MAGAZYN

Gen. Jarosław Kraszewski: Defilada pokazuje, że nie warto nas atakować
– Str. 12

Szukała sensu w medytacjach, więc dobrze wie, jak działa ten biznes
– Str. 20

Telemagazyn
z programem telewizyjnym oraz omówieniami najciekawszych filmów i audycji

Nr ISSN 2353-6136
Nr indeksu 50-32X
9 772353 613053 33

www.kurierlubelski.pl

Nr 96 (18.272) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Piątek–niedziela, 14–16.08.2026

69 lat

kurier lubelski

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Sport

Niedzielne emocje. Najpierw zagrają piłkarze, potem pojadą żużlowcy

Piłkarski Motor podejmie na Arenie GKS Katowice, a ten żużlowy zmierzy się przy Al. Zygmuntowskich 5 z FOGO Unią Leszno
– Str. 32

Kraj

Hakerzy przejęli ogromną bazę informacji medycznych

Wyciek około 2 terabajtów danych wywołał alarm wśród polskich służb. Hakerzy przejęli informacje dotyczące 19 mln osób, w tym numery PESEL
– Str. 8

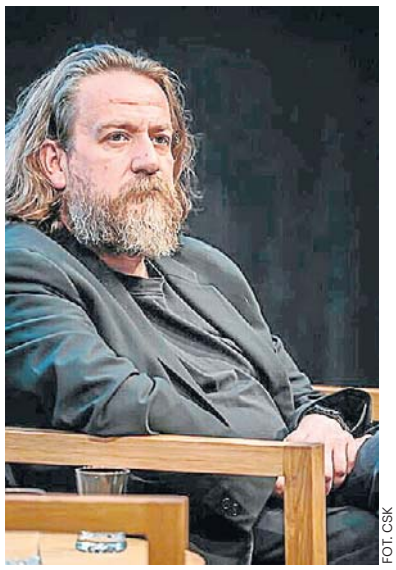
ALE KOSMOS

FOT. PAP/ANDRZEJ JACKOWSKI

Zaćmieni z wrażenia

Na taki widok czekaliśmy od 1999 roku. Zaćmienie Słońca oglądały miliony ludzi w Polsce i całej Europie
- Str. 7

Lublin



FOT. CSK

Jaki będzie Teatr Osterwy pod rządami nowego dyrektora?

Od 10 sierpnia, na fotelu dyrektora teatru zasiada Mateusz Matyszkowicz, były prezes TVP. W pierwszej rozmowie „Kurier" zapytał o jego wizję lubelskiej sceny
– Str. 6

MATERIAŁ INFORMACYJNY POLSKA GRUPA ZBROJENIOWA S.A.
0011558563

eprasa.pl 60e90ebca3

POLECAMY

PONIEDZIAŁEK: Zaskakujące fakty o leworęczności, o których nie miałeś pojęcia

14.08.2026
Piątek

Imieniny obchodzą: Alfred, Euzebiusz, Maksymilian
Telefon alarmowy: 112

KURIER LUBELSKI

Redaktor naczelny Krzysztof Nowacki
Z-ca redaktora naczelnego Marek Podgajny
Wydawcy Barbara Woźnica Marek Podgajny

www.kurierlubelski.pl

Polska Press Makroregion Wschód
Redakcja Krakowskie Przedmieście 10/1 20-002 Lublin, tel. 81 44-62-800 redakcja@kurierlubelski.pl
Prezes Makroregionu Aureliusz Mikos
Dyrektor reklamy Karolina Rudnicka
Biuro reklamy oddziału tel. 504 058 040 reklama@kurierlubelski.pl
Druk Drukarnia ZPR Media S.A. 04-190 Warszawa ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o. ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy Elżbieta Żuraw
Redaktor naczelny Polska Press Grupy Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

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

PISALIŚMY W „KURIERZE"

13 sierpnia 1997 r. Wandale grasowali na cmentarzu

Nieznani sprawcy porozbijali dwa nagrobki na cmentarzu przy Drodze Męczenników Majdanka w Lublinie. Jedna płyta wewnątrz grobu pękła tak, że widać było ludzkie szczątki. Dewastacji dokonano w sektorze „K", nieznani wandale roztrzaskali płyty na dwóch mogiłach. Jedna z cementiwych płyt we wnętrzu grobu została załamana w taki sposób, jakby ktoś skakał po niej. Druty zbrojeniowe nie zdołały jej utrzymać i kawałki cementu osunęły się w głąb. Widać było trumnę, metr, może półtora pod ziemią. Spadający beton rozbił jej wieko. W szczelinie widniały szczątki ludzkie.
Jak twierdzi policja, sprawa wygląda na odwet złodziei cmentarnych. W zeszłym tygodniu schwytano tam całą grupę rabusiów. Wszczęto dochodzenie w sprawie tego aktu wandalizmu, policja szuka sprawców.

KALENDARIUM

1385
Na zamku w Krewie podpisano akt unii między Polską a Wielkim Księstwem Litewskim.

1920
Wojna polsko-bolszewicka: zwycięstwo wojsk polskich w bitwie pod Ossowem.

1862
Na skutek zadenuncjowania przez Alfa Wrześniowskiego aresztowano Jarosława Dąbrowskiego, przywódcę Stronnictwa Czerwonych przygotowującego powstanie antyrosyjskie.

1980
Rozpoczęły się strajki na Wybrzeżu; stanęła m.in. Stocznia Gdańska, dzień później stocznia w Gdyni. Pierwsze strajki miały miejsce w Świdniku i Lublinie, w połowie lipca.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Kurier Lubelski"

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.kurierlubelski.pl

POGODA

dziś 26°C/10°C

jutro 29°C/12°C

WAKACJE 2026

Ceny w górach i nad morzem. Pod lupą schabowe, kebaby, zapiekanki i lody

Agnieszka Domka-Rybka

Każdego dnia media społecznościowe zalewają zdjęcia tzw. „paragonów grozy", a internauci zastanawiają się, gdzie podczas wakacji zapłacą więcej za posiłek, nad morzem czy w górach.

FOT. KARINA TROJAK

Kebaby to jedno z najpopularniejszych, wakacyjnych dań. W górach zapłacimy 29 zł za sztukę, ale nad morzem mniej, bo 25 złotych

Najnowsza analiza anonimowych danych z paragonów aplikacji PanParagon pokazuje jednak, że różnice między najpopularniejszymi kierunkami wakacyjnych wyjazdów są dziś znacznie mniejsze, niż mogłoby się wydawać.

Gałka lodów za 9 złotych? Tak, w górach i nad morzem

- PanParagon to darmowa aplikacja do przechowywania paragonów i wyszukiwania promocji. Co miesiąc użytkownicy dodają do niej średnio około 2 miliony dowodów zakupu. Dzięki temu możemy analizować ceny produktów i obserwować zmieniające się trendy konsumenckie. W związku z trwającym sezonem wakacyjnym postanowiliśmy przyjrzeć się kosztom jedzenia w popularnych miejscowościach górskich i nadmorskich. Do zestawienia wybraliśmy typowe letnie przekąski, dania i napoje dostępne w obu regionach, co pozwoliło nam na wiarygodne porównanie cen - mówi Antonina Grzelak z aplikacji PanParagon.

Analiza pokazuje, że wakacyjne ceny w obu regionach są obecnie bardzo zbliżone. Łączna wartość analizowanego koszyka wyniosła 260,68 zł w górach i 265,00 zł nad morzem. To różnica zaledwie 4,32 zł, czyli 1,66 proc. W praktyce oznacza to, że wybór kierunku wakacyjnego wyjazdu ma dziś znacznie mniejsze znaczenie dla naszego portfela niż jeszcze kilka lat temu.

W przypadku wielu popularnych pozycji ceny okazały się praktycznie identyczne. Mediana ceny gałki lodów wynosi 9 zł zarówno nad morzem, jak i w górach. Tyle samo zapłacimy również za schabowego z dodatkami (40 zł). Symboliczne różnice, liczone w groszach, odnotowano także przy rosole czy hot dogu. Niewiele droższe nad morzem okazały się pizza margherita, kawa latte czy placki ziemniaczane.

Największą różnicę odnotowano w przypadku naleśników z serem. Nad morzem mediana ceny tej potrawy wyniosła 25 zł, podczas gdy w górach było to 19,30 zł. Oznacza to różnicę blisko 30 proc. Z kolei w górskich miejscowościach wyraźnie więcej zapłacimy za kebaba oraz czarną kawę.

Choć ceny poszczególnych produktów nadal potrafią się różnić, całościowo rachunki za jedzenie nad morzem i w górach są dziś bardzo zbliżone.

- Ostateczny koszt zależy przede wszystkim od tego, co zamawiamy i w jakiej restauracji, a nie od tego, czy wakacje spędzamy nad Bałtykiem czy na górskich szlakach - podsumowuje Antonina Grzelak.

Oto szczegóły z koszyka. Kotlet schabowy, zarówno w górach jak i nad morzem kosztuje 40 zł, pizza Matgherita - 30 zł w górach i 32 zł nad morzem, placki ziemniaczane - 32 zł i 33 zł, kebab - 28 zł i 25 zł, naleśniki z serem - 19,30 i 25 zł, zapiekanka - 23,60 zł i 24 zł, rosół - 17,99 zł i 18 zł, kawa latte - 19 i 20 zł, kawa czarna - 13,90 i 12 zł, gałka loda - tyle samo: 9 zł, duże frytki - 12,90 i 13 zł oraz duży hod dog - 14,99 i 15 zł.

Czyli, razem w górach za cały ten zestaw zapłacimy 260,68 zł,a nad morzem 265 zł (niewielka różnica).

Ile w tym roku wydamy na wakacje?

Wydamy 2024 zł na osobę - wynika z raportu „Wakacyjny Portfel Polaków 2026", opracowanego przez Związek Banków Polskich. Wakacje będą droższe, bo rok temu to było 1761 zł (o 281 zł mniej).

Przeciętne gospodarstwo domowe planuje przeznaczyć 5 105 zł, tzn. o ponad 700 zł więcej niż rok temu - to wzrost o 16 proc. Aż 80 proc. nie planuje na wakacje wziąć kredytu czy pożyczki. To, zdaniem autorów raportu, ważny sygnał, pokazujący utrzymującą się wysoką świadomość finansową gospodarstw domowych.

©℗

eprasa.pl 60e90ebca3

MATERIAŁ INFORMACYJNY POLSKA GRUPA ZBROJENIOWA S.A.
0011558559

eprasa.pl 60e90ebca3

BEŁŻYCE

Nowe miejsce opieki nad osobami starszymi lub przewlekle chorymi

Każda tego typu placówka jest na wagę złota. W naszym regionie nie maleją kolejki seniorów oczekujących na przyjęcie na oddział

Aleksandra Szymczak

FOT. LUW

Otwarcie nowego Zakładu Pielęgnacyjno-Opiekuńczego w Bełżycach

Otwarto Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy Szpitala Powiatowego w Bełżycach. Nowy obiekt ma poprawić dostępność i jakość opieki długoterminowej dla osób starszych oraz pacjentów przewlekle chorych.

Głównym elementem inwestycji była budowa nowego budynku Zakładu Pielęgnacyjno-Opiekuńczego, który został połączony ze Szpitalem Powiatowym w Bełżycach specjalnym łącznikiem.

W nowym obiekcie przygotowano przestrzeń dostosowaną do potrzeb pacjentów wymagających długoterminowej opieki medycznej. Znajdują się tu między innymi sale dla chorych, gabinety przygotowawcze oraz diagnostyczno-zabiegowe, a także pomieszczenia przeznaczone do pobytu dziennego, terapii zajęciowej i rehabilitacji.

Rozbudowa Zakładu Pielęgnacyjno-Opiekuńczego ma przede wszystkim zwiększyć możliwości placówki i poprawić warunki pobytu pacjentów. To głównie starsze osoby z chorobami przewlekłymi, którzy nie wymagają już hospitalizacji w oddziałach opieki krótkoterminowej, ale też nie potrafią funkcjonować samodzielnie w środowisku domowym.

Chorzy w zakładzie mają zapewnioną całodobową opiekę lekarsko- pielęgniarską. Zapewnione są lekarskie konsultacje specjalistyczne w zależności od potrzeb zdrowotnych pacjentów.

Placówka bez barier architektonicznych

Jednym z istotnych założeń projektu było stworzenie obiektu w pełni dostępnego dla osób z ograniczoną sprawnością ruchową. Cały budynek został zaprojektowany i wykonany w sposób pozwalający na swobodne korzystanie z poszczególnych przestrzeni przez osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich oraz pacjentów z innymi dysfunkcjami. Zastosowane rozwiązania mają ułatwiać zarówno codzienne funkcjonowanie chorych, jak i pracę personelu.

Projekt obejmował również dostawę i montaż sprzętu medycznego oraz wyposażenia, a także szkolenia dla personelu. Nowoczesne zaplecze oraz zakup specjalistycznego wyposażenia mają umożliwić placówce świadczenie opieki na odpowiednim poziomie i lepsze dostosowanie jej do potrzeb pacjentów wymagających długoterminowego wsparcia.

Całkowita wartość projektu wyniosła 20 715 247,01 zł. Z tej kwoty 17 002 709,99 zł stanowiło dofinansowanie z Unii Europejskiej w ramach Krajowego Planu Odbudowy. Środki zostały przyznane na podstawie umowy zawartej z Ministerstwem Zdrowia. Pozostała część kosztów inwestycji została pokryta z innych środków przeznaczonych na realizację projektu.

KRÓTKO

Chodel

Cztery nogi na jednej holajnodze

Kolejny wypadek z hulajnogą w roli głównej. Tym razem 16-latka trafiła do szpitala po tym, jak jechała z rówieśnikiem jednośladem. Podróż zakończyła się dotkliwym upadkiem i obrażeniami, które wymagały hospitalizacji.

Do zdarzenia doszło w Chodlu w pow. opolskim. Nastolatek i nastolatka, którzy razem jechali hulajnogą elektryczną, nie mieli kasków. – 16-latek stracił panowanie nad pojazdem, który na zakręcie się przewrócił. Najbardziej ucierpiała pasażerka jednośladu – z powodu obrażeń trafiła do szpitala.

JOT

Powiat hrubieszowski

Sprawca wypadku zgłosił się na policję

W poniedziałkowym „Kurierze" pisaliśmy o wypadku w Siekierzyńcach, w którym zginęła 46-letnia kobieta prowadząca rower. Policjanci apelowali do świadków o pomoc w ustaleniu sprawcy, który uciekł z miejsca zdarzenia. Po pewnym czasie od zdarzenia, sprawca sam zgłosił się do komendy policji w Hrubieszowie. To 26-letni mieszkaniec gm. Mircze. Sąd Rejonowy w Hrubieszowie zastosował wobec niego środek zapobiegawczy w postaci tymczasowego aresztowania na okres 3 miesięcy. Ma zarzuty spowodowania śmiertelnego wypadku drogowego oraz ucieczki z miejsca zdarzenia i nieudzielenia pomocy.

LUB

POWIAT BIŁGORAJSKI

FOT. POLICJA

W środę przed południem we Frampolu doszło do śmiertelnego wypadku. 40-letni kierowca BMW jechał z Frampola w kierunku Lublina. Na wzniesieniu zjechał na przeciwległy pas ruchu, którym poruszało się ciężarowe Volvo. Doszło do czołowo-bocznego zderzenia. Na miejscu zginął kierowca BMW. - Na miejscu wypadku funkcjonariusze, pod nadzorem prokuratora, wykonali czynności procesowe, w tym oględziny pojazdów i miejsca zdarzenia. Będziemy ustalać szczegółowe okoliczności tego tragicznego wypadku - mówi asp. Joanna Pilarska z biłgorajskiej komendy. JJ

AKCJA CHARYTATYWNA 0211543660

eprasa.pl 60e90ebca3

REKLAMA
0011557934

Nie daj się oszukać!

Uważaj na podejrzane smsy i e-maile.
Oszuści podszywają się pod markę PGE i próbują wyłudzić pieniądze lub dane osobowe.

PGE

Wejdź na zaufaną stronę
gkpge.pl

eprasa.pl 60e90ebca3

BIAŁA PODLASKA

Włamywaczy do cerkwi sprawiedliwość dosięgła po sześciu latach

oprac. JOT

Sześć lat temu ktoś okradł cerkiew w Białej Podlaskiej, zniknęły księgi liturgiczne oraz kielich mszalny. Do tej pory zagadka nie była rozwiązana. Nowe światło na sprawę rzuciły wyniki badań DNA, które pozwoliły namierzyć sprawców.

– Mężczyźni przyznali się. Na posesji jednego z nich była zakopana część skradzionych przedmiotów – mówi nadkom. Barbara Salczyńska-Pyrchla z Komendy Miejskiej Policji w Białej Podlaskiej.

Do kradzieży z włamaniem w cerkwi w Białej Podlaskiej doszło w 2020 r. Łupem nieznanych wówczas sprawców padły naczynia liturgiczne, m.in. kielich mszalny oraz księgi liturgiczne. Sprawcy uszkodzili też skrzynkę elektryczną. Łączna wartość strat została oszacowana na niemal 4 tys. zł.

Śledczy zabezpieczyli wtedy na miejscu zdarzenia ślady, w tym ślady biologiczne, dzięki czemu możliwe było ustalenie profilu DNA sprawcy. Został on przesłany do Centralnego Laboratorium Kryminalistycznego Policji i zarejestrowany w policyjnej Bazie Danych DNA, ale nie był zgodny z żadnym z profili znajdujących się wtedy w bazie.

FOT. POLICJA

Łupem padły naczynia liturgiczne, m.in. kielich mszalny

Jak podała nadkom. Salczyńska-Pyrchla, sytuacja zmieniła się, gdy bialscy policjanci wprowadzili do bazy danych profil DNA zatrzymanego do innej sprawy, 33-letniego obecnie mieszkańca Białej Podlaskiej. – Okazało się, że jest on zgodny z profilem DNA włamywacza – zaznaczyła.

Mężczyzna został zatrzymany i jego 34-letni brat również. Naczynia liturgiczne były zakopane na posesji jednego z nich.

Mężczyźni nie potrafili wyjaśnić, dlaczego dokonali kradzieży. Tłumaczyli, że pili wcześniej alkohol. Według ustaleń policji skradzionych przedmiotów nie sprzedali – niektóre, np. księgi liturgiczne, prawdopodobnie zostały zniszczone. **PAP**

LUBLIN

Białorusin odpowie przed sądem za akt dywersji

oprac. JOT

28-letni Vitalij S., obywatel Białorusi, został oskarżony przez prokuratora o przygotowanie aktu dywersji. Sfilmował magazyn, który planowano podpalić. Grozi mu nawet osiem lat więzienia.

Pierwsza rozprawa odbędzie się 28 września w Sądzie Okręgowym w Lublinie. Białorusin został przez lubelski wydział Prokuratury Krajowej oskarżony o przygotowanie aktu dywersji na rzecz obcego wywiadu przeciwko Rzeczpospolitej Polskiej. Chodziło o plan podpalenia jednego z magazynów w Chełmie.

Według ustaleń śledczych 28-letni Vitali S. nagrał film przedstawiający obiekt i przesłał zleceniodawcy informacje o tym magazynie. Za wykonanie zadania mężczyzna dostał wynagrodzenie w kryptowalutach, w przeliczeniu była to kwota ok. 1,4 tys. zł.

Białorusin został zatrzymany 13 sierpnia 2025 i został tymczasowo aresztowany. Wciąż przebywa za kratkami.

– Dzięki sprawnej pracy funkcjonariuszy ABW przygotowania do aktu dywersji zostały wykryte i udaremnione, zanim doszło do jego realizacji – informował na platformie X rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych Jacek Dobrzyński.

Jak dodała ABW, do werbunku i przekazywania poleceń wykorzystano komunikator Telegram.

Vitali S. usłyszał również zarzut posiadania narkotyków.

Grozi mu do 8 lat więzienia. **PAP**

LUBLIN

Jaki będzie Teatr Osterwy pod rządami nowego dyrektora?

Joanna Jastrzębska

Od 10 sierpnia, na fotelu dyrektora Teatru im. J. Osterwy zasiada Mateusz Matyszkowicz, były prezes TVP, filozof i publicysta. Jego kadencja zakończy się w 2030 r. W pierwszej rozmowie „Kurier" zapytał o jego wizję lubelskiej sceny.

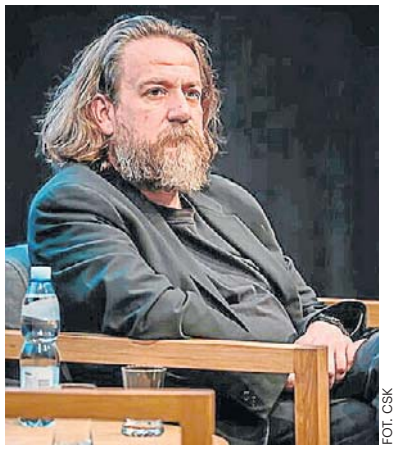
Jak nastawienie przed początkiem nowej pracy?

Jestem pełen nadziei i optymizmu. Od dawna obserwowałem Teatr Osterwy. Byłem pod wrażeniem wielu spektakli. Zresztą dwa z nich zostały, były przenoszone do Teatru Telewizji w czasie, kiedy nadzorowałem teatr. Więc mam jak najlepszą opinię i cieszę się, że mogę przyjść do tego właśnie teatru.

Jak pan sytuuje Teatr Osterwy na tle teatrów w Polsce? Czego mu brakuje, a co jest dobre?

Uważam, że pozycja Teatru Osterwy jest bardzo wysoka. Ma świetny zespół aktorski. Pokazał kilkukrotnie w ostatnim czasie, że potrafi tworzyć spektakle, o których się mówi. Tak było z przenoszonym do Teatru Telewizji „Mistrzem i Małgorzatą". Ostatni „Trans-Atlantyk" jest bardzo ciekawym dialogiem z tekstem Gombrowicza. Byłem też pod wrażeniem „Historii o chwalebnym zmartwychwstaniu", która również trafiła do Teatru Telewizji. Są to spektakle, które na pewno należałoby z ostatniego czasu wyróżnić.

Czyli w kwestii poziomu artystycznego nie ma nic do zarzucenia Teatrowi Osterwy?



FOT. CSK

Mateusz Matyszkowicz od 10 sierpnia jest nowym dyrektorem Teatru im. J. Osterwy w Lublinie

Zawsze może być lepiej, ale to jest kwestia pracy programowej. Natomiast uważam, że zespół ma ogromny potencjał i teatr ma dobrą renomę, co sprawia, że wielu znakomitych twórców jest gotowych do współpracy.

Czy przychodzi pan ze swoim dyrektorem artystycznym?

Funkcję dyrektora artystycznego będę pełnił ja. Natomiast zdecydowałem, że chciałbym kontynuować współpracę z Igorem Gorzkowskim, który jest i pozostanie pełnomocnikiem dyrektora do spraw artystycznych.

Jak pan się zapatruje na współpracę z dotychczasowym dyrektorem Krzysztofem Adamczukiem?

Będziemy rozmawiać w najbliższych dniach z panem dyrektorem, który jest, jak zrozumiałem, otwarty na rozmowę i współpracę.

Ma pan wiedzę o porzuconej inwestycji, w ramach której teatr miał być rozbudowany, oraz o kiepskim stanie technicznym budynku?

Ponieważ obejmuję funkcję, nie chcę się kierować tym, co dotychczas czytałem, bo myślę, że uczciwe i rzetelne podejście do sprawy zakłada pełne zapoznanie się z dokumentami. Zdaję sobie sprawę z tego, że teatr wymaga pilnej interwencji, jeżeli chodzi o stan budynku i tym należy się zająć w pierwszej kolejności.

Jaką ma pan wizję Teatru Osterwy? Co jest dla pana fundamentem teatru i czego możemy spodziewać się w repertuarze?

Teatr Osterwy powinien mieć zrównoważony repertuar. Jest dla mnie oczywista jest stała obecność klasyki zrównoważonej także repertuarem lżejszym. Chciałbym, żeby scena Reduty była miejscem otwartym na eksperyment. Szerzej opowiem o tym w czasie śniadania prasowego. Moją ambicją będzie też otworzenie się na teksty i literaturę powstającą w Lublinie, żeby teatr był miejscem, które stymuluje twórczo. Poza tym niezwykle ważne będzie przygotowanie teatru na rok 2029, kiedy Lublin będzie szczególnie obserwowany przez publiczność kulturalną. Chciałbym, aby wtedy teatr swoim repertuarem dał szerszą perspektywę na kulturę naszego regionu, tego najbliższego, lubelskiego i szerzej: kultury polskiej. Liczę tu przede wszystkim na rozwinięcie koprodukcji, także między narodowych.

LUBLIN

Sad podejmie decyzję w sprawie kuratora oświaty

Joanna Jastrzębska

Kurator oświaty złożył do sądu zażalenie na środki zapobiegawcze, które wobec niego zastosowano po zatrzymanu przez CBA. We wrześniu sąd rozstrzygnie, czy służby nie przesadziły.

Tomasz Szabłowski złożył zażalenie 1 lipca. Było to dwa tygodnie po jego zatrzymaniu przez Centralne Biuro Antykorupcyjne. Funkcjonariusze krakowskiego CBA zatrzymali go na podstawie materiału dowodowego, z którego wynika, że miał związek z uzgadnianiem trybu i wartości zamówień oraz kierowaniem zapytania ofert do podmiotów, które były wybrane wcześnie. Sprawa dotyczy ustawienia przetargu na organizację jubileuszu 100-lecia Kuratorium Oświaty w Lublinie w 2024 r.

Środki, które zaskarża Szabłowski, to zawieszenie w czynnościach służbowych, 30 tys. zł poręczenia majątkowego i dozór policji. Jak informuje Radio Lublin, sąd rozpatrzy zażalenie 17 września.

– Sąd będzie musiał przeanalizować wszystkie te argumenty, wszystkie przesłanki, zarówno to, czy rzeczywiście istnieje duże prawdopodobieństwo popełnienia zarzuconego czynu przez podejrzanego, czy istnieje obawa matactwa i czy te środki, które zostały zastosowane przez prokuratora, są proporcjonalne w stosunku do okoliczności sprawy – wyjaśniał w Radiu Lublin Maciej Czajka, rzecznik prasowy Sądu Okręgowego w Krakowie.

eprasa.pl 60e90ebca3

NATURA

Widowisko na niebie oglądały miliony ludzi. Na zaćmienie Słońca czekaliśmy od 1999 roku

Lublinianie, podobnie jak miliony Polaków i Europejczyków, w środę podziwiali mniej lub bardziej częściowe zaćmienie Słońca.

oprac. LUB

FOT. MAŁGORZATA GENCA

Oglądanie zaćmienia Słońca w rejonie Lublina

To było pierwsze od 1999 r. całkowite zaćmienie Słońca widoczne w części Europy. Największe emocje zjawisko to wzbudziło na Islandii i w Hiszpanii, gdzie całkowita faza zaćmienia trwała najdłużej i była najlepiej widoczna. Natomiast częściowe zaćmienie było widoczne w większej części Europy, w tym w Polsce, a także w północno-zachodniej Afryce, północno-wschodnich rejonach Ameryki Północnej.

Każdy kto miał certyfikowane okulary do obserwacji zaćmień albo lornetki lub teleskopy wyposażone w odpowiednie filtry słoneczne, mógł bezpośrednio śledzić to niecodzienne zjawisko. Albo oglądać w internecie, bo transmisji było bez liku i to z najróżniejszych miejsc w Polsce i Europie.

- Zaćmienie Słońca to zjawisko astronomiczne, które wynika wyłącznie z geometrii ciał, które mamy w Układzie Słonecznym. Jeżeli Księżyc zasłoni nam Słońce, to w miejscu, gdzie pada jego cień, obserwujemy zaćmienie - wyjaśnia fizyk, dr inż. Paweł Janowski z Wydziału Fizyki i Informatyki Stosowanej Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie. - Księżyc jest około 400 razy mniejszy od Słońca, a jednocześnie znajduje się około 400 razy bliżej Ziemi niż Słońce. Dzięki temu oba te ciała niebieskie wydają się na naszym niebie niemal tej samej wielkości. I dlatego możliwe są całkowite zaćmienia Słońca.

W Polsce najkorzystniejsze warunki do obserwacji były w zachodniej i północnej części kraju. Maksymalna faza wyniosła 88 proc. w Kotlinie Kłodzkiej. Najmniej efektownie było w Bieszczadach, gdzie przed zachodem obserwatorzy zobaczyli 42 proc. zasłoniętej tarczy słonecznej. Np. na plaży w Krynicy Morskiej (woj. pomorskie) zaćmienie Słońca obserwowały setki mieszkańców i turystów. Niebo nad Mierzeją Wiślaną zapewniło dobrą widoczność wszystkich faz wydarzenia. Właśnie w Krynicy Morskiej zostało wykonane zdjęcie, które zamieściliśmy na pierwszej stronie „Kuriera".

Kolejne całkowite zaćmienie Słońca, widoczne m.in. w południowej części Hiszpanii, a także w Afryce Północnej, Arabii Saudyjskiej i Jemenie, będzie można obserwować 2 sierpnia 2027 r. Wtedy jego najdłuższa część potrwa aż 6 minut i 23 sekundy.

PAP

MATERIAŁ INFORMACYJNY WARTY

0011525386

Nowa rola ubezpieczeń grupowych

- dla 63% zatrudnionych to najważniejszy benefit

Jeszcze kilka lat temu ubezpieczenie grupowe było jednym z tych benefitów, które „po prostu są" – podobnie jak karta sportowa. Dziś jego rola wyraźnie się zmienia. Pracownicy coraz częściej oczekują od ubezpieczenia „z pracy" nie tylko finansowego zabezpieczenia na wypadek najczarniejszych scenariuszy, ale realnego wsparcia tu i teraz – w chorobie, po wypadku, w kryzysie psychicznym czy w codziennym funkcjonowaniu po trudnym zdarzeniu losowym.

Zmiana ta nie jest przypadkowa. Jak pokazują dane z raportu „Benefity przyszłości" przeprowadzonego przez ICAN Research, dla 63% zatrudnionych ubezpieczenie jest jednym z najważniejszych benefitów. Jednocześnie aż 58% obawia się utraty pracy i dochodu w przypadku poważnej choroby. Właśnie dlatego nowoczesne ubezpieczenie grupowe przestaje być dodatkiem, a zaczyna pełnić funkcję realnego narzędzia bezpieczeństwa.

Od „jednej polisy dla wszystkich" do elastycznej ochrony

Jedną z najważniejszych zmian w podejściu do ubezpieczeń grupowych jest odejście od jednolitego modelu ochrony. W nowej wersji oferty grupowego ubezpieczenia na życie Warty pracownik może samodzielnie skomponować zakres ochrony, wybierając pakiety dodatkowe dopasowane do swojego stylu życia i etapu, na którym się znajduje.

To istotna zmiana jakościowa na rynku ubezpieczeń grupowych. Inne potrzeby ma młoda osoba aktywna fizycznie, inne rodzic małych dzieci, a jeszcze inne pracownik opiekujący się starzejącymi się rodzicami. Modułowa konstrukcja oferty Warty pozwala tę różnorodność uwzględnić bez konieczności kompromisów.

Praktyczne wsparcie w powrocie do zdrowia

Współczesne ubezpieczenia grupowe mocno koncentrują się na rozwiązaniach, które realnie pomagają przejść przez chorobę lub wrócić do sprawności po wypadku. To już nie tylko wypłata środków, które można wykorzystać w walce o powrót do zdrowia, ale także konkretne usługi: rehabilitacja, konsultacje specjalistyczne, teleopieka czy pomoc w organizacji codziennego życia.

Dobrym przykładem są wspierające powrót do zdrowia pakiety dodatkowe Warty – od kardiologicznego, przez onkologiczny, po rozwiązania dla osób aktywnych fizycznie, które są bardziej narażone na wypadki. W tym ostatnim przypadku ubezpieczenie obejmuje nie tylko wsparcie finansowe, ale także organizację rehabilitacji, transport medyczny czy nawet naprawę roweru po wypadku. To pokazuje kierunek: ubezpieczenie ma praktycznie działać.

