiąca. Pierwsze objawy tego schorzenia bywają niespecyficzne, dlatego łatwo pomylić

je z symptomami zaburzeń hormonalnych, infekcji intymnej lub napięcia przedmiesiączkowego. Profilaktyka opiera się na regularnym wykonywaniu cytologii, która pozwala wcześniej wykryć nieprawidłowe komórki.

ZA TYDZIEŃ:

- Czy istnieje zdrowa pizza, a jeśli tak, to która jest najzdrowsza i ile ma kalorii?
- Ten rak rozwija się latami. Chirurg onkolog wskazuje, które badania mogą uratować życie.



FOT. GETTY IMAGES

W co pakować żywność, żeby nie szkodzić zdrowiu i środowisku?

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Z plastikowych opakowań i foliowych torebek korzystamy na co dzień. Nie zdajemy sobie jednak sprawy, że razem z kanapką zapakowaną w folię zjadamy miliony drobinek mikroplastiku.

Plastik, czyli syntetyczne tworzywa sztuczne, nazywane tworzywami polimerowymi, powstaje z paliw kopalnych, a przede wszystkim z ropy naftowej. W wyniku jej rozkładu powstają węglowodory takie jak m.in. etylen, propylen i butylen, a z nich produkowany jest politereftalan etylenu (PET), polipropylen (PP) czy polietylen (PE). Z tych tworzyw powstają nie tylko torebki foliowe i plastikowe butelki czy pojemniki na żywność, ale też sztućce, ubrania, zabawki dla dzieci czy sprzęty domowe.

Wyprodukowanie jednej foliowej torebki trwa zaledwie kilka sekund, użytkowanie jej zwykle ogranicza się do 20-30 minut, bo jest ona potrzebna tylko po to, aby przynieść zakupy do domu. Jednak taka foliowa reklamówka rozkłada się nawet 400 lat. W tym czasie zalega na wysypiskach śmieci lub trafia do gleby, rzek i mórz, gdzie zagraża nie tylko zwierzętom, ale też ludziom.

Używanie plastiku nie jest dla nas obojętne

Szczególnie pakowanie żywności w foliowe reklamówki czy plastikowe lub styropianowe pojemniki sprawia, że drobine mikroplastiku przedostają się do jedzenia, a więc zjadamy je wraz z naszym daniem.

Cząsteczki te są bardzo małe, dzięki czemu swobodnie przedostają się do krwi, wraz z którą trafiają do każdej komórki w naszym ciele oraz do wszystkich narządów. Badanie opublikowane w 2022 roku pozwoliło wykryć obecność cząstek o wielkości zaledwie 0,0007 mm w ludzkiej krwi. W badanych próbkach znaleziono plastik PET, powszechnie



FOT. FREEPIK.COM

Na zakupy warto zabierać ze sobą opakowania z materiałów naturalnych i biodegradowalnych

używany do produkcji butelek na wodę i napoje, a także polistyren, czyli popularny styropian, oraz polietylen, z którego wykonane są plastikowe torby na zakupy.

Do tej pory odkryto, że krążące w organizmie cząsteczki plastiku negatywnie oddziałują na jego funkcje.

Jedno z badań wykazało, że mikroplastiki mogą łączyć się z czerwonymi krwinkami i ograniczać ich zdolność do transportu tlenu.

Krążąc w organizmie i prawdopodobnie kumulując się w organach, powodują szereg negatywnych skutków, takich jak: stany zapalne, nowotwory, alergie, zaburzenie równowagi hormonalnej, problemy z płodnością, spadek odporności organizmu, choroby układu nerwowego, zaburzenia pracy serca, otyłość czy cukrzyca.

Nie jesteśmy w stanie pozbyć się plastiku całkowicie, ale możemy znacznie ograniczyć używanie go, zamieniając plastikowe opakowania na te z materiałów naturalnych i biodegradowalnych wielokrotnie go użytku.

Torby papierowe

Taka torba zwykle wykonana jest z papieru z recyklingu, łatwo ją więc zutylizować, a także wykorzystać kolejny raz nie tylko w tej samej postaci, ale również już po jej zużyciu. Torby papierowe do-

Drobiny mikroplastiku przedostają się do krwi, wraz z którą trafiają do każdej komórki w naszym ciele oraz do naszych narządów

stępne są już niemal w każdym sklepie i supermarkecie, warto jednak raz kupionej torby używać wielokrotnie i zabierać ją ze sobą na zakupy.

Można ją również wykorzystać do przechowywania suchych produktów, takich jak orzechy lub kasze.

Kartonowe pudełka

W supermarkecie można również skorzystać z kartonowych pudełek, w których na sklepowych półkach wystawiane są drobne produkty, takie jak np. masło, jogurty czy kasze.

Pudełka wykonane z papieru świetnie sprawdzają się jako pojemnik na zakupy, zwłaszcza gdy jeździmy po nie samochodem. Są one sztywne, dzięki czemu produkty się nie pogniotą i nie rozsypią w bagażniku auta.

Torby materiałowe

Można je kupić lub uszyć samodzielnie z bluzki czy poszewki na pościel. Dzięki temu nie tylko uchronisz się przed szkodliwym wpływem plastiku na zdrowie, ale też będziesz jeszcze bardziej ekologicznie (zero marnowania). Torbę można prać i używać wielokrotnie. Należy tylko pamiętać, żeby nosić ją zawsze przy sobie.

Woreczki na warzywa i owoce

Warto zaopatrzyć się w woreczki na owoce i warzywa wykonane z naturalnych materiałów, takich jak bawełna, juta, len czy włókna bambusowe. Często są one wykonane w formie przezroczystej siatki, dzięki czemu widać, co zostało w nich umieszczone. To ułat-

wia zważenie produktu na kasie bez konieczności wyjmowania go z siatki. Worki mogą również służyć do przechowywania produktów w domu, a nawet być wykorzystywane np. do prania.

Koszyki wiklinowe

Wiklina jest naturalnym materiałem, który bez trudu rozkłada się w środowisku. Jest trwała, a kosz wiklinowy także stylowo się prezentuje.

Pomieści on spore zakupy i ochroni je przed uszkodzeniem czy zgnieceniem, ponieważ w przeciwieństwie do zwykłej foliówki jest sztywny i wytrzymały. Kosz wiklinowy wykorzystasz wielokrotnie na różne sposoby, ponieważ oprócz zakupów możesz go również zabrać do lasu na grzyby czy na piknik na łonie natury.

Nie tylko bóle brzucha. Pierwsze objawy raka szyjki macicy są bardzo dyskretne

Agata Siemaszko
agata.siemaszko@polskapress.pl

Rak szyjki macicy to częsty kobiecy nowotwór, atakujący coraz młodsze osoby. Profilaktyka tego schorzenia opiera się na regularnym wykonywaniu cytologii.

Rak szyjki macicy to złośliwy nowotwór, który dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia, jednak coraz częściej rozpoznaje się go u młodszych pacjentek.

Pierwsze objawy tego schorzenia bywają niespecyficzne, dlatego łatwo pomylić je z symptomami zaburzeń hormonalnych, infekcji intymnej lub napięcia przedmiesiączkowego.

Jak rozwija się rak szyjki macicy?

To złośliwy nowotwór, który dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia, jednak coraz częściej rozpoznaje się go u młodszych pacjentek. Co roku zapada na niego blisko 3 tys. Polek, a umiera prawie 1,5 tysiąca.

Nowotwór ten najczęściej rozwija się wskutek zakażenia wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV). Atakuje on komórki nabłonka szyjki macicy, a następnie uszkadza je i powoduje bardzo szybki oraz niekontrolowany rozrost komórek o nieprawidłowej budowie.

Zanim dojdzie do rozwoju raka szyjki macicy, można zaobserwować wewnątrzna-błonkową dysplazję, czyli nieprawidłowość w budowie ko-



Rak szyjki macicy dotyka najczęściej kobiety między 40. a 49. rokiem życia

mórek wyścielających szyjkę. Szacuje się, że od momentu wykrycia dysplazji a pojawienia się nowotworu upływa od trzech do dziesięciu lat. Dlatego bardzo ważne jest regularne wykonywanie badań profilaktycznych, w tym badania cytologicznego, które stanowi najdokładniejszą metodę diagnostyczną w kierunku raka szyjki macicy.

Główne czynniki rozwoju raka szyjki macicy

Ginekologdy i onkolodzy sugerują, że największy wpływ na pojawienie się tego typu nowotworu mają:

- zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV),
- wczesne rozpoczęcie współżycia,
- duża liczba partnerów seksualnych,
- długoletnie stosowanie antykoncepcji hormonalnej,
- choroby weneryczne, w tym zakażenie chłamydią, rzęsistkiem pochwowym czy kiła.

Nie ma jednego i skutecznego sposobu zapobiegania rozwojowi złośliwego nowotworu szyjki macicy, jednak najważniejszym elementem profilaktyki jest regularne wykonywanie cytologii. Takie badanie warto wykonywać przynajmniej raz na trzy lata, a najlepiej co roku. Wykrycie raka w I stopniu daje 98 proc. szansę na pełne wyleczenie - informuje Ministerstwo Zdrowia.

Kolejnym elementem profilaktyki są szczepienia przeciwko HPV, które należy wykonać u dziewczynek między 11. a 12. rokiem życia. Szczepionka nie leczy istniejącego już zakażenia, jednak z dużą skutecznością zmniejsza ryzyko zakażenia wirusem HPV, co dodatkowo obniża ryzyko rozwoju raka szyjki macicy.

Te symptomy mogą oznaczać nowotwór kobiecy

Pierwszym objawem raka szyjki macicy są zaburzenia cyklu miesięczkowego. Kobiety z tym rodzajem nowotworu najczęściej skarżą się na przedłużające się, a także bardziej obfite krwawienia. Dodatkowo niekiedy kobiety mogą zaobserwować drobne skrzepy we krwi miesięczkowej. Jednak ten objaw nie musi oznaczać od razu raka, ponieważ może sugerować zaburzenia hormonalne, endometriozę lub mięśniaki macicy.

Kolejnym niecharakterystycznym objawem złośliwego nowotworu szyjki macicy są krwawienia śródcykliczne.

Takie plamienie trwa zazwyczaj 1-2 dni, a kolor krwi jest czerwony, rzadziej brązowy. Niepokojącym objawem, który powinien skłonić do bezzwłocznej wizyty u ginekologa, jest krwawienie u kobiet po menopauzie.

Niepokojącym objawem, który może sugerować rozwój

raka szyjki macicy, jest silny ból podczas współżycia. Jednak ta dolegliwość może świadczyć również o innych schorzeniach, w tym wadach anatomicznych układu rodniczego, endometriozie, stanach zapalnych pochwy i zakażeniach bakteryjnych. Dodatkowo ból podczas współżycia może pojawiać się wskutek stresu lub zaburzeń psychicznych.

Nawracający ból, a także krwawienie po stosunku powinno skłonić kobietę do wizyty u ginekologa w celu poszerzenia diagnostyki.

Parcie na pęcherz i częste oddawanie moczu to kolejne symptomy, które pojawiają się u kobiet z nowotworem szyjki macicy. Dodatkowo można zaobserwować ból podczas mikcji, a w zaawansowanym stadium choroby niekiedy pojawia się krew w moczu.

Częsta potrzeba korzystania z ubikacji nie musi od razu oznaczać raka, ponieważ to również powszechny objaw zapalenia dróg moczowych.

Kobiety z rakiem szyjki macicy często skarżą się również na dyskomfort brzucha i okolicy lędźwiowej, który przypomina objawy napięcia przedmiesiączkowego.

Ten symptom pojawia się również w wyniku endometriozy, dlatego w przypadku nawracających dolegliwości, które uniemożliwiają codzienne funkcjonowanie, warto skonsultować się z ginekologiem.



Objawy problemów oddechowych można łagodzić za pomocą ziół

Łagodzą kaszel. Pomogą przy alergiach i infekcjach

Anna Rokicja-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Jak naturalnie oczyścić zatoki, płuca i oskrzela, by je wzmocnić i zmniejszyć stan zapalny? Te rośliny sprawią, że odetchniesz z ulgą.

1. Hyzop

Ziele hyzopu lekarskiego (*Hyssopus officinalis*), czyli kwitnące szczyty pędów, zawiera substancje o działaniu przeciwzapalnym i wykrztuśnym, a także antyseptycznie i ściągająco. Roślina jest polecana przy przewlekłym zapaleniu oskrzeli oraz astmie oskrzelowej, choć również stosowana w kuchni jako przyprawa. Warto pamiętać, że sięganie po niego nie jest wskazane w ciąży i w przypadku epilepsji, a także alergii na jasnotowate.

2. Ślęzy

Rośliny ślázowate (ślazy), takie jak śláz dziki (*Malva sylvestris*, na zdjęciu), prawośláz lekarski (*Althaea officinalis*) czy malwa czarna, inaczej ogrodowa - czyli prawośláz różowy (*Althaea rosa*) łączy jedna ważna cecha: obfitują w substancje śluzowe, zawarte w kwiatach, korzeniu i/lub liściach. Działają one osłaniająco i powlekająco na śluzówkę, ła-

godząc podrażnienia i suchość, a przez to odruch kaszlu, a także wspomagając gojenie stanów zapalnych jamy gardła, krtani i oskrzeli.

3. Eukaliptus

Liście eukaliptusa gałkowego (*Eucalyptus globulus*), czyli jego ziele, obfitują w lotny olejek o działaniu na oskrzela, które polega na zmniejszaniu wydzielania śluzu i jego lepkości. Upłynnia wydzielinę i działa rozkurczowo, ułatwiając jej odprowadzanie. Właściwości przeciwkaszlowe w połączeniu z tymi antyseptycznymi i przeciwzapalnymi czynnikami eukaliptusowy olejek eteryczny szczególnie skuteczny w leczeniu chorób oddechowych, zwłaszcza dotyczących oskrzeli, gardła i nosa. Ziele i olejek poleca się w krótkotrwałych kuracjach.

4. Miodunka

Ziele miodunki plamistej (*Pulmonaria officinalis*) zawiera składniki o działaniu wykrztuśnym, osłaniającym i słabo ściągającym, czyli ograniczającym przekrwienie błon śluzowych. Natomiast związki krzemu wzmacniają tkanki płuci i wspierają regenerację ich uszkodzeń. Zaleca się, by stosować ją u osób dorosłych jako składnik mieszanek.



Liść babki lancetowatej zawiera cenne antyoksydanty o działaniu przeciwzapalnym i rozkurczającym oskrzela

Kamica nerkowa powiązana z rakiem nerki? Sprawdź, czy masz powody do obaw

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

Kamienie nerkowe to problem znany lekarzom od dawna, ale w ostatnich latach coraz częściej pojawia się w kontekście chorób nowotworowych.

