

kurier lubelski

Poniedziałek 30.03.2026 | Nr. 38 (18.214) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT) | www.kurierlubelski.pl

Rządowy pakiet CPN. Od jutra na stacjach zatankujemy tańsze paliwo **str. 6**



Remont Al. Unii Lubelskiej. Nadchodzi ważny moment w budowie nowego mostu **str. 5**

„Nad czym ja głosuję?”. Blok przy ul. Młyńskiej znowu dostał kosza od radnych **str. 3**



LUBLIN

Czy to szczątki więźniów z Zamku? IPN prowadził prace wykopaliskowe na cmentarzu przy ul. Unickiej **str. 5**

WIELKI TYDZIEŃ

Najpiękniejsze polskie kalwarie

Kalwaria to zespół budowli sakralnych będących jednocześnie stacjami drogi krzyżowej. Kalwarie wznoszone były w całej Europie na wzgórzach, tak by przypominały jerozolimską Golgotę, na której został ukrzyżowany Jezus Chrystus. Idea kalwarii polega właśnie na odtworzeniu scenerii Jerozolimy, tak by wierni mogli pójść śladami Jezusa w procesjach drogi krzyżowej bez konieczności udawania się w pielgrzymkę do Ziemi Świętej.

Czytaj str. 8



Joanna Jastrzębska
Lubelskie

29 lat wystarczyło, żeby liczba mieszkańców woj. lubelskiego zmniejszyła się o 200 tys. I ten spadek nie hamuje. - Jeśli chcielibyśmy myśleć o zwiększeniu dzietności, to musimy poprawić nasze życie w bardzo wielu obszarach - mówi dr Michał Nowakowski, socjolog z UMCS.

To, że mamy niż demograficzny, jest wiadome od ponad czterech dekad. Ostatni rok, kiedy liczba urodzeń była wyższa od liczby zgonów, to 1983. Każdy kolejny rok jest nowym, ponurym rekordem, a skala depopulacji stawia nas w czołówce krajów Unii Europejskiej - Polskę ze wskaźnikiem 1,14 dziecka na kobietę „wypierdziły” tylko Litwa (1,11), Hiszpania (1,10) i Malta (1,01). Co jednak istotne: nawet Bułgaria zamykająca listę, nie osiągnęła statystycznej dwójki dzieci, zatrzymując się na 1,72.

W 2024 r. w woj. lubelskim żyło 2 mln 3 tys. 475 osób. Przed 18. rokiem życia było przynajmniej 361,1 tys. - tyle dzieci korzystało wówczas z programu Rodzina 800 Plus. Biorąc pod uwagę popularność świadczenia, dane z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (obsługuje program od 2022 r.) dobrze obrazują, jak w ostatnich latach zmniejszała się liczba dzieci. W samym Lublinie natomiast liczba beneficjentów



Polskie społeczeństwo kurczy się od wielu lat, a jednocześnie starzeje się

świadczenia spadała z 62,1 tys. w 2023 do 58,8 tys. w 2025 r.

To nie wina kobiet

W przestrzeni medialnej nie brakuje głosów, zwłaszcza osób z klasy politycznej, wypowiadających się na temat niskiej dzietności. Przyczyn upatrują w egoizmie młodych ludzi i innych priorytetach kobiet.

Jak mówi nam dr Michał Nowakowski z Katedry Społecznych Problemów Zdrowotności Wydziału Filozofii i Socjologii UMCS, problem jest dużo bardziej złożony.

- Zaczniemy od tego, że dzieci, które rodzą się dzisiaj, prawie ze stuprocen-

tową pewnością dożyją wieku dorosłego, więc nie musimy mieć ich dużo. Co więcej, zmieniła się ich rola: nie uczestniczą w procesie produkcji w gospodarstwie domowym, dla rodziców nie są zabezpieczeniem na starość. Dziś dzieci stanowią rodzaj dobra luksusowego i, jak mówią ekonomiści, konkurują z innymi dobrami konsumpcyjnymi. Mało tego - ponieważ czas nauki dzieci się wydłuża, w sensie ekonomicznym są dłużej bezproduktywne. A to oznacza dla rodziców coraz większy koszt ich utrzymania - mówi ekspert.

Czytaj str. 5

Nr ISSN 2353-6136

Nr indeksu 350-32X



Komunikacja będzie częściej kursować w niedziele **str. 3**

- Jedną z chorób cywilizacyjnych jest dziś demencja, czyli otępienie poznawcze. Jednym ze sposobów utrzymania sprawności jest ciągłe uczenie się - wskazuje Olgierd Borowiecki **str. 10**

Jubileusz serialu „Ekstradycja”. Ekranowe odbicie Polski lat 90 **str. 16**

W środę w Kurierze Strefa Biznesu

● Marcowa decyzja RPP była przedwczesna. Kryzys w Zatoce Perskiej stawia pod znakiem zapytania dalsze ruchy stóp procentowych w Polsce

ZAMIAST TRADYCJI CZEKA NAS WIZYTA W SUPERMARKECIE

Krzysztof
Cugowski



Okres świąt wielkanocnych to bardzo ważny czas. Jestem absolutnie za tradycją i kultywowaniem tego, co było i jest podstawą naszej państwowości. Szczególnie ważne jest to teraz, kiedy religia chrześcijańska i chrześcijanie są atakowani.

Większość rzeczy, które opierają się na tradycji, historii naszego kraju i narodu, jest w różny sposób sekowane, omijane a nawet udaje się, że w ogóle coś takiego nie istnieje. Dlatego tak istotne jest, aby nie udało się tego zlikwidować. Dlatego o tradycji należy pamiętać. Jak się raz zapomni o tym, to już się do tego nie wróci.

Najlepszym przykładem jest Hiszpania czy Irlandia. Jeszcze do niedawna Irlandia była najbardziej katolickim krajem może nawet i na całym świecie. I raptem w przeciągu piętnastu lat stała się państwem laickim. To pokazuje w jakim kierunku to wszystko idzie i jak bardzo należy pilnować, aby nie wydarzyło się to u nas. Nikt nam tego później nie odda.

Młode pokolenie bardzo często nie jest zainteresowane przeszłością i tradycją. Powody są różne i nie jest to w żadnym wypadku wina młodych ludzi. To jest wina edukacji. Trzeba jasno powiedzieć, że dopóki jeszcze jakieś tradycje w naszym życiu istnieją i jeszcze się jakoś przebijają, to należy je kultywować. Również tradycje świąteczne. Jeżeli tego się pozbędziemy, to co nam zostanie? Wizyta w supermarkecie i koszyk wypełniony różnymi towarami. Tylko to możemy dostać w zamian. Niestety.

ROZMOWA DNIA

Młodzi chcą wysokiej jakości życia, ale bez „wyścigu szczurów”

Mira Suchodolska
(PAP)

MEN pracuje nad Krajową Strategią Młodzieżową. Teraz trwa etap dialogu - w Polsce rozpoczęła się seria spotkań z młodymi ludźmi. Rozmowa z Pawłem Rabiejem, koordynatorem „Diagnozy Młodzieży 2026”, wykładawcą Uczelni Korczaka.

Prowadzili państwo badania fokusowe. Co było najbardziej uderzające w wypowiedziach młodych?