Zdrowie psychiczne – odpowiedź na realną potrzebę

Rozszerzanie ochrony o zdrowie psychiczne jest kierunkiem bardzo potrzebnym. To zdecydowanie obszar, który jeszcze niedawno pozostawał na marginesie benefitów pracowniczych, dziś jednak staje się jednym z kluczowych elementów dobrostanu.

Z raportu „Benefity przyszłości" wynika, że 61% pracowników odczuło pogorszenie kondycji psychicznej w ostatnich latach, a 62% skorzystałoby ze wsparcia psychoterapeutycznego, gdyby było dostępne w ramach benefitów. Odpowiedzią na tę potrzebę jest pakiet Warty Zdrowie Psychiczne, obejmujący m.in. konsultacje z psychologiem i psychiatrą, psychoterapię czy wsparcie w powrocie do pracy po dłuższej absencji. To ważny sygnał dojrzałości rynku – zdrowie psychiczne zaczyna być traktowane na równi ze zdrowiem fizycznym.

Ochrona, która obejmuje całą rodzinę

Nowoczesne ubezpieczenie grupowe coraz częściej patrzy na rodzinę jako całość. W końcu samopoczucie, możliwości i kondycja pracownika są ściśle związane ze zdrowiem i sytuacją jego najbliższych. Dlatego rodzice często chcą zabezpieczyć swoje dzieci. Z drugiej strony, pracownicy posiadający starszych rodziców, coraz częściej potrzebują wsparcia w opiece nad nimi. W ofercie Warty zostały uwzględnione potrzeby pracowników na różnych etapach życia – pracownik, oprócz siebie, może objąć ochroną swojego partnera lub małżonka, dzieci, a także rodziców i teściów.

Wysokość świadczeń ma znaczenie

Nie bez znaczenia pozostaje także poziom wsparcia finansowego. Rosnące koszty leczenia, rehabilitacji i codziennego życia sprawiają, że wysokość świadczeń staje się jednym z kluczowych kryteriów oceny ubezpieczenia. W ofercie Warty w przypadku niektórych zdarzeń, jak poważne wypadki, zabezpieczenie może sięgać nawet 360 000 zł. W praktyce oznacza to więcej pieniędzy na niezaplanowane wydatki związane z powrotem do zdrowia.

– *Rosną koszty leczenia, rehabilitacji, leków i codziennego utrzymania, dlatego wysokość świadczeń powinna nadążać za rzeczywistymi potrzebami ubezpieczonych. Dla wielu rodzin grupowe ubezpieczenie na życie jest jednym z najważniejszych, a czasami nawet jedynym zabezpieczeniem finansowym na trudne sytuacje. Dlatego w nowej ofercie Warty zwiększyliśmy kwoty świadczeń. Dzięki temu pracownicy mogą liczyć na większe wsparcie finansowe po poważnym zachorowaniu, nieszczęśliwym wypadku, pobycie w szpitalu czy śmierci ubezpieczonego lub jego bliskich* – mówi Sylwester Janiak, dyrektor zarządzający Departamentem Sprzedaży Ubezpieczeń Grupowych TUnŻ Warta.

Benefit, który realnie działa

Grupowe ubezpieczenie ma coraz większe znaczenie dla pracodawców. Jest przez nich postrzegane jako jedno z najważniejszych narzędzi budowania atrakcyjnej oferty zatrudnienia. Jak wynika z raportu „Benefity przyszłości" przygotowanego przez ICAN Research, aż 94% zarządzających uważa, że tego typu benefitów nie należy traktować jako kosztu - to inwestycja w pracowników. Natomiast dla pracowników to ważny element poczucia bezpieczeństwa.

eprasa.pl 60e90ebca3

FOKUS

• **Inflacja w lipcu wyniosła rok do roku 3,0 proc.,** a miesiąc do miesiąca 0,8 proc. – podał Główny Urząd Statystyczny

PRZESTĘPCZOŚĆ

Hakerzy przejęli ogromną bazę informacji medycznych

Wyciek około 2 terabajtów danych z firmy MyDr wywołał alarm wśród polskich służb i władz. Hakerzy przejęli informacje dotyczące nawet 19 mln osób, w tym numery PESEL

Marcin Koziestański

Wicepremier i minister cyfryzacji Krzysztof Gawkowski określił sprawę jako „niebywały i bardzo duży incydent w zakresie bezpieczeństwa polskiej infosfery". Jednocześnie przedstawiciele władz podkreślają, że skradzione dane nie są obecnie dostępne publicznie. Gawkowski zapewnił, że informacje nie zostały wystawione na sprzedaż w internecie i są monitorowane przez służby. Minister zwrócił się również do osób, które mogą obawiać się o swoje dane. Jak przekazał, nie ma obecnie powodów do paniki, a państwo monitoruje sytuację.

Sama firma MyDr poinformowała, że dane objęte incydentem „najprawdopodobniej mają charakter historyczny". Chodzi o informacje pochodzące z 2024 roku i wcześniejszych lat. Nie muszą one obejmować wszystkich klientów MyDr ani wszystkich pacjentów korzystających z placówek wykorzystujących jej oprogramowanie. Firma zapewnia także, że obecnie działające systemy są bezpieczne i funkcjonują normalnie.

FOT. PAP/LESZEK SZYMAŃSKI

Mamy jasny operacyjny cel – złapać osoby, które to zrobiły i zabezpieczyć dane obywateli. To się dzieje – zapewniał Gawkowski

Ktoś kliknął nie to, co trzeba? Tak doszło do ataku

Na tym etapie nie ma jeszcze pełnych informacji dotyczących sposobu przeprowadzenia ataku. Wiceminister cyfryzacji Michał Gramatyka, pytany o sprawę w programie WP Tłit, wskazał jednak na możliwość błędu po stronie człowieka.

– Jeśli wierzyć specjalistycznym portalom, bo z uzyskanych przez nie danych wynika, jaka była mechanika ataku, gdzieś po drodze ktoś musiał coś niewłaściwego kliknąć – powiedział.

Gramatyka odniósł się również do informacji pojawiających się w internecie na temat potencjalnego sprawcy. Według niego analiza języka wykorzystywanego w materiałach dotyczących ataku może wskazywać na osobę pochodzącą z Indii.

– Z publikacji na specjalistycznych portalach wynika, że to może być jakiś Hindus. Analiza języka pokazuje, że to może być ktoś z tego regionu – stwierdził.

Na razie nie ma jednak dowodów wskazujących na udział zagranicznych służb. Krzysztof Gawkowski przekazał, że dotychczasowe ustalenia wskazują na problem związany z oprogramowaniem i zarządzaniem systemem.

– Dzisiaj nic nie wskazuje na to, że mieliśmy element spoza granic Polski, który by w tym uczestniczył – powiedział minister.

Gawkowski zapewnił jednocześnie, że służby ustaliły już, gdzie znajdował się błąd.

– My już wiemy, gdzie był błąd w oprogramowaniu, jakie elementy zarządzania systemem nie zagrały. One są już uszczelnione – przekazał.

Nie jest jeszcze jasne, jaki dokładnie cel przyświecał osobom odpowiedzialnym za atak. W przypadku tego rodzaju przestępstw jednym z możliwych motywów jest próba wymuszenia okupu albo sprzedaż przejętych informacji w internecie. Nie można również wykluczyć próby wywołania chaosu i niepokoju.

Służby w akcji i zero negocjacji z przestępcami

Sprawą zajęły się najważniejsze instytucje odpowiedzialne za bezpieczeństwo państwa i ochronę danych. Ministerstwo Cyfryzacji współpracuje ze służbami specjalnymi, Ministerstwem Zdrowia oraz Urzędem Ochrony Danych Osobowych. Postępowanie prowadzą również organy ścigania i Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego.

Rząd zapowiedział, że nie zamierza negocjować z osobami odpowiedzialnymi za kradzież danych ani spełniać ewentualnych żądań finansowych. Krzysztof Gawkowski jasno zaznaczył, że państwo nie będzie płaciło hakerom okupu.

WARSZAWA

Defilada wojskowa z okazji Święta Wojska Polskiego

Piotr Celej

W sobotę, 15 sierpnia, Warszawa będzie miejscem głównych obchodów Święta Wojska Polskiego. W południe na Wisłostradzie rozpocznie się defilada.

Według aktualnych informacji MON w wydarzeniach 15 sierpnia ma uczestniczyć około 1800 żołnierzy, ponad 300 pojazdów, około 60 statków powietrznych i ponad 20 okrętów. W wydarzeniu przewidziano również udział dziewięciu skoczków spadochronowych z flagami Polski, NATO i Unii Europejskiej.

To właśnie lotnictwo jest jednym z elementów wyróżniających tegoroczny pokaz. Wśród zapowiadanych maszyn znajdują się między innymi polskie F-35, F-16, śmigłowce AH-64 Apache, AW149 i S-70i Black Hawk. Na ziemi zobaczymy natomiast m.in. Abramsy, K2, Leopardy 2, Borsuki, Rosomaki, armatohaubice Krab, moździerze Rak, wyrzutnie HIMARS, systemy Patriot, Poprad oraz drony Gladius.

MALBORK

MiG-29 lądował z problemami

Radosław Konczyński

Do incydentu z udziałem samolotu MiG-29 doszło w środę wieczorem w Malborku. Nie było żadnego zagrożenia dla życia pilota ani nikogo z obsługi naziemnej – podało wojsko.

22 Baza Lotnictwa Taktycznego w Malborku potwierdza, że doszło do zdarzenia, które – jak słyszymy od rzecznika prasowego – było pod pełną kontrolą służb lotniskowych. Sytuacja dotyczyła pary dyżurnej, która w ramach 24-godzinnego dyżuru Air Policing wykonywała szkoleniową służbę patrolową.

– Nie było problemów z wysunięciem podwozia, wbrew informacjom, które się pojawiły. Pilot normalnie posadził samolot na płaszczyźnie z wysuniętymi kołami. Doszło jednak do zblokowania hamulców, co spowodowało pęknięcie ogumienia – mówi mjr Maciej Kędzierski, rzecznik prasowy 22. Bazy Lotnictwa Taktycznego w Malborku. Myśliwiec sunął po pasie już bez ogumienia.

KRÓTKO

Warszawa

Przeszkadzał mu hałas, zniszczył trzy skutery

Policjanci z warszawskiego Mokotowa zatrzymali 39-latka, który tasakiem zniszczył trzy skutery. Tłumaczył, że przeszkadzał mu ich hałas. Właściciel pojazdów oszacował łączną wartość powstałych strat na 3600 złotych. Skutery były wykorzystywane przez dostawców rozwożących jedzenie. Okazało się, że mężczyzna jest pijany – miał blisko 1,5 promila alkoholu w organizmie. Po wytrzeźwieniu usłyszał zarzut uszkodzenia trzech skuterów, za co grozi mu do 5 lat więzienia.

Śląskie

Ćwiczenia z udziałem około 200 ratowników

Ćwiczenia pod kryptonimem TARAN z udziałem ok. 200 ratowników odbyły się w czwartek przy autostradzie A1 w woj. śląskim. To zarówno strażacy, jak i ratownicy medyczni, policjanci, strażnicy graniczni, żołnierze Wojsk Obrony Terytorialnej oraz przedstawiciele służb zarządzania kryzysowego i utrzymania autostrady. Wśród strażaków znalazła się delegacja z Czech. Ich celem było sprawdzenie współpracy między służbami i procedur dot. bezpieczeństwa.

Społeczeństwo

W urzędach weekend zacznie się wcześniej

W piątek 14 sierpnia wiele urzędów i instytucji publicznych będzie zamkniętych. Pracownicy odbierają wtedy dzień wolny za przypadające w sobotę Święto Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny. Nieczynne będą m.in. placówki ZUS i NFZ, a także urzędy miejskie m.in. w Poznaniu, Gdańsku, Toruniu, Lublinie, Częstochowie, Białymstoku i Wrocławiu.

FOT. ADAM JANKOWSKI

Marcin Romanowski jest uciekinierem. Jestem absolutnie przekonany co do tego, że prędzej czy później stanie przed polskim wymiarem sprawiedliwości

TOMASZ SIEMONIAK
koordynator służb specjalnych

eprasa.pl 60e90ebca3

Giniemy! Potrzebujemy kogoś, kto wskaże nam światełko w tunelu – Str. 16

PULS *regionów*

Polaków wakacje albo remont

– Str. 10

BT/GETTY IMAGES

eprasa.pl 60e90ebca3

SPOŁECZEŃSTWO

Uwikłani w wakacyjne remonty

Zamiast w góry albo na plażę - do marketu budowlanego. Zamiast chodzenia po szlakach, wypoczynku na łonie natury, zwiedzania – gruntowanie i malowanie ścian, ewentualnie przycinanie paneli. Ponad połowa z nas wakacyjne urlopy, a przynajmniej ich część, przeznacza na remonty swoich mieszkań i domów

Dorota Kowalska

Marta, 54-latka, czynna zawodowo, mieszka w sporym mieście na północy Polski. Mąż też wciąż pracuje, córka dwa lata temu wyprowadziła się z domu i poszła na swoje. Z remontem mieszkania zwlekali, ile mogli.

- Musieliśmy odmalować pokój Julki, bo po jej wyprowadzce wyglądał źle: córka pozabierała plakaty, które wisiały na ścianach, inna rzecz, że kolor ścian odpowiadał chyba tylko jej – Marta wybucha śmiechem. – Przedpokój i kuchnia też wymagały odświeżenia – dodaje.

Zawsze z drobnymi pracami radzili sobie sami. 10 lat temu robili remont całego mieszkania: zmieniali panele, wymieniali meble w kuchni, odmalowali wszystkie pomieszczenia. Pomagał brat męża i kolega.

- Nie wyobrażam sobie, gdybyśmy mieli wynająć fachowców. Pomalowanie trzypokojowego mieszkania to dzisiaj wydatek około 10 tys. złotych, wtedy też tanio nie było, kładzenie paneli na nasze mieszkania jakieś 3 tys., a to tylko robocizna – mówi.

W tym roku wzięli w lipcu dwa tygodnie urlopu: w pierwszym malowali, w drugim pojechali do znajomych na wieś, żeby wyszło taniej.

- Mówiąc szczerze, wszyscy nasi znajomi drobne remonty robią w domu sami. Co innego skuwanie kafli w łazience, kładzenie gładzi na ścianach, wymiana elektryki czy instalacji gazowej, tu bez fachowców się nie obędzie. Ale samo malowanie nie jest problemem – tłumaczy. Wykorzystali urlop, bo inaczej byłoby im po prostu ciężko. Remont, to bałagan, chaos, nerwy. Poza tym, przekalkulowali to sobie tak: jeśli wezmą w pracy wolne, prace pójdą im szybciej, bo zaczną rano, a skończą wieczorem. Zostanie im jeszcze czas, żeby odpocząć. Założyli też sobie, że resztę czasu wolnego spędzą poza domem, gdzieś wśród zieleni, bo wyremontowanym mieszkaniem i tak zdążą się jeszcze nacieszyć. I tak właśnie zrobili.

Żeby było taniej

Marta i jej mąż nie są wyjątkiem. Jak wynika z raportu „Polacy uwikłani w wakacyjne remonty. Edycja 2026" UCE Research i platformy Fachurra.pl, blisko 60 proc. ankietowanych wskazało, że przynajmniej część urlopu przeznacza na naprawy, odświeżanie lub remont mieszkania. Największa grupa - 37,4 proc. ogranicza się do drobnych prac. 9,1 proc. respondentów zadeklarowało, że łączy prostsze prace polegające na odświeżeniu lokalu z większym remontem. 12,8 proc. badanych przyznało, że angażuje się w poważniejsze przedsięwzięcia remontowe. W sumie więc 59,3 proc. ankietowanych samodzielnie wykonało lub planuje to zrobić, przynajmniej część prac remontowych. Remontami podczas urlopu nie ma zamiaru się zajmować 28,3 proc. ankietowanych, a 12,4 proc. nie podjęło jeszcze decyzji w tej kwestii.

Autorzy raportu nie mają wątpliwości: popularność przeprowadzanych samodzielnie urlopowych remontów ma ścisły związek z systematycznie rosnącymi kosztami usług. Według danych pochodzących z bazy cenowej Sekocenbud, w II kwartale 2025 roku stawki robocizny netto były o 9,3-10 proc. wyższe niż rok wcześniej. W II kwartale 2026 roku zwiększyły się o kolejne 5,4-6,6 proc. rok do roku. Oznacza to, że w ciągu dwóch lat koszt robocizny wzrósł łącznie o około 15-17 proc., zależnie od rodzaju prac.

FOT. 123RF

Wakacje to okres, gdy Polacy najczęściej decydują się na remonty. Malowanie mieszkania zwykle robią sami. Do cięższych prac bierze się fachowców

„Trend ten potwierdzają dane GUS. Ceny produkcji budowlano-montażowej wzrosły w czerwcu 2024 roku o 6 proc. rok do roku, w czerwcu 2025 roku o kolejne 2,9 proc., a rok później o następne 5,5 proc. W przypadku specjalistycznych robót budowlanych, obejmujących m.in. prace instalacyjne i wykończeniowe, wzrost w czerwcu 2026 roku wyniósł 6,5 proc. rok do roku. Nie jest to zatem jednorazowa zmiana, ale utrzymujący się proces podnoszenia kosztów robót" – piszą autorzy raportu.

I zwracają uwagę, że gospodarstwa domowe odczuwają nie tylko wzrost kosztów robocizny, ale również materiałów, których ceny w latach 2021-2022 poszły w górę o jedną trzecią i utrzymują się na stabilnym wysokim poziomie.

„Oczywiście zakupu materiałów do prac remontowych nie da się uniknąć, niezależnie od sposobu realizacji remontu, ale wydatki na robociznę można przynajmniej częściowo ograniczyć, samodzielnie wykonując prostsze prace" – czytamy w raporcie.

Wśród prac, które można przeprowadzić samodzielnie, nie dysponując fachową wiedzą i zawodowymi umiejętnościami, znalazły się malowanie, gruntowanie, demontaż starych elementów, układanie paneli czy montaż listew.

„Fachowcom pozostawia się natomiast zadania wymagające specjalistycznej wiedzy, odpowiednich narzędzi lub uprawnień. Taki podział prac pozwala zmniejszyć całkowity koszt remontu bez rezygnacji z jego przeprowadzenia" – piszą autorzy „Polacy uwikłani w wakacyjne remonty. Edycja 2026".

Bo, umówmy się, wykonując część remontu samodzielnie – po prostu oszczędzamy.

„Pomalowanie większego pokoju może ograniczyć wydatki nawet o 1-2,5 tys. zł. Przy odświeżeniu kilku pomieszczeń połączonym

eprasa.pl 60e90ebca3

z ułożeniem paneli i montażem listew, wartość prac, których nie trzeba zlecać wykonawcom, może wynieść około 3-6 tys. zł. Przy większym zakresie prostych robót oszczędność może sięgać około 5-11 tys. zł" - wskazali autorzy raportu, dodając, że rzeczywista korzyść finansowa zależy od metrażu, stanu powierzchni, zakresu prac przygotowawczych, lokalnych stawek oraz wydatków na zakup lub wypożyczenie narzędzi. Kalkulacja nie uwzględnia również wartości czasu przeznaczonego przez właściciela lokalu na samodzielne wykonanie prac.

„Urlop staje się w tym przypadku zasobem ekonomicznym, który osoby prowadzące prace remontowe inwestują w redukcję kosztów. Istotna pozostaje tu wycena własnego wolnego czasu. Dla części osób jest on cenniejszy niż rynkowe stawki za robociznę" – to podsumowanie raportu.

Odnawiamy na raty

Wojtek, 44 lata, zarabia w granicach 7 tys. złotych na rękę. Jeszcze sześć lata temu razem w żoną wynajmowali w jednym ze śląskich miast spore mieszkanie w kamienicy. Córka, Monika ze swoją rodziną - mężem i dwuletnim synem, także płacili za wynajem trzypokojowego lokum w bloku z wielkiej płyty.

- Postanowiliśmy wziąć kredyt i wspólnie kupić dom pod miastem. Znaleźliśmy taki, w stanie zamkniętym surowym. Ma dwa osobne wejścia: górę miała zamieszkiwać Monika z rodziną, my dół - opowiada mężczyzna: niewysoki, włosy do ramion, pełen energii.

Szybko obliczyli, że muszą wziąć 200 tys. złotych kredytu na wykończenie domu. Tak też zrobili. Było ciężko, bo wciąż wynajmowali mieszkania, a musieli już spłacać zadłużenie. Potem „ciężko", zamieniło się w „tragicznie". Przyszła wojna w Ukrainie, inflacja, podwyżki stóp procentowych, rata kredytu niemal się podwoiła. Ceny materiałów budowlanych też poszybowały w górę.

- Kiedy przyszedł fachowiec wycenić, ile weźmie za położenie wylewki w całym domu, stwierdził, że 8 tys. złotych, koniec końców wziął 19 tys., bo tak zdrożał materiał i koszty pracy - opowiada.

Za 200 tys. złotych zrobili połowę tego, co zamierzali zrobić. W dwie rodziny mieszali na paterze domu, piętro wciąż czekało na wykończenie.

- Grubsze roboty wykonywali fachowcy, drobne – my sami. Każdy urlop, każdą wolną chwilę poświęcaliśmy na remont. Wciąż tak właściwie jest: malowanie, kładzenie paneli, roboty na podwórku, wszystko to zrobiliśmy sami – wylicza.

W zeszłym roku młodzi przenieśli się na górę. Mogą tam mieszkać, ale cały czas coś jeszcze wykańczają, ulepszają. W tym roku po raz pierwszy od lat pojechali z żoną na urlop. Spędzili tydzień nad polskim morzem, ale drugi już w domu, bo tu zawsze jest coś do zrobienia, jak przekonuje Wojtek.

Także najnowsze badanie Nieruchomosci-online .pl pokazuje, że ponad połowa (55 proc.) wykonuje prace we własnym zakresie lub z pomocą bliskich, a połowa remontujących wydaje na ten cel nie więcej niż 15 tys. zł.

Z badania wynika, że 30 proc. respondentów wykonało ostatni remont samodzielnie, a 25 proc. przeprowadziło go samodzielnie, korzystając doraźnie z pomocy bliskich. Kolejne 20 proc. badanych wskazało, że część prac wykonało samodzielnie, a część zleciło fachowcom.

Co ciekawe, to właściciele domów częściej niż właściciele mieszkań przeprowadzają remonty samodzielnie. Za pędzel najczęściej chwytają osoby w wieku 35-44 lata, bo aż 70 proc. respondentów w tej grupie przeprowadziło ostatni remont samodzielnie lub przy wsparciu rodziny i znajomych.

Najczęściej wykonujemy drobne prace - odświeżamy pojedyncze pomieszczenia, coś tam modernizujemy, dokonujemy drobnych napraw, w każdym razie jedynie 18 proc. ankietowanych zadeklarowało, że ich ostatni remont miał charakter generalny.

Połowa respondentów przeznaczyła na ostatni remont nie więcej niż 15 tys. zł, przy czym znacząca część tej grupy zmieściła się w budżecie do 5 tys. zł. Kolejne 18 proc. badanych wydało od 15 tys. do 30 tys. zł.

Remont to ogromny stres

Ale mówiąc o remontach, nie można zapomnieć o innym, bardzo ważnym ich aspekcie. Według badania GfK „Polacy a stres" pierwsza trójka najbardziej obciążających emocjonalnie sytuacji w życiu prywatnym to problemy finansowe, choroba członka rodziny oraz właśnie remont. Aż 66 proc. Polaków przyznaje, że remont i naprawy w domu są dla nich stresujące, a co trzeci badany przyznaje, że prace remontowe czy budowa domu to jedna z głównych przyczyn stresu w ich życiu.

Przesada? Wcale nie, wystarczy poczytać fora internetowe.

Internauta1: „Znajomi mnie raczą takimi tekstami, że prawie się rozwodzili podczas remontów: ciche dni, awantury. Jakie są wasze doświadczenia?"

Internauta2: „Niestety, stres jest ogromny. Zawsze pojawia się tysiąc niespodziewanych problemów, nawet przy dobrych fachowcach. Szczególnie, gdy inwestuje się duże pieniądze, trudno jest uniknąć nerwów. Na zmianę kłóciliśmy się z mężem, później się z tego śmialiśmy, a na końcu zawsze mówiliśmy, że teraz to już przeżyjemy wszystko".

Internauta3: „Ja przed remontem też słyszałam opinie, że przez remont można się rozwieźć. U mnie też były ogromne kłótnie, bo nie zgadzaliśmy w wielu sprawach, ale jakoś przetrwaliśmy. Remont zaczęliśmy jeszcze przed ślubem, kończyliśmy po. Pokazał nasze różnice w charakterach tak naprawdę. Można by go robić przed ślubem jako test dla par".

Internauta4: „Remont to małe miki. Budowa domu, to jest dopiero coś, co może doprowadzić do rozpaczy, szczególnie, jak się non-stop trafia na nieuczciwych budowlańców. A jak się już w końcu wybuduje, to wtedy dopiero zaczyna się wykończeniówka, czyli odpowiednik remontu. My to jakoś przetrwaliśmy, ale łatwo nie było. Nigdy więcej".

Internauta5: „Niestety to prawda. Nie wiem jak tam mały remoncik, u nas to była przebudowa i remont generalny nowo zakupionego domu. Powiedzmy, w zasadzie budowa od nowa. Ogromny stres, trwa już ponad rok, a jeszcze końca nie widać. Jest nadzieja, że do stycznia się wyrobimy. Powiem krótko: nie mieliśmy pojęcia, w co się ładujemy. Zrobiliśmy wcześniej mniejszy remont w mieszkaniu, poszło szybko. To jest w ogóle inny kaliber, ilość osób zaangażowanych: architekt, urzędnicy decydujący o pozwoleniu na budowę, inżynier, sąsiedzi, firma budowlana, elektrycy, firma sanitarno-grzewcza, kuchnia, banki. Ciągle coś się opóźnia, coś idzie nie tak, ciągle trzeba się dokształcać i decydować. Budżet ciągle rośnie, co powoduje napięcia na tle finansowym, stres związany z szukaniem finansowania. Do tego jeszcze konflikty ze wszystkimi o jakość prac, terminy, faktury, przepisy. Już się parę razy przez to prawie rozstaliśmy i szczerze, już nie mogę się doczekać aż się to skończy".

Internauta6: „Ja się rozwiodłem z żoną po wybudowaniu domu, więc coś w tym jest".

Co nas stresuje w remontach? Wybór fachowców, koszty i finanse, bałagan, chaos i brak prywatności, opóźnienia, strach o jakość wykonanych prac, ciągłe decyzje i wybory, którymi jesteśmy po prostu zmęczeni.

Kluczem do zmniejszenia stresu remontowego jest dobre planowanie. Zanim zaczniecie budowę, warto dokładnie rozplanować wszystkie etapy prac

ZUZANNA CICHOCKA
architektka

- Remont to zmiana sama w sobie, ale też element składowy zmian w naszym życiu. Prowadzi do dezorganizacji codzienności każdej rodziny: nikt nie robi tego, co zwykle, tylko biegamy za majstrami albo farbami czy płytkami. Remont to koniec rutyny, dającej poczucie bezpieczeństwa. Nawet założenie butów staje się problemem, bo gdzie one teraz są? Remont wyrzuca nas ze strefy komfortu. Jest sytuacją emocjonalnie krytyczną, gdy stanowi konsekwencję życiowych zmian: ślubu, pojawienia się dziecka czy odwrotnie, rozwodu. Bo wtedy stres remontowy dodaje się do tych emocji, które przeżywamy w związku z tym, czego doświadczyliśmy w życiu – mówiła dr Marta Majorczyk, doradca rodzinny w rozmowie ze Zwierciadłem".

„The New York Times" opisywał kilka lat temu historię wartego kilka milionów dolarów loftu na Manhattanie. Jego właściciele, małżeństwo z 14-letnim stażem, poświęcili rok na stworzenie tam wymarzonego wnętrza. Dwa tygodnie po przeprowadzce do nowego mieszkania mąż oznajmił: „Koniec remontu i koniec małżeństwa".

To ponoć nowojorski standard. Z przeprowadzonych w USA badań wynika, że 12 proc. małżeństw podczas budowy czy odnawiania domu rozważa rozstanie.

Znajdźmy czas na odpoczynek

Tak, remont to poważna sprawa i trzeba się do niego przygotować. Mamy i tak wystarczająco dużo stresu na co dzień i bez malowania, przestawiana mebli z trudem dajemy radę. Więc trzeba mentalnie przygotować się na zmiany: wcześniej dokładnie z rodziną ustalić, co dokładnie chcemy zrobić, nie przejmować się bałaganem, zachować spokój – bo remont kiedyś się przecież skończy i wróci normalność.

Zuzanna Cichocka architektka z zamiłowania, wykształcenia i zawodu pisze na swojej stronie tak, takie między innymi daje rady:

1. Dobrze zaplanuj budowę

Kluczem do zmniejszenia stresu jest dobre planowanie. Zanim zaczniecie budowę, warto dokładnie rozplanować wszystkie etapy prac, terminy i budżet. Spontaniczne decyzje mogą prowadzić do chaosu, a ten z kolei do dodatkowego stresu.

Przykład? Wyobraźcie sobie sytuację, w której remont mieszkania zbiega się z narodzinami dziecka. To ogromne obciążenie emocjonalne i organizacyjne. Dlatego tak ważne jest, aby jak najwięcej elementów zaplanować z wyprzedzeniem i unikać nakładania się stresujących sytuacji.

2. Zaplanuj budżet z zapasem

Jednym z największych źródeł stresu podczas budowy są koszty. Dlatego tak ważne jest, aby zaplanować budżet z odpowiednim zapasem. W dzisiejszych czasach, gdy ceny materiałów i usług budowlanych są bardzo zmienne, warto założyć, że koszty mogą wzrosnąć o 10-20%.

Jeśli budżet jest napięty, warto rozważyć etapowanie prac. Dzięki temu nie musicie rezygnować z marzeń, a jedynie rozłożyć je w czasie. Pamiętajcie, że lepiej zrealizować projekt w kilku etapach niż narazić się na ogromny stres związany z brakiem środków.

3. Miej swój „azyl"

W trakcie budowy warto mieć miejsce lub hobby, które pozwoli Wam się odprężyć i na chwilę zapomnieć o stresie. Może to być spacer, czytanie książek, sport czy spotkania z przyjaciółmi. Każdy potrzebuje chwili wytchnienia, zwłaszcza gdy codziennie mierzy się z wyzwaniami związanymi z budową.

Ja sama, pracując nad wieloma projektami jednocześnie, zawsze znajduję czas na swoje „pozytywne szaleństwo" – coś, co pozwala mi się zrelaksować i naładować baterie.

4. Wizualizuj efekt końcowy

Kiedy stres związany z budową wydaje się nie do zniesienia, warto przypomnieć sobie, dlaczego to robicie. Zamknijcie oczy i wyobraźcie sobie, jak będzie wyglądało Wasze wymarzone wnętrze. Jak będziecie się w nim czuli? Jakie emocje Wam towarzyszą? Taka wizualizacja pomoże Wam przetrwać trudne momenty i przypomni, że cały wysiłek jest tego wart.

5. Urlop po zakończeniu budowy

Wielu moich klientów decyduje się na urlop tuż po zakończeniu budowy. To doskonały sposób na odreagowanie stresu i powrót do nowego domu ze świeżym spojrzeniem. Warto zaplanować przeprowadzkę i sprzątanie tak, aby po powrocie z urlopu móc od razu cieszyć się nowym miejscem.

Jeśli nie macie siły na samodzielne sprzątanie i organizowanie przeprowadzki, warto zatrudnić profesjonalną ekipę. To niewielki koszt w porównaniu z komfortem, jaki zyskacie".

Właśnie, remont i co dalej? Zaraz po nim do pracy?