Powód jest prosty: kamica zwykle wymaga regularnych kontroli i badań obrazowych, dlatego łatwiej zauważyć inne nieprawidłowości w obrębie nerek.

Kamica nerkowa pod lupą badaczy

W najnowszym przeglądzie systematycznym i metaanalizie autorzy dokonali kompleksowego przeszukania baz danych MEDLINE, EMBASE oraz CENTRAL, obejmującego publikacje dostępne do grudnia 2024 roku.

Do analizy włączono 13 badań obserwacyjnych, w których porównywano osoby z przebytą kamicią nerkową z osobami bez takiego wywiadu. W większości badań stwierdzono wyższe ryzyko raka nerki u pacjentów z kamicią nerkową, przy czym zależność tę potwierdzono w 11 z 13 analiz.

Związek ten był widoczny zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn, oraz w różnych grupach wiekowych. Co istotne, utrzymywał się niezależnie od rodzaju badania czy kraju, w którym było prowadzone.

Rola tomografii komputerowej a rak nerki

Największe różnice dotyczyły badań opublikowanych w ostatnich latach. W nowszych analizach związek kamicy z rakiem nerki był znacznie silniejszy niż w starszych.

Jednym z możliwych wyjaśnień jest coraz częstsze stosowanie tomografii komputerowej. To badanie pozwala bardzo dokładnie ocenić nerki i często ujawnia niewielkie guzy, które wcześniej pozostałyby niezauważone. U osób z kamicią takie badania wykonuje się znacznie częściej niż w populacji ogólnej.

Autorzy badań zwracają uwagę, że osoby pozostające pod czynną obserwacją z powodu kamicy nerkowej są znacznie częściej poddawane badaniom tomografii komputerowej - nawet dziesięciokrotnie częściej niż osoby, które nie borykają się z tym problemem zdrowotnym.

Czułość zamiast strachu

Ponieważ promieniowanie jonizujące jest uznanym czynnikiem kancerogennym, nie można wykluczyć, że obserwowany wzrost ryzyka raka nerki jest częściowo związany z intensywniejszą diagnostyką obrazową. Jednocześnie podkreślono, że zależność ta wymaga dalszych badań, które pozwolą odróżnić wpływ ekspozycji na promieniowanie od możliwych mechanizmów biologicznych łączących kamicię nerkową z rozwojem nowotworu.

Autorzy podkreślają, że uzyskane wyniki nie uzasadniają rutynowych badań przesiewowych u wszystkich pacjentów z kamicią nerkową. Wskazują raczej na potrzebę zwiększonej czułości klinicznej i dokładniejszego monitorowania chorych, tak aby w razie podejrzenia nowotworu szybciej rozpocząć diagnostykę.

Zwracają również uwagę, że dalsze badania są konieczne, by lepiej wyjaśnić źródło tej zależności i ustalić optymalne postępowanie.



Kamica wymaga od pacjentów regularnych kontroli i badań obrazowych

W przychodniach rośnie problem, o którym mało się mówi. 143 dni wstydu



W Polsce średni czas oczekiwania na wizytę u psychologa na NFZ wynosi obecnie niemal pięć miesięcy. W przypadku psychoterapii kolejki bywają jeszcze dłuższe - od kilku miesięcy do kilku lat

Barbara Wesoła
barbara.wesola@polskapress.pl

Coraz lepiej rozumiemy, że zdrowie psychiczne jest równie ważne jak fizyczne - że każdy z nas je posiada, choć bywa w lepszej lub gorszej kondycji.

Wymaga profilaktyki, diagnostyki, czasem leczenia na ostrym dyżurze, a czasem leczenia przez całe życie. Problem polega na tym, że choć społeczna świadomość rośnie, dostęp do specjalistycznej pomocy w publicznym systemie ochrony zdrowia wciąż pozostaje mocno ograniczony. Skala wyzwania jest duża. Niemal połowa dorosłych Polek i Polaków doświadczyła w swoim życiu objawów obniżonego nastroju, a 23 proc. badanych deklaroowało takie objawy w momencie badania - wynika z raportu „Dobrostan psychiczny w Polsce”, przygotowanego przez Instytut Psychologii Polskiej Akademii Nauk.

To pokazuje, że problemy ze zdrowiem psychicznym nie są zjawiskiem marginalnym, lecz dotyczą znacznej części społeczeństwa.

Psycholog, psychoterapeuta czy psychiatra stanowią ważny, ale wciąż niedoceniany element systemu zdrowia.

W poradniach działających w ramach NFZ gabinet psychologa lub psychoterapeuty nie jest standardem, a kolejki do po-

radni zdrowia psychicznego potrafią trwać miesiącami. W efekcie coraz więcej osób decyduje się na prywatną pomoc, gdzie o termin jest łatwiej. Wielu jednak zrezygnuje z niej ze względu na koszty.

Psycholog, psychiatra, psychoterapeuta

Choć te role często się przenikają, różnice między nimi są istotne, zwłaszcza na początku drogi po pomoc.

Psycholog zajmuje się przede wszystkim diagnozą i oferuje konsultacje psychologiczne, doradcze. Nie przepisuje leków ani nie wystawia zwolnień lekarskich. Często to pierwszy specjalista, do którego trafiają osoby z pogorszeniem samopoczucia.

Psychoterapeuta prowadzi regularną terapię - zwykle długoterminową - ukierunkowaną na zmianę utrwalaonych wzorców myślenia, emocji i zachowań. Jest wiele nurtów terapeutycznych, a zarówno psychologowie, jak i terapeuci chętnie sięgają po dodatkowe szkolenia i badania, aby jak najbardziej holistycznie wspierać swoich klientów i pacjentów.

Psychiatra jest lekarzem, diagnozuje medycznie zaburzenia psychiczne, przepisuje leki, może wystawić L4 lub skierować na hospitalizację.

W praktyce leczenie często łączy kilka form pomocy: farmakoterapię, psychoterapię i wsparcie psychologiczne.

Coraz częściej spotyka się także psychoterapeutów z wykształceniem psychologicznym, którzy w swojej praktyce łączą wiedzę i metodykę z obu dziedzin.

Jak długo czeka się na wizytę?

W Polsce nie istnieje rejestr liczby psychologów i psychote-

rapeutów pracujących w ramach NFZ. Szacunki wskazują, że choć ogółem działa kilkanaście tysięcy specjalistów, w publicznym systemie jest ich zdecydowanie za mało, a luka terapeutyczna obejmuje znaczną część potrzebujących.

Średni czas oczekiwania na wizytę u psychologa na NFZ wynosi obecnie około 143 dni, czyli niemal pięć miesięcy. Różnice regionalne są ogromne: od kilkudziesięciu dni w niektórych województwach do ponad 200 dni w innych. W przypadku psychoterapii kolejki bywają jeszcze dłuższe: od kilku miesięcy do nawet dwóch lat.

Dostęp do psychiatrii bywa nieco lepszy niż do psychoterapii, ale też nierówny.

W części regionów możliwe są wizyty w ciągu kilku, kilkunastu dni, w dużych miastach terminy sięgają jednak kilku miesięcy.

Szczególnie trudna jest sytuacja dzieci i młodzieży. Choć w niektórych poradniach terminy są dostępne w ciągu kilku dni, w dużych aglomeracjach rodzice słyszą o oczekiwaniu licznym w miesiącach, a nawet ponad rok.

Jednocześnie badania pokazują, że najwyższe nasilenie objawów depresyjnych dotyczy osób w wieku od 18 do 24 lat.

Polska należy do krajów z najniższą liczbą psychiatrów i psychologów na 100 tysięcy mieszkańców w Europie.

WARTO WIEDZIEĆ

Płatne wizyty dostępne są niemal od ręki

W sektorze prywatnym dostępność jest nieporównywalnie lepsza. Pierwszą wizytę u psychologa, psychoterapeuty czy psychiatry często można umówić w ciągu kilku dni, a czasem nawet tego samego dnia - również online.

Koszty są znaczące: psycholog lub psychoterapeuta liczy sobie 150-350 złotych za 50-60 minut, psychiatra 250-500 zł za wizytę. Mimo długich kolejek, Polacy częściej korzystają z pomocy psychologicznej w ramach bezpłatnego leczenia niż prywatnie. 42 procent badanych deklaruje korzystanie z pomocy psychologa w ramach NFZ.

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

ZATRUCIA POKARMOWE W PODRÓŻY

Jakie są przyczyny?

Biegunka podróżnych, nazywana również potocznie „zemstą faraona” lub „zemstą sułtana”, związana jest z podróżą najczęściej do kraju o słabych standardach higienicznych. Do zakażenia dochodzi drogą fekalno-oralną, przez skażoną wodę i pokarm lub przez nieprzestrzeganie podstawowych zasad higieny osobistej. W 80 proc. przypadków biegunka podróżnych spowodowana jest przez zakażenie pałeczką okrężnicy (*Escherichia coli*) – mowa tu o enterotoksycznych i enteroagregacyjnych szczepach tej bakterii. Co ważne, istnieje zależność między prawdopodobieństwem zachorowania na biegunkę podróżnych a docelowym miejscem naszej podróży.

Jakie są najczęstsze czynniki ryzyka?

Bezpośrednią przyczyną biegunki w podróży jest zakażenie patogenami chorobotwórczymi na skutek nieprzestrzegania podstawowych zasad. Przebywając w krajach o wysokim ryzyku zakażenia biegunką podróżnych, należy wystrzegać się spożywania takich produktów, jak: ciasta z kremem lub ze śmietaną, wody z kranu, wody z lodem, owoce morza, sery, zimne przekąski, ostre sosy, sałatki, surowe warzywa i mleko. Warto też unikać spożywania posiłków w takich miejscach, jak: przydrożne bary i zajazdy, bary uliczny oraz restauracje bez certyfikatu bezpieczeństwa. Kluczowe czynniki ryzyka to kierunek wyjazdu (tropiki), pora roku (lato), młody wiek, obniżona od-

porność oraz styl podróżowania (niskobudżetowy, samodzielny).

Jaki zapobiegać biegunce w podróży?

Osoby, które podróżują do krajów o wysokim ryzyku zachorowania na biegunkę podróżnych, powinny pamiętać o kilku najważniejszych zasadach profilaktycznych. Należy przestrzegać podstawowych zasad higieny osobistej: myć ręce przed posiłkiem i przed przygotowaniem posiłków. Trzeba unikać picia wody i spożywania pokarmów niewiadomego pochodzenia (np. od ulicznych sprzedawców). Zawsze myć i obierać owoce ze skórki. Unikać spożywania surowych

warzyw i owoców. Pić wyłącznie wodę butelkowaną.

Jakie są najczęstsze objawy biegunki w podróży?

Biegunka podróżnych jest zaliczana do ostrych infekcji układu pokarmowego. Trwa ona zazwyczaj 3-5 dni, a wśród jej głównych objawów można wymienić: ogólne osłabienie organizmu, wodniste stolce, wzdęcia, nudności i wymioty, podwyższona temperatura ciała, bóle kostno-stawowe. Objawy pojawiają się nagle, zazwyczaj w ciągu pierwszych dni podróży (1-2 tygodni). Dolegliwości ustępują z reguły



po kilku dniach. Czasami symptomy choroby ujawniają się po powrocie z wyjazdu.

Jak przebiega leczenie biegunki w podróży?

Leczenie biegunki podróżnych nie różni się od leczenia stosowanego przy innych ostrych infekcjach układu pokarmowego. Podstawą jest picie dużych ilości wody po to, by zapobiec odwodnieniu organizmu. Oprócz tego można stosować loperamid, który zmniejsza liczbę wypróżnień i łagodzi dotkliwość objawów choroby. W ciężkich przypadkach biegunki podróżnej można zastosować antybiotykoterapię. Najczęstszym antybiotykiem stosowanym przy biegunce podróżnych jest rifaksymina, która charakteryzuje się szerokim spectrum działania antybakteryjnego. W przypadku

ostrego przebiegu biegunki podróżnych zaleca się jednodniową głodówkę, uzupełnianie płynów, wyeliminowanie warzyw, owoców, mleka, a także napojów zawierających kofeinę. Wraz z upływem czasu i ustępowaniem objawów choroby należy stopniowo uzupełniać dietę.

Jakie leki stosować w leczeniu biegunki w podróży?

W podróźnej apteczce na biegunkę warto mieć loperamid (Stoperan, Imodium) do szybkiego hamowania objawów, nifuroksazyd działający odkażająco oraz probiotyki (Enterol) i elektrolity (np. Orsalit) w celu nawodnienia. W przypadku cięższych, bakteryjnych infekcji lekarz może zalecić antybiotyki takie jak azytromycyna lub rifaksymina.

Czy jedzenie śniegu jest bezpieczne?

Gabriela Fedyk
redakcja@stronazdrowia.pl

Białe, delikatne płatki śniegu padające z nieba lub leżące grubą warstwą na ziemi i roślinach aż kuszą, żeby otworzyć usta i trochę ich „zjeść”.

Jedzenie śniegu nie jest zabronione, ale nie jest też zalecane. Do kwestii jedzenia śniegu odnieśli się eksperci. Centers for Disease Control and Prevention (CDC) nie podaje oficjalnych wytycznych, choć zauważa, że jedzenie śniegu nie jest dobrym pomysłem, jeśli gdzieś utkniemy (np. na wycieczce w górach czy w samochodzie). Zjedzenie śniegu obniży temperaturę ciała; w przypadkach ekstremalnych ważne jest pozostać w cieple tak długo, jak to możliwe.

Dr Ryan Marino, toksykolog, zdaje sobie sprawę, że ludzie i tak będą jeść śnieg. Choć nie pochwała tego, to twierdzi, że zjedzenie małej ilości śniegu nie powinno być szkodliwe.

– Jeśli zamierzasz go zjeść, radziłbym, żebyś to robił, gdy jest świeży – ostrzega dr Marino.

Małe ilości śniegu nie powinny być szkodliwe, ale należy zwrócić uwagę na pewne kwestie. Śnieg nie powinien być ani stary, ani bardzo świeży.

– Powinieneś pozwolić śniegowi spaść na chwilę, zanim nabierzesz go do ust – powiedział dr Marino.

Przed jedzeniem świeżego śniegu ostrzega też portal thekitchn.com. Wiąże się to z zanie-



Jeżeli kusi cię, żeby złapać trochę płatków śniegu na język albo polizać śnieżkę zrobioną ze świeżo opadłego śniegu, prawdopodobnie nic ci się nie stanie. Ale nie przesadzaj!

czyszczeniami, które znajdują się w powietrzu i na ziemi.