Skala lęku i samotności. Zaczynaliśmy od przekonania, że młodzież - szczególnie w dużych miastach - żyje raczej spokojnie. Tymczasem usłyszeliśmy o przeciążeniu, obawach o przyszłość, o pracę, o relacje. Nawet 15-latkowie zastanawiają się czy znajdują partnera.

Skąd bierze się ten lęk?

Częściowo to efekt świata - wojny, niepewności. Ale też jest to międzypokoleniowy transfer lęku. Rodzice, którzy doświadczali niestabilności, przekazują swoje obawy dzieciom. I często nie mają dla nich czasu.

Młodzi też mówią o braku czasu.

Tak, ich życie jest zaplanowane od rana do wieczora - szkoła, zajęcia dodatkowe. Nie ma czasu na rozmowę i bycie razem.

Czyli dzieciństwo bez spontaniczności?

W dużej mierze tak. I oni mówią wprost: nie chcemy żyć tak jak nasi rodzice - w biegu, przemęczeniu, braku czasu dla bliskich. To pokolenie nie chce „wyścigu szczurów”. Chce spokoju i dobrostanu psychicznego. Młodzi mówią też, że rodzice nie są pierwszym wyborem, kiedy chcą się czymś podzielić, a jednocześnie doświadczają przemocy rówieśniczej, co potęguje poczucie izolacji. Widać też trudności w budowaniu bliskich relacji. Ponad połowa młodych dorosłych nie jest w związku, a znaczna część nie miała w ostatnim roku żadnych relacji intymnych. To pokazuje skalę wycofania i lęku przed bliskością, ale też bariery - ekonomiczne, mieszkaniowe i emocjonalne - które utrudniają wejście w dorosłe życie.

Jak młodzi widzą samych siebie?

Uważają, że są odporni, ale jednocześnie świadomi emocji. Podkreślają, że ich wrażliwość nie jest słabością, tylko siłą. Mówią wprost: świat, który stworzyły starsze pokolenia, był zbyt twardy, oparty na presji i rywalizacji. Oni nie chcą tego powielać.

A ich podejście do pracy?

Szukają sensu i dobrego wynagrodzenia. Chcą być traktowani poważnie i mieć wpływ. Jeśli tego nie znajdują - odchodzą.



FOT. UCZELNIA KORCZAKA

dzą. To nie tyle roszczenie, ile próba stawiania granic i szukania jakości życia.

Czy poradzają sobie w dorosłości?

Myszę, że tak. 70 proc. z nich wierzy, że sobie poradzi. To nie jest pokolenie buntu, tylko pokolenie dystansu. Oni nie chcą walczyć ze światem - chcą żyć na własnych zasadach.

Co ta diagnoza zmienia i jakie działania są dziś najpilniejsze?

To punkt wyjścia. Wcześniej młodzież była pomijana w politykach publicznych. Dziś widzimy skalę problemów: przeciążenie, samotność, przemoc, negatywny wpływ środowiska cyfrowego, trudności w usamodzielnieniu się. Najpilniejsze jest wsparcie zdrowia psychicznego, zmniejszenie przemocy rówieśniczej, pomoc w wejściu w dorosłość - szczególnie mieszkaniowo i zawodowo - oraz odbudowa relacji w rodzinach.

Co będzie dalej?

Wnioski będą wykorzystane do przygotowania strategii młodzieżowej państwa, która ma przełożyć się na politykę publiczną wobec młodych. (PAP)

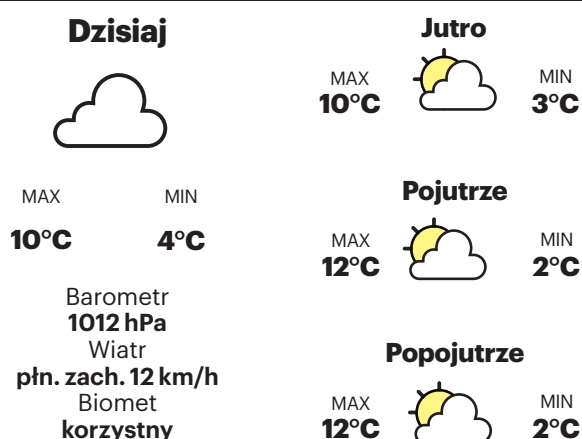
PRZYRODA

Zawilcowy zawrót głowy

Najpiękniejszym akcentem wiosny są kwitnące zawilce gajowe. Przypadkiem znalazłem skrawek lasu o południowej wystawie. Zaciszone, wygrzane słońcem dobre sto metrów kwadratowych zawilców. Setki, tysiące kwiatów na tle wysuszonych traw. Tak kwitną zawilce gajowe. Drobne białe kwiaty w pojedynkę nie robią większego wrażenia. Tysiąc kwiatów rosnących tuż obok siebie, to już widok, którego nie można minąć obojętnie. Zawilcowe dywany będzie można podziwiać tylko przez kilka najbliższych dni. Jeśli pogoda dopisze i słońce nie poskąpi ciepła, widok będzie wręcz niesamowity. Łany kwiatów kołysane najmniejszymi powiewami wiatru. Subtelny, ledwo wyczuwalny zapach i roje trzmieli. Trzeba się pospieszyć, gdyż lada dzień może być już po wszystkim. I jeśli dać wiarę prognozie pogody, to powrót zimy ów niepowtarzalny widok definitywnie zakończy. Zawilce, jak wszystkie kwiaty wczesnej wiosny, mają szalenie krótki cykl rozwojowy. W końcu marca z podziemnego kłącza wypelza pojedyncza łodyżka z trzema listkami. Na szczycie samotny kwiat średnicy dwuzłotówki, który za chwile zgubi płatki. Za miesiąc wydadzą nasiona. W końcu maja zostaną po nich tylko pożółkłe liście. Pośpiech wymusza konkurencja. Wysokie drzewa i krzewy lada chwila zaborą im dostęp do życiodajnego słońca. Ot, wiosna.

Grzegorz Tabasz

Pogoda w regionie



Dziś imieniny obchodzą Amelia i Jan

PISALIŚMY W KURIERZE

30 marca 1999 r.: Podwójne morderstwo na Czechowie. Matka i córka nie żyją
Na klatkę schodową bloku na lubelskim Czechowie wybiegła zakrwawiona kobieta, wołając o pomoc. Sąsiadka wezwała pogotowie. Zanim przyjechała karetka, kobieta zmarła. Przybyły na miejsce lekarz sprawdził jeszcze mieszkanie, z którego wybiegła kobieta. Wewnątrz znalazł następną ofiarę.
- Była to matka wspomnianej kobiety. Miała kilka ran klatki piersiowej zadanych nożem - poinformował nas obecny na miejscu podin-

spektor Julian Sekuła, zastępca komendanta powiatowego policji w Lublinie. Mimo reanimacji druga niewiasta również zmarła. Przed śmiercią zdążyła jednak powiedzieć policji kto napadł ją i córkę. Wskazane go mężczyznę zatrzymano kilkadziesiąt minut później w Świdniku. Morderca zadał każdej z ofiar kilka ciosów w klatkę piersiową dużym wojskowym bagnetem. Wcześniej nachodził obie kobiety, które informowały o tym policję. W grę wchodziły podobno jakieś nieporozumienia rodzinne. ASZ

KALENDARIUM

1853

W oknie wystawowym lwowskiej apteki zapłonęła pierwsza lampa naftowa, skonstruowana przez farmaceutę Ignacego Łukasiewicza.