Psychologowie nie mają wątpliwości: to zły pomysł. Po remoncie po prostu powinniśmy odpocząć, bo już przed nim byliśmy zmęczeni. Więc, jeśli już musimy odmalować ściany, coś tam w domu poprzestawiać, to podzielmy nasz urlop na dwie części. I kiedy już skończymy wszystkie roboty, posprzątamy po nich - wyjedźmy gdzieś naładować akumulatory. Dopiero po powrocie naprawdę docenimy to, jak wyglądają nasze cztery ściany.

eprasa.pl 60e90ebca3

BEZPIECZEŃSTWO

Gen. Jarosław Kraszewski: Defilada pokazuje, że nie warto nas atakować. Ale Polacy muszą wiedzieć, co robić po usłyszeniu alarmu

– Na defiladzie zobaczymy potęgę państwa: F-35, kolumny wojskowe i tysiące żołnierzy. Ale bez regularnych ćwiczeń Polacy nie będą wiedzieli, gdzie się schronić, komu wierzyć i jak uniknąć chaosu – ostrzega gen. Jarosław Kraszewski

Anita Czupryn

Panie Generale, czy lubi pan defilady? I co czuje żołnierz, kiedy widzi tysiące ludzi podziwiających wojsko?

Oczywiście, że lubię. Czuję wtedy, że naród jest wojskiem. Defilady są historycznie wpisane, może nie w naszą codzienność, bo na szczęście nie odbywają się codziennie, a wojsko nie jest wyłącznie od defilowania. A jednak defilada to moment, w którym pokazuje się społeczeństwu, że wydatki, nakłady i wsparcie płynące od obywateli oraz państwa nie idą na marne.

Co zobaczymy 15 sierpnia? Czy z defilady można wyciągnąć wnioski o rzeczywistej gotowości bojowej polskiej armii?

Defilada nie odbywa się po to, żeby pokazywać rzeczywistą gotowość bojową, bo temu służą inne przedsięwzięcia. Ma natomiast pokazać, ile nowego sprzętu, uzbrojenia, umundurowania i innego wyposażenia weszło do Sił Zbrojnych od czasu poprzedniej defilady. Pokazuje również, ilu mamy sojuszników, sprzymierzeńców i koalicjantów, którzy maszerują razem z nami, aby z radością, wspólnie ze społeczeństwem, celebrować Święto Wojska Polskiego.

Podczas tegorocznego Święta Wojska Polskiego zaprezentowany zostanie nowoczesny sprzęt, w tym samoloty F-35, które nazwano „Husarzami". Czy trzy takie maszyny rzeczywiście zmieniają obraz naszego bezpieczeństwa?

Bez przesady. Trzy sztuki nie spowodują nagłej zmiany. Nie chodzi jednak o to, że teraz mamy trzy samoloty, a za chwilę będzie ich więcej. Ważne jest to, że Polska została zakwalifikowana, uzyskała niezbędne zgody i realizuje program wdrożenia samolotów F-35 do Sił Zbrojnych, a konkretnie do Sił Powietrznych. Pierwsze maszyny już są i latają, a przeszkoleni polscy lotnicy potrafią nimi operować. Kolejne pojawią się niebawem. Nikt na świecie nie trzyma takiego uzbrojenia na półce w magazynie i nie czeka, aż przyjdzie klient. Jeżeli produkt jest dobry, a uzbrojenie dobre albo bardzo dobre, natychmiast jest rozchwytywane. Należy się cieszyć, że Stany Zjednoczone dopuściły nas do grona państw wyposażonych w F-35.

Z tego, co czytałam, jest to przede wszystkim latający komputer, swoiste centrum dowodzenia. Czy polska armia jest przygotowana, żeby wykorzystać wszystkie informacje, które zbiera taki samolot?

Czy to jest centrum dowodzenia? Według mnie centrum dowodzenia znajduje się gdzie indziej. Na pewno jest to samolot naszpikowany elektroniką, wielki latający komputer i środek gromadzenia danych rozpoznawczych. Ma też bardzo niski poziom wykrywalności. Przy odpowiedniej konfiguracji, gdy uzbrojenie, które zabiera ze sobą, pozostaje w komorach wewnętrznych, staje się niewidzialny dla radarów przeciwnika. Jest nam potrzebny właśnie do gromadzenia informacji w głębi operacyjnej przeciwnika: co przeciwnik robi, co zamierza zrobić, ile wojska przegrupowuje i w co to wojsko jest wyposażone. Oprócz satelit służą temu takie systemy jak F-35, bo sam samolot jest tylko jedną częścią znacznie bardziej rozbudowanego systemu. W jego skład wchodzą naziemne elementy dowodzenia i gromadzenia informacji, które cały czas rozbudowujemy i przebudowujemy, oraz szybkie trakty teleinformatyczne. Chodzi o to, aby dane zgromadzone przez taki samolot były dostępne natychmiast, żeby decydenci nie musieli czekać, aż maszyna wyląduje, lecz otrzymywali je jak najszybciej, w czasie zbliżonym do rzeczywistego, i mogli zdecydować, jak organizować walkę.

Z zapowiedzi wynika, że 15 sierpnia będzie na co patrzeć: tysiące żołnierzy, setki pojazdów, samoloty bojowe. Czy słusznie poczujemy się bezpiecznie?

Tak, słusznie poczujemy się bezpiecznie. Pokazując nowoczesny sprzęt i to, że potrafimy się nim posługiwać, pokażemy również, że czynimy bardzo duże postępy w każdej domenie: powietrznej, lądowej, morskiej, a nawet kosmicznej i cybernetycznej. Nie jesteśmy nowicjuszami, dajemy sobie radę. Przekaz tej defilady jest chyba jeden: nie warto nas atakować.

Czołgi i sprzęt są gotowe na wojnę, ale co z cywilami, z obywatelami? Czy defilada nie stworzy złudnego poczucia, że obronność jest wyłącznie sprawą ludzi w mundurach?

Proszę pani, obronność jest sprawą całego państwa. Wojna to domena ludzi w mundurach, ale obrona państwa, bo o niej mówimy, jest domeną całego państwa i narodu. Jakie państwo, jaki naród i jaka gospodarka, takie Siły Zbrojne.

Co konkretnie oznacza, że każdy obywatel uczestniczy w obronie kraju? Łatwo zamienić to w zgrabny, dobrze brzmiący, patriotyczny slogan.

Często utożsamiamy udział w obronie z tym, że jak przyjdzie co do czego, każdy będzie musiał założyć mundur i zostanie zmobilizowany. Kiedyś myślano tak o mężczyznach; dziś sytuacja się zmieniła, kobiety również idą do wojska. Absolutnie nie należy jednak widzieć tego w taki sposób. Mamy zasoby rezerwowe i mobilizacyjne, które będą mobilizowane. Spójrzmy na Ukrainę. Funkcjonują tam system ochrony zdrowia, straż pożarna, policja, kolej, szeroko rozumiany transport i przemysł. My wszyscy, którzy jesteśmy aktywni zawodowo, niekoniecznie będziemy nosić mundur, ale na pewno będziemy uczestniczyć w obronie państwa. Polski przemysł zbrojeniowy musi dostarczać sprzęt, transport musi działać, podobnie opieka zdrowotna, straż pożarna i policja. Wszystko w państwie musi funkcjonować. Jeżeli przestaje, zbliżamy się do rychłego upadku państwa i przejęcia go przez przeciwnika.

Tylko czy państwo uczciwie powiedziało obywatelom, czego będzie od nich oczekiwać w czasie kryzysu?

Tego pani nie powiem, bo nie do mnie należy ocenianie czynnika politycznego. Nie jestem politykiem. Możemy rozmawiać o wojsku, ponieważ sądzę, że dość dobrze się w tym orientuję. Nie chciałbym natomiast podejmować polemiki dotyczącej państwa jako podmiotu stosunków międzynarodowych, czyli głowy państwa, rządu i tak dalej. Po pierwsze: czy mamy dokument, w którym zapisano, co państwo powinno powiedzieć obywatelom?

Mamy „Poradnik bezpieczeństwa", program „wGotowości" oraz powszechne warsztaty ochrony ludności, które już się rozpoczęły. Jak pan to ocenia? Czy to początek systemu, czy jednak zbiór dobrowolnych inicjatyw skierowanych do najbardziej świadomych osób?

Dobrze, że to mamy. Proszę zauważyć, co działo się w Ukrainie. Tam wcześniej nie było takich rozwiązań, a podstawowych rzeczy zaczęto uczyć ludzi dopiero po wybuchu wojny. Moim zdaniem jest to za późno. Na szczęście Ukraińcy szybko odrobili zaległości, ale kosztem strat wśród ludności cywilnej. Wiadomo, że Rosjanie od początku wojny atakują cywilów. Gdyby jednak społeczeństwo znało określone zachowania i regularnie, cyklicznie je ćwiczyło, sytuacja wyglądałaby inaczej. Mamy ostatni przykład z rakietą na Lubelszczyźnie. Z 17 powiatów, w dziesięciu nie zawyły syreny. Tam, gdzie zawyły, mało kto podjął jakiekolwiek działania. To nie jest wina tych ludzi. Ważne, żebyśmy to zrozumieli. Jeżeli uczeń wychodzi nieprzygotowany ze szkoły podstawowej, nie jest to wina ucznia, tylko systemu.

Panie Generale, czego wojna w Ukrainie nauczyła nas o roli cywilów? Co okazało się najważniejsze?

O roli cywilów chyba zbyt mało mówimy, korzystając z doświadczeń ukraińskich. Pojawiają się zdawkowe hasła, że Ukraińcy produkują drony. W przekazach widzimy mera Kijowa Witalija Kliczkę i innych, którzy pozostają na miejscu i biorą udział w działaniach. W tle pracują jednak strażacy, służby medyczne i policja. Tego nie pokazujemy i o tym nie mówimy. Może słusznie, bo nie powinniśmy odsłaniać szczegółów tego, jak Ukraińcy zorganizowali cały system. Rosjanie natychmiast zrobiliby z tej wiedzy użytek. Mam nadzieję, że przy rządzie pracują zespoły, które wypracowują mechanizmy i procedury możliwe do natychmiastowego wdrożenia w przypadku eskalacji sytuacji kryzysowej w kierunku wojny. Nie chcę przez to powiedzieć, że my niczego nie mamy. Mamy plan mobilizacji gospodarki i przestawienia jej na tory wojenne, mamy Plan Reagowania Obronnego Rzeczypospolitej Polskiej. Dobrze byłoby, aby dokument pod tytułem „Strategia Bezpieczeństwa Narodowego", który jest publicznie dostępny i może go przeczytać każdy Polak, był aktualizowany zawsze, gdy zachodzi taka konieczność, a jego nowa edycja, pokazująca nową skalę zagrożeń, ukazywała się jak najszybciej. Na podstawie tej strategii przeciętny Polak powinien wiedzieć, czego może się spodziewać i jak przygotować gospodarstwo domowe na opisane zagrożenia. Nie będziemy przecież za każdym razem wydawać kolejnych instrukcji dotyczących plecaków ewakuacyjnych, bo może to wywoływać niepokój, a czasami rodzić panikę. A to chyba najgorsze, co mogłoby nas spotkać.

Wracając do Ukrainy: czy jej odporność wynika z odwagi Ukraińców, czy również z tego, że obywatele potrafili się samoorganizować, przewozić ludzi, naprawiać sprzęt, zdobywać informacje i podtrzymywać funkcjonowanie miejscowości?

Wynika to z połączenia jednego i drugiego. Ukraińcy cierpieli na brak poczucia więzi narodu z państwem. Zmieniło się to po 2014 roku, po Majdanie. Ta tożsamość i więź zaczęły nabierać innego kształtu. Ojców tego sukcesu zapewne jest wielu. Nie chcę ich wymieniać, ale pewna część ukraińskiej sceny politycznej przyczyniła się do tej zmiany. Główna za-

eprasa.pl 60e90ebca3

sługa należy jednak do narodu ukraińskiego, który zrozumiał, że naród pozbawiony więzi z państwem, przywiązania do hymnu, języka i barw narodowych prędzej czy później zniknie z mapy świata. Z tą ukraińską odpornością mamy do czynienia de facto od 2014 roku, a w pełnej skali, pośród ogromu ludzkich tragedii, od lutego 2022 roku.

Czy Polska potrzebuje powszechnego przeszkolenia obywateli, nawet jeśli obowiązkowa służba wojskowa nie zostanie przywrócona?

Moim zdaniem tak. Mamy społeczeństwo bardzo mocno scyfryzowane. Z jednej strony to cieszy, ale w przypadku konfliktu zbrojnego albo sytuacji kryzysowej, gdy przestaną działać internet i telefony komórkowe, część społeczeństwa nie będzie wiedziała, co robić. Ludzie nie potrafią korzystać z mapy ani z zegarka wskazówkowego, nie wiedzą, jak określić kierunki i strony świata. Można byłoby wymieniać dalej. Uważam, że inicjatywy prowadzone przez MON, jak „Trenuj z wojskiem", „Weekend z wojskiem" i dobrowolna zasadnicza służba wojskowa, są dobre. To jednak wciąż nie jest skala, której jako przeciętny obywatel naszego państwa oczekiwałbym, po to, aby wszyscy zostali przeszkoleni. Dobrze, że mamy ustawę o ochronie ludności. Wszystko powinno się jednak zaczynać od najniższego poziomu: od rodziny. To najmniejszy, ale zarazem podstawowy poziom. Później jest szkoła. Powinien w niej istnieć taki przedmiot jak przysposobienie obronne, ale rzeczywiście traktowany jako przedmiot, a nie możliwość relaksu na zasadzie: „Pójdę albo nie pójdę; do czego mi to potrzebne?". Powinien być atrakcyjny i dobrze prowadzony.

Panie Generale, ile można się nauczyć podczas jednodniowego albo weekendowego szkolenia? Ktoś dostaje certyfikat jego ukończenia i ma po prostu dobre samopoczucie.

Niewiele można się nauczyć, ale nie chodzi tylko o to, ile człowiek się nauczy, lecz ile zostanie mu w głowie. Po jednym dniu czy weekendzie zapewne pozostanie niewiele. Potrzebne są cykliczność i regularność. Takie inicjatywy są dobre, jeśli szkoli ktoś, kto się na tym zna. Później jednak pozostają jeszcze rodzina i przedmiot w szkole. Mamy kursy i inicjatywy proobronne, ale regularne szkolenia powinny się odbywać w każdym budynku biurowym, każdej wspólnocie mieszkaniowej, szkole, przedszkolu i na uczelni. Nie wystarczy podczas krótkich prelekcji mówić, co i jak należy robić. Trzeba to również ćwiczyć i sprawdzać, między innymi podczas próbnych alarmów. Jeżeli tego nie robimy, wiedza ulatuje.

Kogo należałoby szkolić w pierwszej kolejności: młodych ludzi, urzędników, pracowników infrastruktury krytycznej, nauczycieli czy po prostu wszystkich po kolei?

Nie wiem, czy istnieje złoty środek i jedno dobre rozwiązanie. Wykorzystałbym potencjał, który już jest w społeczeństwie. Należałoby szybko przeanalizować, gdzie kto pracuje, oraz zidentyfikować ludzi, którzy mają za sobą służbę wojskową, bez względu na to, czy była to służba zasadnicza, zawodowa czy terytorialna. W tej chwili nie ma to znaczenia. Tych ludzi szkoliłbym w pierwszej kolejności, ponieważ to za nimi pójdą wszyscy inni, wiedząc, że mają przed sobą osoby, które wiedzą, co robić. Poszedłbym też tropem, o którym pani wspomniała: w pierwszej kolejności szkoliłbym kierowników urzędów, pracowników infrastruktury krytycznej i nauczycieli. Kiedy przyjdzie co do czego, siłą rzeczy wszystkie oczy będą zwrócone właśnie na nich.

FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Gen. Kraszewski: Słusznie poczujemy się bezpiecznie. Pokazując w czasie parady nowoczesny sprzęt i to, że potrafimy się nim posługiwać, pokażemy również, że czynimy bardzo duże postępy w każdej domenie

A kobiety, seniorzy i osoby z niepełnosprawnościami? Czy oni także powinni mieć jasno określoną rolę w całym systemie odporności?

Te osoby powinny przede wszystkim wiedzieć, gdzie mogą się schronić i co robić, jeżeli pojawi się zagrożenie, aby ratować życie i zdrowie. To już będzie sukces. Jeżeli mamy do czynienia z osobami z niepełnosprawnościami, które uniemożliwiają samodzielną ewakuację, muszą one wiedzieć, kto po nie przyjdzie i pomoże im dotrzeć do bezpiecznego miejsca. Powinniśmy zinwentaryzować ludność i jej możliwości, ponieważ bardzo istotna jest także praca w urzędach czy punktach kierowania ruchem. Proszę zauważyć, że w pierwszych tygodniach wojny w Ukrainie mieliśmy do czynienia z masowym przemieszczaniem się ludności. W punktach kierowania i punktach informacyjnych wcale nie muszą pracować uzbrojeni po zęby żołnierze, ponieważ ich zadania są gdzie indziej. Jest tam natomiast miejsce dla ludzi, którzy znają okolicę i są doskonale zorientowani, gdzie co się znajduje. Bez zaglądania do Google Maps mogą natychmiast udzielić informacji o obiektach, w których można się schronić, przenocować albo dostać coś do jedzenia.

Kogo powinien słuchać obywatel, jeżeli na przykład w mediach społecznościowych pojawią się nagrania informujące o rzekomej ewakuacji, skażeniu albo przełamaniu granicy?

W takich sytuacjach nie powinniśmy opierać się na jednym źródle. Internet jest pełen fałszywych wiadomości, obecnie również treści tworzonych za pomocą sztucznej inteligencji. Każdy zdroworozsądkowo myślący obywatel powinien zweryfikować taką informację, włączając radio lub telewizor. Jeżeli nie ma jej w głównych kanałach informacyjnych, oznacza to, że jest fałszywa. Można jeszcze zapytać sąsiada, czy coś słyszał, wie albo czytał. W ostateczności można zadzwonić do służb. Jeżeli jednak zagrożenie rzeczywiście występuje, w ten sposób blokujemy linię telefoniczną, która jest potrzebna służbom do zupełnie innych celów. To wszystko wyjdzie w praktyce, jeżeli ludność będzie szkolona, systemy będą sprawdzane od strony technicznej, a alarmy i sygnały będą ćwiczone. Jeżeli nie wyją syreny, a w telewizji i radiu nie ma żadnego komunikatu, mamy do czynienia z fałszywą informacją.

Ale czy obywatel wie dzisiaj, gdzie znajduje się najbliższe miejsce schronienia, dokąd powinien się udać po usłyszeniu alarmu? I czy w ogóle wie to państwo?

Państwo wie, obywatel nie wie. Jeżeli nie ćwiczy się z nim takich sytuacji i nie sprawdza jego przygotowania, skąd miałby wiedzieć? Spójrzmy choćby na wspólnoty mieszkaniowe. Nie wiem, czy wszyscy wiedzą, co oznaczają zielone tabliczki, na których narysowano bodajże trzy osoby, rodzinę z dzieckiem. Jeszcze raz powtórzę: jeżeli nie ma regularnych, cyklicznych ćwiczeń, skąd ludzie mają to wiedzieć? Otrzymali „Poradnik bezpieczeństwa", ale ilu Polaków przeczytało go od deski do deski? Ilu zaznaczyło sobie najważniejsze kwestie? Ilu pomyślało: „Pójdę i sprawdzę, gdzie jest miejsce zbiórki, jak zostało oznaczone, gdzie znajduje się schronienie albo ukrycie"? Przecież nasz system nie wygląda tak jak w Szwajcarii czy Finlandii i właściwie nikt tego nie wie.

Czy pan, zawodowy żołnierz i generał, ma w domu plecak ewakuacyjny? Co się w nim znajduje?

Nie jestem już żołnierzem. Byłem nim. Plecaka nie mam, ponieważ uważam, że w dającej się przewidzieć przyszłości nie będę musiał go używać. Jeżeli uznam, że sytuacja zmieniła się na tyle, że jest mi potrzebny, znajdzie się na moim wyposażeniu. Chyba że państwo wprowadzi obowiązek posiadania takiego plecaka i dbania o niego oraz będzie sprawdzało, czy został należycie skompletowany i czy wszystkie znajdujące się w nim produkty mają aktualne terminy przydatności. Wtedy będę o to dbał, nie tylko dlatego, że muszę, ale też dlatego, że uznam, iż państwo daje mi wszelkie sygnały świadczące o tym, że coś może się wydarzyć i powinienem być przygotowany.

Gdyby mógł pan nauczyć każdego Polaka jednej umiejętności potrzebnej w czasie kryzysu, co by to było?

Chciałbym, żebyśmy potrafili działać w sposób zorganizowany. Właśnie w tym kierunku bym poszedł, ponieważ po 31 latach zawodowej służby wiem, że nie ma nic gorszego niż panika. To ona w największym stopniu dezorganizuje zarówno małe, jak i duże grupy. Jeżeli brakuje zorganizowanego działania i lidera, zawsze pojawiają się panika i chaos. A to najgorsze, co może nas spotkać w sytuacji kryzysowej.

eprasa.pl 60e90ebca3

WOJSKO

Armia wysoko podnosi poprzeczkę, ale też przyciąga do siebie najlepszych

Popularność Wojska Polskiego w społeczeństwie rośnie: cieszy się ono bardzo wysokim, bo 94-procentowym zaufaniem społecznym, oferuje pracę i dobre wynagrodzenie. Wielu młodych ludzi wiąże przyszłość z mundurem, a armia może wybierać najlepszych: tych, których zapał i kompetencje byłyby mile widziane w każdej firmie. Kto może służyć pod pancerzem Abramsa, za sterami F-16, w Marynarce, a kto sprawi, że to wszystko dobrze zadziała?

Grzegorz Okoński

Armia rośnie w siłę i tę demonstrację siły zaplanowano właśnie w czasie obchodów Święta Wojska Polskiego oraz defilady wojskowej i parady morskiej „Polska SAFE – Bezpieczna Polska". Na Wisłostradzie ma przejść i przejechać około 1800 żołnierzy, podobnie na Bałtyku – co będzie można obserwować z Gdyni – popłynie ponad dwadzieścia okrętów Marynarki Wojennej RP i sił sojuszniczych, a zabezpieczać defiladę i paradę ma ponad dziewięć tysięcy żołnierzy. Wisłostradą przejedzie ponad 300 pojazdów, nad stolicą przeleci ponad 60 statków powietrznych, w tym najnowsze myśliwce wielozadaniowe piątej generacji F-35, stanowiące trzon naszego lotnictwa F-16, czy samolot wczesnego ostrzegania Saab 340 AEW. Zaprezentują się też żołnierze najmłodszej, ale ostatnio jednej z najważniejszych formacji – wojsk bezzałogowych systemów uzbrojenia.

– To jest między innymi też pokaz naszej siły, naszej zmodernizowanej armii – zapowiada Paweł Bejda, wiceminister obrony narodowej.

Wobec dużego zaufania społecznego dla Wojska Polskiego, wiary w jego rosnący potencjał i jednocześnie wobec dobrych perspektyw finansowych czekających żołnierzy, podoficerów i oficerów, armia staje się ważnym celem życiowym dla ambitnych, młodych ludzi. Przygotowują się oni do egzaminów, pracują nad kondycją fizyczną, a przede wszystkim starają się zdobywać wykształcenie i rozwijać wymagane w wojsku zainteresowania naukami ścisłymi i techniką, a także rozwijać walory psychiczne.

Pod pancerz chętnych nie brakuje

– Wojsko nie jest ani łatwe, ani dostępne dla każdego. To praca ciężka fizycznie i bardzo wymagająca psychiczne. To nie te czasy, gdy entuzjazm wystarczał: by nosić mundur, trzeba dużo się przygotowywać i później mocno zasuwać. Ale to sprawia, że do wojska garną się najlepsi, najtwardsi, mający wysokie morale i ambicje – nie ukrywa ppłk Maciej Łukarski, dowódca Batalionu Wozów Bojowych Centrum Szkolenia Wojsk Lądowych w Poznaniu, prowadzącego szkolenie na najnowszych czołgach Abrams i K2. – W przypadku żołnierzy broni pancernej ważne są szczególnie dwa aspekty: zmysł techniczny i połączenie umiejętności pracy zespołowej z szerokimi horyzontami taktycznymi. Szkolimy tak, by każdy z członków załogi czołgu mógł w trudnej sytuacji poprowadzić swój pojazd jako kierowca, wykonać zadania działonowego zy zastąpić dowódcę czołgu. Każdy więc ma dużo więcej pracy, dużo więcej wiedzy i umiejętności do opanowania niż wynikałoby to z jego przydziału w załodze. Od oficerów wymagamy, by dowodzili nie tylko swoim czołgiem, ale też sekcją czy plutonem: muszą mieć zmysł taktyczny, umieć efektywnie zarządzać polem walki, wykorzystać nowoczesne systemy i atuty każdego z wozów bojowych, a do tego by pamiętali, że nawet najnowsze systemy nie zastąpią człowieka: że rozsądek i otwarty umysł są gwarancją przeżycia na polu walki i wykonania zadania.

Podpułkownik Łukarski przyznaje, że ma w batalionie żołnierzy z dużym doświadczeniem, którzy pancerne szlify zdobywali na czołgach T-72 i PT-91, ale też dostaje świeżą krew w postaci ambitnych, dobrze przygotowanych technicznie młodych ludzi z poczuciem elitarności broni pancernej. To dobry materiał na czołgistów, dogadujący się ze starymi wygami dzięki wspólnej miłości do czołgów.

– Wiedzą, że będzie ciężko, że dowódca nie spija śmietanki i haruje na równi z innymi. I tak jak inni musi zadbać o to, by czołg był w pełni sprawny, ale też wiedzą, że dostaną do rąk sprzęt pancerny światowej klasy. Po to idą do wojska, wierząc, że będą wśród najlepszych.

Z pazurem do lotnictwa

Żołnierzy o wysokim morale szkoli też pułkownik Łukasz „FUZ" Piątek, pilot myśliwca F-16, weteran lotów bojowych nad Irakiem, do niedawna dowódca 31. Bazy Lotnictwa Taktycznego w Krzesinach, a obecnie dowódca 4. Skrzydła Lotnictwa Szkolnego w Dęblinie.

– Szkolenie lotnicze może na pierwszy rzut oka kojarzyć się tylko z nabywaniem umiejętności, podczas gdy przede wszystkim jest szkołą charakteru – mówi płk Łukasz Piątek. – Pilot myśliwca to przeważnie typ Alfa, dominujący, więc trzeba go nauczyć pracy zespołowej, nie stępiając jednocześnie tego pazura, tej niepokory, tych ambicji do bycia najlepszym. Samo latanie też jest oczywiście ważne, świadomość sytuacyjna, wyobraźnia przestrzenna, zdolność do przewidywania, błyskawicznej analizy i natychmiastowego działania.

Pułkownik Piątek patrzy na młodych żołnierzy, przyszłych lotników, chłopaków i dziewczyny przychodzących do Szkoły Orląt, i chce w nich widzieć determinację, konsekwencję, odpowiedzialność, ambicję, a wszystko to przyprószone szczyptą pokory.

– Nie mówię tu o tym, że do kabin samolotów wsiadają wyłącznie twardziele, którzy absolutnie niczego się nie boją. Latanie to jedna wielka lekcja pokory, pokory przed żywiołem, którym jest powietrze, pokory przed sprzętem, wreszcie pokory przed zdolnościami i umiejętnościami innych – mówi płk Piątek.

Jednak lotnik się nie poddaje, wyciąga lekcje ze swoich porażek i stara się być coraz lepszy. Obawa o pomyślny przebieg lotu jest najlepszym motywatorem do jak najlepszego przygotowania się do misji.

Nie wszyscy jednak, którzy chcą czuć się członkami elitarnej lotniczej rodziny, dają sobie radę ze szkoleniem i lataniem. Około dziesięć procent szkolących się po prostu odpada z przyczyn zdrowotnych, braku niezbędnych umiejętności, a nawet chęci, braku tego fighter pilot attitude – nastawienia pilota myśliwskiego. Jedną z przyczyn może też być rozczarowanie – młodzi ludzie inaczej wyobrażali sobie służbę wojskową.

Sam pułkownik Piątek przygodę z lotnictwem rozpoczął w wojskowym liceum i, jak przyznaje, w czasie szkolenia wcale łatwo mu nie było; nie był podręcznikowym wzorem idealnego, pozbawionego emocji oficera. Jak ocenia, był trochę takim „typem niepokornym", lecz potrafił dopasować się do surowych wymagań.

– Tej niepokory trochę było, ale był też szacunek do wyzwań, jakie stawiały przede mną wymagania związane ze szkoleniem, m.in. w USA. W sumie stąd też mój callsign, znak wywoławczy – FUZ... W czasie szkolenia spotkałem się z oficerem o nazwisku Zonker, zastępcą dowódcy Skrzydła w bazie w Tucson. Nie był zbyt lubiany, a ja nie zrobiłem tego, co chciał, więc dostałem taki callsign, będący skrótem od słów po angielsku: F*** you Zonker... – opowiada Piątek.

Taki przysłowiowy pazur i jednocześnie umiejętność dopasowania się do wojskowych ram pracy zespołowej powinny wyróżniać wojowników przestworzy. Pułkownik Piątek podkreśla, że wśród nich są zarówno mężczyźni, jak i kobiety.

MATERIAŁ INFORMACYJNY ZCK 0011555262

Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich w Zakopanem czas zacząć

Są wydarzenia, które wraz z upływem lat stają się nie tylko częścią kalendarza kulturalnego, ale także symbolem miejsca, jego tożsamości i wartości.
Do takich bez wątpienia należy Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich w Zakopanem – najważniejsze wydarzenie folklorystyczne regionu, jeden z najbardziej prestiżowych góralskich festiwali w Polsce i Europie, a zarazem rozpoznawalna na całym świecie wizytówka Zakopanego.
Od 21 do 27 sierpnia zapraszamy na Dolną Rówień Krupową w Zakopanem. Tam poznamy „Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii".

Wyjątkowa muzyka, taniec, stroje, rzemiosło i gwara
Od dziesięcioleci festiwal pozostaje wierny swojej idei. Choć świat wokół zmienia się niezwykle dynamicznie, a współczesność przynosi nowe wyzwania i nowe formy komunikacji, Zakopane niezmiennie staje się miejscem spotkania kultur górskich z różnych stron globu. To wyjątkowa przestrzeń dialogu tradycji i współczesności, w której najważniejsze pozostają autentyczność, szacunek dla dziedzictwa oraz przekazywanie wartości kolejnym pokoleniom.
Dla Zakopanego kultura rodzima jest czymś więcej niż tylko elementem lokalnej tradycji. To fundament tożsamości miasta, jego rozpoznawalny znak i powód do dumy. Góralska muzyka, taniec, stroje, rzemiosło i gwara od pokoleń budują wyjątkowy charakter stolicy polskich Tatr.

Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii
Motywem przewodnim tegorocznej edycji festiwalu, który będzie trwał **od 21 do 27 sierpnia, stał się „Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii"**. To fascynująca podróż do świata dawnych wyobrażeń, rytuałów, symboli i wierzeń obecnych w kulturze ludowej od wieków. Góralska tradycja pełna jest opowieści o siłach natury, wierzeń związanych z cyklem życia człowieka, świętami dorocznymi, ochroną domostwa czy przekonaniami dotyczącymi szczęścia i pomyślności.
Nie zabraknie również wydarzeń, które od lat stanowią serce festiwalu. Publiczność będzie mogła uczestniczyć w koncertach konkursowych zespołów folklorystycznych z Polski i świata oraz kibicować uczestnikom Międzynarodowego Konkursu Kapel, Instrumentalistów i Śpiewaków Ludowych. Program wzbogacą koncerty gwiazd, wśród których znajdą się m.in. **Roby Lakatos** oraz **Štefan Štec**, artyści cenieni za niezwykłą umiejętność łączenia tradycji z nowoczesną interpretacją muzyki ludowej.

Serdecznie zapraszamy do Zakopanego od 21 do 27 sierpnia. Przyjdźcie, aby usłyszeć muzykę płynącą prosto z serca gór, odkryć tajemnice dawnych wierzeń i poczuć niezwykłą energię spotkania górali z całego świata.