„Śnieg, który świeżo spadł, brzmi czysto, ale kilka pierwszych płatków nie są tymi, które chcesz zjeść! Dzieje się tak, ponieważ działają one jak oczyszczacz dla zanieczyszczeń zarówno w powietrzu, jak i na ziemi” – czytamy na thekitchn.com.

Śnieg, który nie powinien być jedzony, to:

- żółty śnieg,
- brudny śnieg,
- stary, topniejący,

● śnieg, który świeżo spadł.

Jaki śnieg nadaje się do zjedzenia?

„Najbezpieczniej? Zbieraj śnieg do jedzenia po tym, jak padał przez godzinę lub dwie, i unikaj jedzenia śniegu w bardzo wietrzne dni” – podaje portal thekitchn.com.

Dodatkową ochronę ma zapewnić zbieranie śniegu do miski, choć i to nie zapewni pełnej ochrony przed zanieczyszczeniami. W zależności od tego, co znajduje się w śniegu, zjedzenie

zbyt dużej jego ilości (ale naprawdę dużej!) może skończyć się nieprzyjemnymi dolegliwościami, jak np.:

- rozstrój żołądka,
- wymioty,
- biegunka,
- infekcja.

Jeżeli kusi cię, żeby złapać trochę płatków śniegu na język albo polizać śnieżkę zrobioną ze świeżo opadłego śniegu, prawdopodobnie nic ci się nie stanie. Ale nie przesadzaj.

– Wszystko z umiarem, nawet śnieg – mówi dr Diane Cialello,

dyrektor medyczny i wykonawczy New Jersey Poison Information and Education System oraz profesor nadzwyczajny medycyny ratunkowej w Rutgers New Jersey Medical School.

Popularnym stwierdzeniem jest, że śnieg to zamrożona woda, przez co nadaje się do spożycia, szczególnie w warunkach, w których brakuje nam wody. Jest to jednak mit. Śnieg nie nawadnia organizmu, a może przynieść wręcz odwrotny skutek.

Podkreślmy: spożywanie śniegu to nie jest to samo, co picie wody. Dlaczego? Śnieg jest ciałem stałym, które, zanim stanie się płynem, musi się stopić. Komórki i narządy w ciele potrzebują wody w stanie ciekłym, więc ciało musi pracować, aby podgrzać i stopić śnieg po spożyciu. Przez to, że narządy muszą pracować ciężiej, aby ogrzać śnieg i stopić go, nastąpi dalsze odwodnienie organizmu, a nie nawodnienie. Efekt jest więc zupełnie inny niż byśmy oczekiwali – nadal będziemy tracić więcej wody niż przyjmować.

Podkreślmy, że w warunkach, gdzie śnieg jest jedyną opcją nawodnienia organizmu, przed spożyciem należy go stopić, aby zapobiec dalszemu odwodnieniu i hipotermii.

Co ważne, śnieg powinien być czysty – zanieczyszczony może doprowadzić do innych dolegliwości niż odwodnienie.

O śniegu mówi się, że nie ma smaku. Jednak próbując go, można coś poczuć. Smak czyśtego śniegu można porównać

do zimnej, czystej wody (jeżeli śnieg jest czysty, a innego lepiej nie wkładać do ust).

Dzieci, których rodzice pozwalają spróbować, jak smakuje śnieg, często mówią, że jest pyszny.

Choć jedzenie śniegu może wydawać się nieszkodliwe, to może być ryzykowne. Śnieg może zawierać różne zanieczyszczenia i brud, przez co może stać się niezdadny do spożycia.

WAŻNE

Cenny w warunkach ekstremalnych

Śnieg może stać się cennym zasobem w sytuacji przetrwania, pod warunkiem odpowiedniego wykorzystania. Kluczowe jest tutaj stopienie śniegu przed spożyciem. Proces topienia zamienia śnieg w wodę, co nie tylko ułatwia spożycie, ale także minimalizuje ryzyko obniżenia temperatury ciała. Stopiony śnieg powinien być traktowany jak każde inne źródło wody – najlepiej jest go przefiltrować i przegotować, by zminimalizować ryzyko zakażenia. Zjadanie zanieczyszczonego śniegu może prowadzić do różnorodnych problemów zdrowotnych – od zatrucia po poważne choroby żołądkowe.

Mariusz Grabowski

Zapowiedź remontu - pod auspicjami prezydenta Palestyny - ogłosili wspólnie Grecko-Prawosławny Patriarchat Jerozolimy oraz Kustodia Ziemi Świętej. Pomoc zgłosił Apostolski Patriarchat Ormiańsko-Prawosławny.

Pierwsze informacje o przygotowywanym remoncie świętego miejsca pojawiły się w listopadzie 2025 r., kiedy to palestyński przywódca Mahmud Abbas przebywał w Rzymie. Spotkał się z Leonem XIV, otworzył wystawę „Bethlehem Reborn” w kompleksie San Salvatore in Lauro i zapowiedział wznowienie prac w miejscu - jak to określono - narodzin „Księcia Pokoju”.

Srebrna Gwiazda

Wielec szczegółów pojawiło się w obecnym komunikacie Kustodii Ziemi Świętej, wydanym w Jerozolimie, a opublikowanym w Vaticannews.va/pl. Renowację przeprowadzi włoska firma Piacenti SpA z Prato, ta sama, która dwa lata temu remontowała betlejemską Bazylikę Narodzenia Pańskiego. Wybór ten - czytamy - „podyktowany jest potrzebą zapewnienia ciągłości metodologii, mistrzostwa rzemieślniczego oraz wrażliwości artystycznej wobec miejsca o bezprecedensowej wartości sakralnej”.

Jak informuje strona internetowa Kustodii Ziemi Świętej, prace przygotowawcze zostały już zakończone, a właściwe roboty mają się wkrótce rozpocząć. Poszanowany będzie „prezydencki dekret dotyczący renowacji tego miejsca”, wydany w 2024 r., oraz historyczny status quo regulujące miejsce święte.

Rozpoczęcie prac zaplanowano na przełom stycznia i lutego. Obejmą one cały obszar Groty Narodzenia - od nagiej skały, marmurowych posadzek przez kolumny, mozaiki, aż po srebrną gwiazdę, która ukazuje konkretne miejsce narodzin. Renowację przejdzie również ołtarz. Remont przeprowadzi włoska firma zajmująca się już wcześniej konserwacją samej bazyliki.

Włosi w bazylice

Jak wyjaśnia dla Vaticannews Giammarco Piacenti z Piacenti SpA, na placu budowy będzie pracować na zmianę od sześciu do ośmiu osób, także miejscowych. „Wielu robotników - dodaje - szkoliliśmy od 2013 r., odkąd pracujemy w Ziemi Świętej”. Oprócz prac w samej grocie projekt obejmuje również działania techniczne wzmacniające w przyległych częściach.

Remont jest trudny, ale nie aż tak spektakularny, jak re-

Pierwszy od 600 lat remont Groty Narodzenia w Betlejem



O tym, że zarówno bazylika, jak i grotę wymagają remontu, poinformowali już w 2008 roku duchowni z Ziemi Świętej

mont bazyliki sprzed pięciu lat. „Wtedy stan dachu powodował, że „kiedy padał deszcz, woda przeciekała do środka po ścianach i mozaikach, co groziło nawet jej zawaleniem - tłumaczył w 2020 r. w Radiu Watykańskim Giuseppe Alessandro Fichera z Uniwersytetu w Sienie. I dodawał: „Interwencji wymagała również fasada bazyliki. Musieliśmy sobie poradzić z niebezpiecznym pochylaniem się fasady. Dzięki temu można było usunąć struktury zabezpieczające, zamontowane jeszcze przez Brytyjczyków w latach 30. ubiegłego wieku, które zasłaniały wspaniałe drewniane drzwi do bazyliki”.

W ostatnim etapie odrestaurowano mozaiki na posadzce, które pochodziły jeszcze z czasów pierwszej bazyliki wybudowanej za cesarza Konstantyna. Przy tej okazji przeprowadzono też badania archeologiczne, by lepiej poznać historię tej świątyni i odsłonić zakryte dotąd mozaiki.

Duch ekumenizmu

Remont Świętej Groty ma silny wymiar ekumeniczny - ma być znakiem współpracy greko-prawosławnych i franciszkanów, kustosz Groty Na-

rodzenia. „Projekt ten - czytamy w komunikacie - ucieleśnia wspólne chrześcijańskie zaangażowanie na rzecz ochrony duchowego, historycznego i kulturowego dziedzictwa dla przyszłych pokoleń oraz na rzecz poszanowania godności miejsca, w którym orędzie chrześcijańskie przybrało widzialną formę i gdzie na przestrzeni wieków gromadzili się wierni wszystkich narodów”.

To właśnie tutaj tajemnica Wcielenia weszła w historię, a wyznanie chrześcijańskie otrzymało swój ziemski początek. „Renowacja tego świętego miejsca oznacza ochronę ciągłości wiary, pamięci i pobożności w ziemi Bożego Narodzenia. Dzięki temu wspólnemu wysiłkowi Kościoły Jerozolimy strzegą powierzonego im dziedzictwa ewangelicznego i zapewniają, że wierni wszystkich tradycji będą mogli nadal z czcią nawiedzać miejsce narodzin Chrystusa. Z Betlejem światło Narodzenia nieustannie oświeca świat, dając świadectwo trwałej obecności chrześcijan w Ziemi Świętej oraz nadziei, która promieniuje ze Świętej Groty, w której narodził się Zbawiciel” - czytamy w komunikacie.

Remont a polityka

Przy ekumenii pojawił się też aspekt polityczny: renowacja ma przynieść wymierne finansowe wsparcie wielu rodzinom pracowników zaangażowanych w ten projekt, a tym samym lokalnej gospodarce Betlejem, dotkniętej kryzysem na skutek konfliktu między Izraelem a Hamasem oraz wstrzymaniem pielgrzymek wiernych.

Od kiedy w 2015 r. UNESCO wpisało bazylikę na listę dziedzictwa kulturowego jako „pierwszy palestyński obiekt”, stała się ona ważnym symbolem palestyńskiej walki o niepodległość. Cztery lata wcześniej UNESCO - jako pierwsza oenietowska agencja - uznała też Palestynę za państwo członkowskie. Betlejem znajduje się na palestyńskich terytoriach, okupowanych przez Izrael od 1967 r., na których palestyński rząd sprawuje ograniczoną władzę.

Remont trzeba zatem widzieć na tle obecnej sytuacji politycznej Ziemi Świętej. „Sytuacja chrześcijan w Ziemi Świętej jest dramatyczna” - alarmuje konstytucjonalista dr Bartłomiej Wróblewski w wywiadzie dla Radia Maryja. „Dwa tysiące lat obecności chrześci-

jan w Ziemi Świętej jest teraz pod wielkim znakiem zapytania. Podobne procesy - to też trzeba uczciwie powiedzieć - przebiegają po stronie palestyńskiej” - mówi.

I dodaje: „Jeszcze 100 lat temu w Betlejem 80 proc. mieszkańców to byli chrześcijanie. Dzisiaj to jest ok. 10 proc. Obecność chrześcijan, także w tej części palestyńskiej, jest coraz mniejsza. Naszym obowiązkiem jako chrześcijan jest po pierwsze ujmowanie się za naszymi siostrami i braćmi w wierze, a po drugie oczekiwanie cywilizacyjnego standardu związanego z zapewnieniem wolności religijnej dla wszystkich”.

Trzy Kościoły

O tym, że zarówno bazylika, jak i grotę wymagają remontu, poinformowali już w 2008 r. duchowni z Ziemi Świętej. Władze Autonomii Palestyńskiej powołały wówczas specjalny komitet, który miał „zająć się remontem” - mówił w 2026 r. zarządzający projektem palestyński inż. Afif Tweme.

Ale remont wydawał się niemożliwy: Grotę odwiedzało w tamtym czasie od 1 do 1,5 mln pielgrzymów. Poza tym funkcjonował układ z poł. XIX w., szczegółowo rozdziałający jurysdykcję nad bazyliką między trzy Kościoły: katolicki, ormiański i grecko-prawosławny.

O. Dżamal Chader, rektor seminarium Łacińskiego Patriarchatu z Bet Dżala, tak tłumaczył to w rozmowie z PAP: „Edykt z czasów otomańskich, wydany w 1852 roku przez sułtana, w pewnym sensie zatrzymał historię bazyliki. Nic od tego czasu nie mogło się zmienić. Stąd problem z remontem - bo wszystkie trzy Kościoły muszą się zgodzić. Częścią umowy z trzema Kościołami była gwarancja, że nic się nie zmieni w status quo w związku z obecnym remontem”.

„Znak nadziei”

Bazylika i Grotę Narodzenia przechodziły w swej historii wiele dramatycznych momentów. Np. w 1009 r. kalif Hakim nakazał ich zburzenie i tylko cudem uniknęły ruiny. Z kolei w okresie wypraw krzyżowych (XII-XIII w.) ozdobiono ją mozaikami i malowidłami w stylu bizantyjskim, położono również nowy dach.

- Był to wynik - czytamy w opracowaniu „Tu narodził się Jezus Chrystus”, napisanym przez ks. prof. Waldemara Chrostowskiego dla tygodnika „Wszystko, co najważniejsze” - współpracy konstantynopolskiego cesarza Manuela Komnenosa (1143-1180) i jerozolimskiego króla Amalryka I (1162-1174). Wspólne przedsięwzięcie zapowiadało zjednoczenie Kościołów Wschodu i Zachodu, podzielonych schizmą w 1054 r., ale niestety, nigdy do tego nie doszło. Przebudowano wtedy wejścia do Groty Narodzenia, a jej wnętrze wyłożono marmurem”.

To był ostatni remont świętego miejsca przed obecnym. Stąd decyzja Mahmuda Abbasa o renowacji przedstawiona jako słusznie „znak nadziei i odrodzenia dla Ziemi Świętej”.

„Stajnia bez siana”

Nowożytnie dzieje bazyliki i groty to ciągła konfrontacja z muzułmanami, a do tego napięcia wewnątrzchrześcijańskie - między katolikami a prawosławnymi. Wyznawcy islamu oszczędzali bazylikę, przede wszystkim ze względu na miejsce, jakie Jezus i Maryja, Jego Matka, zajmują w ich religii.