1940

Zwycięstwo Oddziału Wydzielonego WP majora Henryka Dobrzańskiego ps. „Hubal” w starciu pod Huciskiem z Niemcami.

1973

Zakończono produkcję FSO Warszawa. Od 1951 r. wyprodukowano ponad 250 tys. tych wozów.

1981

Zamach na prezydenta USA Ronald Reagana przed hotelem w Waszyngtonie. Wraz z nim ranne zostały trzy inne osoby.

nasz REGION

KRÓTKO

LUBELSKIE

Policjanci zatrzymali oszustów

Policjanci zatrzymali w ub. tygodniu 32-latkę podejrzaną o oszustwa metodą „na policjanta”. Mężczyzna wspólnie z innymi osobami oszukał trzy kobiety na kwotę prawie 90 tysięcy złotych. Policjanci odzyskali część pieniędzy.

Do oszustw na trzech kobietach w wieku od 69 do 85 lat doszło pod koniec grudnia i w styczniu na terenie Chełma i Zamościa. Z relacji pokrzywdzonych wynikało, że dzwoniła do nich jakaś osoba i informowała, że będą miały doręczone przekazy lub przesyłki z banku i z ZUS. Tego samego dnia odebrały kolejny telefon, gdzie tym razem dzwoniący podwali się za funkcjonariuszy policji i Centralnego Biura Śledczego Policji. Informowali, że osoby,

które wcześniej się z nimi kontaktowały to oszuści. Pod legendą okradzenia kobiet w domu i próby włamania się na ich konto w banku, wypytywali o pieniądze. Informowali, że konieczna jest współpraca, aby chronić oszczędności. W efekcie, trzy kobiety straciły pieniądze.

Pierwsze zatrzymanie miało miejsce jeszcze w styczniu br. na terenie Zamościa. 23-latek został zatrzymany przez policjantów tuż po okradzeniu innej kobiety. Drugie zatrzymanie nastąpiło w czwartek na terenie Lublina. 32-latek został zatrzymany w miejscu swojego zamieszkania. Funkcjonariusze odzyskali część utraconych przez kobiety pieniędzy. Obaj zostali tymczasowo aresztowani na okres 3 miesięcy. LUB

LUBELSKIE

Sport to zdrowie, ale robić to na ekspresówce, to głupota



FOT. GODKIA LUBLIN

W ciągu ostatnich dni na drogach ekspresowych w woj. lubelskim doszło do niebezpiecznych incydentów. W okolicach węzła Świdnik na drodze ekspresowej S12 kamery zarejestrowały osobę biegnącą poboczem.

Do podobnie niebezpiecznego incydentu doszło w ub. tygodniu na S19 w kierunku Rzeszowa, za węzłem Janów Lubelski. 68-letni mężczyzna wjechał na drogę rowerem. - Tłumaczył policjantom, że nie wiedział, że nie wolno się tędy poruszać, a tę trasę jako najszybszą pokazała mu nawigacja - przekazała asp. szt. Faustyna Łazur z policji w Janowie Lubelskim.

Rowerzysta był trzeźwy, za wykroczenie został ukarany mandatem i asyście policjantów, bezpiecznie opuścił drogę ekspresową. ASZ

ZAOSTRZONE PRZEPISY

Kierowco, uważaj! Za drift stracisz prawo jazdy

Od 30 marca zaczną obowiązywać przepisy wprowadzające zakaz kierowania pojazdem silnikowym lub motorowerem w sposób powodujący celowy poślizg kół lub powodujący celową utratę styczności z nawierzchnią chociażby jednego z kół pojazdu. W przypadku takiego wykroczenia policjant zatrzyma prawo jazdy na 3 miesiące.

LUB



FOT. ARCHIWUM

POWIAT ŁĘCZYŃSKI

Stracił ponad 110 tysięcy

Reklama rzekomej inwestycji w akcje koncernu paliwowego skusiła seniora. Zmanipulowany przez podających się za doradców inwestycyjnych wykonywał ich polecenia. I stracił ponad 110 tys. zł.

„Nad czym ja głosuję?”. Blok przy ul. Młyńskiej znowu dostał kosza od radnych

Artur Jurkowski
Lublin

- **Pomysł rewitalizacji tego obszaru jest świetny, natomiast wasze przygotowanie jest fatalne - takie słowa usłyszeli od radnych pomysłodawcy budowy bloków o wysokości 45 metrów w zbiegu ulic: Młyńskiej i Dworcowej. Radni odesłali projekt uchwały w sprawie zintegrowanego planu zagospodarowania do dalszych prac w komisji. I była to druga porażka dewelopera w ciągu czterech miesięcy.**

- W zasadzie zadaję sobie pytanie: nad czym ja głosuję? - mówi Marcin Bubicz, radny klubu Radnych Prezydenta Krzysztofa Żuk podczas ubiegłotygodniowej sesji Rady Miasta Lublin.

Podobne wątpliwości formułowali inni miejscy radni podczas dyskusji w sprawie projektu uchwały dotyczącej zintegrowanego planu inwestycyjnego dla terenu u zbiegu Młyńskiej i Dworcowej. Chodzi o teren położony w bezpośrednim sąsiedztwie nowego dworca autobusowego. Inwestor chce tam postawić dwa bloki o wysokości 14 kondygnacji (45 metrów).

Problem dotyczył autopoprawy do projektu uchwały. Inwestor doprecyzował w niej,



FOT. ARTUR JURKOWSKI

Radni ostatecznie radni zdecydowali, że potrzebują więcej czasu, aby przyjrzeć się planom inwestora i odesłali projekt uchwały do dalszych prac w komisji

na jakim terenie ma powstać część parkingów dla mieszkańców przyszłych bloków. I pojawił się problem.

- Podczas posiedzenia i dyskusji na komisji rozwoju mówiliśmy o innej nieruchomości, niż ta, którą mamy dzisiaj - wskazuje Marcin Wroński, radny prezydenckiego klubu.

Pomysł na zabudowę parceli nie jest nowy. Radni zajmowali

się nim (w innym trybie planistycznym - lex deweloper) w listopadzie 2025 r., czyli cztery miesiące temu. Radni powiedzieli „nie”. Problemem były wówczas miejsca parkingowe. Radni uznali, że inwestor proponuje ich za mało: 99 dla 150 mieszkań.

W nowej propozycji liczba miejsc parkingowych wzrosła do 150, przy czym część z nich

ma powstać na działce innej niż bloki.

- Mieszkania będą miały między pięćdziesiąt a dwieście metrów kwadratowych powierzchni. Inwestor planuje także około tysiąc siedemset pięćdziesiąt metrów kwadratowych powierzchni użytkowej w parterze i pierwszym piętrze - opisuje Sławomir Kłosiak, przedstawiciel inwestora.

Inwestor deklaruje, że w zamian za zgodę na inwestycję przekaze miastu m.in. lokal o powierzchni ok. 144 mkw, urządzony skwer, linie energetyczne.

- Pomysł rewitalizacji danego obszaru jest świetny, natomiast wasze przygotowanie jest fatalne. Gdyby wystawiać oceny, to za pomysł trzeba postawić 5, natomiast za przygotowanie, prezentację oferty pałę - podkreśla Anna Ryfka, wiceprzewodnicząca Rady Miasta Lublin.