Organizatorzy: ZAKOPANE ZAKOPANE ZAMOJSKIE CENTRUM KULTURY
Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury - państwowego funduszu celowego
Partner Główny: MAŁOPOLSKA
Partner Strategiczny: TAURON

eprasa.pl 60e90ebca3

Marynarze zakładają mundur jeszcze przed Akademią

Łatwo nie jest także w Marynarce Wojennej. Dr Radosław Maślak, rzecznik Akademii Marynarki Wojennej im. Bohaterów Westerplatte w Gdyni, przypomina, że od słuchaczy – zarówno kierunków cywilnych, jak i wojskowych – wymaga się bardzo dużo. Ale jeśli ktoś chce zostać oficerem marynarki, specjalistą o wiedzy i umiejętnościach niespotykanych w innych sferach życia, nie ma wyboru – nie tylko musi wykształcić w sobie wybitne cechy, ale też jednocześnie musi być jak najlepszym żołnierzem pasującym do zespołów, jakie tworzą nowoczesną armię.

– Przyszli oficerowie marynarki, przychodząc do Akademii, już są żołnierzami – opowiada Radosław Maślak. – Przed rozpoczęciem studiów przechodzą bowiem podstawowe szkolenie wojskowe w Centrum Szkolenia Marynarki Wojennej w Ustce, zakończone przysięgą wojskową. Przez cały czas studiów obowiązuje ich wojskowy rygor i dyscyplina – nie mogą, jak inni studenci, planować trzymiesięcznych wakacji, odbywają bowiem praktyki i przysługuje im 26 dni urlopu. W czasie studiów na każdym roku odbywają szkolenia na żaglowcu – okręcie szkolnym „Iskra", a pod koniec studiów przygotowują się do egzaminów, by sięgnąć po wymarzony patent oficerski.

Młodzi oficerowie marynarki są zatem dobrze przygotowani przez pięć lat studiów, przed nazwiskiem dodając skróty magistra inżyniera i oczywiście podporucznika. Oficerami zostają w symbolicznym miejscu – pasowanie, czyli promocja oficerska, odbywa się na pokładzie niszczyciela „Błyskawica".

Akademia przygotowuje absolwentów kierunków dowodzenia i operacji morskich, mechaniczno - - elektrycznego, nawigacji i uzbrojenia okrętowego, a także nauk humanistycznych i społecznych, wypuszczając m.in. dowódców, specjalistów logistyki, informatyki, cyberbezpieczeństwa, zarządzania kapitałem ludzkim czy ekspertów od stosunków międzynarodoych. Połowa z nich zasila Marynarkę Wojenną, druga połowa – inne rodzaje wojsk.

– Wymagamy dużo: codziennie słuchacze czytają na stołówce słowa „Amor Patriae suprema lex", o tym, że miłość ojczyzny jest najwyższym nakazem. Mają świadomość, że nie po to katują się, by zdać trudne egzaminy z wychowania fizycznego, przechodzą badania psychologiczne i naprawdę trudne egzaminy z fizyki, matematyki czy nawigacji, by nie mieć świadomości wyjątkowości swojej służby. Są żołnierzami, więc służą, a nie pracują od 7 do 15, obowiązuje ich rygor, mobilizacja. I są wśród nich kobiety, stanowiące może 25-30 procent słuchaczy i absolwentów. Muszę powiedzieć, że nie tylko nie mają taryfy ulgowej, ale też niejednokrotnie są bardziej odporne fizycznie i psychicznie na trudy służby w marynarce od swoich kolegów... – mówi Maślak.

Bez nich nic nie da się zrobić

Wojownicy pierwszej linii mogą skutecznie wykonywać swoje zadania, ale nie sami. Za nimi zawsze stoją inni żołnierze, równie profesjonalni i odpowiedzialni, ale jednocześnie już nie tak bardzo zauważalni.

FOT. ROBERT WOŹNIAK

U pancerniaków służba jest ciężka – w błocie, kurzu i hałasie. Ale żołnierzy zainteresowanych szkoleniem na Abramsach nie brakuje

– Tych, którzy walczą czy mają walczyć, zabezpieczają inni, i dają im warunki do działania. Choć pozostają w cieniu, to są niezbędni w każdej armii – przypomina ppłk Paweł Kaźmierczak, dowódca Batalionu Logistycznego Centrum Szkolenia Wojsk Lądowych w Poznaniu. – O logistykach nie wspomina się zazwyczaj w kontekście sukcesów żołnierzy z pierwszej linii, ale oni przecież mają swój udział w sukcesach operacji, w bitwach, w medalach. Na poligonie funkcjonują strzelnice, ćwiczą czołgi i Rosomaki, do misji startują samoloty, ale z tym wiąże się praca techników, zaopatrzeniowców, transportowców, pracowników ochrony, specjalistów od uzbrojenia, od wielu systemów. Ich nie widać, ale są niezbędni, by wszystko działało.

Jaki powinien być idealny żołnierz szeroko pojmowanej sfery zabezpieczenia?

– Nie musi być perfekcyjnym snajperem, za to musi być sprytny, mieć otwarty umysł i zdolność do analizy i przewidywania. Jeśli nie zadziała jedna sytuacja, do której jest przygotowany, zaraz po tym nie wypali druga, a on musi dostarczyć wodę, paliwo, amunicję, żywność, to nie może się poddać i powiedzieć „nie można" – musi znaleźć trzecie rozwiązanie, tym razem skuteczne. Podpułkownik Kaźmierczak przypomina też, że od logistyków wymaga się solidności, pewności. Na poligon żołnierze przyjeżdżają, dostają określone zadania, realizują je i wyjeżdżają do kolejnych zajęć, ale przed nimi, w trakcie ich ćwiczeń i po nich, ktoś musi wszystko przygotować. Morale wojska jest wysokie, jeśli żołnierz wie, że będzie miał dach nad głową, ciepły posiłek, ogrzaną zimą kwaterę, że może liczyć na pomoc techniczną, a w warunkach zarówno poligonowych, jak i bojowych na ewakuację sprzętu kołowego i ciężkiego.

REKLAMA 0011565720

eprasa.pl 60e90ebca3

PSYCHOLOG DLA ROLNIKA

Rolnik: Giniemy! Potrzebujemy kogoś, kto wskaże nam światełko w tunelu

Kiedyś największym nieszczęściem rolników były pożary. Dziś to nie ognia najbardziej boją się gospodarze, ale życiowych pożarów. Wybucha ich coraz więcej i coraz więcej rolników przyznaje, że kłopoty ich przerosły

Lucyna Talaśka-Klich

- Weterynarze przyjechali ubić nasze świnie, a musieli nas pocieszać! Dlaczego w tak trudnej sytuacji nie przysłano do nas psychologa? - pyta pan Zbigniew, rolnik z powiatu świeckiego.

Ta trudna sytuacja dotyczyła likwidacji stada trzody chlewnej po wykryciu wirusa afrykańskiego pomoru świń (ASF). Żeby ten groźny wirus się nie rozprzestrzeniał, 753 świnie trzeba było uśmiercić i przekazać do utylizacji.

- Mieliśmy trzodę w cyklu zamkniętym, więc trzeba było pozbawić życia nawet maciory i prosięta. Nie dałem rady, by być w tym czasie w chlewni - przyznał rolnik. - Poszedłem do domu, musiałem wziąć coś na uspokojenie.

FOT. 123RF

Rolnik w kryzysie zostaje sam

Rozpacz, płacz, agresja

- Wsparcie psychologiczne nie jest naszym zadaniem, ale co mamy zrobić w tak trudnych dla rolników sytuacjach? - mówi Wojciech Młynarek, Kujawsko-Pomorski Wojewódzki Lekarz Weterynarii. - Gdy dowiadują się, że musimy wybić ich stado, zwykle reagują rozpaczą, płaczem, czasami pojawia się agresja. Pocieszamy ich, jak możemy, wyjaśniamy, co dalej np. z dezynfekcją w gospodarstwie, z odszkodowaniem. Jednak nasi inspektorzy nie są specjalistami od problemów emocjonalnych ludzi; mamy zajmować się zwierzętami. W takiej sytuacji na pewno przydałby się gospodarzom psycholog, a może nawet psychiatra.

Pan Zbigniew twierdzi, że jego rodzina przeżyła istny horror. Co prawda emocje już nieco opadły, ale poczucie bezradności pozostało. - Nie wiemy, co będzie dalej - dodaje. - Odszkodowanie nie załatwi problemu. Czujemy się tak, jakby ktoś nałożył nam kajdany na ręce - mówi. - Nawet jeśli za jakiś czas syn będzie mógł zasiedlić chlewnię, to i tak przez około rok będziemy uziemieni.

Jego rodzina zastanawia się, z czego spłacać kredyt, regulować rachunki np. za prąd, zakup środków ochrony roślin. - Można zgłupieć od tych problemów! - wyznaje rolnik.

- W takiej sytuacji, gdy np. rolnikowi wybijają stado, świat mu się wali - uważa dr hab. Piotr Nowak, prof. Uniwersytetu Jagiellońskiego, zajmujący się m.in. socjologią obszarów wiejskich i rolnictwa. - Kiedyś w gospodarstwie było wszystkiego po trochu, produkcja roślinna i zwierzęca, więc jeśli w jednej dziedzinie coś się nie udało, to rolnik wiedział, że i tak przetrwa. Dziś większość rolników, jeśli chce się rozwijać, stawia na specjalizację, więc ryzyko jest większe. A niektórzy gospodarze stali się przedsiębiorcami rolnymi. Jeśli inwestują, to często z wykorzystaniem kredytów. Kiedyś rolnicy unikali kredytów jak ognia, ale mogli przynajmniej liczyć na pieniądze pożyczane od rodziny czy znajomych. Dziś gospodarz jest zwykle pozostawiony sam sobie, mało kto z rodziny czy znajomych żyje jeszcze z rolnictwa. Zatem jest zdany na banki.

- Od kilku miesięcy nie mogę spać. Problemy mnie przerosły! Inwestowałem w rozwój naszego rodzinnego gospodarstwa i nie stać mnie na spłatę kredytów - wyznaje gospodarz z Wielkopolski. Jest czwartym pokoleniem rolników. - Rodzice też inwestowali, ale oni żyli w czasach lepszych dla rolnictwa - dodaje. - Wiem, że socjalizm był generalnie zły, problemów wówczas nie brakowało, ale ojciec przynajmniej wiedział, że jak sprzeda zboże, świnie, czy mleko, to na tym zarobi. Mógł nawet mniej więcej przewidzieć, ile będzie miał zysku. Ja nie mogę przewidzieć niczego, bo żyjemy w globalnej wiosce. Ceny za mleko z naszego gospodarstwa zależą np. od sytuacji w Nowej Zelandii, na światowej giełdzie GDT. Jestem lepiej wykształcony niż moi rodzice czy dziadkowie, a czasami czuję się jak wioskowy głupek. Najgorsze jest poczucie, że na wiele rzeczy (takich jak Mercosur, import płodów rolnych z Ukrainy, wyśrubowane wymogi unijne) nie mam wpływu. Czuję się bezradny! Boję się, że marnuję swoje życie i dorobek kilku pokoleń.

Siostra zdążyła z pomocą

Pani Mariola jest siostrą rolnika z Pomorza, który próbował odebrać sobie życie. - Czułam, że dzieje się coś niedobrego i całe szczęście zdążyłam zapobiec tragedii - opowiada. - Wiedziałam, że od jakiegoś czasu brat topi smutki w alkoholu. Myślałam, że chodzi o problemy z partnerką. Okazało się, że zapukał do niego komornik. Nikomu o tym nie powiedział, wstydził się. A to nie była jego wina, stracił sporo pieniędzy przez niskie ceny zbóż w skupie, a dodatkowo przez firmę, która go oszukała i nie zapłaciła za część towaru.

Brat wraca do zdrowia. Jest pod opieką psychiatry i terapeuty uzależnień.

Ryzyk jest za dużo

- Giniemy! - twierdzi rolnik z Kujaw. - Wielu z nas nie daje rady z prowadzeniem gospodarstw. Ryzyk jest już za dużo. Kiedyś najbardziej nieprzewidywalna była pogoda, dziś straty z powodu wiosennych przymrozków, huraganów czy gradobić są coraz częstszym zjawiskiem, a do tego dochodzą polityczne i ekonomiczne zawirowania wpływające na popyt. Jak to wytrzymać? Dlatego potrzebujemy kogoś, kto wskaże nam światełko w tunelu i pomoże się podnieść z psychicznego dołka.

Przyznaje, że miał myśli samobójcze. - Czarę goryczy przelała informacja o mojej chorobie onkologicznej - wyznaje. - Chyba wtedy zaczęła się moja depresja. Nie miałem siły na nic, nie chciało mi się nawet wstawać z łóżka. A przecież musiałem zadbać o gospodarstwo.

Przypadek sprawił, że odwiedził go sąsiad, który bardzo rzadko był jego gościem. - Przyszedł, żeby pogadać, bo miał problem w swoim gospodarstwie - mówi rolnik z Kujaw. - Chciał porady. Od słowa do słowa i powiedziałem mu o swoich problemach. Okazało się, że on też leczył się onkologicznie i dziś czuje się świetnie.

Sąsiad skontaktował go z psychoonkologiem, który co prawda nie zna się na problemach w rolnictwie, ale nauczył go inaczej patrzeć na problemy. - Pani psycholog pomogła mi także wtedy, gdy dowiedziałem się, że mój kuzyn popełnił samobójstwo - dodaje. - On też był rolnikiem! Nie dostał pomocy na czas.

Przyznaje, że w rolniczym środowisku wciąż pokutuje przekonanie, że gospodarz musi być twardy jak skała: - Jednak coraz więcej moich znajomych mówi o tym, że nie radzi sobie z emocjami i potrzebuje pomocy. Niektórzy uciekają w używki, czasami po kielichu zdarza się przemoc. Wyładowują się na rodzinie.

Niepokojący obraz wsi

- Pozytywne jest przynajmniej to, że rolnicy wreszcie zauważają problem i przyznają, że potrzebują pomocy specjalistów - mówi dr hab. Wojciech Knieć, prof. UMK w Toruniu, socjolog wsi. Przypomina, że jeszcze niedawno - gdy naukowcy dostrzegli, że i ta grupa zawodowa zmaga się z problemami psychicznymi, emocjonalnymi - rolnicy mówili, by nie robić z nich wariatów!

Cieszy się, że Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego zajęła się dobrostanem rolników. Chce to zrobić profesjonalnie, więc pyta socjologów o zdanie. - Po żniwach rozpoczniemy badania pilotaże dotyczące dobrostanu - mówi prof. Knieć. - Obawiam się, że wyniki mogą pokazać bardzo niepokojący obraz wsi i rolnictwa.

Zdaniem prof. Kniecia ten problem przez wiele lat był zamiatany pod dywan. Efekt? Rolnikom przybywa problemów, a w tej grupie samobójstw. Uważa, że statystyki policyjne nie pokazują rzeczywistego obrazu, a nawet 500 zgonów samobójczych rocznie może odnosić się do właścicieli gospodarstw w Polsce. Dotąd 90% stanowili mężczyźni, 10% - kobiety. - Ostatnio jest coraz więcej skutecznych samobójstw wśród kobiet - dodaje socjolog z UMK. - Więcej jest też prób samobójczych wśród dzieci. To najczęściej takie wołanie o pomoc. Dzieci wiejskie mają zdublowany stres. Jeśli są to np. dzieci rolników, którym się nie wiedzie i codziennie słyszą, że tak źle to jeszcze nie było, po dołożeniu innych, dosyć powszechnych problemów (takich jak hejt), mogą czuć się przytłoczone.

A coraz bardziej przytłoczeni problemami rolnicy nie mają się kogo poradzić. W gronie kolegów po fachu spotykają się rzadko, nie tak jak kiedyś. - Kiedyś swego rodzaju buforem było starsze pokolenie gospodarzy - uważa prof. Nowak, który mówi o sobie „galicyjski chłop", ponieważ prowadzi rodzinne gospodarstwo k. Tarnowa. - Rolnik mógł szukać porady np. u dziadka, który miał wiedzę, ale i doświadczenie w gospodarowaniu. Dzięki temu ryzyko rozkładało się na rodzinę. Rolnictwo bardzo się zmieniło i dziadek już nie pomoże tak jak kiedyś. Rolnik jest sam.

Jego zdaniem nie powinno tak być: - Rolnik potrzebuje nie tylko pomocy psychologicznej, ale także większej opieki ze strony państwa - dodaje prof. Nowak. - Współczesny gospodarz nie ma już wpływu na wiele rzeczy. Dlatego państwo powinno go chronić przed zagrożeniami ze strony np. Mercosuru, przed niekorzystnymi decyzjami UE. Rolnik nie jest w stanie kontrolować wszystkiego, co się dzieje na rynku, dlatego potrzebna jest pomoc instytucjonalna. Nie tylko informacja o ryzykach, ale i odpowiednie doradztwo (niepolegające tylko na wypełnieniu wniosku), łącznie z pomocą psychologiczną w przejściu przez trudne sytuacje, takie jak wybicie stada po wykryciu wirusa. To kwestia racji stanu!

- Pewne jest, że rolnicy coraz częściej są przytłoczeni wieloma problemami i potrzebują pomocy psychologicznej, a nawet psychiatrycznej - mówi Ryszard Kierzek, prezes Kujawsko-Pomorskiej Izby Rolniczej. - Dlatego z przedstawicielami Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego będziemy rozmawiać o stworzeniu, wspólnie z naszą izbą, stowarzyszenia zajmującego się zdrowiem psychicznym mieszkańców wsi tego regionu. To nie jest zadanie na zaś, ale na teraz!

Tutaj szukaj pomocy:

800 70 22 22 – Centrum Wsparcia dla Osób w Stanie Kryzysu Psychicznego (całodobowo);

22 484 88 01 – antydepresyjny telefon zaufania (od pon. do pt., w godz. 15- 20.) Dyżury psychologów – pon., wt., dyżury psychiatrów – czw., pt.; e-mail: porady@stopdepresji.pl

eprasa.pl 60e90ebca3

REKLAMA
0011563612

Elizówka Park, dom i mieszkanie blisko Lublina, a w otoczeniu natury

Elizówka Park

Elizówka Park to malowniczo położone, nowoczesne osiedle domów jednorodzinnych. Pomimo bliskości centra handlowego Ikea oraz węzłów komunikacyjnych, oferuje mieszkańcom ciszę i spokój. Do ścisłego centrum miasta jest stąd 12 minut samochodem, bliżej niż z wielu nowych osiedli budowanych w samym Lublinie.

W naszej ofercie są domy jednorodzinne i mieszkania. Zamieszkało już u nas blisko 100 rodzin, a inwestycję realizujemy etapami.
Osiedle powstaje na południowym zboczu, w otoczeniu pól i łąk, obok stadniny koni. Zabudowa jest niska, przygotowana na umiarkowany ruch samochodów. W ramach naszej inwestycji zaplanowaliśmy ponad 2,5 hektara terenów zielonych, drogi wewnętrzne, szerokie chodniki i obiekty rekreacyjne. Nasze osiedle to miejsce, w którym dziecko może wyjść przed dom, a codzienność ma spokojniejszy rytm.

BLISKO MIASTA, BEZ TRACENIA CZASU NA DOJAZDY
Ikea i Olimp są oddalone o kilka minut drogi, wjazd na obwodnicę tuż obok. W pobliżu znajduje się przystanek autobusowy, a także supermarket Stokrotka. Wszelkie codzienne sprawy załatwisz w ramach 15 minut dojazdu, bez objeżdżania całego miasta. To lokalizacja, która łączy wygodę mieszkania w mieście z ciszą typową dla terenów podmiejskich.

ARCHITEKTURA I STANDARD
Projekt osiedla przygotowała lubelska pracownia 081 Architekci. Architektura czerpie ze stylu skandynawskiego: proste bryły, układ dopasowany do stron świata i lokalnych warunków. W ofercie są domy i mieszkania o różnej powierzchni i układzie, zarówno mniejsze lokale do 100 m², jak i większe nieruchomości. Domy oddajemy w standardzie deweloperskim. Osiedle jest w pełni uzbrojone: kanalizacja sanitarna i deszczowa, woda, prąd, gaz i światłowód. Infrastruktura jest gotowa, zanim wprowadzą się mieszkańcy.

LETNIA PROMOCJA

Do końca sierpnia trwa letnia promocja na wszystkie etapy inwestycji. Przygotowaliśmy rabat dla osób, które zdecydują się w tym okresie na zakup. Najprościej zadzwonić i porozmawiać o dostępnych domach i mieszkaniach.

Zadzwoń: ✆ **609 609 226**

Więcej na **elizowkapark.pl**

eprasa.pl 60e90ebca3

ROZMOWA

Dzika przyroda to nie bajka Disney'a. Do ważącego 800 kilogramów żubra nie można podchodzić jak do krowy na pastwisku

Chęć zrobienia wyjątkowego zdjęcia, które zrobi furorę w mediach społecznościowych w połączeniu z brakiem elementarnej wiedzy o środowisku i zachowaniu dzikich zwierząt to wybuchowa mieszanka, która może skończyć się tragicznie. Dlatego o wielkim szczęściu może mówić mężczyzna, który w ubiegłym tygodniu po spotkaniu z żubrem niemal „oko w oko", ma jedynie niewielkie potłuczenia. O tym, dlaczego ludzie ryzykują zdrowie i życie podchodząc zbyt blisko dzikich zwierząt, jak z tym walczyć oraz dlaczego w przypadku napaści żubra na człowieka nie powinniśmy mówić o ataku, ale o obronie, rozmawiamy z prof. Rafałem Kowalczykiem z Instytutu Biologii Ssaków Polskiej Akademii Nauk w Białowieży.

Martyna Jurkowska

FOT. TOMASZ KAMIŃSKI IBS PAN

Prof. Rafał Kowalczyk pracuje w Instytucie Biologii Ssaków PAN w Białowieży

W ubiegłym tygodniu media obiegły nagłówki o tym, że w Puszczy Białowieskiej żubr zaatakował człowieka. Pojawiły się od razu sformułowania, że z punktu widzenia biologii powinniśmy mówić o obronie żubra, a nie o ataku. Dlaczego?

Reakcją żubrów na kontakt z człowiekiem jest zazwyczaj ucieczka i odejście. Wskazują na to nasze badania, które mówią o tym, że w 99,5 proc. przypadków żubry w bliskim kontakcie z człowiekiem, uciekają. Żubr bardzo rzadko atakuje, i jest to raczej reakcja obronna w odpowiedzi na jakieś konkretne zachowanie, takie jak zbliżanie się na bliską odległość czy dłuższe niepokojenie. Ryzyko jest też wyższe w konkretnych okresach, na przykład w przypadku byków w okresie roju, czy w przypadku samic w okresie porodów, i dotyczy szczególnie osobników w pobliżu zabudowań, często obserwowanych i fotografowanych, które mają obniżony próg bojaźni przed człowiekiem. Żubry zazwyczaj ostrzegają o swoim zaniepokojeniu. To kręcenie ogonem, nisko zwieszona głowa, czasem jest to rycie ziemi racicą, ocieranie się o drzewa, tarzanie się. Jeśli ktoś nie odczyta tych sygnałów i dalej niepokoi zwierzę, zbliża się na bliską odległość, to reakcją obronną żubra jest atak. Trzeba przy tym pamiętać, że najczęściej jest to podbiegnięcie i zatrzymanie. W Puszczy Białowieskiej i jej okolicach gromadziliśmy dane o takich reakcjach żubrów i na 45 takich zdarzeń w ciągu ostatnich 30 lat, 35 to było podbiegnięcie z zatrzymaniem, a tylko w 10 przypadkach było to zrogowanie. Warunkiem tego było rzeczywiście podejście na bliską odległość. Określiliśmy dystans krytyczny na 50 metrów, bo ataki następowały właśnie poniżej takiej odległości. Średni dystans ataków to 20 metrów, a wiemy przecież, że ludzie podchodzą do żubrów o wiele bliżej. Czasami, gdy żubry żerują w pobliżu dróg, ludzie wychodzą z samochodów i w zasadzie często jedynie rów oddziela takie osoby od żubra, co jest bardzo nieodpowiedzialnym zachowaniem. Żubry nie lubią być otaczane, zresztą jak większość zwierząt. To może potęgować ich zaniepokojenie i ewentualnie reakcję obronną. Żubry widząc kogoś na odległość 100 metrów, nie biegną za nim i nie atakują, bo z natury nie są agresywne. Ich agresja objawia się wyłącznie w interakcjach związanych z rują, kiedy zdarzają się walki między samcami czy przeganianie innych samców w pobliżu stada. Agresja tych zwierząt wobec ludzi jest wyłącznie wynikiem nieodpowiedniego, nieodpowiedzialnego zachowania człowieka.

W kontekście dystansu krytycznego 50 metrów, sytuacja sprzed tygodnia, gdzie człowiek zbliżył się do żubra na odległość 4-5 metrów, wydaje się zupełnym szaleństwem. To chyba można odczytywać jako wielkie szczęście, że skończyło się tylko na powierzchownych ranach łydki i potłuczeniach, bo zagrożenie życia chyba realnie istniało?

Absolutnie tak. Żubr jest dzikim, potężnym zwierzęciem. Waga dorosłych samców może dochodzić do 840 kilogramów, krowy są mniejsze, ważą do 560 kilogramów. Ale takie niebezpieczne zdarzenia są z reguły z udziałem byków, bo one są odważniejsze, bardziej przyzwyczajone do obecności człowieka. Kontakt z takim zwierzęciem, które waży 800 kilogramów jest bardzo niebezpieczny, zwłaszcza jeśli się podchodzi na bliską odległość, na otwartej łące, gdzie nie ma możliwości schowania się za drzewem, czy samochodem. To jest skrajnie nierozsądne zachowanie.

Skąd w ludziach przekonanie, że potężny ssak ważący kilkaset kilogramów zachowa się jak krowa na pastwisku albo zwierzę w zoo? Czy to wina popkultury, bajek Disneya, czy może kompletnego odcięcia miejskiego człowieka od praw rządzących naturą?

Pierwsze, co mi przychodzi na myśl, to bardzo niska świadomość przyrodnicza, która wynika ze słabej edukacji w tym zakresie. W szkołach na lekcjach biologii uczymy się cyklu Krebsa, budowie pantofelka czy innych zagadnień, które dla większości ludzi w dorosłym życiu do niczego się nie przydadzą, a nie jesteśmy uczeni, jak się zachowywać w stosunku do dzikich zwierząt, jak chronić i szanować to środowisko. Drugim powodem jest brak doświadczenia w kontakcie ze zwierzętami, nie tylko z dzikimi, także domowymi, które są coraz rzadszym widokiem w wiejskim środowisku. To prowadzi do tego, że widząc żubra, który spokojnie pasie się gdzieś na łące w pobliżu drogi, wydaje się nam, że to jest

eprasa.pl 60e90ebca3

FOT. 123RF

Żubry nie lubią być otaczane, zresztą jak większość zwierząt. To może potęgować ich zaniepokojenie i ewentualnie reakcję obronną

taka niegroźna krowa, do której można się zbliżyć, zrobić zdjęcie i ona nic nam nie zrobi. To oczywiście jest błędne przeświadczenie, bo każde dzikie zwierzę, nie tylko żubr, ale również mniejsze zwierzęta potencjalnie mogą stanowić zagrożenie, bo są dzikie, nieprzewidywalne i w odpowiedzi na zagrożenie, którym dla nich jest człowiek, mogą różnie zareagować. Dla nich obroną jest często atak, więc może dojść do pogryzienia, do zrogowania, uderzenia racicami, czy kopytami.

Wydaje się, że wielu turystów dla idealnego kadru na Instagrama jest w stanie zaryzykować zdrowie swoje i dobrostan zwierzęcia...

Ludzie robią zdjęcia, którymi później dzielą się w mediach społecznościowych, a to sprawia, że zwykłe zdjęcie często już nie wystarcza. Ludzie oglądają zdjęcia wykonane przez fotografów przyrody, są to często duże zbliżenia, ale zapominają, że to zdjęcia robione z wykorzystaniem teleobiektywów, z większej odległości. I kiedy ktoś widzi takie zdjęcia, to też chciałby takie zrobić, tylko że ma telefon komórkowy, a żeby zrobić nim dobre zdjęcie, to trzeba rzeczywiście podejść stosunkowo blisko. Media społecznościowe napędzają więc taką popularność, chcemy się chwalić zdjęciami, więc podejmujemy ryzyko, żeby mieć jakieś unikatowe, spektakularne ujęcia. To powoduje, że ignorujemy zagrożenie, nawet śmiertelne. Czasami jest to nieświadome, bo nie zdajemy sobie sprawy z zagrożenia, ale bywa, że jest to świadome zachowanie, bo im bardziej ryzykowna sytuacja, im bliżej zwierzęcia podejdziemy, tym później większy poklask.

W kontekście takich zachowań natychmiast powróciło pojęcie „bambinizmu". Gdzie leży granica między empatią do zwierząt a ich szkodliwym uczłowieczaniem?

To jest właśnie wynik niskiej świadomości przyrodniczej. Widząc młode zwierzęta, chcemy je koniecznie pogłaskać, zapominając, że to jest dla nich zagrożenie, bo zostawiamy swój zapach, oswajamy je z obecnością człowieka czy nawet zabieramy młode. To jest powszechne każdego roku, że młode sarny, jelenie, łosie czy młode ptaki są zabierane ze środowiska w przeświadczeniu, że zostały porzucone przez matkę czy przez rodziców. Nie mamy wiedzy, że to niekoniecznie oznacza, że te zwierzęta są porzucone, że one najczęściej nie wymagają naszej pomocy. Niestety, mamy skłonność do bambinizmu, do takiego podejścia, które traktuje zwierzęta jak zabawki, jak maskotki, które można sfotografować, pogłaskać. Widać to w bliskim podchodzeniu do żubrów, w karmieniu dzików z ręki. Nie zdajemy sobie sprawy często z zagrożeń, że zwierzę może nas zaatakować albo, że jeśli zabierzemy zwierzę ze swojego środowiska, to skazujemy je na życie już później w niewoli. Bo często już po kilku dniach nie ma możliwości zwrócenia tego zwierzęcia do dzikiej natury i takie zwierzę resztę życia musi spędzić w zamknięciu poza środowiskiem naturalnym.

Wspomniał pan o żelaznej zasadzie zachowania minimum 50 metrów odległości od żubra. Czy polskie prawo przewiduje realne mandaty i kary za nękanie zwierząt lub podchodzenie zbyt blisko, czy jesteśmy skazani wyłącznie na „apelowanie o rozsądek"?

Oczywiście są pewne sankcje określone na przykład w ustawie o ochronie przyrody. Dotyczą one zwierząt chronionych, bo wielu gatunków nie można niepokoić i płoszyć. Teoretycznie są więc pewne możliwości, ale pozostaje kwestia udowodnienia tego, że było takie zachowanie. Film, który został nagrany ze zdarzenia, do którego doszło na początku sierpnia, jest rzeczywiście pewnym dokumentem, który może umożliwić karanie takich ludzi, ale generalnie w praktyce takie możliwości są bardzo ograniczone. Dlatego zdecydowanie powinniśmy stawiać na szeroko zakrojoną edukację. Ona oczywiście jest, bo na terenie Puszczy Białowieskiej takie działania są podejmowane np. przez Białowieski Park Narodowy, gdzie są drukowane materiały, czy spoty, dystrybuowane w mediach społecznościowych. Czasami są to jakieś akcje, jak np. na Bagnach Biebrzańskich, gdzie lokalne organizacje społeczne wspólnie z policją uświadamiają, żeby nie jechać prędko na drodze carskiej na obrzeżach Biebrzańskiego Parku Narodowego. Takich akcji powinno być jak najwięcej. Osobiście uważam, że na każdej kwaterze turystycznej w Puszczy Białowieskiej powinny się znaleźć ulotki czy plakaty mówiące o tym, że żubr może być niebezpiecznym zwierzęciem, z informacją jak bezpiecznie je obserwować. Zresztą widzę takie plakaty rozwieszone gdzieś na płotach, czy tablicach w wielu miejscach w Puszczy, ale najwyraźniej ludzie albo ich nie czytają, albo je ignorują.

Gdybyśmy znaleźli się w lesie i nagle na naszej drodze stanął żubr – co dokładnie powinniśmy zrobić, a czego pod żadnym pozorem nie wolno nam wykonywać?