Co się zaś tyczy podziałów w obrębie chrześcijaństwa, Bazylika i Grotę Narodzenia przechodziły z rąk do rąk, co skutkowało coraz większym bałaganem. Feliks Fabri, pielgrzymując w XV w., opisał wnętrze bazyliki jako „stajnię bez siana, sklepik aptekarza bez aromatycznych garnuszków, księgarnię bez książek”. Wkrótce Turcy przejęli panowanie nad Bliskim Wschodem, a wykorzystując podziały w obrębie chrześcijaństwa, przyznawali prawo własności Bazyliki Narodzenia raz franciszkanom, a kiedy indziej prawosławnym Grekom.

„W 1717 r. franciszkanie umieścili w Grocie Narodzenia nową srebrną gwiazdę z napisem w języku łacińskim, która mimo ciężkich perturbacji jest tam do dzisiaj. Jednak 40 lat później Grecy znowu przejęli bazylikę, a w grocie również ołtarz Narodzenia. Trzęsienie ziemi w 1834 r. i pożar w 1869 r. zniszczyły część wyposażenia świątyni, lecz Grotę Narodzenia przetrwała” - dodaje ks. prof. Chrostowski.

MAGAZYN

SPORTOWY

2.02.2026

Zmrożone boisko nie stanowiło problemu dla piłkarzy Motoru Lublin. Żółto-biało-niebiescy zaczęli rok od pokonania Pogoni Szczecin STR. 18



FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Piąty ligowy triumf w tym sezonie

Górnik Łęczna zakończył sparingowe granie. Pięć meczów i ani jednej porażki STR. 18

Prezesa siatkarskiej Bogdanki LUK Lublin opowiadają o drodze na sportowy szczyt STR. 20-21

Amerykanka Destiny Slocum nie jest już koszykarką LOTTO AZS UMCS Lublin STR. 22

SPORTOWY24.PL

Trener miał powody do radości

- W pierwszej połowie oglądaliśmy bardzo dobry Motor. Zwłaszcza do bramki na 2:1 było to bardzo dobre spotkanie w naszym wykonaniu - mówił trener gospodarzy Mateusz Stolarski. - Po zmianie stron Pogoń sprawiała nam trochę problemów. Widać było, że chciała bardziej kierować piłki do swoich środkowych pomocników. Może nie tworzyła topowych sytuacji, ale miała przewagę, to trzeba przyznać - zwracał uwagę szkoleniowiec.

Wczoraj boisko na Arenie było podzielone na część słoneczną (około 75 procent) i tę w cieniu, na której murawa była dużo mocniej zmrożona. W drugiej połowie była to połowa Motoru.

- Warunki na tej stronie były zdecydowanie cięższe. Trudniej było nam wyprowadzać piłkę. Nie mówię oczywiście tego, żeby cokolwiek usprawnić, bo Pogoń miała te same warunki, po prostu szybciej się do nich zaadaptowała - przyznawał trener Stolarski. - Myślę, że mimo pogody kibice dzisiaj nie zmarzli na stadionie i zobaczyli całkiem fajne widowisko, zakończone finalnie trzema punktami - dodawał.

PKO BP Ekstraklasa Motor Lublin rozpoczął ligowe granie w 2026 roku od zwycięstwa

DOBRY MECZ I DOBRY WYNIK MOTORU

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Motor pokonał Pogoń, a jednym z bohaterów gospodarzy został Ivan Brkić, który w 69. minucie obronił rzut karny.

Motor Lublin	2 (2)
Pogoń Szczecin	1 (1)

Bramki: Czubak 3, N'Diaye 27 - Ulvestad 36

Motor: Brkić - Stolarski, Bartos, Matthys, Luberecki, Samper (61 Łabojko), Wolski, Rodrigues (85 Karasek), N'Diaye (85 Lewandowski), Ronaldo (73 Król), Czubak (73 Dadashov).
Trener: Mateusz Stolarski

Pogoń: Cojocar - Wahlqvist, Keramitsis, Szalai, Juwara, Ulvestad, Pozo, Koutiris (62 Borges), Greenwood (62 Angielski), Grosicki (77 Parzyk), Mukairu. **Trener:** Thomas Thomasberg

Sędziował: Łukasz Kuźma (Białystok)
Widzów: 8319

Na zewnątrz -12 stopni Celsjusza, ale piłkarze gospodarzy szybko zadbałi o to, aby rozgrzać swoich kibiców. Prowadzenie



Motor Lublin odniósł piąte zwycięstwo w sezonie (bilans: 5-9-5)

już w 3. minucie dał najlepszy strzelec Lublinian, Karol Czubak. Zaczęło się od świetnego prostopadłego zagrania Ivo Rodriguesa do Fabio Ronaldo. Ten natomiast dośrodkował z lewej strony, a z kilku metrów do siatki gości piłkę skierował „Czubi”,

zdobывая swojego jedenaścatego gola w sezonie.

Pierwszy kwadrans zdecydowanie należał do Motoru. Niebezpiecznie pod bramką gości było jeszcze po rajdzie prawą stroną Mbaye Jacques'a N'Diaye. Wypuścił go Bartosz Wolski, ale

popularny Jacek za długo czekał ze strzałem lub podaniem i zatrzymał go Dimitrios Keramitsis. Trzeba jednak mieć na uwadze, że dla Senegalczyka to pierwszy mecz od 29 września, kiedy to doznał kontuzji w starciu z Radomiakiem.

Za drugim razem był jednak bezbłędny. W 27. minucie ponownie podawał Wolski. Prostopadłym zagranieniem ominął linię obrony, a dzięki swojej szybkości N'Diaye znalazł się w sytuacji sam na sam. Uderzył bez przyjęcia, obok Valentina Cojocar i było 2:0.

Miejscowi tym samym świetnie odpowiedzieli na dwie okazji Pogoni: Musy Juwary i Fredrika Ulvestada. Ale wspomniana dwójka odbiła sobie w 36. minucie. Po podaniu Musy, uderzył Ulvestad, a futbolówka odbiła się jeszcze od Rodriguesa, po czym wyładowała w samym okienku. Ivan Brkić nie miał szans.

W drugiej części szanse mieli jedni i drudzy. Lublinianie po strzałach głową Czubaka i jego zmiennika Renata Dadashova, czy też uderzeniu z rzutu wolnego Wolskiego. „Portowcy” za to najbliżej gola byli w 69. minucie, gdy karnego wykonywał Kamil Grosicki. Jego intencje wycofał jednak Brkić, zostając bohaterem spotkania. Dobrych interwencji Chorwat miał więcej. ©©

FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Górnik zimą niepokonany

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Pięć meczów kontrolnych rozegrali zimą piłkarze Górnika Łęczna. Trzy zremisowali, a dwa wygrali, w tym ten ostatni - z KSZO 1929 Ostrowiec Świętokrzyski (2:0).

Górnik Łęczna	2 (1)
KSZO 1929 Ostrowiec Św.	0 (0)

Bramki: Ogaga 45, Orlik 60

Górnik: Pindroch (46 Budzilek) - Jaroszyński (73 Hołownia), Gucek, Szabaciuk, Ogaga (46 Nowogórski), Kryeziu (61 Akhmedov), Deja (78 Osipiuk), Bednarczyk, Orlik (68 Spacil), Tkacz (46 Janaszek), Myszor. **Trener:** Jurij Szatałow



Po 19 kolejkach Górnik (bilans: 1-8-10) jest ostatni w tabeli 1. ligi. Do pozycji dającej utrzymanie traci sześć oczek

Po sezonie Motor opuści skrzydłowy Michał Król

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Michał Król po sezonie opuści Motor Lublin, a jego nowym klubem będzie Wisła Płock. Powiedział o tym trener Stolarski.

- To nie jest żadna tajemnica. Michał podpisał kontrakt z Wisłą Płock od lipca, tutaj postawił mnie przed faktem dokonanym - przyznał szkoleniowiec.

Król jest wychowankiem Granitu Bychawa, a z drugoligowym wówczas Motorem związał się w 2020 roku. W międzyczasie sezon 2021/22 spędził na wypożyczeniu w Górniku Łęczna, gdzie zagrał jednak tylko dwa razy. Po powrocie do Lublina również początkowo nie miał lekko, ale z czasem skrzydłowy stał się fundamentalną postacią zespołu. W tym sezonie nie opuścił żadnego z meczów ligowych żółto-biało-niebieskich.

- Nie było rozmów. Michał po prostu przekazał informację, że podpisał kontrakt - powiedział trener Stolarski zapytany o kulisy rozstania.

Rozstanie jednak dopiero za kilka miesięcy. Do końca czerwca Król ma bowiem obowiązujący kontrakt w zespole z Lublina.



Motor jeszcze nie sprowadził nikogo. Do treningów pierwszej drużyny zostali natomiast włączeni trzej piłkarze z akademii: Mołdach, Akatov i Brzozowski

Kto miał negocjować?

Od stycznia Motor nie ma dyrektora sportowego, po tym jak klub zdecydował się zakończyć współpracę z Pawłem Gołańskim.

- Nie mogę tego komentować i nie chcę tego komentować. To są decyzje właściciela, on może się wypowiedzieć na ten temat - mówił trener.

Właściciel Zbigniew Jakubas na łamach „Przeglądu Sportowego” zdradził, że nowym dyrektorem będzie Veljko Nikitović. Z tym że nie jest jasne od kiedy, bo ten do końca se-

zonu ma umowę w Arce Gdynie. Podczas wakatu na tym stanowisku w Motorze, więcej obowiązków spadło na trenera Stolarskiego.

- Musimy sobie radzić. Mam jasny cel, jestem czwarty sezon w Motorze Lublin. Można powiedzieć, że stałem się mocną częścią tego klubu i dla mnie ten klub jest ważny. Pracuję, muszę, i chcę - taki jestem. Mam dużo pozytywnej energii w sobie, mam dużo takiej chęci wydobycia maksimum z tej drużyny. Będziemy to wspólnie robić dalej, bo tu-

taj naprawdę jest wiele dobrych rzeczy, które dzieją się wewnątrz klubu, wewnątrz drużyny. I na tym chcę to oprzeć - podkreślił szkoleniowiec. - Gdy sytuacja jest nietypowa, to po prostu trzeba zakaść rękawy i pracować. Oczywiście też wyciągnąć wnioski na przyszłość i po prostu działać - dodał.

W połowie stycznia klub zatrudnił Piotra Sadowskiego (odpowiedzialnego za budowę działu skautingu i kierowanie jego pracami), a także Pawła Belinę - skauta. ©©

FOT. ARCHIWUM: MICHAŁ JANĘK

FOT. ILLUSTR. KACPER PACOCHA/GÓRNIK ŁĘCZNA

PKO BP Ekstraklasa Piłkarze starali się rozgrzać kibiców w srogi mróz

Śliwki robaczywki widzewiaków. Twierdza Lubin została zdobyta

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

Po przerwie wrócili rozgrywki PKO Ekstraklasy. I to z prztytupem. Już w pierwszym dniu padła ostatnia twierdza, a potem - także zasilanie, przez które nie odbył się mecz w Radomiu.

To było nie lada wyzwanie, by w weekend pojawić się na którymś z meczów i wytrzymać dwie godziny. W kilku miejscach temperatura rzeczywiście lub odczuwalna spadła do minus dziesięciu stopni Celsjusza. Obecni, a tych najwięcej było na derbach w Zabrzu (ponad 24 tys.) próbowali się ratować kocami i darmową herbatą. Rozgrzewali też sami piłkarze - swoją grą. Choć, niestety, nie wszędzie.

Kto wie, czy nie przez mróz właśnie doszło do poważnej awarii elektrycznej, przez którą piątkowy mecz Radomiaka z Arką Gdynia w ogóle nie doszedł do skutku. Drużyny chciały grać, ale nie można było czekać w nieskończoność, aż służby techniczne uporają się z tajemniczym problemem. Po kwadransie poślizgu podjęto decyzję o odwołaniu spotkania. Nowy termin jeszcze nie został wyznaczony, ale prawdopodobnie będzie to marzec, najpewniej w którymś z dni w środku tygodnia. Najbardziej stracili na tym kibice, zwłaszcza z Gdyni, którzy wymarзли i jeszcze wydali na darmo mnóstwo pieniędzy; na bilety, paliwo, czy jedzenie...

Również w piątek została zdobyta ostatnia ekstraklasowa twierdza - Lubin. Miejscowe Za-



Piłkarze Lecha bardzo krótko cieszyli się z wyrównania w starciu z Lechią

głębie, już bez zawróconego do Rakowa Leonardo Rochy, nie miało argumentów przeciwko dobrze dysponowanemu GKS Katowice, który wygrał gładko i tym samym opuścił strefę spadkową, spychając do niej Widzew Łódź. Bohaterem okazał się Bartosz Nowak - autor gola i asysty. W ubiegły weekend ten doświadczony pomocnik z rąk selekcjonera Jana Urbana odebrał statuetkę dla Ligowca Roku w plebiscycie tygodnika „Piłka Nożna”. Już pracuje na kolejną. Konsekwencji zabrakło za to Piastowi Gliwice - w prestiżowych derbach Górnego Śląska. Zespół Daniela Myśliwca nie utrzymał skromnego prowadzenia. KSG z czasem podkreślił tempo, czego dowodem okazały się gole Erika Janży i Maksyma

Chłania. Ukraińiec znany wcześniej z występów w Lechii Gdańsk wypadł najlepiej ze wszystkich, wchodząc niejako w buty sprzedanego do Danii Ousmane'a Sowa. Hitem soboty i tak jednak był mecz w Łodzi. Wielu chciało przekonać się na własne oczy, jak Widzew po wydaniu 20 mln euro na transfery (z czego ponad 13 mln w zimowym okienku) wypadnie na tle topowej Jagiellonii Białystok. To była bolesna weryfikacja dla tego rodzaju się w bólach projektu. Drużyna Adriana Siemienica wbiła trzy bramki i zasłużenie wygrała, pozwalając jedynie na honorowego gola w końcówce. „Pierwsze śliwki robaczywki. Tylko tak to można wytłumaczyć. Brawo Jaga” - skomentował już jedna-

stą porażkę Widzewa w sezonie Zbigniew Boniek, który pozostaje najwyraźniej entuzjastycznie nastawiony do tego, co dzieje się w jego byłym klubie. Radości po weekendzie nie kryją też w Lechii Gdańsk. Drużyna z Wybrzeża sprawiła nie lada niespodziankę, wygrywając na stadionie aktualnego mistrza, czyli Lecha Poznań. Strzeliła mu trzy gole, sama tracąc jednego. Wynik po przerwie ustalił niezawodny Tomasz Bobcek. Reprezentant Słowacji dzięki czternastemu trafieniu w sezonie umocnił się na pozycji lidera klasyfikacji strzelców. Prezes Paolo Urfer mimo zapytań z najmocniejszych lig nie chce go puścić za żadne pieniądze. I to się do końca okienka nie ma już zmieniać.