Ostatecznie radni zdecydowali, że potrzebują więcej czasu, aby przyjrzeć się planom inwestora. Projekt uchwały został skierowany do dalszych prac w komisjach. Za takim rozwiązaniem opowiedziało się 12 radnych (radni opozycyjnego PiS), przeciwko było 10 radnych (klub prezydenta), 5 wstrzymało się od głosu (klub prezydenta).

Komunikacja będzie częściej kursować w niedziele

Jakub Sarek
Lublin

Minimum dwanaście linii komunikacji miejskiej ma zwiększyć częstotliwość kursowania w niedziele. Zmiany mają wejść w życie na początku maja - wynika z zapowiedzi ratusza.

- W Lublinie od kilku lat obserwujemy ograniczenie częstotliwości kursowania komunikacji miejskiej w niedziele i święta. W wielu przypadkach autobusy kursują wówczas bardzo

rzadko, co 60 minut. W praktyce oznacza to długi czas oczekiwania na przystankach oraz utrudniony dostęp do transportu publicznego dla mieszkańców. Przy tak rzadkim kursowaniu komunikacji miejskiej przesiadki wydłużają się niebotycznie - pisze w skierowanej do ratusza interpelacji Robert Derewenda, przewodniczący opozycyjnego klubu radnych PiS.

W swojej interpelacji radny pyta czy i kiedy zwiększy się częstotliwość kursowania w weekendy linii komunikacji

miejskiej obsługujących największe osiedla mieszkaniowe oraz główne ciągi komunikacyjne miasta.

Jak zapowiada Tomasz Fulara, z-ca prezydenta Lublina, miejskie autobusy i trolejbusy mają częściej wyjeżdżać na ulice z początkiem maja 2026 r.

Zmiany te będą dotyczyć m.in. linii numer: 6, 17, 18, 26, 31, 57, 150, 151, 153, 155, 158, 159.

Jak zapewnia Fulara, korekty te przełożą się to na poprawę dostępności komunikacyjnej oraz zapewnienie częstszych połą-

czeń na głównych ciągach komunikacyjnych miasta.

- Opracowywany jest również pakiet zmian zakładający wzmocnienie kursowania komunikacji miejskiej w soboty, obejmujący analogiczny zakres linii jak w przypadku dni świątecznych (z wyłączeniem linii nr 153). Aktualnie przewiduje się, że wdrożenie tego rozwiązania mogłoby nastąpić we wrześniu 2026 r., co pozwoli na dalsze zwiększenie dostępności transportu publicznego w niedziele i święta - uzupełnia Fulara.

Prace wykopaliskowe na Unickiej. Czy to szczątki więźniów Zamku?

Joanna Jastrzębska
Lublin

Na cmentarzu rzymskokatolickim przy ul. Unickiej w Lublinie Instytut Pamięci Narodowej prowadził prace wykopaliskowe. Udało się zlokalizować szczątki osób, które prawdopodobnie straciły życie w więzieniu na Zamku w 1945 r.

Prace prowadzono 23-25 marca. Badaniami objęto dwie lokalizacje. Pierwszą była mogiła ziemna.

- Odnaleziono tu szkielet spoczywający w układzie anatomicznym, należący do mężczyzny w wieku około 30 lat. Dodatkowo na tym samym poziomie ujawniono szczątki przekazane na cmentarz z zakładu anatomii. Typowanie miejsca umożliwiły m.in. informacje zawarte w karcie grobu, gdzie w pierwszym pokładzie odnotowano zapis „Zamek”, bez podania personaliów ofiary. Jest to jeden z wielu przypadków, gdy w dokumentacji cmentarnej zawarto informacje o tajnym pochówku

więziennym - zaznacza naczelnik Oddziałowego Biura Poszukiwań i Identyfikacji IPN w Lublinie dr Artur Piekarz.

Drugi grób był murowany. Najpierw, w pierwszej warstwie, ujawniono zsyg kostny. Kolejnych odkryć dokonano w niższej warstwie.

- Dwa szkielety zachowane w układzie anatomicznym. Zalegały bezpośrednio na sobie. Według wstępnych oględzin należały do mężczyzn, których przedział wiekowy określono na 20-30 lat. Przy szczątkach ujawniono pojedyncze guziki metalowe - dodaje Piekarz.

Stan zachowania szkieletów nie pozwolił stwierdzić charakterystycznych dla ofiar egzekucji urazów. Mogą to wykazać dopiero bardziej zaawansowane badania, ale są przesłanki by można było przypuszczać, że szczątki należą do więźniów Zamku Lubelskiego.

Znaleziska trafiły do Katedry i Zakładu Medycyny Sądowej UM w Lublinie, gdzie zostaną poddane szczegółowym badaniom oraz próbie identyfikacji genetycznej.

Budowlańcy śpiewająco remontują Instytut Muzyki

Jakub Sarek
Lublin

Najpóźniej za trzy miesiące ma zakończyć się przebudowa siedziby Instytutu Muzyki Wydziału Artystycznego UMCS.

Znajdujący się przy Al. Kraśnickiej 2A budynek Instytutu Muzyki Wydziału Artystycznego UMCS przechodzi gruntowną przebudowę. - Obecnie wykonanych jest ok. 75 proc. prac - informuje Magdalena Wołoszyn-Mróż z Centrum Prasowego z UMCS.

Zakres prac jest szeroki. Do celów dydaktycznych zostanie zaadaptowane poddasze. Nowy wygląd zyska też elewacja obiektu.

W ramach inwestycji powstanie m.in. winda, która zwiększy dostępność komunikacyjną wszystkich kondygnacji budynku. Dzięki temu obiekt będzie dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Jak podawały, „Wiadomości Uniwersyteckie UMCS”,



Remont budynku Instytutu Muzyki UMCS zrobiony jest w trzech czwartych. Będzie kosztował 11 milionów zł

winda zostanie wyposażona w systemy wizualne i dźwiękowe, oznaczenia w alfabecie Braille'a oraz kontrastową sygnalizację. Wykonany będzie również zewnętrzny podjazd dla osób z niepełnosprawnościami. Otrzymają oni także dodatkowe miejsca parkingowe. Chodniki i dojścia wykonane zostaną z materiałów antypoślizgowych, a wejścia do budynku zaprojektowano

tak, by były pozbawione progów i barier.

- Wnętrza budynku otrzymają nowe instalacje m.in. elektryczne, sanitarne, wodno-kanalizacyjne, centralnego ogrzewania i systemy poprawy jakości powietrza wewnętrznego oraz bezpieczeństwa. Zakres robót obejmuje również zastosowanie nowoczesnych materiałów wykończeniowych o podwyż-

szonej trwałości, poprawę efektywności energetycznej budynku oraz dostosowanie obiektu do obowiązujących wymagań technicznych, higieniczno-sanitarnych i przeciwpożarowych, niezbędnych do prowadzenia działalności edukacyjnej - wylicza Wołoszyn-Mróż.

Inwestycja ma zostać sfinalizowana najpóźniej do końca czerwca 2026 r. Jej koszt - wraz z wyposażeniem budynku - sięgnie 11 mln zł.

Umowę na realizację przebudowy podpisano w styczniu 2025 r. Kontrakt trafił do lubelskiego Ins-Budu.