Na pewno zachować spokój i rozsądek, oddalić się powoli na bezpieczną odległość, ukryć za drzewem, nie próbować zbliżać się, płoszyć tego zwierzęcia. Nikt nam nie broni podziwiać żubrów, ale przy zachowaniu odpowiednich zasad, które zapewnia nam bezpieczeństwo i nie będą niepokoić zwierząt. Jeśli obserwujemy żubry to z większej odległości, gdzieś zza drzewa, zza płotu czy z samochodu, żebyśmy mieli możliwość schronienia się i ucieczki, gdyby jakaś niebezpieczna sytuacja zaistniała. I koniecznie miejmy świadomość tego, że mamy do czynienia z potężnym i dzikim zwierzęciem, dla którego jesteśmy zagrożeniem i które może się czasami bronić, kiedy czuje się zagrożone.

Nikt nam nie broni podziwiać żubrów, ale przy zachowaniu odpowiednich zasad, które zapewnia nam bezpieczeństwo i nie będą niepokoić zwierząt

PROF. RAFAŁ KOWALCZYK,
z Instytutu Biologii Ssaków PAN w Białowieży

eprasa.pl 60e90ebca3

SPOŁECZEŃSTWO

Szukała sensu w medytacjach, manifestacji i ustawieniach. Sprawdziła, jak działa ten biznes, a potem napisała o tym książkę

– Wydałam prawie 30 tysięcy złotych na kursy i warsztaty rozwoju duchowego. Był moment, kiedy pomyślałam, że zwariuję – Monika Sobień-Górska zbadała świat internetowych nauczycieli duchowych i napisała o tym książkę

Anita Czupryn

Ile kosztowało cię szukanie sensu i ukojenia?
Pytasz o koszt finansowy czy emocjonalny?

Na początek finansowy. Przez rok przeszłaś sześć kursów medytacyjnych, pięć kursów manifestacji, dwa warsztaty transformowania energii, uczestniczyłaś w 53 ustawieniach i ich wariacjach, a także w eventach, ceremoniach i sesjach oddechowych. Ile na to wydałaś?
Od 25 do 30 tysięcy złotych. Przy czym ta kwota i tak jest zaniżona, bo w niektórych miejscach byłam za darmo. Kiedy mówiłam prowadzącym, że zbieram materiał do książki, czasem mnie zapraszali. Dwa razy bezpłatnie uczestniczyłam w wydarzeniach Klaudii Pingot, a każde z nich kosztowało prawie 2400 złotych, bez zakwaterowania i transportu. Większość kursów internetowych kupowałam jednak sama, a do rachunku należy jeszcze doliczyć przejazdy i pobyty na wyjazdach czy odosobnieniach. Nie zawsze ujawniałam, że piszę książkę. Dotyczyło to głównie ustawień. Gdybym o tym powiedziała, ludzie mogliby zacząć grać, a ja nie uchwyciłabym prawdy z tego, co się tam dzieje. To nagromadzenie praktyk wynikało z potrzeby zebrania rzetelnego materiału, ale miało też pokazać typową drogę klienta, którego zasysa świat nowej duchowości. Rzadko kończy się na jednym kursie. Często jest on przedstawiany jako pierwszy etap: słyszysz, że dobrze ci idzie, ale jeszcze nie dość dobrze, więc trzeba kupić następny. Rozwój duchowy nie jest tani, ale klientów nie brakuje.

A jaki był koszt emocjonalny? W książce „Rok, w którym szukałam sensu i ukojenia. Między wiarą, terapią a biznesem" piszesz, że czułaś się zmęczona. Co najbardziej cię wyczerpało?
„Zmęczona" to delikatnie powiedziane. Był moment, w którym czułam się po prostu wykończona. Te praktyki mają przynosić ukojenie, a jednocześnie potrafią bardzo obciążyć układ nerwowy; głęboko ingerują w emocje. Przez trzy dni siedzę w kręgu kobiet, uczestniczę w ceremoniach szamańskich, które, jak się okazuje, w dużej mierze opierają się na ustawieniach hellingerowskich i jestem przez cały czas otoczona cudzymi dramatami. Nawet jeśli sama tego nie doświadczyłam, wychodzę z takiego spotkania oblepiona cierpieniem. Jest jeszcze poczucie, że trzeba siebie poprawiać: być bardziej uważnym, wyjść z ego, poszerzyć świadomość. W pewnym momencie człowiek traci orientację, tym bardziej że nauczyciele duchowi często sobie przeczą. Jedni mówią, że trzeba kontrolować myśli, bo one się manifestują, inni, że myśli nie mają znaczenia, liczy się wyłącznie wiara. Jedni zalecają medytację i pracę z wewnętrznym dzieckiem, inni proponują mechaniczne powtarzanie afirmacji. Punktem zwrotnym była dla mnie rozmowa z nauczycielką niedualności, która twierdziła, że indywidualne „ja" nie istnieje, bo wszyscy jesteśmy jedną świadomością. Gdy człowiek zaczyna podważać zmysłowe postrzeganie świata, robi się niebezpiecznie. Poczułam, że jestem na granicy czegoś, co mogłoby się skończyć bardzo źle, i trzeba było zaciągnąć hamulec. Nie oznacza to, że każdy kurs jest czymś złym. Jeśli pomaga budować odwagę, poczucie własnej wartości, dobre relacje z ludźmi i szacunek do siebie, może być wartościowy. Problem zaczyna się wtedy, gdy człowiek zaczyna uprawiać turystykę warsztatową, od jednego nauczyciela do drugiego, w poszukiwaniu jednej prawdy, której nie sposób znaleźć, bo każda następna przeczy poprzedniej.

Wchodziłaś w ten świat jak mędrzec ze szkiełkiem i okiem z zamiarem zdemaskowania go?
Taki był mój cel. To zresztą pokazuje, jak pracują dziennikarze. Często zaczynamy od hipotezy. Gorzej, gdy staje się ona tezą, której nie chcemy uczciwie sprawdzić, tylko dobieramy materiał tak, żeby ją potwierdzić. W zideologizowanych mediach często właśnie tak to wygląda. Miałam krytyczny stosunek do rozwoju duchowego. Cenię psychoterapię, obserwuję w mediach

FOT. MATEUSZ SKWARCZEK

Sobień-Górska: Lubimy wierzyć, że istnieje coś więcej. W trudnych momentach choroby, żałoby, rozwodu czy wypalenia zawodowego wracają pytania: po co to wszystko

społecznościowych wielu psychologów i psychoterapeutów. Widziałam, jak krytykują praktyki duchowe. Niekiedy robią to z pogardą wobec ludzi, którzy z nich korzystają: że są głupi, niewykształceni, podatni na manipulację. To mi się nie podoba, bo pogarda nigdy nie jest sposobem na uratowanie kogoś. Niemniej sama uznałam, że nowa duchowość to przede wszystkim skok na kasę. Kryzys Kościoła i pandemia sprawiły, że ludzie zaczęli szukać czegoś w zamian, a kapitalizm zrobił swoje: nauczyciele duchowi zwęszyli biznes i zaczęli zarabiać na ludziach w kryzysie. Początkowo chciałam przede wszystkim ostrzec, że można stracić pieniądze, zdrowie, a nawet rodzinę. Po kilku miesiącach rozmów zrozumiałam jednak, że prawdziwy obraz świata nowej duchowości jest znacznie bardziej skomplikowany. Mogłam napisać książkę pod z góry przyjętą tezę. Wiedziałam, że wtedy jedni będą mi bić brawo, inni w ogóle po książkę nie sięgną. I nic się nie zmieni. Postanowiłam pokazać bez cenzury bohaterów i sytuacje, również te, które nie pasowały mi do hipotezy, a po drugie zrobić reportaż wcieleniowy i przestać chować się za bohaterami. Miałam do wyboru: albo porzucić temat, albo odważyć się i wejść w niego naprawdę.

W książce otwarcie piszesz o osobistych sprawach. Uważam, że ta autentyczność i szczerość są siłą tej książki.
Dziękuję. Po premierze dostałam od czytelników bardzo dużo takich głosów. Dziś książki, zwłaszcza z pomocą AI, można pisać niemal hurtowo, tylko jaką to ma wartość? Wartością, która ma szansę się przebić, pozostaje autentyczność. Mam nadzieję, że mój reportaż pomoże ludziom, którzy są na początku duchowej czy rozwojowej drogi i mogą pogubić się w mnogości ofert. Nie zawsze trzeba wydawać po kilka tysięcy na kolejne kursy; sporo wartościowych rzeczy w sieci można znaleźć bezpłatnie.

Co z tego wszystkiego okazało się warte swojej ceny? Co wzięłaś z tych kursów?
Trzy rzeczy. Pierwsza to medytacja, niekoniecznie prowadzona, polegająca na obserwowaniu myśli bez ich oceniania. Po kilku tygodniach zobaczyłam, jak wielki śmietnik mam w głowie: dziesiątki tysięcy myśli o sobie, pracy, macierzyństwie, małżeństwie, rodzicach, społeczeństwie, polityce. One mnie kształtowały, ale nie były często moje. Zaczęłam sprawdzać, skąd je wzięłam i jak wpływają na moje życie. Medytacja przeszła więc w proces bliski pracy psychologicznej. Zmniejszyła lęk przed decyzjami i wyciszyła radio w głowie. Nie stałam się chodzącym zen, ale przestałam kończyć dzień z poczuciem, że myśli dudnią mi w czaszce i nie pozwalają zasnąć. Druga rzecz to kontakt z ciałem. Wcześniej wydawało mi się, że ciało to głowa, a cała reszta służy do jej przenoszenia. Podczas pracy z oddechem i sygnałami płynącymi z ciała zobaczyłam, jak bardzo jestem od niego odcięta. Zaczęłam wracać do tych praktyk, bo w moim przypadku regulują układ nerwowy. Stałam się spokojniejsza, zmniejszyły się też moje chroniczne bóle pleców i napięcie w barkach. Oczywiście nie odrzucam fizjoterapii ani ćwiczeń; traktuję te metody jako uzupełnienie. Trzecią rzeczą jest tak często wyśmiewana manifestacja. Większość kursów to manipulacja: obiecują, że wróci mąż, który odszedł, wystarczy odpowiednio afirmować, albo że pieniądze spadną nam z nieba i już nigdy nie trzeba będzie pracować.

Opisałaś też kobietę po mastektomii, która uwierzyła, że odrosną jej piersi.
To przykład strasznej, piętrowej manipulacji wobec osoby w głębokim kryzysie. Ale manifestacja może mieć również rozsądną stronę. Rozumiana nieinfantylnie sprowadza się do pracy z przekona-

eprasa.pl 60e90ebca3

niami: nasze założenia o sobie i świecie wpływają na podejmowane decyzje. To codzienne łapanie się na tym, z jakiej pozycji dokonuję wyboru, czy z lęku, czy poczucia, że jestem wystarczająca. Kiedy w trakcie pisania książki musiałam zmienić wydawcę, byłam przerażona. To moja ósma książka i nigdy wcześniej mi się to nie zdarzyło. Wydawca oczekiwał tekstu zgodnego z pierwszą tezą, a ja nie chciałam zgodzić się na zmiany. Bałam się, że nie znajdę nikogo innego i będę musiała napisać książkę sprzeczną z własną prawdą. Wtedy pomogło mi myślenie wyniesione z kursów: może to wydarzenie nie dzieje się przeciwko mnie, lecz dla mnie, może za rogiem czeka inny wydawca. Muszę uwierzyć, że ta książka ma wartość – i znalazłam świetnego wydawcę, a książka odniosła sukces. To pokazuje, że pewne elementy praktyk mogą wzmacniać sprawczość.

Kto najczęściej szuka nauczyciela duchowego: ludzie zagubieni i straumatyzowani czy ambitni, którzy chcą odnieść jeszcze większy sukces?

To zależy od praktyki. Na ustawienia hellingerowskie przychodzą głównie ludzie z problemami i traumami. Spotkałam wiele dorosłych dzieci alkoholików oraz osób z depresją czy zaburzeniami lękowymi, często związanymi z trudnymi doświadczeniami z dzieciństwa. Niektórzy korzystają równocześnie z psychiatrii i psychoterapii, ale nie widzą rezultatów albo przychodzą one bardzo powoli. Szukają więc szybszej drogi wyjścia z cierpienia lub innej formy ulgi. Na kursach manifestacji i medytacjach nastawionych na lepsze życie spotykałam dwie grupy. Pierwsza to ludzie ambitni, którzy uwierzyli w obraz tworzony przez media społecznościowe: masz dobrą pracę, ale możesz mieć lepszą. Zarabiasz dobrze, ale przecież można więcej; na Instagramie ktoś ma jacht albo samolot. Pojawia się więc pokusa, by jak najszybciej dostać się do życia, które rzekomo wiedzie sąsiad. Druga grupa to ludzie z problemami w relacjach, wiele porzuconych żon, samotnych kobiet pragnących partnera i dzieci. Badanie Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu pokazało, że 68 procent dorosłych Polaków odczuwa samotność, a połowa badanych doświadcza jej przewlekle. Kręgi kobiet przyciągają osoby przeciążone obowiązkami, presją i wypaleniem, pozbawione rodzinnego wsparcia i kogoś, komu mogłyby się zwierzyć. Mamy telefony i komunikatory, możemy w sekundę połączyć się z drugim końcem świata, a jednak coraz trudniej o pogłębioną rozmowę i prawdziwe wysłuchanie. Często właśnie za bycie zauważonym ludzie płacą na kursach i warsztatach.

W książce opisujesz, że po zastosowaniu metody komendy Klaudii Pingot oraz wizualizacji inspirowanych Joe Dispenzą zniknęła u ciebie duża zmiana skórna. Nie znalazłaś naukowego wyjaśnienia. Jak dziennikarka ma uczciwie opowiedzieć o czymś, co się wydarzyło, ale nie potrafi tego wyjaśnić?

To był najtrudniejszy moment zbierania materiału i jeden z powodów, dla których zdecydowałam się poszukać innego wydawcy. Byłoby mi łatwiej, gdyby metody nie zadziałały. Tymczasem zmiana skórna zniknęła. Poszłam do kolejnego lekarza, licząc, że sprowadzi mnie na ziemię i poda medyczne wyjaśnienie. Powiedział, że w swojej praktyce nie widział podobnego przypadku. Mogłam uznać, że skoro dostępna wiedza naukowa nie pozwala mi tego wytłumaczyć, lepiej o tym nie pisać i tego oczekiwał pierwszy wydawca. Nie zgodziłam się, bo to się wydarzyło naprawdę. Spróbowałam więc zrobić wszystko, co zna warsztat dziennikarski: opisać fakty i szukać wyjaśnienia u specjalistów. Rozmawiałam z psychoterapeutą i psychologiem o tym, co mogło zajść na poziomie psychicznym. Być może pomogła sama praktyka, być może zadziałało coś innego niż sądzę, na przykład efekt placebo. Nauka nie zna jeszcze odpowiedzi na wszystkie pytania.

Czy takie osobiste cuda nie bywają największą pułapką? Człowiek przeżywa coś niewytłumaczalnego i zaczyna wierzyć, że guru zna odpowiedź na wszystko.

To najważniejszy wniosek z tej historii. Takie zdarzenie może zbudować most między światem naukowym a duchowym, ale może też być niebezpieczne. Jeżeli natychmiast powiążemy poprawę zdrowia z konkretną praktyką, a zwłaszcza z konkretnym guru, przewodnikiem, to możemy uznać go za uzdrowiciela posiadającego jedyną skuteczną metodę. Wtedy zaczynamy uzależniać od niego zdrowie, szczęście i życiowe decyzje. Psychoterapeuci spotykają pacjentów, którzy po dobrym doświadczeniu z praktyką duchową żądają, by współmałżonek i dzieci także poszli za ich guru. Gdy bliscy odmawiają, słyszą: „Ciągniecie mnie w dół. Gdybyście poszerzali świadomość, bylibyśmy już mądrzejsi, szczęśliwsi i bogatsi". Dlatego warto dać takiemu wydarzeniu czas, nie wierzyć bez zastrzeżeń w hasło, że wszystko jest po coś. Magiczne myślenie może pomagać, ale trzeba zostawić przestrzeń na krytyczne myślenie.

W książce pokazujesz, że ani inteligencja, ani wykształcenie nie chronią przed posiadaniem guru. Dlaczego lekarze, psychologowie, przedsiębiorcy, czy wysokiej klasy menedżerowie wierzą internetowym guru?

Kilka lat temu, kiedy pisałam książkę o polskich miliarderach, poświęciłam jeden rozdział ludziom biznesu korzystającym z usług wróżów. To był mój pierwszy szok poznawczy. Zobaczyłam osoby, które własnym talentem zbudowały wielomiliardowe firmy, a decyzje biznesowe konsultowały z wróżami i coachami duchowymi. Nie jestem psycholożką ani psychoterapeutką, więc mogę mówić tylko z perspektywy reporterskiej. Bez względu na wykształcenie i społeczną pozycję wewnętrznie często pozostajemy dziećmi. Dotyczy to zwłaszcza osób z trudnymi, nieprzepracowanymi historiami z dzieciństwa, które były niezaopiekowane, niekochane i słyszały krzywdzące rzeczy na swój temat. Na warsztatach duchowych spotkałam prezesów dużych firm, prawników, lekarzy i wykładowców nauk ścisłych. Jedna z uczestniczek od lat była w terapii poznawczo-behawioralnej, a jednocześnie szukała ulgi w ustawieniach hellingerowskich. Kiedy coś bardzo boli, człowieka mniej obchodzi, czy pomoże profesor medycyny, czy coach z szałwią – chce, żeby ból ustał. Większość spotkanych przeze mnie osób nie odrzucała całkowicie nauki na rzecz magii. Raczej szukała komplementarnie, na różne sposoby. A przy tym po prostu lubimy wierzyć, że istnieje coś więcej. W trudnych momentach choroby, żałoby, rozwodu czy wypalenia zawodowego wracają pytania: po co to wszystko, kim jestem, dlaczego mnie to spotyka? Ludzie idą do coachów duchowych, by uwierzyć w większy porządek, który o nich dba i nadaje życiu znaczenie. Czujemy się wyjałowieni z sensu. Kiedyś Kościół pomagał go odnaleźć, dziś coraz słabiej sobie z tym radzi.

W środowisku duchowych nauczycieli modny jest język pseudonauki: „skok kwantowy", „epigenetyka", „koherencja serca i umysłu". Jaką pełni funkcję?

Ma uwiarygodniać takiego nauczyciela. Bierze się kilka terminów, które brzmią mądrze i nowocześnie. Dziś popularna jest fizyka kwantowa, więc duchowość staje się „kwantowa". Dzięki temu odbiorca może pomyśleć: „Nie zwariowałam, to nie magia ani świat szeptuch, przecież to jest naukowe". Klaudia Pingot podkreśla, że jest psycholożką, i dla odbiorców stanowi to legitymizację jej kursów. Prowadzący często powołują się także na naukowców, którzy przedstawiają własne teorie duchowe, choć zajmują się zawodowo zupełnie inną dziedziną. Naukowcy również mają prywatne przekonania i poszukiwania. Rozmawiam o tym z profesorem Andrzejem Draganem, który bardzo ostro reaguje na zaprzęganie pojęć fizyki kwantowej do sprzedaży duchowych kursów. Ludzie chcą czuć, że znaleźli sekretny kod do zhakowania rzeczywistości, o którym inni nie wiedzą, i żądają od nauki potwierdzenia każdej atrakcyjnej teorii. To nadużycie. Możemy korzystać z praktyk duchowych czy paraduchowych, jeśli nam służą, ale nie przypisujmy nauce twierdzeń, których nie udowodniła. Badania muszą być nie tylko przeprowadzone, lecz także powtarzalne.

Rozmawiałaś z Klaudią Pingot, Łukaszem Jakóbiakiem, Nityą, Sylwią Sikorską i Honoratą Lubiszewską, Solomiyą Kozerą i Barbarą Ravensdale. Dlaczego wybrałaś właśnie te osoby i co ich łączy?

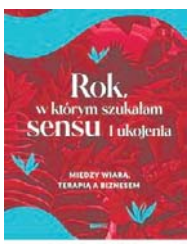
Szukałam ludzi mających największy wpływ: największe społeczności, wysoką oglądalność i wierną publiczność, która regularnie wraca. Kiedy ktoś ma setki tysięcy subskrybentów, a jego medytacje czy transmisje oglądają setki tysięcy albo milion osób, skala zjawiska jest znacząca. Świadomie nie poświęcałam osobnych rozdziałów ludziom, których działalność uznałam za szczególnie szkodliwą. Nie chciałam promować patologii ani treści kompromitujących rozum. Polscy nauczyciele duchowi działają według podobnego szkieletu. Inspirują się amerykańskimi twórcami, Joe Dispenzą, Gaborem Maté, Deepakiem Choprą czy Bruce'em Liptonem. Przejmują ich treści oraz sposób mówienia i nagrywania rolek, w których mamy patos, emocjonalną muzykę, wrażenie uczestnictwa w czymś doniosłym. Do tego dochodzi model sprzedażowy. Najpierw buduje się bazę newsletterową, a potem regularnie wysyła oferty kolejnych kursów: uzdrawiania wewnętrznego dziecka, akceptacji własnego cienia, poprawiania relacji, manifestowania bogactwa. Do dziś mam zasypaną skrzynkę. Twórcy pilnie obserwują konkurencję, mnie też pytali, kto ile sprzedaje i zarabia. Oficjalnie uczą miłości, równowagi i wyzbywania się ego, a równocześnie ogromną rolę odgrywają u nich pieniądze. Nie wszyscy robią to cynicznie. Są osoby, które naprawdę próbują żyć zgodnie z tym, czego uczą. Problem zaczyna się wtedy, gdy ktoś sprzedaje wartości wyższe i chce być moralnym przewodnikiem, lecz najważniejsza pozostaje maksymalizacja zysku. Powiedziałam kiedyś, że wielu nauczycieli duchowych powinno zostać własnymi pierwszymi klientami, bo sami najbardziej potrzebują treści, które głoszą. Warto pamiętać, że drogowskaz nie idzie drogą, którą wskazuje. Nie powinniśmy oddawać mu odpowiedzialności za własne życie ani nabierać kompleksów, że jesteśmy od niego mniej uduchowieni.

Jak rozpoznać odpowiedzialnego nauczyciela, żeby w poszukiwaniu ukojenia nie oddać komuś rozumu i pieniędzy?

Najpierw sprawdźmy, kim ta osoba jest: co wcześniej robiła, jakie ma wykształcenie, na jakiej podstawie wypowiada się o ludzkiej psychice. Na rynku są ludzie, którzy jeszcze niedawno zajmowali się zupełnie inną działalnością, a dziś mówią innym, jak uzdrowić chorobę. Po drugie, uważajmy na kogoś, kto twierdzi, że tylko on zna prawdę i tylko jego metoda może pomóc, bo wszyscy inni się mylą. Paradoksalnie najbardziej niebezpieczni nie zawsze są twórcy kolorowi, ekscentryczni i łatwi do obrócenia w mem. Bywają nimi ludzie ubrani subtelnie i minimalistycznie, którzy budują pozycję na krytyce całego rynku duchowego, a sami potrafią wyrządzać więcej szkody. Trzecia sprawa to cena. Jeżeli kurs kosztuje ponad tysiąc złotych, zapytajmy, co zawiera i czy podobnych treści nie można znaleźć taniej. Kupowałam kursy drogie i tanie, i często niewiele się od siebie różniły. Najpoważniejszy alarm powinien włączyć się wtedy, gdy coach odradza medycynę i psychoterapię, obrzydza lekarzy, straszy big pharmą i przekonuje, że każdy psychoterapeuta oszukuje, a pomoc można dostać wyłącznie u niego. Spójrzmy też na skalę obietnic. Jeśli po jednym kursie mamy uzdrowić wszystkie traumy, pogodzić się z rodzicami, odzyskać byłego męża i zamanifestować miliardy na koncie, to uciekajmy. Uczciwy prowadzący nie obiecuje „skoku kwantowego", który w jeden weekend odmieni całe życie bez wysiłku. Mówi, że zmiana bywa długa, trudna, bolesna, wymaga pracy i nie każdemu pomoże w ten sam sposób.

Książka

Monika Sobień-Górska
„Rok, w którym szukałam sensu i ukojenia. Między wiarą, terapią a biznesem", wyd. Znak, Kraków 2026.



eprasa.pl 60e90ebca3

ZDRADY

Uwodzi cię zjawiskowo piękna kobieta? Uważaj, bo to może być prawdziwa zasadzka

Prawidłowość jest taka, że im wyższe temperatury na zewnątrz, tym więcej pracy mają prywatni detektywi. Prawdziwe żniwa zaczynają się latem i to nie tylko za sprawą tych, którzy podejrzewają o niewierność swoich partnerów. Metodą na podryw można też podkradać biznesowym rywalom pracowników, a nawet... wyciągać tajemnice konkurencyjnych firm

Mirela Mazurkiewicz

- Jakby społeczeństwo wpakować do dziesięciopiętrowego bloku, to do siódmego piętra wszyscy się pier... na boku. Dwa piętra to ludzie porządni, a ostatnie piętro - ci, którzy może by i chcieli być jak ci pierwsi, ale zdrowie już nie to – mówi dosadnie o swoich obserwacjach licencjonowany prywatny detektyw, który ma biuro w jednym z dużych miast wojewódzkich w Polsce. Jego agencja realizuje zlecenia również na Opolszczyźnie. Prosi, by nie podawać jego nazwiska, bo ta branża lubi ciszę. – Seniorzy wcale nie są święci. Nieraz zdarza nam się uganiać po krzakach za ludźmi przed osiemdziesiątką, zbierając dowody zdrady. Niektórzy z nich to ludzie wpływowi i zamożni. Oczywiście, że stać ich na to, żeby zabrać kochankę do drogiego hotelu, ale tu nie o skąpstwo chodzi, tylko o dreszczyk emocji. Zdziwiłaby się pani, ile osób fantazjuje o tym, by uprawiać seks w miejscu, gdzie mogą zostać przyłapani. Równie wielu przechodzi od fantazji do czynów. Nawet jeśli równocześnie są w innych związkach.

FOT. 123RF

Nagle pojawia się zjawiskowo piękna kobieta, której „wpada w oko" mężczyzna...

Sąd też chodzi do łóżka

Robota dla tajnych agentów zaczyna się wówczas, gdy życiowy partner niewiernego męża czy żony nabiera podejrzeń. Z obserwacji detektywa, z którym rozmawiam, wynika, że wielu klientów chce udowodnić zdradę, nie tyle po to, by rozwieść się na korzystniejszych warunkach, ale by poznać prawdę. Zwłaszcza, że wiarołomny mąż czy żona potrafią długimi latami prowadzić równoległe życie, a podejrzewający niewierność przechodzi psychiczną udrękę.

- Naszą klientką była czterdziestolatka, którą mąż zdradzał od dwudziestu lat. To byli bardzo bogaci ludzie. Mieli do dyspozycji prywatny helikopter, na przeprosiny po jednym z takich wyskoków on kupił jej luksusowy samochód. Podział był taki, że on zarabiał, a ona miała być ozdobą domu. Ale w końcu po dwudziestu latach oszustw i manipulacji coś w niej pękło i poprosiła nas, byśmy zebrali dowody zdrady – wspomina detektyw. – Są też takie historie, gdzie zdradzany doskonale wie o niewierności partnera, ale daje na nią ciche przyzwolenie. Wspólnie tworzą dom, opiekują się dziećmi, na pozór wyglądają na zgodną i szczęśliwą parę. A zdrada jest zabawą i źródłem adrenaliny.

Wyparcie czasami jest strategią na przetrwanie, by z mozołem budowana rzeczywistość nie rozsypała się, jak domek z kart.

- Wczoraj zadzwonił do mnie mężczyzna, który podejrzewał, że żona go zdradza. Jak zwykle wyszedł do pracy, a ona sądziła, że nie wróci przez najbliższe kilka godzin. Mężczyzna pojawił się jednak przed domem i obserwował sytuację z ukrycia. Zadzwonił do żony prosząc, żeby coś sprawdziła, a ona wyszła na zewnątrz z tym kochankiem. Klient do końca starał się sobie jakoś racjonalnie wytłumaczyć obecność tego obcego faceta w ich domu, choć dla mnie sytuacja była ewidentna – mówi detektyw. – To nie jest tak, że my, żeby udowodnić zdradę, musimy przyłapać parę w łóżku na gorącym uczynku. Sąd też chodzi do łóżka, więc nie uwierzy, że kobieta z mężczyzną jadą na weekend w górach po to, żeby grać w karty.

Jakby społeczeństwo wpakować do dziesięciopiętroweg o bloku, to do siódmego piętra wszyscy się pier... na boku. Dwa piętra to ludzie porządni, a ostatnie piętro - ci, którzy by chcieli być jak ci pierwsi, ale zdrowie już nie to

Biżuteria na pawlaczu

Zdrady zdarzają się nie tylko w tzw. wyższych sferach, u ludzi bardzo bogatych. Niektórzy są gotowi zapożyczyć się, by zaangażować speców od zabezpieczania dowodów niewierności.

- Podobno żona dowiaduje się ostatnia. Zawsze sądziłam, że to taki wyświechtany slogan, bo przecież jak można niczego nie zauważyć? Aż w końcu padło na mnie – mówi gorzko Marta, urzędniczka z jednego z miast powiatowych. Od roku samotnie wychowuje dwójkę dzieci w wieku szkolnym. – Mój były mąż pracuje w banku, godziny pracy ma dosyć regularne i właściwie poza nimi nie znikał nigdy z domu, dlatego nie miałam żadnych podejrzeń. Po pracy trzy razy w tygodniu wychodził pobiegać i to było właściwie tyle. Nie było żadnych eskapad z kolegami ani wieczornych wyjść na piwo. Jak na ironię losu krótko przed tym, jak sprawa wyszła na jaw, pomyślałam sobie, że jestem szczęśliwa w tej naszej codzienności. Byliśmy zdrowi, mieliśmy dom, dwa razy w roku wyjeżdżaliśmy na zagraniczne wakacje. Nawet kłótnie zdarzały się rzadko.

Pierwsza czerwona lampka zapaliła jej się wtedy, gdy Darek zaczął spędzać całe godziny przed ekranem telefonu. Prowadził z kimś długie i ożywione rozmowy, choć wcześniej raczej ograniczał się do krótkiej wymiany komunikatów. Gdy pytała, mówił, że robi zakupy przez internet albo przegląda grupy branżowe w mediach społecznościowych. Wcześniej zostawiał telefon w przypadkowych miejscach. Teraz praktycznie nie rozstawał się z nim, nawet idąc do toalety. Zwróciła też uwagę, że od jakiegoś czasu odkłada urządzenie ekranem do dołu. Jakby się bał, że ona zobaczy, kto do niego pisze.

- To było irracjonalne, bo nigdy nie kontrolowałam jego telefonu. Wcześniej nie było problemu, żebym skorzystała z niego, by na przykład zadzwonić do dzieci, kiedy mój aparat był rozładowany. Ale od jakiegoś czasu takie prośby go rozdrażniały – wspomina Opolanka.

Aż któregoś razu znalazła na pawlaczu pudełko z drogą biżuterią. Mąż nie przewidział, że w środku lata zajrzy do pudła z akcesoriami narciarskimi. W pierwszej chwili pomyślała, że szykuje jej niespodziankę na zbliżającą się rocznicę ślubu, ale nic takiego się nie wydarzyło. Później wzięła do ręki książkę, którą on kupił kilka dni wcześniej. Wypadł z niej paragon potwierdzający zakup drogiej damskiej bielizny.

Marta zadłużyła się i zaangażowała prywatnego detektywa, by zdobyć dowody zdrady. Wtedy jeszcze łudziła się, że niczego nie znajdzie i że ona przesadza. Po pięciu dniach wszystko było jasne.

- Znajomi przecierali oczy ze zdumienia. Uważali, że jesteśmy zgodną i szczęśliwą parą. Najsmutniejsze jest chyba to, że ja też tak wtedy myślałam – mówi gorzko. Kochanką okazała się koleżanka z pracy. Gdy sprawa wyszła na jaw, mąż przekonywał, że to był tylko chwilowy skok w bok. Nie uwierzyła i złożyła pozew o rozwód. Od pół roku jest wolna. On w międzyczasie zmienił chyba zdanie, bo wyprowadził się do kochanki. – Okazało się, że sporo naszych znajomych wiedziało o jego romansie. Jedna z moich koleżanek powiedziała mi po czasie, że nic nie mówiła, bo nie chciała mnie zranić...