19. KOLEJKA EKSTRAKLASY

ZAGŁĘBIE LUBIN - GKS KATOWICE 0:2
Bramki: Nowak 2, Jedrych 52

GÓRNIK ZABRZE - PIAST GLIWICE 2:1
Bramki: Janża 41, Khlan 50 - Boisgard 25

WIDZEW ŁÓDŹ - JAGIELLONIA BIAŁYSTOK 1:3
Bramki: Bergier 89 - Mazurek 36, Pululu 55, Wojtuszek 80

LECH POZNAŃ - LECHIA GDAŃSK 1:3
Bramki: Gholizadeh 26 - Neugebauer 2, Milić 47 (Andriasa Edmundsson bram. samobójcza), Wojtuszek 55

MOTOR LUBLIN - POGOŃ SZCZECIN 2:1
Bramki: Czubak 3, Ndiaye 27 - Ulvestad 36

WISŁA PŁOCK - RAKÓW CZĘSTOCHOWA 2:1
Bramki: Nowak 14, Jurić 58 - Brunes 86

RADOMIAK - ARKA GDYNIA
Mecz przerwiony z powodu awarii oświetlenia

1. Wisła Płock	19	33	23-13
2. Górnik Zabrze	18	32	31-25
3. Jagiellonia Białystok	18	32	32-22
4. Raków Częstochowa	18	29	26-23
5. Zagłębie Lubin	19	28	31-26
6. Cracovia	18	27	25-21
7. Radomiak	18	26	35-30
8. Lech Poznań	18	26	30-29
9. Korona Kielce	18	24	21-19
10. Motor Lublin	19	24	25-29
11. Lechia Gdańsk	19	23	40-38
12. GKS Katowice	18	23	25-28
13. Pogoń Szczecin	19	21	29-34
14. Arka Gdynia	18	21	15-32
15. Piast Gliwice	18	20	20-21
16. Widzew Łódź	19	20	27-31
17. Legia Warszawa	18	19	19-21
18. Bruk-Bet Nieciecza	18	19	24-35

Program 20. kolejki

Piątek, 6.02
Korona Kielce - Zagłębie Lubin (godz. 18.00),
Lechia Gdańsk - Cracovia (godz. 20.30)
Sobota, 7.02
Arka Gdynia - Legia Warszawa (godz. 14.45),
Jagiellonia Białystok - Motor Lublin (godz. 17.30),
Górnik Zabrze - Lech Poznań (godz. 20.15)
Niedziela, 8.02
Pogoń Szczecin - Bruk-Bet Termalika (godz. 12.15),
Raków Częstochowa - Radomiak Radom (godz. 14.45),
GKS Katowice - Widzew Łódź (godz. 17.30)
Poniedziałek, 9.02
Piast Gliwice - Wisła Płock (godz. 19.00).

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

14 goli
Tomasz Bobcek (Lechia Gdańsk)
11 goli
Karol Czubak (Motor Lublin)
10 goli
Mikael Ishak (Lech Poznań),
Sebastian Bergier (GKS Katowice)
9 goli
Jonatan Brunes (Raków Częstochowa)
8 goli
Jesus Imaz (Jagiellonia Białystok),
Afimico Pululu (Jagiellonia Białystok),
Leonardo Rocha (Raków Częstochowa),
Łukasz Sekulski (Wisła Płock)

BOHATER WEEKENDU

Tomasz Bobcek (Lechia Gdańsk)
Napastnik Lechii dał wyraźny sygnał, że chce powalczyć o koronę najlepszego strzelca ekstraklasy. Zdobył efektowną bramkę w wyjazdowym meczu z Lechem i umocnił się na pozycji lidera strzelców.



Echa spod szatni. Feio i Carver zadowoleni, Szwarga chciał zagrać dla kibiców

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

Już pierwszego dnia po zimowej przerwie w PKO Ekstraklasie doszło do nieprzewidzianej sytuacji - z powodu awarii oświetlenia odwołano mecz Radomiaka z Arką Gdynia.

Mróz i awaria prądu na stadionie - czyli wielkie plagi nawiedziły Radom w 19. Kolejce... To nie był dobry dzień ani dla radomskich kibiców, ani tym bardziej dla pił-

karzy, którzy nawet nie wyszli na rozgrzewkę. Początkowo spotkanie przesunięto o 15 minut, jednak szybko okazało się, że usterki oświetlenia nie da się usunąć i mecz musiał zostać odwołany. Nowy termin rozegrania spotkania Radomiak - Arka ma zostać ogłoszony w najbliższym czasie. Trener gości Dawid Szwarga przyznał, że najbardziej szkoda kibiców - ponad 700 fanów z Gdyni po raz pierwszy wypełniło sektor gości na nowoczesnym stadionie przy Struga 63.

- Chcieliśmy zagrać ten mecz. Przygotowaliśmy się dobrze - zaznaczył w rozmowie z Canal+ Sport. - Spędziliśmy 24 dni na zgrupowaniu, włącznie z ostatnim wyjazdem do Lubina. Poświęciliśmy dużo w codziennym funkcjonowaniu i kontaktach z rodzinami. Są jednak rzeczy, na które nie mamy wpływu, jak ta dzisiejsza awaria - tłumaczył trener Arki, która na darmo pokonała kilkaset kilometrów. - Dostaliśmy informację, że elektrycy nie są w stanie określić, kiedy usterka zostanie usunięta.

Uważam, że przetrzymywanie kibiców na stadionie, których najbardziej szkoda w tej całej sytuacji, nie miało sensu - dodał. Szkoleniowiec Radomiaka starał się skwitować całą sytuację z humorem. - Balon gotowy, a nie mówiłem? - rozpoczął uśmiechnięty Gonçalo Feio, który jeszcze przed meczem żartobliwie proponował grę na krytym obiekcie w obliczu panujących mrozów. - Myślę, że wszyscy zrobili wszystko, by ten mecz się odbył. Drużyny zawsze chcą grać, zwłaszcza po tak długiej

przerwie - dodał już poważnym tonem. Wzmocniony wielomilionowymi transferami Widzew musiał w sobotę przełknąć gorycz porażki. Po meczu z Jagiellonią (1:3) trener Igor Jovićević uznał, że wynik był... zbyt surową karą. - Uważam, że porażka 1:3 to zbyt wysoki wymiar kary. Pierwsza bramka dla Jagiellonii ustawiła to spotkanie, zwłaszcza biorąc pod uwagę warunki, w jakich rozgrywany był mecz. Drużyny musiały grać pragmatycznie, co było widać m.in. po zmianie

stylu Jagiellonii. Podjęliśmy rywalizację, mieliśmy swoje sytuacje na 1:1, ale to goście lepiej dostosowali się do warunków i zasłużenie wygrali - mówił szkoleniowiec Widzewa. Po ograniu mistrza Polski, Lecha Poznań (3:1), zachwycony był natomiast trener Lechii Gdańsk John Carver. - Myślę, że ci, którzy oglądali ten mecz, nie narzekali na widowisko. Bo było dobre, i to w wykonaniu obu stron. To był niezwykle zimny wieczór, ale myślę, że rozgrzała kibiców, szczególnie Lechię. ©

Rozmowa Krzysztof Skubiszewski i Maciej Krzaczek, prezesi siatkarskiej Bogdanki LUK Lublin, opowiadają o przebytej przez klub drodze „od zera do milionera”

„JESTEŚMY SCENARIUSZEM NA HOLLYWOODZKI FILM”

Krzysztof Nowacki
Kamil Wojdat

Trzyście lat temu z własnych pieniędzy finansowali wyjazdy na mecze. Dziś podpisują rekordowe kontrakty w PlusLidze i sięgają po kolejne trofea.

Trzyście lat temu założyliście Lubelski Klub Przyjaciół Siatkówki. Jak dziś, z perspektywy czasu, wspominać tamten moment i początki klubu? Jakie emocje towarzyszyły wam na starcie?

Krzysztof Skubiszewski: Na początku 2013 roku graliśmy jeszcze w Cukrowniku Lublin. Ale po rozwiązaniu klubu, a także innego zespołu - Politechniki Lubelskiej, w naszym województwie nie było już drugiej ligi. Ponieważ chcieliśmy jeszcze pograć, to wpadliśmy na pomysł, żeby razem ze znajomymi, którzy mieli już swoje prace i rodziny, więc nie chcieli wyjeżdżać poza województwo, założyć własny klub. Skrzyknęliśmy się i wystartowaliśmy w lidze.

Maciej Krzaczek: To wszystko prawda, ale Krzysiek jest trochę skromny. To on zadzwonił do mnie z pytaniem, czy zakładamy klub. Pierwsza isierka zatliła się więc w jego głowie.

Skubiszewski: Tak, ale nie udałooby się bez twojego entuzjazmu. Pamiętam, że odebrałem i powiedziałem: jasne, wpadaj! Przyjechałem do ciebie i siedliśmy na słynnej już kanapie. Całą noc rozmawialiśmy, jakby to miało wyglądać i funkcjonować. Z tego urodził się klub, który mamy dzisiaj.

Krzaczek: Dawno już nie miałem pytania o początki i powiem, że te emocje wracają. Minęło już sporo czasu, my codziennie zajmujemy się klubem i zapomina się o początkach. A emocje są duże. To był taki romantyczny początek, bo chodziło, żeby się właśnie skrzyknąć ze znajomymi. Stąd też nazwa klubu - Lubelski Klub Przyjaciół Siatkówki.



Z prezesami Bogdanki LUK Lublin spotkaliśmy się w ich siedzibie. Prezesi Skubiszewski (z lewej) i Krzaczek (z prawej) opowiedzieli nam o drodze na szczyt

Grupa przyjaciół, która kocha ten sport.

Już wtedy marzyliście o klubie, który w przyszłości będzie walczył w PlusLidze o mistrzostwo Polski?

Skubiszewski: Na początku chcieliśmy tylko grać z przyjaciółmi. Po pierwszym sezonie widzieliśmy jednak, że są załóżki do tego, aby drużyna awansowała do drugiej ligi.

Już wtedy, grając przy naprawdę skromnym budżecie, właściwie własnym sumptem, dotarliśmy do turnieju finałowego i do awansu zabrakło nam jednego seta. Przegraliśmy 2:3, a gdyby wynik był odwrotny, to awansowalibyśmy do drugiej ligi. Ale patrząc z perspektywy czasu, to myślę, że awans w tamtym momencie mógłby klub „zabić”.

Nie byliśmy jeszcze na to gotowi. Ale zobaczyliśmy, że są możliwości. Po wzmocnieniach składu, zadbaniu o stronę organizacyjną i finansową, bo zawodnicy nie musieli już dokładać nawet złotych, to nam się udało. Po awansie zdaliśmy sobie sprawę, że chcąc rozwijać da-

lej klub, nie możemy wciąż grać. Skupiliśmy się na trenerce i sprawach organizacyjnych.

Krzaczek: Do sezonu przygotowaliśmy się już inaczej. Staraliśmy się prowadzić klub tak profesjonalnie, na ile mogliśmy na tamtym etapie. Nie możemy oczywiście tego w ogóle porównać do obecnego profesjonalizmu.

Jak klarowała się droga do miejsca, w którym jesteście dzisiaj?

Krzaczek: Na początku nasza praca koncentrowała się na prozaicznych rzeczach. Zorganizowanie jakichkolwiek środków finansowych, znalezienie sponsorów, żeby chociaż chłopaki za paliwo nie musieli płacić. Żebyśmy nie musieli robić rzutek w drużynę na wynajęcie hali, medyków, na wodę. I w drugim sezonie to nam się udało. Z prywatnych środków wydawaliśmy tylko ja i Krzysiek. Natomiast w ramach budżetu klubu mogliśmy już zakupić koszulki dla zawodników i tak krok po kroku coraz bardziej profesjonalizowaliśmy klub.

Skubiszewski: Wtedy wygodniej było nam grać na wyjeździe niż organizować własną halę i płacić za medyków oraz sędziów. Braliśmy prywatne samochody i jechaliśmy. Nie ponosiliśmy kosztów organizacji meczu, tylko razem z Maćkiem płaciliśmy za paliwo. Impulsem do dalszego rozwoju klubu było nawiązanie współpracy z Politechniką Lubelską. Przenieśliśmy się na nową halę, uczelnia zaangażowała się także finansowo. Taki partner przyciągał również zawodników z całej Polski, bo na grę u nas patrzyli pod kątem studiowania, akademików, wyżywienia. Było nam więc dużo łatwiej.

Krzaczek: Sam sztyl Politechniki dawał nam wiarygodność i używanie tej nazwy pomogło nam otworzyć wiele drzwi. Do dzisiaj Politechnika jest z nami.

Skubiszewski: Następnym krokiem było zaangażowanie prezesa Jacka Wysokińskiego i firmy LUK. Mogliśmy wtedy myśleć o awansie do pierwszej ligi, a w przyszłości nawet do PlusLigi. Mieliśmy już bowiem takie cele długofalowe. Chociaż nie myśleliśmy, że tak

szybko zdobędziemy mistrzostwo Polski. To było oczywiście nasze marzenie i jesteśmy dumni, że się spełniło.

Krzaczek: Prezes Jacek Wysokiński dołączył do nas w ostatnim sezonie w drugiej lidze. Pamiętam, że już wtedy mieliśmy plan, żeby po awansie do pierwszej ligi od razu w niej namieszać. To się udało, bo zajęliśmy trzecie miejsce. A zatrzymała nas pandemia, która przerwała rozgrywki. Mieliśmy szansę ugrać coś więcej, więc w następnym sezonie chcieliśmy już walczyć o PlusLigę.

Skubiszewski: Wtedy też trochę historia zatoczyła koło, bo myślę, że w tym pierwszym sezonie w pierwszej lidze znów nie byliśmy jeszcze gotowi organizacyjnie i prawdopodobnie finansowo na awans do PlusLigi. Nasza historia mogłaby się wtedy całkowicie inaczej potoczyć, bo rola beniaminka jest bardzo ciężka.

Patrząc na historię klubu, pasuje do was stwierdzenie „od zera do milionera”? Oczywiście w przenośni, bo nie o pieniądze chodzi.

Krzaczek: Klub miał fajne podwaliny. Nie myśleliśmy o awansach, o pieniądzach, tylko chcieliśmy, żeby grupa ludzi kochających siatkówkę mogła grać w naszym regionie. Chcieliśmy pokazywać ten sport i to się udało. Jeszcze grając w hali Cukrownika, gdzie oczywiście trybuny były małe, ludzie przychodzili na nasze mecze. W PlusLidze też mamy komplety kibiców. Można mieć pieniądze, ale bez tych podstaw, bez serca i bez zaangażowania, sukcesu nie będzie. To był chyba nasz największy wkład w ten klub, że potrafiłiśmy kolejne osoby zarażać energią, pozytywnym nastawieniem.