Na Wydziale Artystycznym UMCS studiuje obecnie 512 studentów.

- W Instytucie Muzyki na edukacji artystycznej w zakresie sztuki muzycznej I stopnia mamy 44 osoby, II stopnia - 21 osób. Z kolei na kierunku jazz i muzyka estradowa I stopnia studiuje 41 osób, a na studiach II stopnia mamy na tym kierunku 19 studentów - podaje Wołoszyn-Mróż.

AUTOPROMOCJA

0011501485

Lunchboxy pełne inspiracji. Poznaliśmy zwycięzców konkursu!

Czytelnicy „Kuriera” nie zawiedli - w konkursie „Twój lunchbox ze Stokrotką” nadesłali wiele ciekawych pomysłów i kulinarnych inspiracji. Warto je poznać, bo mogą stać się świetną podpowiedzią przy przygotowywaniu lunchu do pracy czy na uczelnię.

Konkurs „Twój lunchbox ze Stokrotką” został zorganizowany przez „Kurier Lubelski” we współpracy z siecią Stokrotka. Zadanie polegało na skomponowaniu lunchboxa z wykorzystaniem produktów marek własnych tej sieci (*Well Done, Farm Milk, Extra Line, Mio Rio, Gardinia, O!Jajo, O!Mięso, Po Prostu, Pormet, Wide Ocean, Norvil, Rev Up, Bloom, Fibra*).

Dla autorów najlepszych prac Stokrotka przygotowała trzy nagrody pieniężne w formie bonów do wykorzystania w sklepach sieci.

1 miejsce - Paweł Fiedień

2 miejsce - Mateusz Pastusiak



3 miejsce - Monika Dec

Gratulujemy zwycięzcom! A naszych Czytelników zachęcamy do sprawdzenia inspirujących propozycji.



W te święta na stołach królują jaja. Dobra wiadomość dla kur

Joanna Jastrzębska
Lubelskie

Coraz więcej sklepów wycofuje z oferty sprzedaży jaj z chowu klatkowego. Badania pokazują, że większość konsumentów sprzeciwia się takiemu rodzajowi hodowania kur niosek.

Styczeń 2014 r. był schyłkiem ponurego etapu w historii kur - 87 proc. z nich patrzyło na świat zza krat. W przypadku tych zwierząt to tym bardziej istotne, bo ich naturalnym instynktem jest drapanie ziemi i grzebanie w niej. Z13 proc. kur żyjących w systemie ściółkowym, wolnowybiegowym czy ekologicznym dziś mamy ich prawie 39 proc. Przy czym dla kur żyjących w woj. lubelskim, jak wynika z analizy przeprowadzonej przez Otwarte Klatki, jest to 44,7 proc.

- W ciągu ostatniej dekady na rynku wydarzyła się rewolucja na rzecz dobrostanu zwierząt. Duże grono największych graczy rynkowych odwróciło się od jaj klatkowych w odpowiedzi na wzrost świadomości i oczekiwań społecznych. W rezultacie jaja oferowane konsumentom w Polsce to już teraz

w dużej mierze jaja z chowu bezklatkowego - mówi Paweł Rawicki, prezes Stowarzyszenia Otwarte Klatki. - Fakt, że dużo kur wciąż utrzymywanych jest w klatkach, prawdopodobnie mocno wiąże się z tym, że 40 proc. produkcji jaj przeznaczone jest na eksport - dodaje.

Z badań przeprowadzonych przez stowarzyszenie wynika, że w lutym 2026 r. ponad 77 proc. Polek i Polaków ma zdanie, że chów klatkowy to nie są odpowiednie warunki dla zwierząt. W woj. lubelskim ten

odsetek jest wyższy - podobną opinię ma ponad 81 proc. osób.

- Dla 66 proc. Polaków warunki chowu kur są istotne przy zakupie jaj, a 69,8 proc. uważa, że w Polsce powinien zostać wprowadzony zakaz hodowli klatkowej. Polacy nie akceptują takiego chowu i oczekują od biznesu odpowiedzialności. Za każdą zmianą na sklepowej półce kryje się los tysięcy, a nawet milionów kur - mówi z Julia Pająk, menadżerka ds. kampanii dobrostanowych w Stowarzyszeniu Otwarte Klatki.



Dla zdecydowanej większości Polaków warunki chowu kur są istotne przy zakupie jaj

FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

AL. UNII LUBELSKIEJ BĘDĄ ZMIANY W ORGANIZACJI RUCHU

Nadchodzi ważny moment w budowie nowego mostu

Aleksandra Szymczak
Lublin

Jeszcze przed świętami na Al. Unii Lubelskiej w Lublinie kierowcy muszą liczyć się z utrudnieniami. Zamknięty będzie jeden pas ruchu na obiekcie mostowym.

Czasowa organizacja ruchu obejmie fragment Al. Unii Lubelskiej na istniejącym obiekcie mostowym. Ruch pojazdów będzie odbywał się zwężonym przekrojem jezdni. Utrudnienia będą obowiązywać w godz. 8:30-14:00 w dniach 1-3 kwietnia oraz 8-10 kwietnia.

- Prace będą prowadzone wyłącznie przez kilka dni w godzinach międzyszczytowych, aby były jak najmniej uciążliwe dla mieszkańców - podkreśla Monika Fisz, rzeczniczka ZDiTM w Lublinie.

Zmiany w organizacji ruchu są bezpośrednio związane z realizacją jednego z najważniejszych etapów inwestycji mostowej. - Dostawa wielkogabarytowych elementów prefabryko-



Lada dzień pojawią się tu wielkogabarytowe elementy nowego mostu

wanych na plac budowy jest procesem złożonym i wymagającym spełnienia odpowiednich warunków i obostrzeń. Ich montaż na obiekcie mostowym odbywa się niezwłocznie, bez składowania. Ze względu na charakter prac oraz gabaryty instalowanych belek, cały proces wymaga zachowania naj-

wyższej precyzji, odpowiedniego przygotowania technicznego oraz zapewnienia właściwego oświetlenia. Tym samym roboty te powinny być prowadzone w określonych godzinach, które gwarantują zarówno bezpieczeństwo, jak i sprawny przebieg montażu - precyzuje Fisz. Równolegle re-

alizowane są kolejne etapy inwestycji drogowej i mostowej. Wykonawca prowadzi m.in.: budowę chodników i ścieżek rowerowych, układanie kruszywa w ciągu głównym trasy, montaż krawężników systemowych, przygotowanie pod warstwy nawierzchni asfaltowej, a także prace przy drodze serwisowej.

Artur Jurkowski
Lubelskie

W 2029 r. kierowcy pojadą kolejnym odcinkiem autostrady. Chodzi o 16-kilometrowy fragment A2 w rejonie Białej Podlaskiej.

570 mln zł będzie kosztować budowa 16-kilometrowego odcinka autostrady A2 od węzła Biała Podlaska do rejonu miejscowości Kijowiec. Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad wybrała w piątek (27 marca) najkorzystniejszą ofertę w przetargu na wykonanie prace. Kontrakt ma trafić w ręce konsorcjum firm Mirbud (lider) i Budpol

- Jeśli od wyboru nie wpłynie odwołanie, dokumentacja przetargowa zostanie przekazana do standardowej kontroli uprzedniej Prezesa Urzędu Zamówień Publicznych. Po jej zakończeniu będziemy mogli podpisać umowę z wykonawcą - informuje Małgorzata Tarnowska z GDDKiA.