Marta wiele razy analizowała, co w ich przypadku poszło nie tak. Połączyła fakty i wyszło na to, że mąż znalazł sobie kochankę, gdy ona ubiegłego lata wyjechała służbowo na kilka dni. Aby nie komplikować mu życia zawodowego, o opiekę nad dziećmi poprosiła swoich rodziców.

Biznesmen z lekarką w negliżu

Historia Marty nie jest wyjątkiem. Prywatni detektywi od wiosny do jesieni mają

eprasa.pl 60e90ebca3

pełne ręce pracy. Wysokie temperatury sprawiają, że zrzucamy ciężkie ubrania, co podkreśla walory ciała. Hormony zaczynają buzować, a to zdaniem fachowców sprzyja skokom w bok.

- W błędzie jest ten, kto myśli, że zdrady dotyczą wyłącznie mężczyzn. Akurat w tej chwili mamy serię zleceń, gdzie nasi klienci podejrzewają o niewierność swoje żony i partnerki. I wychodzi na to, że nie są to podejrzenia bezpodstawne – mówi Mariusz Sukmanowski, licencjonowany prywatny detektyw.

Kochankowie coraz częściej zamiast hoteli wybierają wynajmowane za pomocą popularnych platform mieszkania. Zapewne dlatego, że to oznacza większą anonimowość i mniejsze ryzyko przypadkowego spotkania z kimś, kto mógłby donieść zdradzanemu partnerowi. Z tego samego powodu wielu decyduje się na schadzki w lasach czy innych ustronnych miejscach. Nawet, gdy są to ludzie, których stać na drogi hotel.

- Któregoś razu prowadziliśmy obserwację na zlecenie pewnej wpływowej pani prezes. Jej mąż-przedsiębiorca zabierał znajomą lekarkę na leśny parking i tam urządzali sobie intymne spotkania - wspomina Mariusz Sukmanowski, który dokumentował tę schadzkę. – Traf chciał, że krótko przed tym spotkaniem figurant kupił drogi, naszpikowany elektroniką samochód. Gdy po wszystkim, niekompletnie ubrani, postanowili odpocząć na zewnątrz, drzwi auta się zatrzasnęły samoczynnie, a oni zostali tam tak, jak stali. Skończyło się wybiciem szyby. Widzieliśmy, że zaiskrzyło między kochankami i zrobiło się mało przyjemnie.

Niewierna multirecydywistka

Niewiernych partnerów najczęściej zdradza telefon i wcale nie musi chodzić o jego zawartość. Jeśli do tej pory leżał w miejscu ogólnodostępnym, a nagle staje się pilnie strzeżony – może to być pierwsza czerwona flaga. Do tego dochodzą potajemne rozmowy z łazienki lub balkonu czy nagłe zamiłowanie do długich spacerów.

- Niektórzy mają wyobrażenie, że zdrada dotyczy głównie osób w średnim wieku. W grupie 40-50 lat faktycznie mamy sporo klientów, ale zdarzają się też dwudziestokilkulatkowie oraz seniorzy i zwłaszcza w tej drugiej grupie to nie są rzadkie przypadki – mówi Mariusz Sukmanowski. – Co jakiś czas wpadają nam też „multirecydywiści". Pewna pani została przyłapana przez męża na zdradzie, ale ostatecznie wyjaśnili sobie wszystko i związek ocalał. Pan wracał do nas jeszcze kilka razy, by sprawdzić, czy żona jest mu wierna, a my za każdym razem dostarczaliśmy dowodów kolejnej zdrady. Jedyne, co się zmieniało w tej historii, to partnerzy figurantki.

Adwokatka Magdalena Koczur-Miedziejko od 25 lat towarzyszy klientom, m.in. podczas spraw rozwodowych. Z jej obserwacji wynika, że zdrada należy do najczęściej wskazywanych powodów rozpadu małżeństw.

- Kiedy zaczynamy analizować sytuację, zwykle okazuje się, że była ona następstwem tego, co działo się w domu – mówi adwokatka. – Widzę taką prawidłowość, że związki niszczy trudna sytuacja finansowa, która powoduje wzajemne frustracje albo duża rozbieżność zarobków, która czasami prowadzi do przemocy ekonomicznej jednego małżonka względem drugiego. Trzecią z przyczyn, które pojawiają się najczęściej, gdy mężczyzna lub kobieta decydują się na rozwód, jest brak uwagi ze strony życiowego partnera.

Stereotyp jest taki, że bardziej skłonni do zdrady są mężczyźni. Historie, które opolska adwokatka widziała na sali rozpraw, tego nie potwierdzają.

- Moim zdaniem mężczyźni mniej dbają o zachowanie dyskrecji, stąd bierze się przekonanie, że im zdrada zdarza się częściej. Kobiety robią natomiast wiele, by niewierność nie wyszła na jaw – mówi mec. Koczur-Miedziejko. – Często za taką grą pozorów stoi troska o dzieci. Panie nie chcą, by pozamałżeńska relacja odbiła się na małoletnich, więc pilnie strzegą tajemnicy. Obserwuję jednak, że nawet po zdradzie, która wywołuje silne emocje, pary coraz częściej potrafią z godnością się rozstać i uporządkować wzajemne relacje. Wynika to ze świadomości, jak bardzo przedłużający się kryzys potrafi obciążyć właśnie dzieci, które nie są przecież winne tego, że ich rodzicom się nie ułożyło.

Uwieść pracownika konkurencji

Nie jest tajemnicą, że okazją do zdrady może być wyjście na siłownię, spotkanie ze znajomymi albo służbowy wyjazd. Ale tutaj czai się drugie dno, bo za relacją zakończoną spontanicznym seksem nie zawsze idzie mniej lub bardziej trwała fascynacja.

- Na takim spotkaniu branżowym pojawia się zjawiskowo piękna kobieta, której „wpada w oko" mężczyzna. To nie przypadek, że akurat ten mężczyzna jest na przykład handlowcem ze świetnymi wynikami w firmie, którą interesuje się jej pracodawca. Relacja nabiera pikanterii, a handlowiec, ani się obejrzy, jest już w firmie tej kobiety, bo pod wpływem uczucia postanowił zmienić pracę, a często również swoje życie prywatne o 180 stopni – opowiada Mariusz Sukmanowski, licencjonowany prywatny detektyw. - To często są bardzo smutne historie, bo relacja kończy się tuż po zakończeniu zadania, czyli przejęciu pracownika. Spotykamy się z wyspecjalizowanymi firmami, które działają dosłownie jak służby specjalne, szkolone do werbowania ludzi.

Nie zawsze „przynętą" musi być zjawiskowa kobieta czy olśniewająco przystojny mężczyzna, wcielający się w rolę amantów. Czasami na takich targach branżowych poznaje się kolegów z innych firm, z którymi w mig nadaje się na tych samych falach.

- Mieliśmy taki przypadek. Po imprezie były spotkania przy piwie, budowana miesiącami koleżeńska relacja, zdobywanie zaufania. Później okazało się, że zwerbowany taką metodą chłopak za każdą wyniesioną do konkurencji informację dostawał 10 tys. złotych – wspomina Mariusz Sukmanowski. - To jest klasyczne szpiegostwo przemysłowe, które jest przestępstwem. Dlatego, gdy szefowie orientują się, że nagle w ich firmach dochodzi do zaskakujących zbiegów okoliczności, które im szkodzą, angażują detektywów. Naszą rolą jest zbieranie i zabezpieczanie dowodów.

** Opisane zdarzenia są autentyczne, zmieniono jedynie szczegóły mogące prowadzić do identyfikacji ich uczestników.*

REKLAMA 0011567072

Lubartów, dnia 11 sierpnia 2026 roku

Starosta Lubartowski
21-100 Lubartów
ul. Słowackiego 8
AIB.6740.3.8.2026.OGJ

OBWIESZCZENIE
STAROSTY LUBARTOWSKIEGO

Na podstawie art. 11d. ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 roku o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 roku poz. 311) oraz art. 49 i art. 61 § 4 ustawy Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2025 roku poz. 1691);

zawiadamiam,

że na wniosek Wójta Gminy Firlej, z/s ul. Rynek 1, 21-136 Firlej, z dnia 3 lipca 2026 roku, uzupełniony dnia 5 sierpnia 2026 roku, wszczęte zostało postępowanie administracyjne w sprawie **wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej dla inwestycji** pn. „Budowa drogi gminnej ul. Akacjowa w miejscowości Firlej".

Przedmiotowa inwestycja położona jest administracyjnie na terenie gminy Firlej, powiat lubartowski, województwo lubelskie. Początek projektowanej drogi zlokalizowano w km 0+000,00, zaś koniec zlokalizowano w km 0+220,43. Długość projektowanej drogi wynikająca z zakresu robót nawierzchniowych wynosi 220,43 m.

Inwestycja realizowana będzie na działkach o numerach ewidencyjnych:

1. Przeznaczonych pod projektowany pas drogowy (stałe zajęcie):

a. **obręb 060803_2.0007 Firlej, dz. nr**: 431, 424 (424/1) - działki będące własnością Gminy Firlej (w nawiasie wskazano numer działki po podziale przeznaczonej pod wnioskowany pas drogi gminnej);

b. **obręb 060803_2.0007 Firlej, dz. nr** 426 (426/1), 425 (425/1), 423 (423/1), 422 (422/1), 420/3 (420/6), 420/2 (420/4), 435/3 (435/6), 435/2 (435/4), 434/3 (434/15), 434/14 (434/21), 434/8 (434/19), 434/4 (434/17), 433/2 (433/3), 432 (432/1) – działki będące własnością prywatną (w nawiasie wskazano numer działki po podziale przechodzącej na własność Gminy Firlej);

2. Przeznaczonych pod zajęcie na czas realizacji inwestycji, z których korzystanie będzie ograniczone:
obręb 060803_5.0007 Firlej, dz. nr: 436/10 – działka będąca własnością prywatną (na której przewiduje się przebudowę sieci elektroenergetycznej sN);

W związku z powyższym informuję, że w terminie **7 dni** od daty otrzymania niniejszego zawiadomienia strony mogą zapoznać się z aktami sprawy, uzyskać wyjaśnienia w sprawie, składać wnioski i zastrzeżenia dotyczące przedmiotowej inwestycji w Starostwie Powiatowym w Lubartowie, Wydział Architektury i Budownictwa, pok. 202 (pn.-pt., w godzinach od 7.30 do 15.30).

Zgodnie z art. 49 § 2 kodeksu postępowania administracyjnego zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie **14 dni** od dnia, w którym nastąpiło publiczne obwieszczenie, inne publiczne ogłoszenie lub udostępnienie pisma w Biuletynie Informacji Publicznej.

Wgląd w akta sprawy jest nieobowiązkowy. Nie zajęcie stanowiska w ciągu ww. terminu potraktowane będzie jako brak zastrzeżeń do zastosowanych rozwiązań.

Otrzymują:
1. Strony postępowania poprzez:
a) obwieszczenie w urzędzie Starostwa Powiatowego w Lubartowie,
b) obwieszczenie na stronie internetowej Starostwa Powiatowego w Lubartowie,
c) obwieszczenie w Urzędzie Gminy Firlej,
d) obwieszczenie na stronie internetowej Urzędu Gminy Firlej,
e) obwieszczenie w prasie lokalnej.
2. A/a.

OBOWIĄZEK INFORMACYJNY
Na podstawie art. 13 ust. 1 i 2 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (Dz.U.UE.L. z 2016r. Nr 119, s.1 ze zm.) - dalej: „RODO" informuję, że:
1) Administratorem danych osobowych jest Starosta Lubartowski, którego siedziba mieści się pod adresem ul Juliusza Słowackiego 8, 21-100 Lubartów, adres e-mail: starostwo@powiatlubartowski.pl, numer telefonu: 8185522865
2) Administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych, z którym mogą się Państwo kontaktować we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych za pośrednictwem adresu e-mail: iod@powiatlubartowski.pl lub pisemnie na adres Administratora.
3) Państwa dane osobowe będą przetwarzane w celu obsługi wniosku o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej, gdyż jest to niezbędne do wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na Administratorze (art. 6 ust. 1 lit. c RODO) w związku z ustawą z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 311 ze zm.).
4) Państwa dane osobowe będą przetwarzane przez okres niezbędny do realizacji celu, o którym mowa w pkt. 3 z uwzględnieniem okresów przechowywania określonych w przepisach szczególnych, w tym przepisów archiwalnych tj. przez okres 10 lat.
5) Państwa dane osobowe będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany, lecz nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym o profilowaniu.
6) Państwa dane osobowe nie będą przekazywane poza Europejski Obszar Gospodarczy (obejmujący Unię Europejską, Norwegię, Liechtenstein i Islandię).
7) W związku z przetwarzaniem Państwa danych osobowych, przysługują Państwu następujące prawa:
a) prawo dostępu do swoich danych oraz otrzymania ich kopii;
b) prawo do sprostowania (poprawiania) swoich danych osobowych;
c) prawo do ograniczenia przetwarzania danych osobowych;
d) prawo do usunięcia danych w przypadkach określonych w przepisach RODO;
e) prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa), w sytuacji, gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie danych osobowych narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych (RODO);
8) Podanie przez Państwa danych osobowych w związku z ciążącym na Administratorze obowiązkiem prawnym jest obowiązkowe, a ich nieprzekazanie skutkować będzie brakiem realizacji celu, o którym mowa w punkcie 3.

Państwa dane mogą zostać przekazane podmiotom zewnętrznym na podstawie umowy powierzenia przetwarzania danych osobowych tj. podmiotom zapewniającym ochronę danych osobowych i bezpieczeństwo IT, dostawcom usług teleinformatycznych, dostawcom usług informatycznych w zakresie systemów księgowo-ewidencyjnych, usługodawcom z zakresu księgowości, dostawcy strony podmiotowej w Biuletynie Informacji Publicznej, dostawcy usług informatycznych w zakresie systemów elektronicznego zarządzania dokumentacją w jednostce, dostawcy usług hostingu poczty mailowej w przypadku korespondencji prowadzonej drogą mailową, dostawcy usług brakowania bądź archiwizowania dokumentacji i nośników danych, a także podmiotom lub organom uprawnionym na podstawie przepisów prawa.

eprasa.pl 60e90ebca3

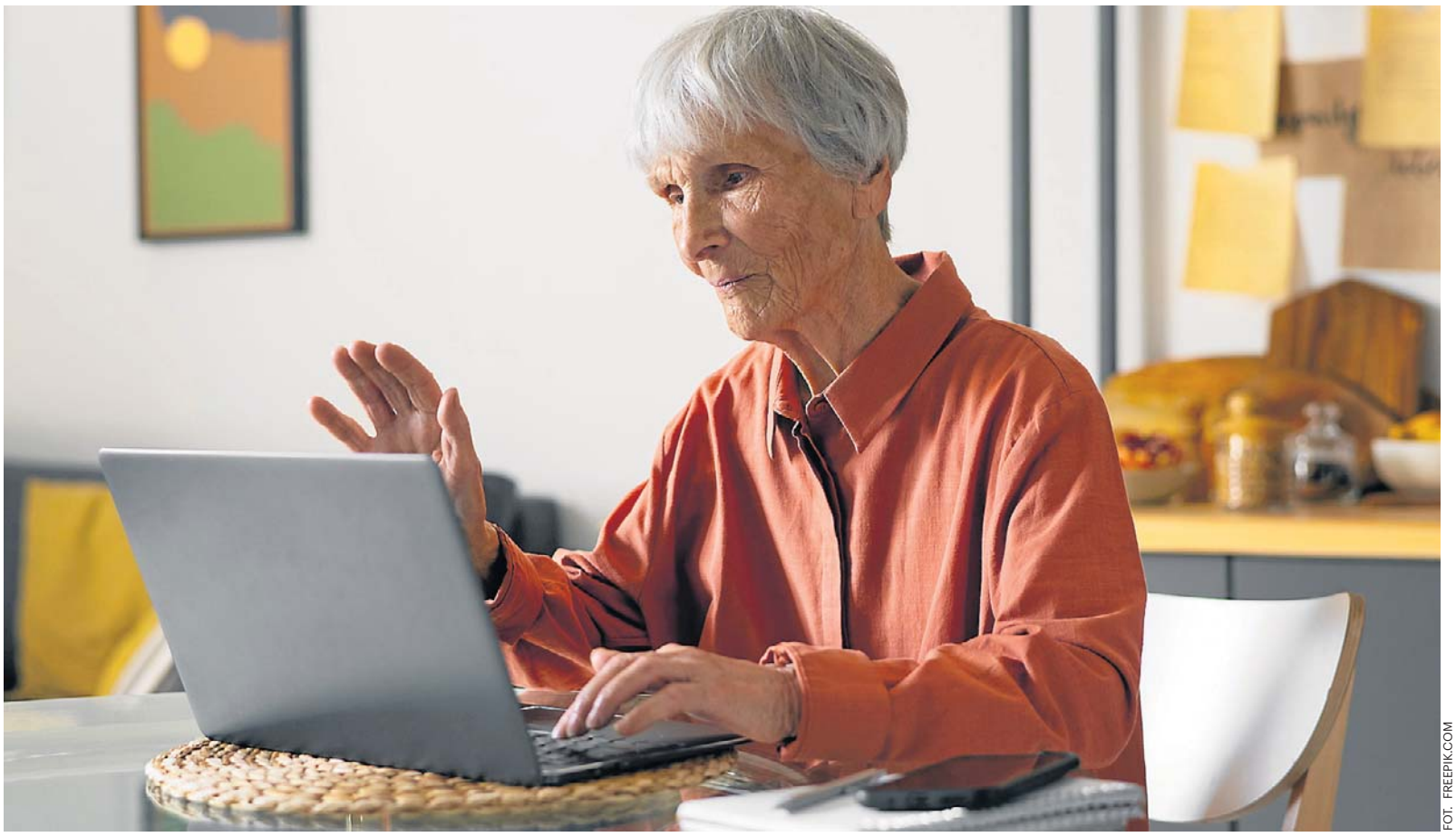
PO STRONIE SENIORA

ŚWIADCZENIA

ZUS nie przyznał emerytury lub renty. Jeszcze nie wszystko stracone! Możesz złożyć odwołanie

Każdy, kto nie zgadza się z treścią decyzji w swojej sprawie wydanej przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych, może się od niej odwołać do sądu. Musi jednak zmieścić się w ściśle określonych terminach

Małgorzata Stempinska



FOT. FREEPIK.COM

Odwołanie od decyzji należy złożyć w ZUS, który wydał decyzję. Należy to zrobić w ciągu miesiąca od dnia doręczenia decyzji. Odwołanie można złożyć na piśmie, ustnie do protokołu sporządzonego przez pracownika ZUS lub przesłać pocztą

Zdarza się, że choć wydaje nam się, że spełniamy warunki do przejścia na emeryturę czy rentę to jednak decyzja Zakładu Ubezpieczeń Społecznych jest odmowna. Na przykład uznaje, że brakuje nam kilku miesięcy albo tygodni do stażu pracy albo nie chce uznać nam zatrudnienia w szczególnych warunkach. Może być też tak, że choć wydaje nam się, że mamy „mocne papiery", by ze względu na zły stan zdrowia przejść na rentę, to jednak ZUS mówi „nie".

W takiej sytuacji przysługuje nam prawo do odwołania się od decyzji Zakładu Ubezpieczeń Społecznych do właściwego sądu. Jest nim sąd okręgowy - sąd pracy i ubezpieczeń społecznych jako sąd I instancji. Tę kwestię regulują przepisy kodeksu postępowania cywilnego.

Co musi się znaleźć w odwołaniu do sądu

Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego, wyjaśnia, że odwołanie od decyzji należy złożyć w ZUS, który wydał decyzję. Należy to zrobić w ciągu miesiąca od dnia doręczenia decyzji. Odwołanie można złożyć na piśmie, ustnie do protokołu sporządzonego przez pracownika ZUS lub przesłać pocztą.

Powinno ono zawierać:

- numer decyzji,
- uzasadnienie, dlaczego nie zgadza się z jej treścią oraz
- podpis osoby wnoszącej odwołanie.

Odwołanie może złożyć również przedstawiciel ustawowy lub pełnomocnik.

Co dzieje się po złożeniu odwołania

Jeżeli odwołanie zostanie uznane za zasadne, decyzja zostanie zmieniona lub uchylona. Zakład Ubezpieczeń Społecznych ma na to 30 dni od dnia otrzymania odwołania.

Jeżeli odwołanie nie zostanie uwzględnione, sprawa zostanie przekazana do właściwego sądu w terminie 30 dni od dnia otrzymania odwołania.

Sąd zawiadamia strony postępowania o terminach rozpraw, wydanych postanowieniach oraz innych czynnościach podejmowanych w związku z wniesionym odwołaniem.

Po rozpoznaniu sprawy sąd wydaje wyrok. Może w nim zmienić zaskarżoną decyzję albo oddalić odwołanie.

Na wniosek strony (klienta lub ZUS) sąd sporządza uzasadnienie wyroku. Wniosek o uzasadnienie należy złożyć w terminie tygodnia od dnia wydania wyroku.

- Od decyzji ZUS można się odwołać do sądu okręgowego - sądu pracy i ubezpieczeń społecznych jako sądu pierwszej instancji

KRYSTYN A MICHAŁEK
regionalny rzecznik ZUS
województwa kujawsko-pomorskiego

Kiedy ZUS może zmienić swoją decyzję

Zdarza się, że ZUS wstrzymuje przekazanie odwołania do sądu. Dzieje się tak np. gdy nowe okoliczności dotyczące niezdolności do pracy lub niezdolności do samodzielnej egzystencji albo stałego lub długotrwałego uszczerbku na zdrowiu pojawiły się już po dniu wydania orzeczenia przez lekarza orzecznika Zakładu Ubezpieczeń Społecznych lub orzeczenia komisji lekarskiej. W takiej sytuacji ZUS kieruje sprawę do lekarza orzecznika do ponownego rozpatrzenia. Organ rentowy uchyla decyzję, rozpatruje nowe okoliczności i wydaje decyzję, od której przysługuje odwołanie do sądu. Przepis ten stosuje się także wówczas, gdy nie można ustalić daty powstania wskazanych w odwołaniu nowych okoliczności.

- Zmiana decyzji przez ZUS jest możliwa również już po przekazaniu odwołania do sądu aż do czasu wydania wyroku w rozpatrywanej sprawie. Jeśli nowa decyzja organu rentowego będzie uwzględniała żądanie osoby zainteresowanej w całości lub w części, postępowanie sądowe zostanie w takiej sytuacji umorzone w całości albo w części - informuje Krystyna Michałek.

Kiedy przysługuje apelacja od wyroku sądu

Od wyroku sądu okręgowego – sądu pracy i ubezpieczeń społecznych – przysługuje apelacja do sądu apelacyjnego. Apelację wnosi się do sądu, który wydał zaskarżony wyrok. Termin na jej wniesienie wynosi dwa tygodnie od dnia doręczenia wyroku z uzasadnieniem. Jeżeli nie złożono wniosku o uzasadnienie wyroku w terminie tygodnia od dnia ogłoszenia jego sentencji, termin do wniesienia apelacji biegnie od dnia, w którym upłynął termin na złożenie takiego wniosku. Oznacza to, że w takiej sytuacji apelację należy wnieść najpóźniej w ciągu trzech tygodni od dnia ogłoszenia sentencji wyroku.

Termin do wniesienia apelacji uważa się za zachowany również wtedy, gdy przed jego upływem apelacja zostanie wniesiona bezpośrednio do sądu II instancji. W takim przypadku sąd ten niezwłocznie przekazuje apelację do sądu, który wydał zaskarżony wyrok.

Po rozpoznaniu apelacji przez sąd II instancji od prawomocnego wyroku sądu apelacyjnego, a także od postanowienia o odrzuceniu pozwu albo umorzeniu postępowania kończącego sprawę, przysługuje skarga kasacyjna do Sądu Najwyższego. ©℗

eprasa.pl 60e90ebca3

PIENIĄDZE

„Emerytury matczyne” z ZUS i KRUS. Jakie trzeba spełnić warunki, by je otrzymać?

Mogą się o nie ubiegać nie tylko mamy, ale również ojcowie po spełnieniu określonych warunków. Wnioski można składać cały czas.

Małgorzata Stempinska

„Matczyna emerytura”, czyli rodzicielskie świadczenie uzupełniające, zwane też świadczeniem „Mama 4+”, jest przyznawana przez prezesa ZUS lub prezesa KRUS kobiecie, która urodziła i wychowała lub wychowała co najmniej czworo dzieci, ukończyła 60 lat, nie ma niezbędnych środków utrzymania oraz spełnia pozostałe wymagane warunki. W szczególnych przypadkach o świadczenie może ubiegać się też mężczyzna.

Dla kogo „emerytura matczyna”

Prezes ZUS lub prezes KRUS przyzna świadczenie:

- matce, która ukończyła 60 lat urodziła i wychowała lub wychowała co najmniej czworo dzieci i nie posiada dochodu zapewniającego niezbędne środki utrzymania;
- ojcu, który ukończył 65 lat i wychował co najmniej czworo dzieci – w przypadku kiedy matka dzieci nie żyje, porzuciła dzieci lub długotrwale zaprzestała ich wychowywania oraz jeśli nie posiada dochodu zapewniającego niezbędne środki utrzymania.

- Co ważne, „matczyna emerytura” przysługuje nie tylko w przypadku wychowywania własnych dzieci, ale także w razie wychowywania dzieci współmałżonka, dzieci przysposobionych lub przyjętych na wychowanie w ramach rodziny zastępczej, z wyjątkiem rodziny zastępczej zawodowej - zaznacza Krystyna Michałek regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Jak dodaje, rodzicielskie świadczenie uzupełniające przysługuje wyłącznie osobom mieszkającym w Polsce i mającym (po ukończeniu 16. roku życia) tzw. ośrodek interesów życiowych na terytorium naszego kraju – przez co najmniej 10 lat. Świadczenie to może być przyznane obywatelom Polski, państw Unii Europejskiej oraz EFTA, a także cudzoziemcom legalnie przebywającym na terytorium Polski. Uzyskanie prawa do świadczenia nie jest uzależnione od wcześniejszego opłacania składek na ubezpieczenia społeczne.

Ile wynosi „emerytura matczyna”

Świadczenie przysługuje w wysokości najniższej emerytury. Od 1 marca 2026 roku jest to 1978,49 zł brutto. Jeżeli jednak osoba zainteresowana pobiera już emeryturę lub rentę z ZUS, KRUS albo innego organu rentowego w kwocie niższej od najniższej emerytury, rodzicielskie świadczenie uzupełniające stanowi dopłatę do wysokości najniższej emerytury. Oznacza to, że jego wysokość odpowiada różnicy między kwotą najniższej emerytury a wysokością pobieranej emerytury lub renty. Np. jeśli emerytura wynosi 1000 zł brutto, rodzicielskie świadczenie uzupełniające będzie wynosić 978,49 zł brutto. Rodzicielskie świadczenie uzupełniające podlega corocznej waloryzacji.

Jak otrzymać „emeryturę matczyną”

Trzeba złożyć wniosek do prezesa ZUS lub KRUS. Do wniosku należy dołączyć m.in.

- informację o numerach PESEL dzieci,
- oświadczenie dotyczące sytuacji osobistej, rodzinnej, majątkowej i materialnej, zaświadczenia potwierdzające osiągane dochody,
- zagraniczny dokument stanu cywilnego potwierdzający urodzenie dziecka, jeżeli akt urodzenia dziecka nie jest sporządzony w polskim rejestrze stanu cywilnego,
- orzeczenie sądu o powierzeniu sprawowania pieczy zastępczej nad dzieckiem,
- inne dokumenty, które mogą mieć wpływ na przyznanie prawa do świadczenia,
- dodatkowo od 1 stycznia 2022 roku do wniosku należy złożyć oświadczenie w sprawie świadczenia pielęgnacyjnego. ©℗

FOT. FREEPIK.COM

„Emerytura matczyna” należy się kobiecie, która urodziła i wychowała lub wychowała co najmniej czworo dzieci, ukończyła 60 lat, nie ma niezbędnych środków utrzymania oraz spełnia pozostałe wymagane warunki

FORMALNOŚCI

Kiedy można wstrzymać wypłatę „emerytury matczynej”? Jest kilka takich sytuacji

Małgorzata Stempinska

Rodzicielskie świadczenie uzupełniające przysługuje na stałe, o ile nie zmienią się okoliczności wpływające na prawo lub wysokość tego świadczenia. Wyjaśniamy kiedy wypłata może być wstrzymana.

W przypadku, gdy osoba ubiegająca się o rodzicielskie świadczenie uzupełniające pobiera emeryturę lub rentę wypłacaną przez inny organ rentowy niż ZUS lub KRUS, np. z zaopatrzenia emerytalnego funkcjonariuszy, wnioski o rodzicielskie świadczenie uzupełniające będą rozpatrywane przez prezesa Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. Świadczenie może zostać przyznane, jednak jego wypłata oraz obsługa będą realizowane przez odpowiednie organy emerytalno-rentowe, takie jak: Zakład Emerytalno-Rentowy MSWiA czy Wojskowe Biuro Emerytalne. - Te jednostki odpowiedzialne są za wypłatę świadczenia przyznanego przez prezesa ZUS, a także za monitorowanie jego wypłaty, przeliczanie oraz ewentualne wstrzymywanie - mówi Krystyna Michałek, regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego.

Kiedy można wstrzymać wypłatę świadczenia

Rodzicielskie świadczenie uzupełniające przysługuje na stałe, o ile nie zmienią się okoliczności wpływające na prawo lub wysokość tego świadczenia.

Osoba je pobierająca ma obowiązek informowania ZUS o wszelkich zmianach, które mogą wpłynąć na prawo do tego świadczenia oraz jego wysokość.

Dotyczy to np.:

- podjęcia zatrudnienia,
- uzyskiwania dodatkowych dochodów czy
- nabycia prawa do innego świadczenia.

Należy również powiadomić Zakład Ubezpieczeń Społecznych o zaprzestaniu zamieszkania w Polsce, utracie obywatelstwa polskiego, prawa pobytu lub stałego pobytu na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej, a także o uznaniu dalszego pobytu na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej za nielegalny.

Trzeba także zgłaszać przypadki tymczasowego aresztowania lub odbywania kary w zakładzie karnym (z wyjątkiem odbywania kary w systemie dozoru elektronicznego). Organ rentowy oceni, czy osoba dysponuje niezbędnymi środkami do życia, a w zależności od tej oceny podejmie decyzję o wypłacie świadczenia lub jego wstrzymaniu. W pozostałych przypadkach, gdy ustają przesłanki do przyznania świadczenia, organ rentowy wstrzyma wypłatę matczynej emerytury.

Okoliczności będące podstawą do wstrzymania tego świadczenia to np.:

- pobyt w areszcie śledczym lub zakładzie karnym,
- ustanie przesłanki zamieszkania w Polsce,

- Wypłata „emerytury matczynej” może zostać wstrzymana m.in. z powodu pobytu w areszcie lub zakładzie karnym

KRYSTYNA MICHAŁEK
regionalny rzecznik ZUS województwa kujawsko-pomorskiego

- posiadanie niezbędnych środków utrzymania (np. podjęcie zatrudnienia).

Co ważne, prezes ZUS lub prezes KRUS może odmówić przyznania rodzicielskiego świadczenia uzupełniającego osobie, którą sąd pozbawił władzy rodzicielskiej lub której sąd ograniczył władzę rodzicielską przez umieszczenie dziecka lub dzieci w pieczy zastępczej lub w przypadku długotrwałego zaprzestania wychowywania dzieci.

Co można zrobić, gdy nie zgadzamy się z decyzją ZUS

Jeśli nie zgadzamy się z decyzją w sprawie rodzicielskiego świadczenia uzupełniającego, wówczas mamy prawo:

- w ciągu 14 dni od doręczenia decyzji zgłosić wniosek do prezesa ZUS o ponowne rozpatrzenie sprawy,
- w ciągu 30 dni od doręczenia decyzji zgłosić skargę do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Warszawie za pośrednictwem prezesa ZUS.