Skubiszewski: Może to nie zabrzmie skromnie, ale na pewno jesteśmy scenariuszem na hollywoodzki film i można trochę mówić, że przeszliśmy drogę od zera do milionera.

Byliście zawodnikami, trenerami, a teraz prezesami. Czy te wszystkie doświadczenia są dzisiaj dużą wartością w rozwijaniu już profesjonalnego i jednego z najlepszych klubów w Polsce?

Krzaczek: Zdecydowanie tak. Do wszystkiego podchodziliśmy naturalnie. Jeżeli było coś do zrobienia, to po prostu to robiliśmy.

Skubiszewski: Wszystkiego się uczyliśmy. Uczyliśmy się funkcjonowania jako trener, uczyliśmy się szukania zawodników, statystyk i pracy organizacyjnej w roli prezesa. Od relacji koleżeńskich przeszliśmy do funkcji prezesów i w pewnym momencie należało to oddzielić. Inaczej spojrzeć na klub. Nie tylko na poszczególne aspekty, ale patrzeć całościowo na organizację. Dzięki całemu doświadczeniu wiemy, co dzieje się w klubie do A do Z. W pewnym stopniu było to też dla nas obciążające i staramy się teraz te zadania delegować na inne osoby. Ale na pewno gdzieś to w nas zostało, że od początku dotykaliśmy wszystkiego, i nadal staramy się wiedzieć o wszystkim, co dzieje się w klubie. Nadal wszystkiego dotyczyć, chociaż teraz jest to już praktycznie niemożliwe.

Transfer Wilfredo Leona była najwyższą transakcją finansową w historii klubu?

Krzaczek: Jeżeli chodzi o jednorazowy kontrakt, to na pewno tak. Wydaje mi się, że w historii PlusLigi to także był najwyższy kontrakt. Gdy zaczęliśmy mówić o Wilfredo to mieliśmy już zbudowany zespół na kolejny sezon. Trzeba było więc znaleźć dodatkowe środki i pieniądze znalazły się błyskawicznie. To nie były pojedyncze dni, ale naprawdę krótko to trwało.

Kolejni sponsorzy się dokładali i kwota szybko urosła. Skubiszewski: Zaczęło się od tego, że po jednym z meczów sponsor spytał się, kto

jeszcze jest wolny na rynku. Padła odpowiedź, że Wilfredo Leon. W tamtym momencie w formie żartu! Ale widać było, że niektórym sponso-rom oczy się rozświeciły. Ja jestem bardziej realistą, Maciej większym optymistą, więc on od razu zaczął działać. Mi trudno było uwierzyć, że jesteśmy w stanie osiągnąć najlepszego zawodnika na świecie. Jak mieliśmy już część środków, zadzwoniliśmy do Wilfredo i pamiętam, że była to bardzo długa rozmowa. Kilkugodzinna. Wtedy uwierzyłem, że ten transfer jest realny.

Krzaczek: Widzę jednak, jak w PlusLidze rosną wysokości kontraktów i nie jest łatwo utrzymać się w pierwszym rzędzie. Jeżeli na następny sezon ma się taki sam budżet, to nie idzie się do przodu. Wręcz cofa się. Mistrzostwo Polski też waży. Zawodnicy, którzy zdobyli mistrzostwo, mają dużo większe oczekiwania, a ich wartość na rynku rośnie. Naszą najtrudniejszą pracą jest utrzymanie poziomu sportowego i organizacyjnego.

Rozmowa z Wilfredo była trudna?

Skubiszewski: Nie, łatwa i bardzo przyjemna. Rozmawialiśmy o wielu aspektach, nie tylko siatkarskich. **Krzaczek:** Myślę, że podczas tej rozmowy Wilfredo przekonał się, że to fajny projekt. Zapewniliśmy już sobie wtedy wprowadzić udział w europejskich pucharach, ale byliśmy jeszcze nowym produktem w PlusLidze. Wiemy jednak, że jako klub cieszymy się dobrą opinią, podobnie miasto. Dlatego odbiór nas był pozytywny.

Przyjście Wilfredo Leona było kolejnym momentem przełomowym dla klubu?

Skubiszewski: Zdecydowanie tak. Chociażby pod kątem frekwencji, mimo że od początku nie mogliśmy na nią narzekać, bo od pierwszego sezonu w PlusLidze średnia wynosiła 2600 na mecz. Teraz, po sukcesach, bilety rozchodzą się momentalnie i to jest coś niesamowitego. On duża zasługa Wilfredo. Ale on ma także duży wpływ na zawodników. Nie tylko na poziom sportowy, lecz również na mentalny. Zawodnicy czują się z nim pewniej. Czerpią wiele od niego i wiedzą, że mogą stać się lepsi. A Wilfredo im w tym pomaga. Cała drużyna przy nim urosła. Wszyscy zaczęli lepiej grać, lepiej rozumieć siatkówkę. Tak naprawdę na tym poziomie mniej więcej każdy ma taką samą siłę ataku czy taką samą wysokość bloku. Chodzi bardziej o mental. Wilfredo ma duży wpływ na głowy naszych zawodników.



FOT. ARCHIWUM WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Bogdanka LUK jest aktualnym mistrzem Polski, posiadaczem Pucharu Polski i Superpucharu Polski. Wygrała też europejski Challenge Cup. Gra w Lidze Mistrzów

Krzaczek: Cieszymy się, że zapelniamy halę Globus, największy obiekt w regionie. Przed meczem nawet nie otwieramy kas. Wszystkie bilety rozchodzą się w sprzedazy internetowej. Wilfredo jest w stu procentach profesjonalistą. Nie tylko na boisku, ale także poza nim. Jest człowiekiem, który odnosi sukcesy, ale zachowuje także dużo pokory.

Czy przyjście Leona było również magnesem na nowych sponsorów?

Krzaczek: Na pewno tak, bo jako klub urosliśmy. Leon jest częścią drużyny, więc jesteśmy bardziej atrakcyjni. Mamy zresztą badania marketingowe, które pokazują jaki ekwiwalent reklamowy generujemy w mediach. W poprzednim roku przeskoczyliśmy pod tym względem całą ligę. Wypracowaliśmy pół miliarda złotych dla naszych sponsorów. Kolejna drużyna w tej klasyfikacji miała około stu milionów mniej. Po zdobyciu mistrzostwa nadal jesteśmy najbardziej atrakcyjnym zespołem. Jeżeli firma inwestuje pieniądze w marketing poprzez sport, to chce jak najbardziej efektywnie te pieniądze wydawać. Nie mamy problemu z pozyskiwaniem nowych sponsorów. Starzy natomiast bardzo rzadko od nas odchodzą, przeważnie przez sytuację ekonomiczną w danej branży. Mówiąc żartem, każdego sponsora ostrzegamy, żeby zastanowił się, czy chce podpisać z nami umowę sponsorską, bo jak już ktoś podpisze, to od nas nie odchodzi.

Nie odchodzą sponsorzy, nie odchodzą i kibice, których jest coraz więcej.

Krzaczek: W sezonie, w którym wywalczyliśmy awans do PlusLigi, graliśmy w hali

przy Alejach Zygmunto-wskich. I to przy pustych trybunach, bo był covid. Przecho-dząc po awansie do hali Globus, gdzie jest ponad cztery tysiące miejsc, trochę się nam nogi ugiwały. Zastanawialiśmy się, czy może nie za szybko. Sami nie wiedzieliśmy, czego się spodziewać. Ale już na pierwszym meczu, z mistrzem Polski Jastrzębskim Węglem, mieliśmy prawie komplet kibiców.

Skubiszewski: Organizacyjnie też jeszcze nie wiedzieliśmy, jak to wygląda. Dzisiaj umiemy wszystko przygotować tak, żeby logistyka była dużo łatwiejsza. Uczyliśmy się jednak wszystkiego od zera.

Mówiliście panowie wcześniej, że na awans nie zawsze byliście gotowi i może lepiej, że go w danym momencie nie było. Ale gdy pojawiła się szansa na mistrzostwo Polski w sezonie 2024/25, to nie czekaliście, ale od razu sięgnęliście po tytuł. On chyba nie zachwiał funkcjonowania klubu, prawda?

Krzaczek: W sporcie, jeżeli masz szansę, to nie zastanawiasz się, tylko ją bierzesz. Mając wtedy do wyboru awans lub nie, na pewno chcielibyśmy awansować. Tylko że może zrobilibyśmy to o krok za wcześniej. **Skubiszewski:** Szansę na mistrzostwo poczuliśmy w półfinale. Wiedzieliśmy już, że nikt nam tego nie odbierze.

Przed sezonem zakładaliście, że możecie wygrać i mistrzostwo i europejski puchar?

Krzaczek: Naszym celem minimum było miejsce w strefie medalowej PlusLigi. Później decydują już niuanse. Czwierćfinałowa rywalizacja z ZAKSĄ Kędzierzyn-Koźle była bardzo zacięta. Czasami decydująca jest dyspozycja dnia.

Skubiszewski: W Pucharze Challenge gra się według pewnej drabinki, więc wiedzieliśmy, w którym momencie na kogo możemy trafić. Zakładaliśmy, że chcemy dotrzeć do finału, a w nim zagramy prawdopodobnie z Cucine Lube Civitanova. To się sprawdziło.

Mówi się, że łatwiej jest się na szczyt dostać niż na nim utrzymać. Motywacji do pracy nie brakuje?

Skubiszewski: Mobilizacja wciąż jest wysoka, bo obronie mistrzostwa Polski rzeczywiście jest ogromnym wyzwaniem. Wygraliśmy Puchar Challenge, ale teraz gramy w Lidze Mistrzów, więc ranga i prestiż są wyższe, a przy wygranej także większe pieniądze.

Krzaczek: W tamtym sezonie inaczej na nas patrzono. Dla wielu nasze mistrzostwo Polski było niespodzianką. W tym roku jesteśmy już wśród faworytów i z innej pozycji atakujemy rozgrywki. Czujemy też, że rywale w inny sposób przygotowują się na mecze z nami. Drużyny są bardzo zmotywowane. A frekwencja w halach pokazuje, że staliśmy się klubem, na który się chodzi. Kilka lat temu kibice w Lublinie chętniej przychodzili na mecze z ZAKSĄ czy z Jastrzębskim Węglem. Dzisiaj, to my jesteśmy tą drużyną, która przyciąga kibiców.

Krzaczek: Liga pędzi, a my na różnych frontach staramy się utrzymać najlepszą dyspozycję. Występują mikrourazy, krążą różne wirusy i najtrudniejszą dla nas walką w tej chwili jest właśnie utrzymanie drużyny w dobrej formie i w jak najlepszej dyspozycji przystąpić do decydujących etapów rozgrywek. Zawodnicy czasami nie mają czasu, żeby normalnie potrenować,

więc to jest bardzo trudne zadanie dla całego sztabu.

A trudno jest pogodzić grafik treningów i meczów ze zobowiązaniami marketingowymi wobec sponsorów klubu?

Krzaczek: Mamy na tyle wyedukowaną grupę sponsorów, że oni czują i wiedzą, kiedy jest moment na korzystanie z zakresu świadczeń marketingowych. My też mamy własne materiały i nie zawsze potrzebna jest fizyczna obecność zawodników. Staramy się ich nie odciągać od treningów czy regeneracji i widzimy duże zrozumienie u sponsorów. Nie starają się na nas niczego wymuszać. Na takie spotkania jest czas przeważnie zaraz po sezonie. Zawodnicy, którzy nie wyjeżdżają na kadry mają czas, żeby odwiedzić siedziby sponsorów. Nasi partnerzy często przy okazji meczów mają szansę podejść bliżej i porozmawiać z zawodnikami.

Klub szybko zyskał uznanie sponsorów i grono firm wspierających siatkarzy jest duże. Czym przekonywaliście na początku, że warto się z wami związać?

Krzaczek: Baliśmy się, że może wchodzimy na niezbyt przyjazny grunt. Okazało się jednak, że Lublin jest bardzo sportowy. Cały region zresztą taki jest. Dowodem na to jest liczba drużyn występujących w najwyższych klasach rozgrywkowych. Oczywiście wszystko wymagało naszej dużej pracy, żeby pokazać, że jesteśmy wiarygodni, lojalni i potrafimy ten biznes prowadzić. Poza tym sama siatkówka jest bardzo atrakcyjna, a w telewizji jesteśmy pokazywani naprawdę w fajnym opakowaniu i to jeszcze w najlepszych godzinach. Zdajemy sobie jednak sprawę, że musimy twardo stąpać po ziemi i szanować każdego ze sponsorów. Niezależnie czy dużego, czy małego.

Skubiszewski: Od niektórych sponsorów słyszałem także, że doceniają pasję, która od nas emanuje. To ich zaraża.

A jak po trzynastu latach układa się współpraca między panami? Tak samo jak na początku?

Skubiszewski: Myślę, że może nawet lepiej (śmiech). **Krzaczek:** Musieliśmy też nauczyć się siebie nawzajem. Krzysztof wcześniej pracował w biurze, ja do tego musiałem przywyknąć. Wcześniej nasze relacje były wyłącznie przyjacielskie, a tutaj weszły w grę relacje zawodowe. Doszły kwestie finansowe, często bardzo wysokie kwoty. Mamy świadomość odpowiedzialności, jaka na nas ciąży. Ale

mimo wszystko uważam, że cały czas się dogadujemy. Na tej słynnej kanapie, w 2013 roku, „spłodziliśmy” nasze wspólne dziecko, czyli LKPS i jakoś kłótni małżeńskich między nami nie ma (śmiech). **Skubiszewski:** Myślę, że dobrze się między nami układa. Maciej jest ojcem chrzestnym mojego syna. Ja jestem chrzestnym Maćka syna. Relacje więc nie są czysto biznesowe, ale też i rodzinne.

Określiście sobie konkretny podział zadań, którymi się zajmujecie?

Krzaczek: Mamy podzielone zadania, ale to też nie jest tak, że coś jest moją domeną i ja w tym obszarze dowodzę. Dyskutujemy często i najważniejsze decyzje podejmujemy zawsze razem.

Skubiszewski: Mamy swoje rzeczy do ogarnięcia, ale nasze biurka stoją obok siebie. Właśnie po to, żeby każdy nowy temat móc od razu przegadać między sobą. Cały czas się komunikujemy i we wszystkich zadaniach się przenikamy.

Krzaczek: I wspieramy.