W 2025 r., przed świętami Bożego Narodzenia, GDDKiA

oddala do ruchu 10 km odcinka A2 od węzła Siedlce Południe do węzła Siedlce Wschód na przecięciu z istniejącą DK2.

- Prace na pozostałych odcinkach zmierzają ku końcowi. Do wykonania między innymi jest dokończenie oznakowanie poziomego, barier energochłonnych, ogrodzenia trasy, w tym siatki dla płazów. Z uwagi na utrzymujące się nieprzyjające warunki atmosferyczne, które spowodowały przemrożenie gruntu na znaczną głębokość, wykonawcy mogli rozpocząć roboty w zakresie niektórych asortymentów dopiero w drugiej połowie lutego 2026 r. - wskazuje Tarnowska.

Wkrótce kierowcy wjadą na kolejny odcinek autostrady. - Dokładamy starań, by odcinek od Łukowiska do Białej Podlaskiej (z węzłem Łukowisko, który jest realizowany w ramach odcinka Malinowiec - Łukowisko) udostępnić do końca kwietnia. Jest to uzależnione od procedur odbiorowych i uzyskania pozwolenia na użytkowanie - przekonuje Tarnowska.

Jest nas mało i będzie jeszcze mniej. „Straszenie nic nie da”

Dokończenie ze str.1

Dr Michał Nowakowski odnosi się także do kontrowersyjnej, według niektórych, roli kobiet.

- Kobiety weszły na rynek pracy, więc mają co robić, a dzieci są kosztem i konkurują z innymi celami żywymi, np. samorozwojem. Ale tym, co sprawia, że sytuacja w Polsce jest jedną z najgorszych w Unii Europejskiej, jest również ogromny problem mieszkaniowy. Młodzi ludzie bardzo późno mogą mieć mieszkanie własne albo wynajęte na atrakcyjnych warunkach, więc myślenie o jednym dziecku, dwójce czy trójce jest trudne. I tak na bardzo wielu płaszczyznach naszego życia codziennego napotykamy szereg nawet małych przeszkód, które sumując się sprawiają, że decyzja o powiększeniu rodziny wydaje się trudna. Nawet poród może pogłębiać problem. Badania pokazują, że krytykowane przez część środowiska medycznego tak zwane „betonowe położnictwo”, czyli zbiurokratyzowany, mało elastyczny i często przemocowy model opieki skupiony na procedurach zamiast na potrzebach kobiety, sprawia, że wiele

Dr hab. Marlena Stradomska: - Skoro nie mogą znaleźć partnera na dłużej niż na pół roku, to co mówić o ślubie i planowaniu dziecka

kobiet doświadczają porodu jako traumy i nie chcą go ponownie przeżywać - zauważa dr Michał Nowakowski.

Zwierzę czy dziecko?

O blokadach, które opóźniają decyzję o potomstwie, rozmawiamy też z dr hab. Marleną Stradomską, psycholożką, suicydolożką i psychotherapeutką z Instytutu Psychologii UMCS. A zaczynamy od modnego od niedawna słowa „psiecko”.

- Ludzie traktują zwierzęta nie jako podwórkowe, ale jako realnych towarzyszy. Mają sporą elastyczność: psa mogą zostawić w domu na kilka godzin i nie muszą się tym martwić. Dostają od niego mnóstwo ciepła, a zdecydowanie mniej muszą się angażować niż w przypadku dziecka - zwraca uwagę.

Psycholożka podkreśla też, że diametralnie zmienia się świadomość tego, jakie po-

trzeby powinno mieć zaspokojone dziecko, a które wykraczają daleko poza bytowe.

- Chcemy zapewnić im zająć dodatkowe, opiekę psychologiczną, jak najlepszą edukację, najlepszą dietę, wyjazd. Chcemy stworzyć dzięki naszym zasobom dziecko, które będzie światowe, obyte, chodzące do teatru, itd. Tego wcześniej nie było i dzisiejszy młody człowiek się po prostu martwi, że dziecko to koniec własnego życia. Zwłaszcza, że wcześniejsze pokolenia mówiły nam o tym, jaki to był trud. Do tego dochodzi problem mieszkaniowy i niestabilność zawodowa, też bardzo istotna.

Związki na krótki dystans

Ale przy tych wszystkich przyczynach jeszcze bardziej kluczowa może okazać się inna - odpowiedni partner.

- Skoro często nie możemy znaleźć partnera na dłużej niż na pół roku, co mamy powiedzieć o decydowaniu się na ślub i planowaniu dziecka? Dodatkowo statystyki pokazują, że co czwarte małżeństwo obecnie się rozwodzi, a to też może powodować lęk - twierdzi dr hab. Stradomska.

Aspekty, na które zwraca uwagę, najczęściej przyczyniają się do opóźniania decyzji o potomstwie. Są jednak osoby, które nie mają czego opóźniać, bo świadomie wybierają życie bez dzieci. I ten wybór zdarza się coraz częściej.

- Jest tak samo dobry jak każdy inny. Nie nam to jest oceniać społecznie, bo tak naprawdę nigdy nikogo nie uszczęśliwimy. Czy życie z dzieckiem i życie bez dziecka jest równie piękne i może być równie fantastyczne? Może być, oczywiście, że tak. Tylko pytanie o nasze zasoby i priorytety. Bo z jednej strony uginamy się pod wpływem społecznym, a z drugiej strony nikt za nas tego dziecka nie wychowa i życia nie przeżyje. Dlatego najważniejsze jest posłuchać siebie, nie mamy, taty czy babci.

Wszystko będzie inne

To, że społeczeństwo się kurczy, to jedno. Drugie - że się starzeje. Obie kwestie sprawiają, że pewne rzeczy trzeba będzie zdefiniować na nowo.

Jak mówi dr Michał Nowakowski, jedna z nich to bezwątpienia starość.

- W starzejącym się społeczeństwie jest coraz więcej ludzi starych, ale też coraz więcej ludzi sędziwych. Dziś często wyobrażamy sobie sytuację bardzo prosto: teraz mamy wielu seniorów i system ledwo daje sobie radę, a za 20 lat będzie ich dwa razy więcej, więc problem dwukrotnie się pogłębi. Tymczasem przyszli seniorzy będą zupełnie innym pokoleniem niż obecne osoby starsze: bardziej aktywnym, zdrowszym i samodzielnym. Już teraz obserwujemy te zmiany: dzisiejsi 60-70 latkowie pracują zawodowo, uprawiają sport i funkcjonują inaczej niż wcześniejsze generacje, co oznacza, że starość będzie miała zupełnie inną jakość niż kiedyś.

W swojej wypowiedzi dr Nowakowski jest daleki od straszenia katastrofą demograficzną i bicia na alarm. Postępujący niż może być

Dr Nowakowski: - Postępujący niż demograficzny może być szansą do przemodelowania wyobrażeń i społecznych ról

też szansą do przemodelowania wyobrażeń i społecznych ról.