Jeśli nie zgadzamy się z decyzją wydaną po ponownym rozpatrzeniu sprawy, mamy prawo złożyć skargę do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Warszawie. ©℗

eprasa.pl 60e90ebca3

POD PARAGRAFEM

• **Pamiętajcie o Głowackim** Janusz Andrzej Głowacki (ur. 13 września 1938 r.–zm. 19 sierpnia 2017 r.), dramaturg, scenarzysta i felietonista, miał też w CV powieśc kryminmalną – „Dzień słodkiej śmierci", opublikowany w 1969 r. serii zeszytowej „Ewa wzywa 07"

HISTORIA

Sekrety operacji „Unthinkable": trzecia wojna, która nie wybuchła

brak, żar, pisk, grab

Brytyjskie plany wywołania w 1945 r. wojny światowej przeciw Sowietom były całkiem realne. Niebagatelną rolę mieli w niej odegrać Polacy – zarówno ci na Zachodzie, jak i ci w kraju

Popularne w Polsce przekonanie, że Churchill cynicznie sprzedał nas w Jałcie Stalinowi, nie do końca odpowiada prawdzie. Realizując interesy mocarstwa, postąpił po prostu jak wytrawny polityczny gracz. Co wcale nie znaczy, że uważał porządek, który zapanował w Europie w 1945 r., za dany raz na zawsze.

Niedoszłą III wojnę miały toczyć siły amerykańskie i brytyjskie, Polacy i 100 tys. żołnierzy niemieckich byłego Wehrmachtu

Wstęp do III wojny

O tym, że Churchill nienawidził Rosji sowieckiej i zdawał sobie sprawę, jakie niebezpieczeństwo ideologia komunistyczna stanowi dla świata, świadczy wiele faktów. Historycy przypominają na przykład niezrealizowany plan pod kryptonimem „Pika" – bombardowania sowieckich instalacji naftowych na Kaukazie w 1940 r. Przypomnijmy, że przed 22 czerwca 1941 r. ZSRS był oficjalnie sojusznikiem Hitlera, więc zniszczenie Baku, Batumi i Groznego mogły gospodarczo sparaliżować oba kraje. Po inwazji niemieckiej Związek Radziecki stał się nieoczekiwanie aliantem Wielkiej Brytanii, zatem plan odłożono ad acta.

W polityce sojusze nie trwają wiecznie, szczególnie w polityce brytyjskiej, roszczącej sobie od wieków prawo do stabilizowania sytuacji na kontynencie. Gdy więc w kwietniu Churchill zdał sobie sprawę, że Sowieci na dniach zdobędą Berlin i staną u wrót Europy, polecił komórce sztabowej British Armed Forces Joint Planning Staff opracować sekretny plan powstrzymania radzieckich dywizji. Przeszedł on do historii jako operacja „Unthinkable" („Nie Do Pomyślenia") i był tak naprawdę wstępem do III wojny.

Znów Niemcy?

Dziś brzmi to niewiarygodnie, ale stratedzy brytyjscy całkiem serio rozważali zbrojne starcie ze Stalinem – mającym apetyt na połknięcie Europy, ale osłabionym gromieniem III Rzeszy. W raporcie przesłanym Churchillowi sztabowcy planowali zmasowany atak na Rosję, a nawet ustalono jego datę – III wojna miała wybuchnąć 1 lipca 1945 r. Do krucjaty mieli dołączyć Amerykanie, choć zaznaczono, że ich rola będzie większa w dalekowschodnim teatrze wojny – obawiano się, że Stalin sprzymierzy się z Japonią. Co brzmi dla nas chyba najbardziej szokująco, u boku aliantów zachodnich na Stalina miało też pomaszerować 100 tys. niemieckich żołnierzy ze świeżo rozgromionego Wehrmachtu.

Militarna strona operacji „Unthinkable" to jedno, propaganda to drugie. Otóż – jak zapisano w raporcie – oficjalnie celem działań zbrojnych miało być: „Wyrwanie Europy Wschodniej spod okupacji rosyjskiej", a szczególnie zapewnienie „uczciwego ładu dla Polski". Ale znów bądźmy świadomi, że Brytyjczycy nie kierowali się sympatią dla naszego kraju, ale czystym wyrachowaniem. Troska o Polskę zręcznie usprawiedliwiała prewencyjne uderzenia na wroga. Wymienienie w dokumencie Polski świadczyło jednak o tym, że polscy żołnierze też mieli być użyci w tej wojnie. I to u boku Niemców

Wstęp do III wojny

Oddajmy głos Jonathanowi Walkerowi, brytyjskiemu historykowi, który dotarł w archiwach do zakurzonych planów sztabowców i napisał na ich podstawie książkę „Trzecia wojna światowa. Tajny plan wyrwania Polski z rąk Stalina". Gdy czyta się, jak wojskowi wyobrażali sobie pokonanie Rosjan, można przekonać się, jak bardzo brytyjskie wyobrażenia odbiegały od rzeczywistości: „Główna bitwa pancerna rozegrałaby się zatem na wschód od nowej granicy na Odrze i Nysie, gdzieś między Szczecinem a Bydgoszczą. Gdyby ta potężna konfrontacja zakończyła się pomyślnie, kolejnym celem aliantów byłoby zabezpieczenie liczącej blisko 400 kilometrów linii Gdańsk – Wrocław; wszelka dalsza ofensywa przed zimą wiązałaby się z wydłużeniem południowej flanki". Tu dodajmy, że także z niebezpieczeństwem ataku Czechów, którzy – jak dowodzili sztabowcy – stanęliby u boku Stalina.

Już z powyższego fragmentu widać, że III wojna miała mieć charakter totalny. Czołgi, lotnictwo, zmasowane bombardowania, niszczenie nie tylko wojsk, ale też miast, a niektórzy z wojskowych sugerowali nawet w przyszłości użycie atomu, nad którym gorączkowo pracowały laboratoria. Do tego spotęgowana akcja propagandowa skierowana do podbitych narodów: szpiedzy, wywiadowcy i dezinformacja. Na żart zakrawa to, że alianci poszliby wzorem Niemców i ich niesławnej operacji „Barbarossa" – parliby prosto na wschód w kierunku Mińska i Smoleńska.

A Polacy?

Co ciekawe, o ile planowana operacja „Unthinkable" byłą ściśle tajna, przekonanie, że kolejna wojna musi wybuchnąć, utrzymywało się z wielką siłą, szczególnie w Europie Wschodniej. Choć podziemie w Polsce zostało w styczniu 1945 r. formalnie rozwiązane, NKWD przejęło kontrolę nad terytorium, Brytyjczycy liczyli na poparcie ze strony antykomunistycznej opozycji.

Ostatnie słowa rozkazu gen. Okulickiego rozwiązującego AK brzmiały wszak nieprzypadkowo: „Obecne zwycięstwo sowieckie nie kończy wojny. Nie wolno nam ani na chwilę tracić wiary, że wojna ta skończyć się może jedynie zwycięstwem słusznej sprawy, triumfem dobra nad złem".

„Mimo stopniowego rozpadu podziemia większość Polaków żywiła nadzieję, że lada moment wybuchnie konflikt między Zachodem a Związkiem Radzieckim" – pisze Walker. Podobne nadzieje żywiły polskie władze na uchodźstwie. Prof. Jan Ciechanowski, powstaniec i historyk, twierdzi, że w III wojnę najgoręcej wierzyli były wódz naczelny gen. Kazimierz Sosnkowski i gen. Władysław Anders.

Jaką rolę w przyszłej wojnie mieli odegrać Polacy? „Po zdemobilizowaniu Polskich Sił Zbrojnych na Zachodzie nasze wojsko wcale nie przestało istnieć. Przeszło w stan uśpienia. Zachowano struktury poszczególnych jednostek, tzw. koła oddziałowe, w oparciu o które w każdej chwili – na wypadek III wojny – można było odtworzyć armię. W Londynie działał nawet sztab generalny gen. Andersa" – mówił Ciechanowski w wywiadzie dla „Rzeczpospolitej" w 2010 r.

Opcja ryzykowna

Rewelacji prof. Ciechanowskiego jest znacznie więcej. Choćby ta, że plany udziału Polaków były aktualne jeszcze w latach 50., że w razie wybuchu wojny na terenie Wielkiej Brytanii mieli być zmobilizowani byli żołnierze z terenów Europy Zachodniej, że przyszła polska armia miał liczyć trzy dywizje, w tym nowoczesne formacje zmotoryzowane, wzorowane na US Army, albo że jej liczebność miała być powiększana o dezerterów z LWP. „W Londynie zakładano, że wojsko ludowe jest do wzięcia. Naturalnie należałoby usunąć politruków, sowieckich oficerów. Masa żołnierska miała jednak pójść z nami" – twierdzi Ciechanowski.

Brytyjczycy porzucili plany wojenne znacznie wcześniej. Konfrontacji ze Stalinem odmówili Amerykanie, a i sam Stalin zatrzymał się na Łabie, trawiąc wojenne zdobycze w Europie Wschodniej. Wśród brytyjskich sztabowców coraz częściej było słychać, że wojna z ZSRS jest nierealna, bo jest zbyt potężny. Już 22 maja 1945 r. dowództwo w raporcie do Churchilla stwierdziło, że ewentualna operacja wojenna jest wysoce ryzykowna. Ten jeszcze nie podjął decyzji, zażądał sporządzenia planu na wypadek ewentualnej agresji Sowietów na Wyspy Brytyjskie, ale on sam też zdawał sobie sprawę, że wojny nie będzie. Europę czekał inny rodzaj konfrontacji – zimnowojenne okowy.

eprasa.pl 60e90ebca3

PITAWAL PRASOWY II RP

W II Rzeczypospolitej nie brakowało telefonicznych nagabywaczy i oszustów

stanmajer

Problem teleprzestępczości wcale nie jest nowy. Dowodem tekst z „Tajnego detektywa" (nr 1 z 1933 r.), zatytułowany „Jak tępić szantaże telefoniczne".

W 1924 r. liczba teleabonentów w Polsce przekroczyła 100 tys. (jeden na 270 osób), a w 1930 r. sięgnęła 146 tys. (jeden na 219 osób)

Przytoczmy tekst in extenso: „Małżonkowie Tuchbandowie w Warszawie, którzy za pośrednictwem telefonu tak dotkliwie dręczyli i szantażowali inż. Lurie, zostali onegdaj zasądzeni na karę więzienia. Będzie to zapewne odstraszającym przykładem dla tych wszystkich osobników, którzy czy to z lekkomyślności, czy też ze złośliwości niepokoją swoich bliźnich przy pomocy telefonu. Niepokojenie telefoniczne przybiera i u nas różne formy. – Czasem rozlega się w nocy dzwonek telefonu w prywatnem mieszkaniu, budząc domowników, to znów anonimowy osobnik łączy się telefonicznie nie podając swego nazwiska, miota obelgi na swego rozmówcę, lub wprowadza go w błąd albo dokucza mu nieprawdziwemi wiadomościami. Tego rodzaju poważne wykroczenia mogą posiadać wprost znamiona ciężkich przestępstw obłożonych przez kodeks karny kilkuletniem więzieniem, jak np. zbrodni wymuszenia (szantażu).

Niechże jednak lekkomyślny osobnik, który dręczy innych w tych ciężkich czasach, nadużywając aparatu telefonicznego, nie sądzi, że tylko wtedy może być pociągnięty do odpowiedzialności karnej, jeśli przez telefon dopuści się zbrodni. Samo bowiem dokuczanie przez telefoniczne i niepokojenie abonentów telefonicznych, choćby nawet nie kwalifikowało się jako zbrodnia, stanowi wykroczenie karane przez władze administracyjne karą do kilku tysięcy zł grzywny i aresztem do 3 miesięcy.

W jaki sposób można złapać i zdemaskować tchórzliwego i anonimowego szkodnika telefonicznego? Przy aparatach systemu Ericsona (np. w Krakowie) służy do tego prosty sposób. Natychmiast po zorjentowaniu się, że przywołano nas do aparatu celem niepokojącej lub złośliwej szykany, odkładamy ostrożnie słuchawkę na stół, biurko i.t.p. (nie na widełki!) i udajemy się do najbliższego aparatu telefonicznego, skąd donosimy centrali pocztowej (w Krakowie Nr. 150-50} o zajściu. Przy odkładaniu słuchawki należy uważać, aby nie wstrząsnąć widełek, gdyż wtedy połączenie z wołającym jest przerwane. Możemy nadto donieść pisemnie poczcie o treści rozmowy z napastującym nas osobnikiem. Na podstawie zaobserwowanego połączenia poczta wyśledzi numer aparatu, z którego rozmowa nastąpiła, odnośnego abonenta telefonicznego u karze skasowaniem stacji, zaś donoszącego zawiadomi o wyśledzonym numerze. Na podstawie naszego doniesienia karnego do Starostwa grodzkiego lub Prokuratury władze te na podstawie posiadanych dat mogą już wytropić i ukarać sprawcę".

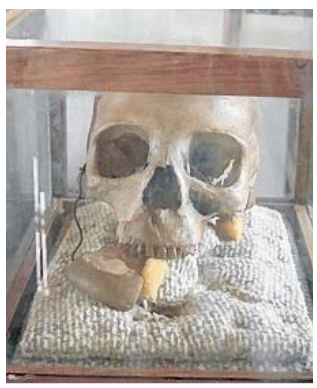
OBYCZAJE

Śladami czaszki sułtana Mkwawy

grab

W podpisanym 28 czerwca 1919 r. Traktacie Wersalskim, w artykule 246 Niemcy zobowiązali się zwrócić Wielkiej Brytanii czaszkę sułtana Mkwawy, władcy ludu Hehe z terenu dzisiejszej Tanzanii.

Jak to się stało, że doczesne szczątki sułtana Mkwawy trafiły do tekstu traktatu? Jakie były jej losy?



Obecnie czaszkę sułtana Mkwawy zobaczyć można w muzeum jego pamięci w Kalenga, w Tanzanii

Feldfebel Merckel

Mkwawa, a właściwie Mkwavinyika Munyigumba Mwamuyinga (ur. 1855 r., zm. 19 lipca 1898 r.), był wodzem Hehe i przywódcą antyniemieckiego powstania w tzw. Niemieckiej Afryce Wschodniej w latach 1891-1898.

Po drobnych sukcesach jego oddziały zaczęły przegrywać, zaś niemiecka armia kolonialna z pomocą przychylnych im wodzów doprowadziła do pogromu jego oddziałów. Ostatecznie Mkwawa popełnił samobójstwo.

Potem sprawy się komplikują. Wedle historyków niejaki Merckel, feldfebel, odciął głowę sułtana i odesłał ją dowództwu. A to wywiozło ją do Berlina jako trofeum z egzotycznej wojny.

Czaszka i polityka

Ale ktoś o tej czaszce wciąż pamiętał, konkretnie ministrowie Rządu Jej Królewskiej Mości. W efekcie w art. 246 Traktatu Wersalskiego, mówiącym o szczególnych reperacjach wojennych, znalazł się zapis o czaszce sułtana. Brytyjczycy domagali się, by w ciągu sześciu miesięcy szczątki trafiły w ich ręce. Ale na realizację żądania musieli poczekać aż 34 lata.

Bowiem dopiero w 1953 r czaszka została odnaleziona w bremeńskim Muzeum Kolonialnym. Wydano ją Anglikom, a ci postanowił wykorzystać ją do podtrzymania trwałości imperium. Rok później czaszkę uroczyście przekazano tanzańskiemu plemieniu Hehe. Plemię Hehe czaszkę z atencją odebrało, a siedem lat później Tanganika ogłosiła niepodległość. Dzisiaj w Tanzanii jest narodową relikwią, a imieniem Mkwawy obdarzono place i ulice w całym kraju.

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

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

Handlowe

MATERIAŁY BUDOWLANE

BOJLER 80 litrowy biały, 691-636-371

MEBLE

LUSTRO przedpokoje z szufladką; Eteżerka z 3 lustrami; Chłodziarka, Regał szklany sklepowy (50 cm), 691-636-371

INNE

SCHODY wewnętrzne, zdemontowane, dł. poręczy 4,6 m dł. schodów 75, szer. 21. grubość 3x4cm., 691-636-371

Praca

ZATRUDNIĘ

GOSPODARSTWO praca# 691512930

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

DROBNE-REMONTY/ TEL.693-051-624

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., 514-299-106

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

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

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

OGRODNICZE

WYCINKA drzew, podcinanie, porządkowanie działek, koszenie, usuwanie karp, wywóz gałęzi, zakładanie trawników, ogrodzenia z siatki, 514-299-106

PORZĄDKOWE

SPRZĄTANIE piwnic, strychów, garaży, działek, domów po lokatorach i zmarłych, wywóz rzeczy, ubrań, gruzu, kucie, prace rozbiórkowe,, 887-069-855

WYWÓZ złomu, sprzętu agd, rtv, gruzu, sprzątanie działek, piwnic, inne, rozbiórki domów, szklarni itp,, 514-299-106

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus 7dniowy od 1250zł. Ful opcja, cisza, spokój, natura, miodowyraj.pl 501642492.

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

KRAJ - MORZE

Karwia, - wczasy i pokoje nad morzem, 602-474-929

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

Rolnicze

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/ tona, 500-669-621

Towarzyskie

ATRAKCYJNA 40-latka, 663-941-059

SANDRA, 885-213-554

REKLAMA 0111562220

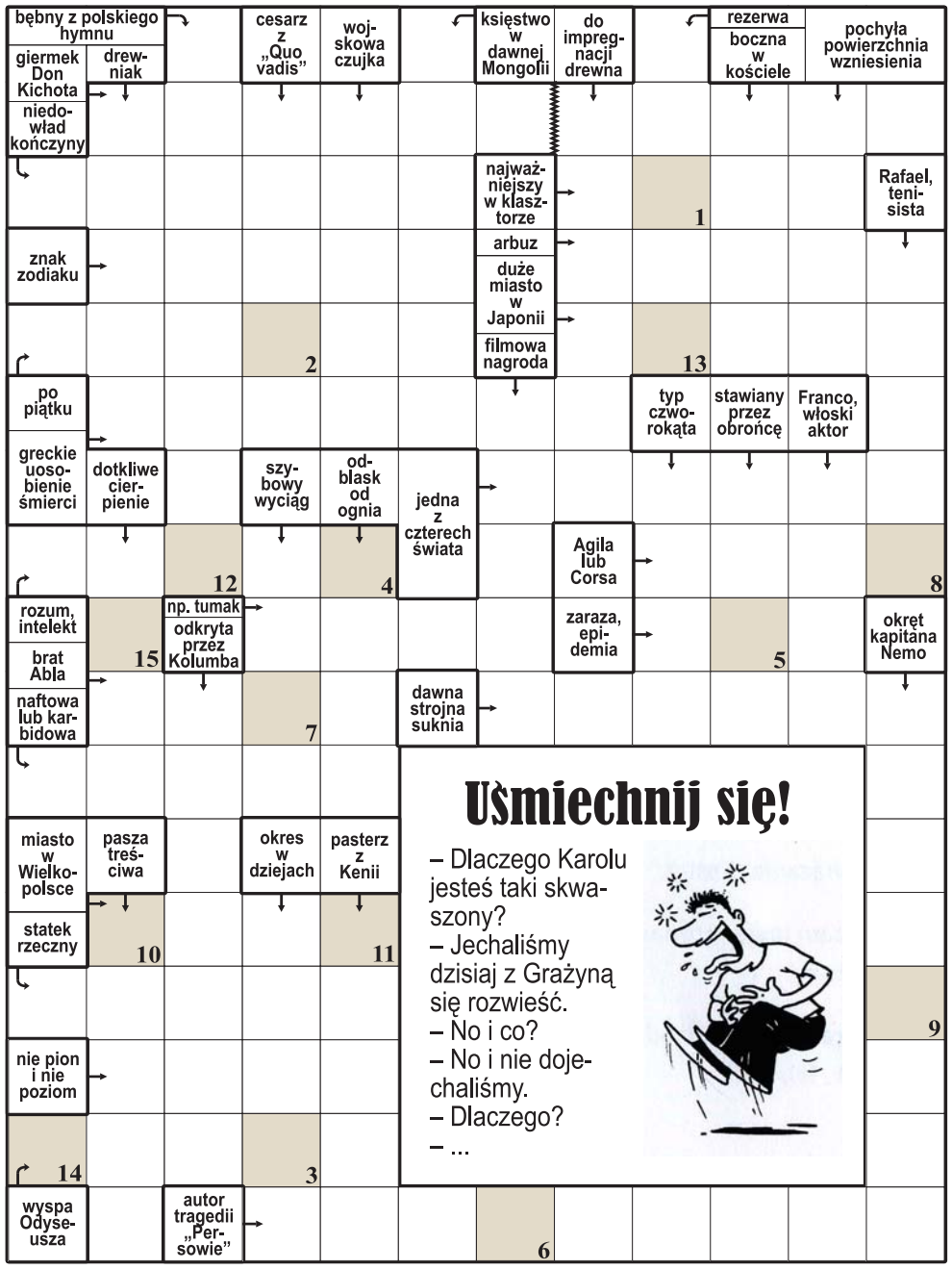
FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.

Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

eprasa.pl 60e90ebca3

Krzyżówka panoramiczna



Uśmiechnij się!

– Dlaczego Karolu jesteś taki skwaszony?
– Jechaliśmy dzisiaj z Grażyną się rozwieść.
– No i co?
– No i nie dojechaliśmy.
– Dlaczego?
– ...

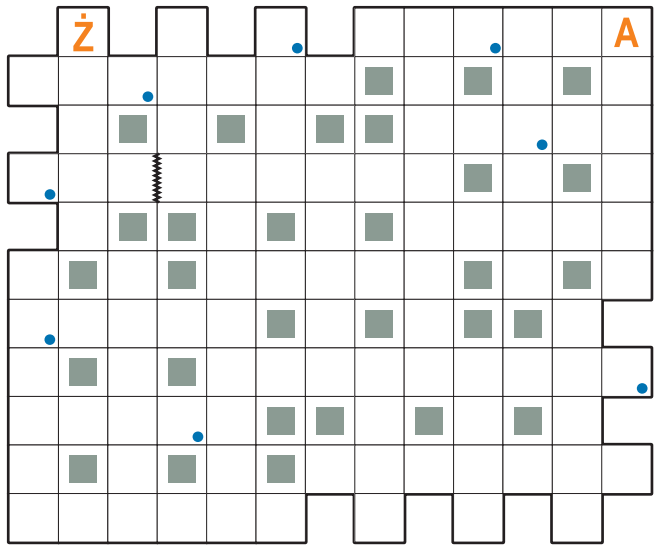
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

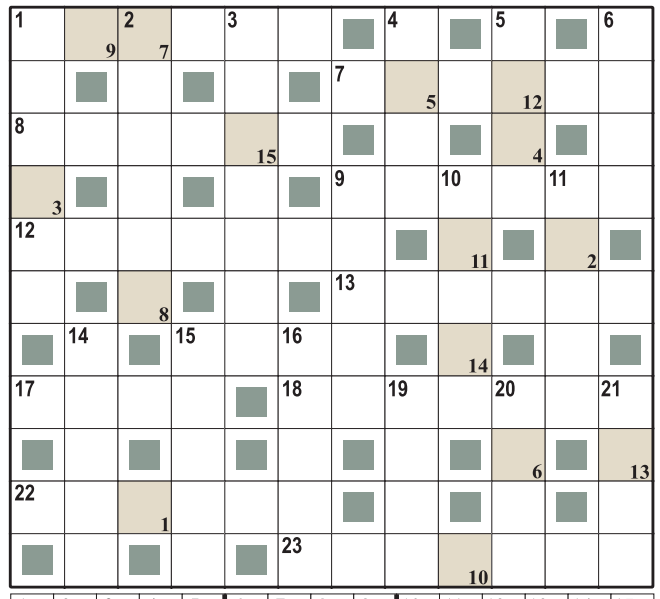
Krzyżówka A-Ż

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) największy stan w USA (6).
B) metalowy wyrób hutniczy (6).
C) słodki przysmak z Bliskiego Wschodu (6).
D) błędny rycerz z powieści Cervantesa (3,6).
E) tematyka miłosna (7).
F) Enrico, włoski fizyk-noblista, współtwórca pierwszego reaktora jądrowego (5).
G) małe skupisko drzew (4).
H) swawolna, psotna zabawa dzieci (5).
I) córka królewska w Hiszpanii (8).
J) napój o gęstej konsystencji, otrzymywany z mleka (6).
K) broń palna z długą lufą (7).
L) materiał budowlany (8).
Ł) ... pańska na pstrym koniu jedzie (5).
M) czwarta od Słońca planeta Układu Słonecznego (4).
N) osesek w beciku (9).
O) lęk przez nieznanym, bojaźń (5).
P) cztery kąty i ... piąty (4).
R) podłużne zagłębienie (5).
S) ... Przybylska, wykonawczyni przeboju „Pamiętasz była jesień” (6).
T) cesarz rzymski, ma swoją kolumnę (6).
U) odprowadzenie nadmiaru wody (5).
W) prezydencki sprzeciw wobec ustawy (4).
Z) głębokie pogrążenie się w myślach (6).
Ż) koronkowa ozdoba sukni i koszuli (5).



Krzyżówka z hasłem

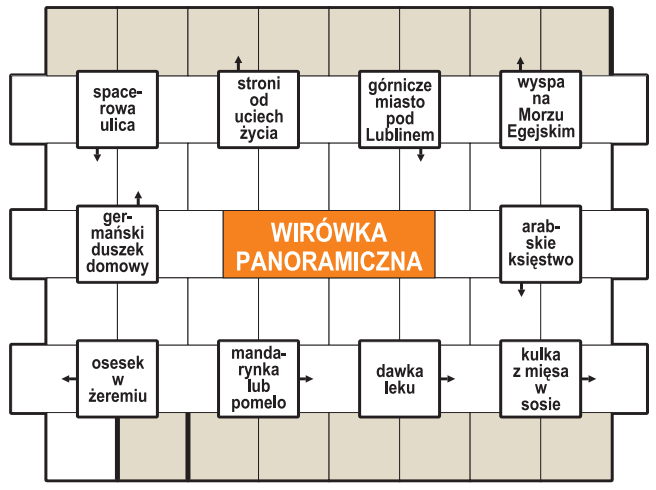


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: przysłowie litewskie.

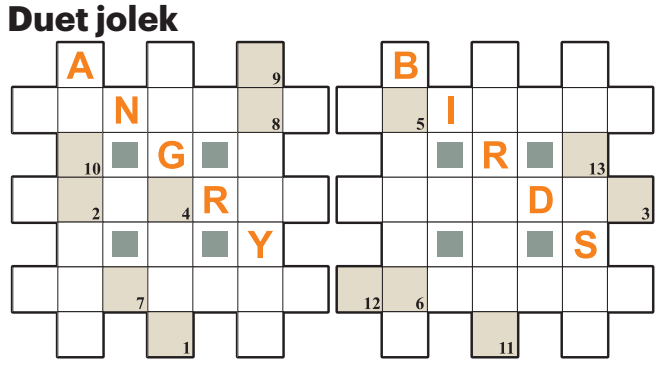
Poziomo:
1) ośla dla narciarzy,
7) drąg przy furmance,
8) kościelny dostojnik,
9) cykliczna forma muzyczna,
12) splot trawy z ziemią,
13) ... Brando, aktor z USA,
15) płoną w kominku,
17) dygnitarz z Wenecji,
18) mityczna kraina szczęścia,
22) pomieszczenie pilota,
23) usuwanie usterki.

Pionowo:
1) niemy ptak,
2) Neron lub Klaudiusz,
3) pracownik kasyna gry,
4) niewygodne łóżko,
5) część uprzęży,
6) zmniejszenie cierpień,
9) Sm dla chemika,
10) zasada, reguła,
11) pracują w cylindrach,
14) drąg z hakiem,
15) firmowe w barze,
16) gad z wyspy Komodo,
19) królewska ryba,
20) godność osobista,
21) nastrój, atmosfera.



Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł operetki Karla Zellera.

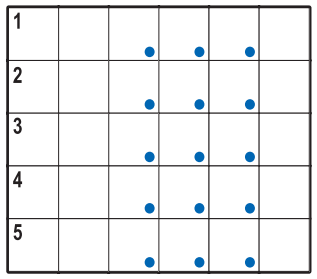
Duet jolek



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 13, utworzą rozwiązanie. W przypadkowej kolejności:

– płynie przez Nowy Sącz
– niewielka grządka z warzywami
– ma swój dzień 8. marca
– poślubiła Janka Kosa
– gruby zeszyt do notatek
– Gdańskie lub Zachodnie
– potocznie: pistolet maszynowy
– córka króla Minosa
– Paul, francuski poeta i dramaturg
– zgliszcza po pożarze
– włókno naturalne na podkoszulki
– płynie przez Podole

Logogryf



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko polskiej alpinistki.
1) stolica „gorącej” wyspy,
2) Jean-Luc, francuski reżyser („Do utraty tchu”),
3) linka do podawania cumy,
4) miasto w wielkopolsce z zakonem Urszulanek,
5) zapalane na grobach.

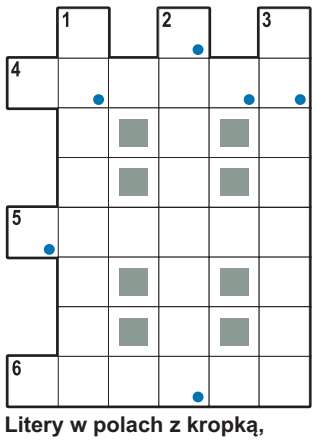
Szyfr

Litery z pól od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: tytuł filmu.

Poziomo:
1) duży hałas, gwar i zamieszanie,
5) cicho w muzyce.

Pionowo:
9) prymitywny but z drewna lub łyka,
15) wyspa w Indonezji (anagram: rola).

Krzyżówka



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

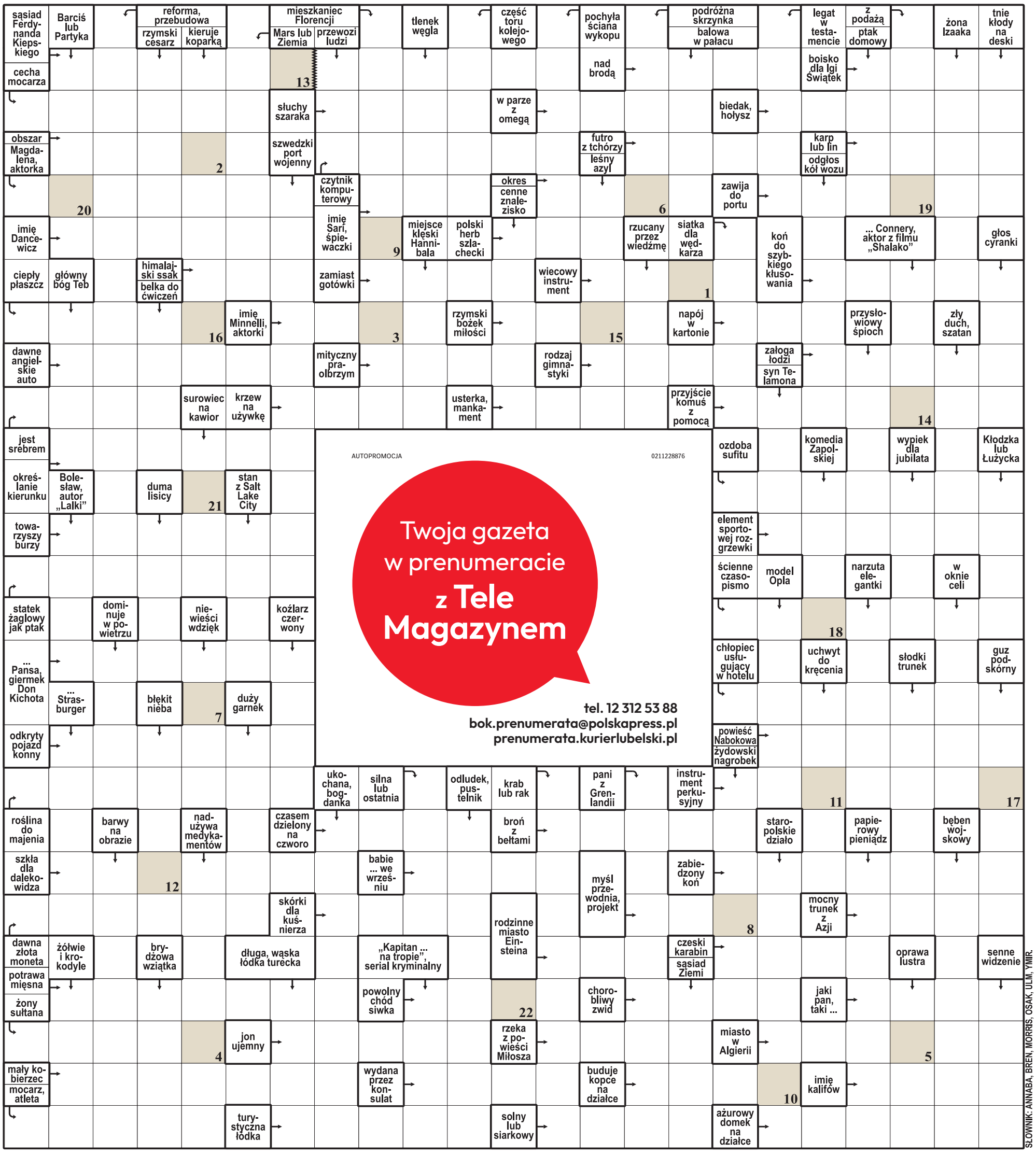
Poziomo:
4, 5, 6) stolice krajów Ameryki Północnej.