Hala Globus jest za mała na wasze mecze. Widzicie szansę budowy w Lublinie nowego, większego obiektu?

Krzaczek: Patrząc geograficznie, to najbliższe nowoczesne hale, które mają widownię powyżej dziesięciu tysięcy, to Kraków, Łódź, Gdańsk i Spodek w Katowicach. Po tej stronie Polski brakuje takiego obiektu. A one są multifunkcyjne i można w nich organizować różne wydarzenia. My jesteśmy szczęśliwi, że mamy halę Globus, bo w PlusLidze nie wszystkie kluby dysponują podobnymi obiektami. Jednocześnie frekwencja na meczach pokazuje, że fajnie byłoby, żeby powstała nowa arena. Wiemy jednak, jak potężne są to nakłady finansowe i organizacyjne. Warto może zorganizować szerszą dyskusję na ten temat. Stadion żużlowy będzie remontowany, więc w przyszłości powstanie fajny obiekt. Mam nadzieję, że wtedy pomyslimy o hali.

Wspomniany żużel to jedna z wielu dyscyplin w Lublinie, która walczy o sponsorów. Grono takich partnerów jest ograniczone. Jakie więc macie relacje z innymi klubami w mieście.

Skubiszewski: Tort jest jeden i każdy chce mieć swój kawałek. Natomiast nam bardzo dobrze współpracuje się z innymi klubami. Reprezentujemy Lublin, województwo lubelskie i musimy się wzajemnie wspierać. ©©

„Kopciuszek” z Chelma zachwyca

Siatkarze InPost ChKS Chełm sprawili niespodziankę w 19. kolejce PlusLigi, pokonując na wyjeździe PGE GiEK Skrzęta Belchatów 3:1.

Dla drużyny trenera Krzysztofa Andrzejewskiego był to szósty triumf w PlusLidze (bilans: 6-12).

- Elementem, który najbardziej przyczynił się do naszej wygranej jest - od początku sezonu - ogromna wiara w to, że można utrzymać się w lidze i wygrywać z zespołami teoretycznie silniejszymi. Gdyby nie ta wiara, pozostałe elementy nie miałyby większego znaczenia - powiedział trener Andrzejewski w rozmowie z Damianem Zielińskim z mediów klubowych.

Utrzymanie w elicie wydaje się coraz bardziej realne, bo na ten moment beniaminek, z dorobkiem 19 punktów, zajmuje 11. miejsce. Ma osiem oczek zapasu nad będącą w strefie spadkowej ekipą z Częstochowy (14. miejsce) ma osiem oczek zaliczki, która wczoraj wieczorem mierzyła się z Indykpołem AZS Olsztyn. - Dopóki matematycznie jest możliwość żebyśmy spadli, to musimy mieć się na baczności - przestrzegł Andrzejewski.

PlusLiga Pięć setów obejrzeliby kibice w rzeszowskiej hali: Resovia pokonała Bogdankę

BOGDANKA UGRAŁA PUNKT W RZESZOWIE

Krzysztof Szuptarski
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

SIATKÓWKA. To było trzecie starcie zespołów z Rzeszowa i Lublina w tym sezonie. Drugi raz lepsza była Resovia.

Asseco Resovia Rzeszów	3
Bogdanka LUK Lublin	2

Sety: (20:25, 25:18, 25:21, 22:25, 15:8)

Resovia: Demyanenko 13, Szalpak 28, Cebulj 2, Janusz 2, Butryn 18, Sapiński 5, Potera (libero) oraz Nowak 1, Louati 12, Bucki. Trener: Massimo Botti

Bogdanka LUK: Henno 19, Komenda 4, Wachnik 12, Leon 16, Grodzanov 8, McCarthy 5, Hoss (libero) oraz Young 1, Czyrek (libero). Trener: Stephane Antiga

Rzeszowianie co prawda objęli prowadzenie 6:3, jednak po ataku Jakuba Wachnika Bogdanka LUK doprowadziła do remisu (8:8). Za chwilę Resovia znówu odskoczyła na trzy oczka (11:8), ale atak Francuza Hillira Henno najpierw dał gościom remis (16:16), a po jego asie serwi-



Bogdanka LUK (36 pkt.) i Resovia (34) mają bilans 12-6, będąc w czołówce PlusLigi

sowym Lublinianie wygrywali 20:18. Końcówka należała do Wilfredo Leona i przyjezdni zwyciężyli ostatecznie w premierowej odsłonie 25:20.

W drugiej partii ekipa ze stolicy Podkarpacia od początku do końca kontrolowała wyda-

żenia na boisku. Gdy Wachnik został zatrzymany podwójnym blokiem na lewym skrzydle, Resovia odskoczyła na 8:4, utrzymując do końca tej części gry kilkupunktową przewagę. W końcówce rzeszowanie powiększyli jeszcze prowadzenie,

wygrywając drugą odsłonę 25:18.

Podopieczni trenera Massimo Bottiego poszli za ciosem w kolejnym secie, zwyciężyli w nim 25:21 i tym samym objęli prowadzenie w całym pojedynku. Od stanu 22:21 dla Rze-

szowian, zdobyli oni trzy oczka z rzędu, zamykając trzecią partię. To było w dużej mierze efektem doskonałej gry Artura Szalpuka, który po trzech setach miał na koncie już 21 punktów, w tym jednego asa i trzy bloki bloki.

Partia numer cztery na początku była wyrównana (8:8). W kolejnej fazie, gdy Szalpak został zatrzymany potrójnym blokiem, Bogdanka LUK prowadziła 15:11. Z kolei po ataku ze środka Bułgara Aleksa Grodzanowa, team znad Bystrzycy był coraz bliżej doprowadzenia do tie-breaka. Miejscowi zblżyli się jeszcze na 21:22, jednak nie byli już w stanie dogonić zespołu Stephane'a Antiga, który po świetnej grze w końcówce Leona, triumfował w czwartej odsłonie 25:22.

W tie-breaku, od stanu 6:6 rządziła Resovia i po zerwanym ataku na kontrze Henno, była o krok od końcowego triumfu (12:7). Ten finalnie stał się faktem (15:8). W ostatniej akcji Szalpak asem ustrzelił Leona i zakończył całe spotkanie. ©©

Rozstanie ze Slocum

Kamil Wojdat
k.wojdat@kurierlubelski.pl

KOSZYKÓWKA. Destiny Slocum nie jest już zawodniczką LOTTO AZS UMCS Lublin. - Umowa została rozwiązana za porozumieniem stron - poinformował klub na swoim facebookowym profilu.

28-letnia rozgrywająca dołączyła do lubelskiej drużyny w sierpniu. Zarówno w rozgrywkach krajowych, jak również na arenie międzynarodowej była w czołówce najlepiej punktujących zawodniczek akademickich (średnio zdobywała 14.3 punktu na mecz w ORLEN Basket Lidze Kobiet oraz 13.6 pkt. w zmaganiach EuroCup).



Amerykanka Slocum po raz ostatni w barwach akademickich zagrała 22 stycznia

Robi się nerwowo

Do końca sezonu zasadniczego OBLK zostały cztery kolejki. Przed wczorajszym meczem z Polonią Warszawa (po zamknięciu wydania) AZS zajmował drugie miejsce. Kilka dni wcześniej przegrał natomiast w Poznaniu 62:83, w czwartej kwarcie rzucając cztery punkty. - Mecz wyglądał jakby profesjonalne zawodniczki przeszły obok meczu, gdzie w sporcie zawodowym jest to niedopuszczalne. Możemy to jedynie tłumaczyć brakiem płynności finansowej klubu. I tu pytanie. Czy finanse się zgadzają? - pyta na Facebooku Stowarzyszenie Klub Kibica „Biało-Zieloni”.

W najbliższym czasie ma odbyć się spotkanie kibiców z przedstawicielami klubu. ©©

Krzysztof Nowacki
k.nowacki@kurierlubelski.pl

KOSZYKÓWKA. W spotkaniu z najsłabszą drużyną Orlen Basket Ligi koszykarze PGE Startu, grając we własnej hali, nawet przez moment nie byli na prowadzeniu.

PGE Start Lublin	87
Miasto Szkła Krosno	95

Kwarty: 20:30, 19:29, 27:17, 21:19

Start: O'reilly 20, Ford 17, Wright 13, Tokoto 12, Put 11, Griffin 9, Pelczar 5, Krasuski, Frankamp. Trener: Wojciech Kamiński

Miasto Szkła: Shungu 25, Hamilton 21, Radić 14, Jankowski 8, Laksa 7, Bockler 6, Łalak 6, Jackson 3, Wójcik 3, Chrobot 2. Trener: Maroš Kovačik

Gospodarze rozpoczęli spotkanie bez niezbędnej agresywności pod tablicami. Krośnianie zbiegali piłki zarówno w obronie, jak i w ataku. To przede wszystkim przyczyniło się do ich bardzo dobrego wejścia w mecz. Po czterech minutach ekipa Miasta Szkła prowadziła 14:6, a połowę dorobku gości zapewnił dobrze znany w Lublinie Martins Laksa.

Przez pierwsze pięć minut inauguracyjnej kwarty gracze z Krosna zebrał w sumie siedem piłek (w tym cztery w ataku), na-



Trener PGE Startu Lublin, Wojciech Kamiński, nie może mieć zadowolonej miny, skoro porażka z ostatnią ekipą w lidze była dla jego drużyny trzecią przegraną z rzędu

tomiast Lublinianom ta sztuka ani razu się nie udało.

Po dwóch udanych akcjach Jajusa Hamiltona przewaga gości wynosiła 11 punktów (19:8) i o czas poprosił szkoleniowiec czerwono-czarnych. Startowi udało się nawet na chwilę odrobić większość strat, ale końcówka kwarty znów należała do Krośnian. Tę część gry zakończyli serią pięciu punktów z rzędu i prowadzeniem 30:20.

Rozpędzeni goście kontynuowali skuteczną grę w drugiej kwarcie, a bezbarwny w obronie Start tylko napędzał rywali

swoją nieporadnością. Zaledwie dwie kwarty wystarczyły najsłabszej drużynie w lidze, żeby zdobyć 59 punktów! Do przerwy przewaga Miasta Szkła wynosiła aż 20 oczek.

Po powrocie z szatni u zawodników Startu widać było sportową złość i dodatkową energię. Miejscowi mocniej zaatakowali przeciwnika i trzecią kwartę rozpoczęli serią 9-0.

Lubelskim graczom udawało się zbliżyć na 10 oczek. Na więcej goście jednak nie pozwolili i przed decydującą kwartą zespół z Krosna prowadził 76:66.

W 32. minucie, po trójce Liama O'reilly, a następnie kontrataku Jordana Wrighta Start przegrywał już tylko 71:78. Gdy na zegarze zostało niecałe sześć minut gry strata zmalała do dwóch oczek (78:80). Szansę doprowadzenia do remisu miał z linii rzutów wolnych Jean-Pierre Tokoto. Ale trafił tylko raz.

Ostatnie 120 sekund było bardzo nerwowe z obu stron. Mnożyły się proste błędy i niezrozumiałe decyzje, ale więcej zimnej krwi zachowali Krośnianie, którzy nie dali sobie odebrać zwycięstwa. ©©

Rozmowa z Maciejem Śliwowskim

„Wierzę w Urbana i Papszuna”

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Maciej Śliwowski, dawna gwiazda Legii Warszawa (mistrz Polski z 1994 roku) i Rapidu Wiedeń (mistrz Austrii z 1996) wierzy, że obecny rok może być przełomowy w naszym futbolu.

Śliwowski aktualnie zajmuje się trenowaniem młodych piłkarzy pod Warszawą i ma nadzieję, że uda mu się wyszkolić wartościowego środkowego napastnika.

Jak ocenia pan miniony rok w naszym futbolu?

Stał pod znakiem zawirowań, ciągle się coś działo. Na pewno brakowało spokoju, na szczęście postawiono na odpowiedniego trenera w reprezentacji Polski. Dobrze, że wybrano Jana Urbana, bo to osoba, która wie jak trafić do zawodników, rozmawia z nimi. Szybko obecny selekcjoner sprawił, że w kadrze zapanowała dobra atmosfera i udało się osiągnąć wartościowe wyniki. Na pewno w 2025 roku cieszyło, że Legia i Jagiellonia dotarły do ćwierćfinałów Ligi Konferencji, a w kolejnym sezonie aż czwórka przedstawicieli ekstraklasy dostała się do fazy ligowej tych rozgrywek. Z naszymi klubami liczy się Europa, a trzeba przyznać, że są coraz lepiej zarządzane i powiększają swoje budżety. Ekstraklasa ma wiele plusów - możemy się szczycić pięknymi stadionami, wspaniałymi kibicami i jest to pięknie opakowane w telewizji. Słyszałem oczywiście wszystkie narzekania na Ligę Konferencji, ale w niej też przecież gramy z mocnymi przeciwnikami z silnych krajów.

Jesteśmy jeszcze za słabi na Ligę Mistrzów?

Na razie budujemy pozycję w Lidze Konferencji, a stąd do Ligi Europy nie jest już daleko. Ligowy polski futbol się rozwija i jeżeli nie zabraknie nam konsekwencji, to wkrótce osiągniemy Ligę Europy, a w ślad za tym - Ligę Mistrzów.

Legia po ćwierćfinale Ligi Konferencji w kolejnym sezonie nie dostała się do fazy pucharowej. Jaki jest powód takiego zjazdu, który w krajowych rozgrywkach był jeszcze bardziej drastyczny?

Fatalne zarządzanie i brak koncepcji, a może ciągła zmiana tych koncepcji. Duży budżet nie gwarantuje sukcesów, skoro źle się inwestuje pieniądze.



FOT. GRZEGORZ WALDA

- Robert Lewandowski nie gra tak intensywnie jak pięć lat temu, a kluczowy wpływ na to ma wiek – mówi Śliwowski

W dzisiejszej Legii nie grają zbyt słabi piłkarze?

Rzeczywiście - za dużo jest średniaków. Przypadkowi piłkarze nie dają gwarancji wyników, ale teraz - taką mam nadzieję - to się zmieni wraz z przyjściem Marka Papszuna. To trener, który wszystko uprządkuje, poukłada. Jeżeli się zgodził na przyjęcie oferty z Legii, to na pewno działacze dali mu pełnię władzy i wolną rękę przy najważniejszych ruchach. Jestem pod wrażeniem sztabu Papszuna, liczby jego współpracowników. Widać, że będzie dbałość o szczegóły, detale, co akurat cechuje szkoleniowca, który osiągał świetne wyniki z Rakowem Częstochowa. Adrian Siemieniec ma podobną pozycję w Jagiellonii i jest odzwierciedlenie w rezultatach, podobnie może być z Legią Papszuna, człowieka z charyzmą i charakterem. Wierzę w Jana Urbana w reprezentacji i w Marka Papszuna w Legii. I mówię o tym głośno.