- Nie możemy myśleć o starzeniu się jak o dopuszcie bożym. Możemy pomyśleć o starzej populacji jako o populacji, która jednak osiągnęła sukces: żyjemy coraz dłużej. Jeśli miałbym coś proponować, to przede wszystkim oparcie polityki społecznej w różnych jej sektorach na realnym podnoszeniu jakości życia, od dzieciństwa po późną dorosłość. Jakość starości zależy od przebiegu życia w jego poprzednich etapach.

Chodzi o to, by tworzyć warunki sprzyjające aktywności, dbaniu o zdrowie fizyczne i psychiczne oraz codziennemu dobrostanowi. Wtedy wyzwania związane z obciążeniem systemów emerytalnych i zdrowotnych staną się znacznie łagodniejsze. Myślę, że jako społeczeństwo będziemy stopniowo dostosowywać się do tej rzeczywistości, ale potrzebujemy tu wsparcia państwa i samorządów - narzędzi, które ułatwią nam wzajemne wspieranie się i dbanie o siebie nawzajem. Straszenie nic nie da - twierdzi dr Michał Nowakowski.

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

LUBLIN

Zatrzymali poszukiwanego

Poszukiwany czterema listami gończymi 36-latek, skazany m.in. za stosowanie przemocy, został zatrzymany w Lublinie - poinformowała w niedzielę policja. Mężczyzna ukrywał się w Holandii i Niemczech. - Po wykonaniu czynności procesowych z zatrzymanym 36-latek trafił do zakładu karnego, gdzie odbywa zasądzoną karę pozbawienia wolności - poinformowała młodsza aspirant Beata Kieliszek z zespołu prasowego Komendy Woje-

wódzkiej Policji w Lublinie. 36-latek poszukiwany był od trzech lat. Mężczyzna został wcześniej skazany na karę roku i ośmiu miesięcy pozbawienia wolności m.in. za stosowanie przemocy i niestosowanie się do postanowienia sądownego. Nie stawiał się do odbycia kary. Za 36-latką została wydane cztery listy gończe.

Policjanci ustalili miejsce pobytu 36-latka niedługo po tym, jak powrócił do kraju.

KOŚCIÓŁ

Niedziela Palmowa



Metropolita warszawski abp Adrian Galbas przewodniczył mszy świętej w Niedzielę Palmową w parafii Wniebowstąpienia Pańskiego na stołecznym Ursynowie. Niedziela Palmowa otwiera w Kościele Wielki Tydzień, który wieńczy Triduum Paschalne. Liturgia rozpoczyna się od poświęcenia palm.

DOLNOŚLĄSKIE

W wypadku zginęły trzy osoby

Wczoraj ok. godz. 6.40 na drodze krajowej nr 8 w Wilkowie Wielkim, na jezdni w kierunku Wrocławia doszło do wypadku. Na łuku drogi zderzyły się: samochód osobowy Volkswagen i TIR Scania. Nie żyją trzy osoby.

- Na miejscu zginęła 27-letnia kobieta, która kierowała Volkswagensem, i dwóch mężczyzn, jej pasażerów. Kierowca TIR-a, 52-letni mężczyzna, nie

miał obrażeń zagrażających życiu. Na miejscu trafił pod opiekę Zespołu Ratownictwa Medycznego. Był trzeźwy - informuje „Gazetę Wrocławską” starszy aspirant Łukasz Porębski z dolnośląskiej policji.

Na miejscu wypadku pracowali prokurator, technicy policyjni i biegli, którzy ustalali, jak doszło do wypadku.

MOTORYZACJA

Z danych Komendy Głównej Policji wynika, że od wprowadzenia zakazu wyprzedzania się ciężarówek powyżej 3,5 t na autostradach i drogach ekspresowych o wyłącznie dwóch pasach ruchu w jednym kierunku, czyli od 1 lipca 2023 r., policjanci zanotowali niemal 12 tys. tego typu wykroczeń. Ponad 7,4 tys. wykroczeń popełnili Polacy, a ponad 4,5 tys. obcokrajowcy.

Od jutra na stacjach zatankujemy tańsze paliwo

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

W niedzielę wszedł w życie pakiet CPN, czyli „Ceny Paliwa Niżej” mający obniżyć ceny paliw. Zmiana cen na stacjach widoczna ma być jednak najwcześniej we wtorek

W niedzielę, czyli dzień po opublikowaniu w Dzienniku Ustaw, weszła w życie ustawa zmieniająca m.in. ustawę o zapasach ropy naftowej. Wprowadziła ona mechanizm wyliczania maksymalnej ceny paliw, jaka będzie obowiązywać na stacjach. Cena będzie ustalana według określonej formuły, obejmującej średnią cenę hurtową paliw na rynku krajowym, powiększoną o akcyzę, opłatę paliwową, marżę sprzedażową w wysokości 0,30 zł za litr oraz podatek VAT.

Pakiet CPN, czyli „Ceny Paliwa Niżej”, to rządowa odpowiedź na drożące paliwa.

Nowela przewiduje, że w okresie obowiązywania obniżonych stawek VAT (od 31 marca) podmioty dokonujące sprzedaży paliwa będą zobowiązane do stosowania ceny sprzedaży nie wyższej niż cena maksymalna.

W niedzielę weszła też w życie nowelizacja ustawy o podatku akcyzowym, która umożliwiła czasowe, bo do 30 czerwca, obniżanie stawek akcyzy na paliwa rozporządzeniem. Będzie to dotyczyło tylko oleju napędowego i benzyny silnikowych.



Mimo iż ustawy już obowiązują, to niższe ceny paliw na stacjach mają pojawić się od jutra

W sobotę wieczorem opublikowano ponadto dwa rozporządzenia Ministra Finansów i Gospodarki dotyczące obniżenia stawek podatku od towarów i usług oraz akcyzy na paliwa. Obniżony VAT do 8 proc. ma obowiązywać od 31 marca do 30 kwietnia br. Obniżona akcyza - od 30 marca do 15 kwietnia. Obniżona akcyza w przypadku benzyn wyniesie 1239 zł/1000 litrów; w przypadku olejów napędowych będzie to 880 zł/1000 litrów; w przypadku biokomponentów stanowiących samostanowiące paliwa będzie to również 880 zł/1000 litrów. Rozporządze-

”

SAFE 0 proc. to nie jest dobry pomysł, bo służy wyłącznie zablokowaniu europejskiego programu SAFE

Marek Belka byłby prezes NBP

giej strony będzie twarda ręka państwa, aby nie dopuścić do tego, aby ceny były manipulowane. Zresztą pan minister Motyka (minister energii Mirosław Motyka - PAP) będzie wyznaczał cenę maksymalną, bazując też na międzynarodowych indeksach. (...) Będzie sprawdzał, czy hurtownicy go nie naciągają. Całość procesu będzie nadzorowana - podkreślił Domański.

O tym, że niższe ceny na stacjach zobaczymy od wtorku, w rozmowie z PAP informował również minister energii Mirosław Motyka. Podkreślił, że obwieszczenie ws. maksymalnych cen paliw zostanie opublikowane najszybciej w poniedziałek, a ceny na stacjach zmienią się najwcześniej we wtorek. Wpływ na to mają m.in. kwestie techniczne, jak dostosowanie kas fiskalnych do nowych przepisów.

Zgodnie z przepisami, resort energii będzie codziennie publikował obwieszczenie ws. maksymalnych cen paliw.