Pionowo:
1) postać z legend arturiańskich, Rycerz Okrągłego Stołu,
2) ogół adwokatów,
3) rodzaj szańca ulicznego.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: … pokłóciliśmy się; **krzyżówka A-Ż:** paradoks; **krzyżówka z hasłem:** Błędy uczą rozumu; **wirówka panoramiczna:** „Paszanik z Tyrolu”; **duet jolek:** kolorowe ptaki; **logogryf:** Wanda Rutkiewicz; **szyfr:** „Wola przetrwania”; **krzyżówka:** Panama.

eprasa.pl 60e90ebca3



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 utworzą rozwiązanie: aforyzm Piotra Szreniawskiego.

ROZWIĄZANIE: BEZ MARZEŃ TRUDNO O SZTUKĘ.

eprasa.pl 60e90ebca3

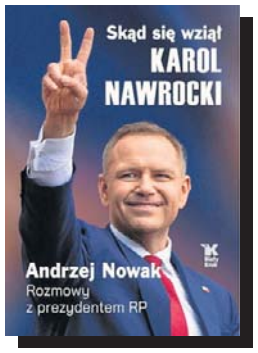
KSIĄŻKI

Chcesz otrzymać książkę? Wskaż ją, wycinając jedną z ilustracji zamieszczonych poniżej, naklej na kartkę pocztową i wyślij do Kuriera. Czekamy tydzień. Listę szczęśliwców opublikujemy wkrótce.

Kazuo Ishiguro „Pejzaż w kolorze sepii”

Etsuko, mieszkającą w Wielkiej Brytanii Japonkę, po śmierci męża zaczynają prześladować wspomnienia związane z samobójstwem córki. Gnębiona wyrzutami sumienia, nieustannie wraca myślami do Nagasaki, do upalnego lata 1950 roku, kiedy ona i jej przyjaciele próbowali odbudować swoje zrujnowane życie i radzić sobie w nowej rzeczywistości. Gdy centralne miejsce w jej wspomnieniach zaczyna zajmować przyjaźń z Sachiko, zamożną kobietą, która utraciła cały swój majątek, obrazy przeszłości stopniowo zlewają się z teraźniejszością i coraz bardziej zaciera się granica między jawą a snem. Ekranizacja powieści trafiła właśnie do kin.

Albatros



Andrzej Nowak „Skąd się wziął Karol Nawrocki”

Kim naprawdę jest człowiek, który w 2025 roku został prezydentem Rzeczypospolitej? W tej książce poznajemy najważniejsze etapy jego życia – od dzieciństwa i młodości w Gdańsku, przez pracę w Grand Hotelu, sport, studia, historię, IPN i Muzeum II Wojny Światowej, aż po najbrutalniejszą kampanię wyborczą III RP i początek prezydentury. Dr Karol Nawrocki rozmawia z człowiekiem, do którego ma pełne zaufanie – prof. Andrzejem Nowakiem. Książka odsłania nieznane dotąd kulisy kampanii prezydenckiej. Prezydent mówi, co naprawdę myśli o rządzących politykach, stanie państwa, relacjach z zagranicą, wojnie o pamięć historyczną i przyszłości Polski.

Biały Kruk

Dorota Ponińska „Rita z Cascii”

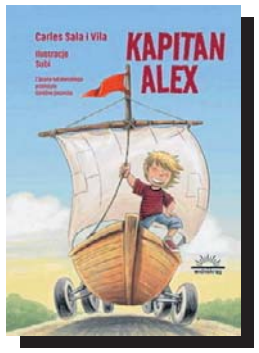
Marzyła o życiu w zakonie, ale została nakłoniona do małżeństwa. Wybrany przez ojca nieokrzesany awanturnik okazał się mężczyzną, którego pokochała. Jak została jedną z najpopularniejszych świętych, do której do dziś pielgrzymują miliony wiernych? Opowieść o XV-wiecznej epoce, ale przede wszystkim o burzliwym i pięknym życiu Rity z Cascii, która dzięki odważnym i nieoczywistym wyborom zawalczyła o samą siebie. Dorota Ponińska na jej drodze stawia Biankę, dziewczynę z Florencji, urodzoną w zamożnej kupieckiej rodzinie. W losach tych dwóch kobiet odbijają się realia życia w późnośredniowiecznej Italii. To pierwsza powieść biograficzna o patronce od spraw niemożliwych.

Znak

Henry Kuttner „Nieskończona szachownica”

Wizjonerska powieść mistrza Złotego Wieku SF. Toczy się wojna między Ameryką a Falangistami, czyli narodem paneuropejskim. Amerykanie okopali się w podziemnych miastach-jaskiniach. Przez wiele lat na wojnie prowadzonej przez roboty pod nadzorem techników trwał impas. Falangiści zdobyli jednak nową broń, dzięki której dokonują rzeczy na pozór niemożliwych. Amerykańscy specjaliści, którzy usiłują odkryć sekret Falangistów, masowo wpadają w obłęd i, co jeszcze bardziej zagadkowe, wykształcają przy tym nadnaturalne zdolności. Pracujący nad sprawą Robert Cameron z Dolnego Chicago, dyrektor do spraw psychometrii, także ma już halucynacje.

Rebis



Carles Sala i Vila „Kapitan Alex”

Jeśli coś leży naprawdę daleko od Grajdołków – to właśnie morze. Tak przynajmniej twierdzą zapracowani mieszkańcy obu wiosek. Nic więc dziwnego, że żadne dziecko z okolicy nigdy dotąd nie widziało morza. A co, jeśli to nieprawda? Jeśli morze wcale nie jest tak daleko, jak się wszystkim wydaje? Jeśli odległość mierzy się nie kilometrami, lecz odwagą i determinacją? Dzieci z Grajdołka Górnego i Grajdołka Dolnego postanawiają wziąć sprawy w swoje ręce. Z pomocą babć i dziadków budują dwa niezwykłe pojazdy i wyruszają w drogę. Czy uda im się dotrzeć nad morze? Dwie grupy przyjaciół, epicka – a może całkiem niepoważna – rywalizacja oraz podróż, która na zawsze odmieni ich życie.

Widnokrąg

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

Filip Chajzer

Nie był zadowolony

Ukazała się książka celebryty o wiele mówiącym tytule „Szczęście na kreskę”. Chajzer chce teraz opublikować jej amerykańską wersję, której przygotowanie zlecił Jo Harperowi. Ten mieszkający w Polsce od wielu lat dziennikarz zamieścił ostatnio na swym blogu wpis, w którym twierdzi, że nie otrzymał zapłaty za przygotowanie próbnego tłumaczenia wstępu do książki. W odpowiedzi Chajzer powiedział Pudelkowi, że to, co dostał od Harpera, nie spełniało jego oczekiwań. – Jakość tego, co otrzymałem, nie była zadowalająca. Nie zaakceptowałem tego – stwierdził.

Anna Lewandowska

Ma prywatnego lokaja

Przeprowadzka Lewandowskich za ocean rozpoczęta! Najpierw do Chicago poleciał kapitan polskiej reprezentacji piłkarskiej, a kilka tygodni później dołączyła do niego żona z dziećmi. Lewandowscy zakwaterowali się w prestiżowym hotelu Waldorf Astoria Chicago, zlokalizowanym w eleganckiej dzielnicy Gold Coast. To pięciogwiazdkowy symbol luksusu i szyku w samym sercu Wietrznego Miasta, oferujący gościom m.in. ekskluzywne spa, prywatnych lokajów oraz spektakularne widoki na panoramę miasta. Ceny standardowych pokoi w tym obiekcie zaczynają się od ok. 500-800 dolarów (ok. 2000-3200 zł) za noc.

Antek Królikowski

Czeka go walka

Joanna Opozda na początku lipca opublikowała oświadczenie na swym profilu na Instagramie, w którym ujawniła, że sąd orzekł jej rozwód z wyłącznej winy Antka Królikowskiego, a także pozbawił go władzy rodzicielskiej nad ich synem Vincentem. „Dla mnie to nie jest powód do triumfu. To przede wszystkim ogromna ulga i poczucie, że po latach zostałam wysłuchana, a dobro mojego dziecka zostało postawione na pierwszym miejscu” – napisała aktorka. – Ten wyrok jest skrajnie niesprawiedliwy. Na pewno tego tak nie zostawię. Przede mną niestety walka – zapowiedział Królikowski.

Rafał Brzozowski

Ma bezpłatny laser

Plotkarskie media od dwóch tygodni żyją ślubem piosenkarza. „Faktowi” jako pierwszemu udało się ustalić, kim jest jego świeżo poślubiona żona. – Znają się już od lat, a połączyła ich wspólna pasja – muzyka i scena. Helena również jest wokalistką i ma na koncie telewizyjne występy, między innymi w programie „Świat się kręci”, jednak nigdy nie zależało jej na byciu gwiazdą ani bohaterką celebryckich portali – zdradza informator gazety. Helena urodziła się we Francji, choć jej rodzice pochodzą z Grodziska Mazowieckiego. Dzięki temu posiada podwójne obywatelstwo. Aktualnie mieszka w Polsce i prowadzi gabinet dermatologiczny w Grodzisku.

Donald Tusk

Źle wybrał czas

Powrót serialu „Ranczo” na mały ekran budzi ogromne emocje. Ale chyba nikt nie spodziewał się, że na planie produkcji pojawi się sam... premier. – Myśmy przede wszystkim godzinę wcześniej się dowiedzieli, że on będzie. No i była bardzo miła, krótka wizyta – powiedział Cezary Żak w rozmowie z Pudelkiem. Niestety: Tusk pojawił się na planie serialu w niefortunnym momencie, kiedy Wirtualna Polska ujawniła, że jedna z polityczek KO przyznała blisko 4,5 mln zł z pożyczek powodziowych trzem firmom powiązanym z jej otoczeniem. Opozycja skrytykowało szefa rządu za to, że w obliczu głośnego skandalu, jak gdyby nigdy nic, odwiedził „Ranczo” i żartował sobie z aktorami.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, lecz nie spiesz się. Horoskop dzienny mówi, ze czeka Cię miła niespodzianka.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój pomoże Ci osiągnąć cel. Horoskop na dziś radzi wieczorem znaleźć czas na relaks i bliskość.

Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowa otworzy przed Tobą ciekawe możliwości. Horoskop dzienny na piątek radzi zaufać intuicji.

Byk (20.04 - 20.05)
Posłuchaj serca, ale nie ignoruj rozsądku. Horoskop dzienny mówi, że dzień sprzyja rozmowom.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja energia przyciągnie uwagę innych. Horoskop na dziś to wskazówka, by wykorzystać ją i zrobić ważny krok naprzód.

Rak (22.06 - 22.07)
Skupienie przyniesie dobre rezultaty. Horoskop dzienny na piątek sugeruje nie przejmować się małymi błędami.

Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia wróci do Twoich relacji. Horoskop dzienny radzi podjąć decyzję odkładaną od dawna.

Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązanie. Horoskop na dziś radzi zachować tajemnicę i unikać niepotrzebnych sporów.

Waga (23.09 - 22.10)
Przed Tobą dzień pełen inspiracji. Horoskop dzienny na piątek wróży, że nowy pomysł może stać się początkiem ekscytującej zmiany.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie efekty szybciej, niż myślisz. Horoskop dzienny mówi, że wieczorem możesz pozwolić sobie na odpoczynek.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Zaskoczysz innych swoją kreatywnością. Horoskop na dziś podpowiada, by nie bać się wyjść poza utarte schematy i działać.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość będzie Twoją siłą. Horoskop dzienny na piątek to wskazówka, by dać sobie przestrzeń na marzenia.

eprasa.pl 60e90ebca3

LEKKA ATLETYKA

Brązowe płotki Kuby Szymańskiego. Brawo!

Po raz drugi w historii mistrzostw Europy Polska bez medalu w „koronnej" konkurencji, czyli w rzucie młotem kobiet. W Birmingham czekają nas jeszcze wielkie emocje, m.in. start zjawiskowej Natalii Bukowieckiej, Marii Andrejczyk i sztafet

Paweł Wiśniewski

Pierwsze trzy dni 27. edycji lekkoatletycznych mistrzostw Europy w Birmingham i trzy medale reprezentacji Polski. Po srebrnych krążkach Ewy Swobody (100 metrów) i Pii Skrzyszowskiej (100 metrów przez płotki), na najniższym stopniu podium stanął Jakub Szymański.

Aktualny halowy mistrz świata (2026, Toruń) i Europy (2025, Apeldoorn) na 60 metrów przez płotki, w końcu wywalczył konkretne trofeum w seniorskiej rywalizacji na stadionie. W finale biegu na dystansie 110 metrów przez płotki (-0,3 m/sek.), Szymański uzyskał 13.26, a więc czas o ledwie 0.1 sekundy wolniejszy od rekordu Polski (świetna reakcja startowa – 0.146 sekundy). Co ciekawe, na mecie półfinału, który biegał kilkadziesiąt minut wcześniej, również zmierzono mu 13.26...

Na „Alexander Stadium" w Birmingham, szybsi okazali się tylko - Szwajcar Jason Joseph (13.12) i Just Kwaou-Mathey (13.16) z Francji.

FOT. PAP/ADAM WARŻAWA

To tylko kwestia czasu, kiedy Jakub Szymański rozprawi się z rekordem Polski w biegu na 110 metrów przez płotki. Trzeba śmigać poniżej 13.25

To szósty medal reprezentanta Polski w historii biegu na 110 metrów przez płotki na mistrzostwach Europy – poprzednie to: rok 1974 (Rzym) i srebro Mirosława Wodzyńskiego oraz brąz Leszka Wodzyńskiego, rok1978 (Praga) i Jan Pusty ze srebrem oraz kolejne brązy Artur ów – Kohutka (2002, Monachium) i Nogi (2012, Helsinki).

– Wiele osób nie wierzyło w moje możliwości na 110 metrów przez płotki – powiedział po starcie w Birmingham Szymański. – Nawet mi się to zakotwiczyło w głowie. Chcę być na topie i w hali i na stadionie. Pobiegłem tu dwa razy prawie rekord Polski...

Chciała „przypierniczyć"

Po raz drugi w historii mistrzostw Europy Polska bez medalu w rzucie młotem kobiet. Wcześniej taka sytuacja miała miejsce w 1998 roku, w Budapeszcie, kiedy ta konkurencja debiutowała w programie ME, a niespełna 16-letnia Kamila Skolimowska zajęła wówczas 7. miejsce.

Tak czy inaczej, średnia Polski wciąż jest znakomita, czyli medal na czempionat (dwukrotnie na podium stawały bowiem złota Anita Włodarczyk i brązowa Joanna Fiodorow – 2014, Zurych i 2018, Berlin).

W Birmingham bezapelacyjnie najlepsza była Finka Silja Kosonen, której udało się posłać młot o wadze 4 kg na odległość 76.28 m. Druga była Sara Fantini z Włoch – 74.35 m, a trzecia Norweżka Beatrice Nedberge Llano – 72.88 m.

Najlepszy rzut Anity Włodarczyk z 3. serii to 72.37 m. Przypomnijmy, że w lipcu tego roku, Polka uzyskała w Madrycie 75.01 m, co stanowi rekord świata masters (powyżej 40. roku życia). A poprzednio, ponad 75 metrów, Anita machnęła 4 lata temu...

51 centymetrów między trzecią i czwartą zawodniczką to najmniejsza różnica w historii mistrzostw Europy (poprzednio 62 cm dwa lata temu między Rose Loga z Francji – 72.68 m i... Kosonen 72.06 m).

– Szkoda, bo brąz był dziś w zasięgu – wyjaśniała Włodarczyk. – Rzucałam znacznie lepiej niż w eliminacjach, walczyłam. Chciałam w ostatnich rzutach „przypierniczyć" i nieco się usztywniałam. Złoto było poza zasięgiem.

PATRONAT NASZEMIASTO.PL
0011559567

Szwajcarska precyzja i niemiecki triumf: Wieliczka wyłoniła zwycięzcę 83. Tour de Pologne!

LANGTEAM

Finałowy etap 83. Tour de Pologne przyniósł spore emocje pod Kopalnią Soli „Wieliczka". Trasa licząca 12,5 km indywidualnej jazdy na czas rozstrzygnęła losy wyścigu. Przy słonecznej, bezwietrznej pogodzie kolarze stoczyli twardą walkę z czasem.

Odcinek wygrał Szwajcar Stefan Küng (Tudor Pro Cycling Team) z czasem 14'25", wyprzedzając o cztery setne sekundy Finna Fishera-Blacka i Calluma Thornleya. Jednak to jego klubowy kolega Marco Brenner wywołał największą niespodziankę. Młody Niemiec zajął 7. miejsce na etapie (14'37"), co wystarczyło do awansu i przypieczętowania wygranej w Klasyfikacji Generalnej ORLEN oraz punktowej Lang Team.

Głosy z podium i polskiego obozu

- **Marco Brenner:** – *Czy to była jazda na czas mojego życia? Tak. Kluczem był drugi trudny etap, gdzie po kraksie zająłem drugie miejsce i uwierzyłem w sukces. Wywożę z Polski świetne wspomnienia.*
- **Stefan Küng:** – *W poprzednim wyścigu złamałem kość udową. Powrót i wygrana na finałowym etapie wydają się wręcz niewiarygodne. Ten dzień złożył się dla nas w idealną całość.*
- **Michał Kwiatkowski:** – *Moja motywacja jest na sto procent. Z Tour de Pologne zapamiętam przede wszystkim to, jak niesamowicie wspierają mnie polscy kibice. Chcę im to wsparcie oddać na trasie.*
- **Filip Gruszczyński:** – *Wyścig oceniam na duży plus. Wywożę stąd tytuł najlepszego Polaka, satysfakcję i przekonanie, że mogę ścigać się ze światową czołówką.*

Bilans występu Polaków

Biało-Czerwonym zabrakło w tym roku dystansu do ścisłej czołówki. Najszybszym z Polaków na finałowej czasówce był Michał Kwiatkowski (Netcompany INEOS), który z czasem 15'02" stracił do zwycięzcy 37 sekund. W końcowej tabeli najwyżej sklasyfikowany Polak, Filip Gruszczyński (Reprezentacja Polski), zakończył rywalizację na 25. pozycji. Jasnym punktem był z kolei występ Radosława Frątczaka, który triumfował w klasyfikacji najaktywniejszego (LOTTO).

- **Triumfatorzy 83. Tour de Pologne:**
- **Klasyfikacja Generalna ORLEN:** Marco Brenner
- **Klasyfikacja Punktowa Lang Team:** Marco Brenner
- **Klasyfikacja Górska PZU:** Walter Calzoni
- **Klasyfikacja Najaktywniejszego LOTTO:** Radosław Frątczak
- **Klasyfikacja Drużynowa DECATHLON:** Team Visma | Lease a Bike
- **Najlepszy Polak w GC:** Filip Gruszczyński (25. miejsce)

Prezydencka tradycja i horyzont stulecia

Obecność Prezydenta RP Karola Nawrockiego na ceremonii dekoracji wpisuje się w wieloletnią tradycję państwowego mecenatu nad wyścigiem. Patronat Honorowy Głowy Państwa sięga czasów Ignacego Mościckiego i dwudziestolecia międzywojennego. Tę rolę kontynuowali wszyscy prezydenci wolnej Polski po 1989 roku: Lech Wałęsa, Aleksander Kwaśniewski, Lech Kaczyński, Bronisław Komorowski oraz Andrzej Duda, a dziś pielęgnuje ją Prezydent Karol Nawrocki.

Przed organizatorami i kibicami ważny kamień milowy – przypadająca już za dwa lata (w 2028 r.) 100. rocznica pierwszej edycji Tour de Pologne. Sukces tegorocznego wyścigu podsumował Dyrektor Generalny, Czesław Lang: – *To był bez wątpienia wielki tydzień. Zmiana trasy i przejazd z północy na południe przez miejsca, w których nie byliśmy od lat, okazały się strzałem w dziesiątkę. Udowodniliśmy, że mamy wspaniałą, polską markę, z której wszyscy możemy być dumni przed zbliżającym się jubileuszem stulecia.*

Odeszła legenda mikrofonu

Finał rywalizacji upłynął również pod znakiem smutnej wiadomości. W nocy, w dniu swoich 83. urodzin, po walce z chorobą zmarł Włodzimierz Rezner – wybitny sprawozdawca radiowy, którego głos przez lata towarzyszył kibicom m.in. Wyścigu Pokoju i Tour de Pologne.

83.TourdePologne® UCI WORLD TOUR
03.08 GDYNIA – KOSZALIN 04.08 MIĘDZYZDROJE – SZCZECIN 05.08 GORZÓW WIELKOPOLSKI – ZIELONA GÓRA 06.08 ŻAGAŃ – KARPACZ
07.08 OPOLE – KOCIERZ RESORT 08.08 BUKOVINA RESORT – BUKOWINA TATRZAŃSKA 09.08 KOPALNIA SOLI „WIELICZKA"

ORLEN LOTTO DECATHLON ORLEN VITAY PZU dpd Toyota z Radości Polska POLSKA ORGANIZACJA TURYSTYCZNA GRUPA TRANSPORTOWA
TVP 1 TVP SPORT 100 LAT POLSKIEGO RADIA onet PRZEGLĄD SPORTOWY CINEMA CITY nasze miasto.pl CITYBOARD EUROSPORT SOUDAL PHH HOTELE | RESORTY LIDL

eprasa.pl 60e90ebca3

Sport

• **Dominik Kopeć piąty w Europie.** Zawodnik Agrosu Zamość podczas mistrzostw Europy dystans 100 m pokonał w 10,29 sek.

PIŁKA NOŻNA

Motor został oszukany. PZPN przyznał się do błędu w Szczecinie

Krzysztof Nowacki

Gol stracony przez Motor Lublin w 17. minucie zeszłotygodniowego meczu w Szczecinie nie powinien zostać uznany. Kolegium Sędziów PZPN przyznało, że arbitrzy VAR popełnili błąd przy analizie tej sytuacji. Zespół z Lublina przegrał z Pogonią 1:3.

Po kwadransie dobrej gry Motoru w sobotnim (8 sierpnia) meczu, gospodarze stworzyli sobie pierwszą bramkową okazję. Po wyrzucie z autu wszystko rozgrywało się w powietrzu. Głową strzelił Dimitros Keramitsis, ale piłka odbiła się od słupka wzdłuż linii, a do siatki z bliska wbił ją Darko Churlinov.

Sytuacja była przez dłuższą chwilę analizowana przez sędziego VAR, a spornym wydawała się ewentualna pozycja spalona strzelca gola. Ostatecznie sędzia spotkania, Szymon Marciniak, otrzymał informację, że bramka została zdobyta prawidłowo i Pogoń objęła prowadzenie. Jeszcze przed przerwą gospodarze podwyższyli, a ostatecznie wygrali 3:1.

Trzy dni po meczu w Szczecinie Kolegium Sędziów PZPN przyznało, że gol został zdobyty z pozycji spalonej! Kolegium wyjaśniło swoją analizę:

„Podczas dynamicznej akcji napastnik Pogoni nr 21, w momencie strzału na bramkę, znajdował się w okolicach linii pola bramkowego. Ze względu na wysokie tempo akcji i zmienną pozycję zawodnika, który dobił piłkę do bramki po odbiciu się jej od słupka, asystent – mając wątpliwości co do potencjalnej pozycji spalonej – powstrzymał się od sygnalizacji i zezwolił na kontynuowanie gry. Ostatecznie padła bramka, którą sędziowie uznali".

Poznaliśmy także argumentację sędziego VAR, który uznał trafienie: „sędzia VAR analizując sytuację, musiał wyznaczyć linię spalonego, którą w tym przypadku wyznaczała piłka. Główkujący zawodnik znajdował się w wyskoku, co utrudniało sędziom ocenę położenia piłki względem zawodnika, który zdobył bramkę. Ostatecznie sędziowie VAR, po narysowaniu linii spalonego, zdecydowali się nie podejmować interwencji, tym samym potwierdzając prawidłowość zdobytej bramki."

Prezydium KS PZPN zdecydowało, że po weryfikacji narysowanych linii sędziowie popełnili błąd, a bramka Pogoni powinna zostać anulowana z powodu spalonego.

PIŁKA NOŻNA

Motor chce w końcu wygrać. Do Lublina przyjedzie GieKSa

Kamil Wojdat

Przed piłkarzami Motoru czwarty mecz w sezonie, drugi u siebie i być może pierwszy z kompletem punktów. O ile zespół trenera Misiury pokona w niedzielę (godz. 14.45) GKS Katowice, który w Lublinie zagra cztery dni po tym, jak pożegnał się z europejskimi pucharami.

FOT. ARCHIWUM

W poprzednim sezoni Motor dwukrotnie uległ GieKSie. W Lublinie było 2:5, a w Katowicach 2:3

- Wydaje mi się, że na przestrzeni ostatnich lat jest to w Polsce jeden z mądrzejszych projektów. Dlatego spodziewam się bardzo trudnego spotkania, ale mamy plan i wierzę, że ten plan pozwoli nam wygrać – mówi Mariusz Misiura, szkoleniowiec ekipy lubelskiej.

Jedni i drudzy początku sezonu nie zaliczą do wymarzonych, choć zdecydowanie lepiej weszli w niego Katowiczanie, którzy wygrali dwa z czterech meczów Ligi Konferencji i jedno z dwóch starć w Ekstraklasie.

Rozgrywki krajowe zainaugurowali wyjazdową porażką z Wisłą Kraków 1:2, natomiast niewiele brakowało, aby doprowadzić do remisu. W kolejnej serii gier jednak pewnie pokonali Radomiaka 3:1. Za każdym razem drużyna Góraka lepiej prezentowała się po przerwie, co zresztą miało także miejsce w środę w Lidze Konferencji.

Motor nie tyle nie ma wymarzonego początku, co zwyczajnie słaby. Jeden punkt w trzech meczach (2:2 z Widzewem Łódź, 1:2 z Jagiellonią Białystok i 1:3 z Pogonią Szczecin) i strefa spadkowa nie nastrajają pozytywnie. Pewnym światełkiem może być gra ofensywna żółto-biało-niebieskich – zwłaszcza w dwóch pierwszych spotkaniach. Obrona to jednak plac budowy, która póki co nie ma jeszcze wylanych solidnych fundamentów.

- W trzech spotkaniach straciliśmy siedem bramek. To jest bardzo dużo. Ale możemy przecież sobie przeanalizować każdą z nich, z czego wynikała i patrząc na naszą organizację gry w obronie, czy to niskiej czy wysokiej, to nie przez to je straciliśmy. Więc jakby organizacja drużyny jest na dobrym poziomie. Cztery bramki straciliśmy ze stałych fragmentów gry. Straciliśmy dwie bramki po fazie przejściowej. Straciliśmy jedną bramkę, która nie powinna być uznana – ciężko za to brać odpowiedzialność. – wylicza trener Motoru.

- W jakikolwiek jednak sposób piłka nie trafiłaby w nasze pole karne, to musimy być aktywniejsi, skuteczniejsi w działaniach, bardziej odpowiedzialni – zaznacza.

ŻUŻEL

„Koziołki" podejmą w niedzielę Unię. Czas na rehabilitację po Wrocławiu

Krzysztof Nowacki

ORLEN OIL Motor Lublin nadal może pojechać w play-offach i wszystko ma w swoich rękach. Pierwszy z dwóch decydujących meczów w najbliższą niedzielę, kiedy to „Koziołki" podejmą o godzinie 17. FOGO Unię Leszno.

FOT. SPEEDWAY MOTOR LUBLIN/MAT.PRASOWE

Przed Motorem kluczowe dwa mecze rundy zasadniczej

Zespół z Lublina przez pięć ostatnich sezonów jeździł w finale PGE Ekstraligi. W tym roku Motor walczy, żeby w ogóle znaleźć się w fazie play-off.

O to Lublin rywalizuje z Grudziądzem. Dzisiaj Motor ma przewagę trzech punktów, a obie drużyny spotkają się ze sobą w ostatniej serii i zapewne między sobą rozstrzygną sprawę awansu.

Wcześniej jednak Lublinianie podejmą „Byki" z Leszna. W pierwszej rundzie rywale wygrali u siebie 46:44. Jeżeli Motor wygra za trzy punkty, to w Grudziądzu do awansu wystarczy nawet remis.

Jeśli Motor z Unią zremisuje, albo przegra, to wciąż nie traci szans na czwórkę, ale wtedy w Grudziądzu musi wygrać.

- Z taką postawą trudno będzie osiągnąć przyzwoity wynik na torze w Grudziądzu, ale do póki piłka w grze, to ścigamy się dalej i zrobimy wszystko, żeby awansować do czwórki – mówił na antenie Canal+ Sport Jacek Ziółkowski, menedżer Motoru, po meczu we Wrocławiu 31:59.

- O ile wcześniej nie było miejsca na potknięcie, tak teraz nie ma miejsca nawet na delikatne zachwianie. Musimy do końca jechać idealnie. Nie będzie opierdzielania się tylko praca, żeby awansować do play-off – podkreśla Bartosz Bańbor, junior Motoru. ©℗

Awizowane składy:

Motor: 9. Martin Vaculik, 10. Fredrik Lindgren, 11. Kacper Woryna, 12. Mateusz Cierniak, 13. Bartosz Zmarzlik, 14. Bartosz Bańbor, 15. Bartosz Jaworski.

Unia: 1. Grzegorz Zengota, 2. Janusz Kołodziej, 3. Benjamin Cook, 4. Keynan Rew, 5. Piotr Pawlicki, 6. Kacper Mania, 7. Emil Konieczny

KRÓTKO

Karate

Zjechali do Lublina z Polski, Europy i świata

IKO Poland Summer Camp w Lublinie to już tradycja, odbywa się tu od 2012 roku. Jej kolejna edycja rozpoczęła się wczoraj, a potrwa do niedzieli, w obiektach Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego. – To centralny obóz w Europie – zauważa shihan Jacek Czerniec, prezes Lubelskiego Klubu Karate Kyukushin, organizator wydarzenia. Warsztaty poprowadzą Japończycy: shihan Katsuhito Gorai (7 dan) i sensei Kaito Nishimura (aktualny wicemistrz świata). – Najwięcej uczestników to Polacy, ale będziemy mieli także gości z krajów europejskich jak Hiszpania, Niemcy czy Finlandia oraz spoza Europy: ze Stanów Zjednoczonych i Japonii – podkreśla Jacek Czerniec. – Przez lata działalności chcieliśmy zapracować, aby Lublin był europejską stolicą karate i to nam się udało. Tak naprawdę Lublin jest znany na całym świecie – dodaje.

eprasa.pl 60e90ebca3