Nie brakuje nam w ekstraklasie dziewiątek dających gwarancję dobrej skuteczności?

Tomasz Bobek z Lechii Gdańsk to fajny chłopak, ma liczby i interesują się nim kluby ze znacznie lepszych lig niż ekstraklasa. Nie da się jednak ukryć, że cierpimy w ekstraklasie na brak polskich dziewiątek, co wynika z niedoskonałości szkolenia. Łatwiej wychować wartościowego pomocnika, u napastnika potrzebne jest więcej czasu, cierpliwości, powtarzalności pewnych zachowań, nawyków.

Szkolą niewłaściwi ludzie?

Nie powiem tak o kolegach po fachu, ale na pewno za mało

uwagi poświęcamy kandydatom na napastników, brakuje treningów strzeleckich, ćwiczenia zachowań. Nie ma kto im dawać odpowiednich wskazówek; takich jak choćby ja dostawałem w Legii od nieżyjącego Lucjana Brychczego. W szkoleniu dzieci, nie tylko napastników, warto odejść od schematów do czystego futbolu, który nie jest matematyką.

Mamy na tyle dobre dziewiątki, aby awansować do finałów mistrzostw świata?

Obserwuję Roberta Lewandowskiego w Barcelonie i widzę, że nie gra tak intensywnie jak pięć lat temu, a kluczowy wpływ na to ma wiek. „Lewy” nie zatracił oczywiście umiejętności snajperskich, teraz operuje głównie w okolicach pola karnego, ale musi dostawać dokładne podania. Uważam, że w reprezentacji ma od kogo, Piotr Zieliński jest w świetnej formie, dobrze gra Jakub Kamiński, w Premier League błyszczy Matty Cash, liczę rzecz jasna na Nikołę Zalewskiego. Cieszy mnie postawa Jana Bednarka i Jakuba Kiwiora w FC Porto, bo obrona to podstawa. Obaj grają regularnie, dobrze, złapali pewność siebie. Uważam, że mamy duże szanse wygrać baraże i awansować na mundial, czego potrzebuje polska piłka nożna. Nie jesteśmy tacy słabi, jak niekiedy sami siebie oceniamy. Nie mamy też kiepskich trenerów, tylko czasami utrudniamy wybieć się tym dobrym. Medale mistrzostw świata i igrzysk olimpijskich zdobywaliśmy, gdy za sterami zasiadali nasi szkoleniowcy - Kazimierz Górski, Antoni Piechniczek, czy Janusz Wójcik... ©©

DROBNE

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

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

LUBLIN
Biuro Reklamy
Krakowskie Przedmieście 10 lok. 3
tel. 581 446 28 49 do 858, fax 81 446 28 19
e-mail: reklama@kurierlubelski.pl

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, 81740-03-99

ZŁOTA ręczka - 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

INNE

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

AUTOREKLAMA

aktualne
z całej Polski
przetargi

nasze
komunikaty.pl

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

AUTOREKLAMA

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

KRAJ - MORZE

USTRONIE MORSKIE Pensjonat DANA pobyt z wyżywieniem V-VI od 150 doba 601-585-510 www.danaustronie.pl

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 0011471829



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA Wójt Gminy Dobroszyce ogłasza

II przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż

Nieruchomości położonej w Dobroszycach, gmina Dobroszyce, powiat oleśnicki, woj. dolnośląskie. Działka niezabudowana nr 452/1 o pow. 0,9637 ha położona w obrębie **Dobroszyce**, objęta księgą wieczystą nr WR1E/00088504/7 bez obciążeń. Dla działki, Wójt Gminy Dobroszyce, wydał decyzję o warunkach zabudowy nr 17/2023 z dnia 27.01.2023 r., dla inwestycji polegającej na budowie dwóch hal produkcyjno-magazynowych wraz z niezbędnymi urządzeniami budowlanymi.

Cena wywoławcza wynosi 999.500,00 zł netto. Wadium wynosi 99.950,00 zł.

Do ceny osiągniętej w przetargu dolicza się podatek VAT w wysokości 23%.

Przetarg na ww. nieruchomości odbędzie się w dniu 9 kwietnia 2026 r.:

o godz. 10:00 w Urzędzie Gminy Dobroszyce, Rynek 16, pokój nr 14 (sala narad), I p.

Wadium powinno zostać wpłacone do dnia 2 kwietnia 2026 r., płatne na konto nr 09 9584 1034 2004 0400 3001 0001.

Pełną informację dotyczącą nieruchomości oraz przetargu zawiera ogłoszenie wywieszone na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Dobroszyce, na tablicach przy budynku Urzędu Gminy Dobroszyce oraz na stronie www.dobroszyce.pl oraz www.bip.dobroszyce.pl. Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Gminy Dobroszyce, ul. Rynek 16, 56-410 Dobroszyce, pokój 21, II p., tel. 71 314 11 67 wew. 4 oraz e-mail: nieruchomosci@dobroszyce.pl.

REKLAMA 0011470831



Chocianów, dnia 30.01.2026 r.

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA o PRZETARGU

BURMISTRZ MIASTA I GMINY CHOCIANÓW informuje,

że dnia 1 kwietnia 2026 r. w godz. 9:00 w Sali Nr 4a w Urzędzie Miasta i Gminy w Chocianowie odbędzie się:

P I A T Y przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowych położonych w obrębie 2 miasta Chocianów, oznaczonych nr geodezyjnymi: 14/35 o pow. 0,1781 ha, 14/37 o pow. 1,7809 ha, położonych przy ul. Kościuszki w obr. 2 miasta Chocianów, przeznaczonych w MPZP pod tereny zabudowy usługowej (3U), KW LE1U/00022102/9.

CENA WYWOŁAWCZA: 1 070 000,00 PLN (jeden milion siedemdziesiąt tysięcy złotych), w tym 23% VAT, **przy postąpieniu** nie mniejszym niż **1% ceny wywoławczej** z zaokrągleniem na górę do pełnych dziesiątek złotych.

Wysokość wadium, forma, termin i miejsce jego wniesienia: 60 000,00 PLN wpłata na rachunek bankowy Gminy Chocianów nr **73 1020 5226 0000 6702 0706 0603** w PKO BP Oddział 1 we Wrocławiu do **26.03.2026 r. (włącznie)**. **Przy wpłacie wadium należy podać numery dwóch działek.**

Ogłoszenie o przetargu wywieszone jest na tablicy ogłoszeń w Urzędzie i Miasta i Gminy w Chocianowie, opublikowane w BIP pod adresem <http://chocianow.bip.pbox.pl>

Szczegółowe informacje można uzyskać w UMiG Chocianów, pokój nr 13, tel. 76 8185 020 wew. 164, w zakresie MPZP 163.

Wielu osobom przeszkadzam. I czego się nie dotknę, to nakręca się jakaś spirala na mnie

Sandra Kubicka na Instagramie, fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Krzysztof Zalewski podziwia piramidy

Wygląda na to, że serce znanego piosenkarza znów jest zajęte. Muzyk wybrał się do Egiptu w towarzystwie wokalistki o wdzięcznym pseudonimie Kaeyra. Na profilu artystki pojawił się krótki filmik, na którym pozuje u boku Krzysztofa Zalewskiego u podnóża piramid. Czy to oznacza, że Kaeyra to nowa miłość artysty?

Maffashion dokazuje z synem

W ostatnich dniach celebrytka regularnie podsyła nam wakacyjne pocztówki z Tajlandii. Jej profil opanowały kolorowe fotki wykonane podczas kąpiele na tle zachodzącego słońca. Na kilku z nich możemy zobaczyć jej plażowe zabawy z synem. Wszystko wskazuje na to, że chłopiec rośnie jak na drożdżach.

Dorota Szelańska ma w sobie wdzięczność

Celebrytka i dyrygent Adam Sztaba byli parą przez 11 lat. I choć ich małżeństwo skończyło się rozwodem, Szelańska wypowiada się ciepło o byłym partnerze: „Co jakiś czas się widzimy. Bardzo serdecznie. Myślę, że jeżeli ktoś był przez tyle czasu częścią mojego życia - to było 11 czy 12 lat - to by było straszne, gdybym miała jakieś złe emocje w związku z tym. Wdzięczność mam. Myślę, że nie byłabym w tym miejscu, w którym jestem i życzę mu jak najlepiej, bo to od nas zależy, co niesiemy w świat”.



W TELEWIZJI



Marlow: klub zbrodni Epic Drama, 16:10

Emerytowana archeolog Judith Potts (Samantha Bond) słyszy strzał dochodzący z ogrodu sąsiadów i jest przekonana, że doszło do morderstwa. Kiedy policjanci nie chcą uwierzyć w jej opowieść, Judith łączy siły z dwiema innymi kobietami z Marlow i panie rozpoczynają własne śledztwo.

Teatr TV: Kruk z Tower TVP 1, 20:30

Nastoletni Kostia po śmierci ojca żyje w konflikcie z matką. Wolny czas spędza przed komputerem, pała nienawiścią do świata i rodziny. Zaniepokojona matka postanawia przeprowadzić eksperyment. Czy ryzykowna gra, którą podejmuje, aby odzyskać syna, przetrzebieży w prawdziwą więź?

Powrót do raju 2 BBC First, 21:00

Detektywka Mackenzie Clarke powinna powrócić w Wielkiej Brytanii, wciąż jednak przebywa w Dolphin Cove i próbuje trzymać się z dala od planującego ślub byłego narzeczonego. Na szczęście dla Mack jej obsesja na punkcie zagmatwanych spraw kryminalnych spraw doskonale potrafi skupić na sobie uwagę.

Falk Romance.TV, 22:55

Ekscentryczny geniusz prawniczy Falk niechętnie wraca do zawodu i rozpoczyna współpracę z stateczną córką założyciela renomowanej kancelarii.

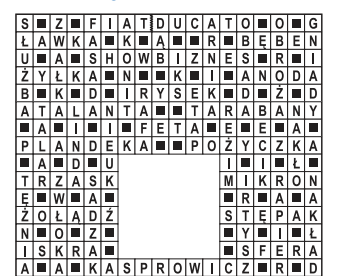
KRZYŻÓWKA NR 16

Poziomo:

- 1) niejeden w książce kucharskiej,
 - 6) msza odprowadzana w noc Bożego Narodzenia,
 - 10) schronienie dla kangurzątki,
 - 11) „anioł stróż” z urzędu,
 - 12) roślina astrowata o silnych właściwościach leczniczych i kosmetycznych,
 - 13) ... Dankowska, polska pilotka samolotowa i szybowcowa,
 - 16) żołnierze ze straży przybocznej władcy,
 - 19) laureatka Oscara za główną rolę w filmie „La La Land”,
 - 24) garaż dla dwupłatowca,
 - 25) dzielnica Warszawy z Parkiem Szczyliwickim,
 - 27) trunek dla Zagłoby,
 - 28) podkładka pod siedło,
 - 29) japoński cesarz, tenno,
 - 31) sucha kielbasa jak ser,
 - 33) laufer na szachownicy,
 - 34) mało wartościowy utwór literacki,
 - 36) granica występowania fal radiowych,
 - 37) dawna nazwa żniwiarza,
 - 38) wyspa w pobliżu Sumatry (Indonezja),
 - 39) północne odgałęzienie Morza Śródziemnego,
 - 40) sposób postępowania.
- Pionowo:**
- 1) film w reżyserii Agnieszki Holland i Kasi Adamik,
 - 2) barwne zjawisko atmosferyczne,
 - 3) figura akrobacji lotniczej,
 - 4) czasem ma wielkie oczy,
 - 5) jedno z Wielkich Jezior,
 - 6) kraj w Ameryce środkowej,
 - 7) przed tau w greckim alfabecie,
 - 8) wynik działania, rezultat,
 - 9) mityczny władca Teb,
 - 14) rzymska bogini łowów,
 - 15) belka pod deskami podłogi,
 - 17) Nina, francuska projektantka mody,
 - 18) dolna część twarzy,
 - 20) szybko zapada jesienią,
 - 21) deszczowa pogoda, szaruga,
 - 22) „drżące” drzewo liściaste,
 - 23) lekka, przezroczysta tkanina,
 - 26) najwyższy szczyt Andów,
 - 29) czasopismo ilustrowane,
 - 30) popularna gra w karty,
 - 31) walczy z czerwonym kurem,
 - 32) dzianina warstwowa,
 - 35) prymitywne obuwie.



ROZWIĄZANIE NR 15



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzień sprzyja szybkim decyzjom i nowym pomysłom. Horoskop dzienny to wskazówka, by działać odważnie, ale nie ignorować rad bliskich.

Ryby (19.02 - 20.03)

Skup się na sprawach domowych i finansach. Horoskop na dziś zapowiada, że spokój i konsekwencja pomogą uniknąć drobnych napięć.

Baran (21.03 - 19.04)

Rozmowy przyniosą dziś więcej, niż się spodziewasz. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że to dobry moment na negocjacje.

Byk (20.04 - 20.05)

Emocje będą dzisiaj silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny stanowczo radzi zająć się sobą i nie brać wszystkiego zbyt osobiście. Bliźnięta (21.05 - 21.06) Masz szansę zabłysnąć w pracy lub wśród znajomych. Horoskop na dziś zapowiada, że pewność siebie przyciągnie dobre okazje.

Rak (22.06 - 22.07)

Porządki w planach i myślach poprawią komfort dnia. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że warto postawić na praktyczne rozwiązania.

Lew (23.07 - 22.08)

Relacje wysuwają się na pierwszy plan. Horoskop dzienny mówi, że szczerą rozmowę pomoże przywrócić równowagę i spokój. Panna (23.08 - 22.09) Intuicja cię nie zawiedzie. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by zaufać przeczuć, ale unikaj niepotrzebnych konfliktów.

Waga (23.09 - 22.10)

Poczujesz potrzebę zmiany lub ruchu. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że nawet mała przygoda poprawi humor i doda energii.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Obowiązki mogą się piętrzyć, ale horoskop dzienny uspokaja, że systematyczność pozwoli ci wszystko ogarnąć bez stresu. Strzelec (22.11 - 21.12) Kreatywność jest twoim atutem. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by dzielić się pomysłami, bo ktoś może pomóc w rozwinięciu. Koziorożec (22.12 - 19.01) Dobry dzień na refleksję i odpoczynek. Horoskop dzienny na poniedziałek podpowiada, by wstrzymać się w swoje potrzeby i zwolnić tempo.