Projekty obu ustaw umożliwiających ograniczenie wzrostu cen paliw zostały przyjęte przez rząd na nadzwyczajnym posiedzeniu i wysłane do Sejmu w czwartek. Prace nad obydwiema aktami ruszyły w Sejmie jeszcze tego samego dnia. W piątek Sejm uchwalił obie ustawy, następnie poparł je Senat. Jeszcze tego samego dnia ustawy podpisał prezydent Karol Nawrocki. W sobotę zostały one opublikowane w Dzienniku Ustaw. PAP

Prezydent Nawrocki przemawiał w Dallas. Mówił m.in. o relacjach polsko-amerykańskich, Rosji, NATO i UE

Oprac. Anna Nagel
USA

Prezydent Nawrocki przebywał z dwudniową roboczą wizytą w Dallas w USA, w jej ramach wziął m.in. udział w Konferencji Konserwatywnej Akcji Politycznej, na której wygłosił przemówienie.

Podczas swojego wystąpienia Nawrocki mówił o historycznych więziach polsko-amerykańskich i współczesnych dwu-

stronnych relacjach, a także o Rosji, NATO i UE. Widownia powitała i pożegnała prezydenta Polski na stojąco.

Na wstępie Nawrocki podkreślił wspólną historię oraz wkład Polaków w walkę o niepodległość USA. - Gdy Ameryka walczyła o niepodległość, Polacy stali ramieniem z wami - mówił prezydent. Dodał, że „Polska i USA nie są tylko sojusznikami”. - Jesteśmy narodami zbudowanymi wokół tej samej idei, że rząd powinien służyć ludziom, a nie nimi rządzić;

że wolność musi być chroniona, a nie zarządzana; że tradycja jest istotna, bo daje znaczenie wolności - powiedział Nawrocki. Zaznaczył, że Polskę i USA łączy ta sama chrześcijańska cywilizacja. Jak ocenił, dziś jest ona zagrożona nie tylko z zewnątrz, ale także od wewnątrz. - Ale powiem to jasno: naród bez tożsamości jest narodem bez przyszłości - podkreślił prezydent RP.

Zwrócił też uwagę na zagrożenia geopolityczne. Podkreślił, że Europa ma do czynienia

z agresywną Rosją, czyli reżimem, który najeżdża swoich sąsiadów, niszczy miasta i który wierzy, że siła daje mu prawo do dominacji nad innymi. Zaznaczył, że ten sam reżim próbuje powiedzieć światu, że jest obrońcą tradycyjnych wartości. Zapewnił też, że Polska wierzy w sojusz polsko-amerykański oraz w Sojusz Północnoatlantycki, który określił jako „najpotężniejszy sojusz wojskowy w historii świata, na czele którego stoi USA”. PAP

Największy okręt wojenny świata przybył do Splitu na przegląd i naprawę

Oprac. Alina Mazurska
Chorwacja

Amerykański lotniskowiec USS Gerald R. Ford, największy okręt wojenny świata, przybył do Splitu na wybrzeżu Chorwacji w celu przeprowadzenia napraw i prac konserwacyjnych.

Lotniskowiec brał w ostatnich dniach udział w amerykańsko-izraelskich operacjach przeciwko Iranowi.

Okręt znajdował się na Morzu Śródziemnym, kiedy w październiku szef Pentagonu Pete Hegseth nakazał jego przemieszczenie na Karaiby, aby wspomóc działania USA przeciwko Nicolasowi Maduro, przywódcy Wenezueli, zanim został pojmany - przypomniała chorwacka telewizja N1. Lotniskowiec został następnie skierowany na Bliski Wschód z powodu wojny USA i Izraela z Iranem.

12 marca na pokładzie wybuchł niezwiązany z działaniami wojennymi pożar,

przez co konieczne było podjęcia prac naprawczych.

Lotniskowiec USS Gerald R. Ford to największy okręt wojenny, jaki kiedykolwiek zbudowano. Ma ponad 330 metrów długości i 76 metrów wysokości. Koszt jego budowy wyniósł 12,8 mld dolarów, a kolejne 4,7 mld przeznaczono na badania i rozwój. Może pomieścić 75 samolotów. Załoga liczy 4500 osób.

Okręt ostatni raz był w Splicie w październiku 2025 roku, a po raz pierwszy - w czerwcu 2023 roku.

PAP



Lotniskowiec USS Gerald R. Ford to największy okręt wojenny, jaki kiedykolwiek zbudowano

Amerykanie protestowali przeciwko polityce Trumpa

Oprac. Anna Nagel
USA

Przeciwnicy Donalda Trumpa wyszli w sobotę na ulice ponad 3 tysięcy miejscowości we wszystkich stanach USA. Udział w nich wzięły miliony ludzi.

Główna sobotnia demonstracja odbyła się w Minneapolis, miejscu kontrowersyjnej operacji służb imigracyjnych, gdzie z rąk funkcjonariuszy zginęło dwoje demonstrantów. Na scenie przed gmachem stanowego parlamentu przemawiali m.in. gubernator stanu Tim Walz, senator Bernie Sanders. Wystąpili też Bruce Springsteen, który napisał piosenkę o wydarzeniach z Minneapolis, oraz Joan Baez. - Kiedy aspirujący dyktator w Białym Domu wysłał swoich niewykształconych, agresywnych bandytów, by wyrządzili szkody w Minnesocie, to ty, Minnesota, stanęłaś w obronie swoich sąsiadów, stanęłaś w obronie przyzwoitości, stanęłaś w obronie życzliwości - mówił Walz, nazywając



Przeciwnicy Trumpa wyszli na ulice m.in. Nowego Jorku (na zdjęciu), Chicago i Houston. Ale demonstracje odbywały się także w wielu mniejszych miejscowościach

Trumpa „pomarańczowym klaunem”.

Tłumy widać było również na protestach m.in. w Houston, Chicago, czy Nowym Jorku. Ale demonstracje, choć mniej liczne, odbywały się także w wielu mniejszych miejscowościach.

Tak jak w przypadku poprzednich manifestacji w ra-

mach „No Kings”, protesty nie były skupione wokół jednej sprawy. Przynoszone przez uczestników transparenty wyrażały sprzeciw wobec wojny z Iranem, działaniom ICE, korupcji, czy przyjaznego nastawienia Trumpa do Władimira Putina.

„Powiedz nie Trumputiniowi” - głosił jeden z transparentów na proteście w Alexan-

drii. „Duma z kraju, wstyd za rząd” - głosił inny.

- Jestem tu, bo chcę wyrazić, że to, co się dzieje w naszym kraju, nie jest normalne. Nic z tego, co się dzieje, nie jest normalne - powiedziała PAP Lynn, 44-letnia bizneswoman, która na demonstrację zabrała dwie córki. - I dobrze widzieć, że nie jestem w tym sama - dodała.

Sobotnie demonstracje są trzecimi odbywającymi się pod szyldem „No Kings”, organizowanymi przez koalicję różnych lewicowych grup. Według organizatorów, w sobotę pobito rekord pod względem liczby miejsc, gdzie się odbywały - ponad 3 tys. Poza zgromadzeniami we wszystkich 50 stanach, zaplanowano również demonstracje w 15 krajach, w tym w Rzymie, Paryżu, Sydney, czy Tokio. Liczba uczestników jest trudna do oszacowania, lecz przywódcy ruchu twierdzą, że poprzednie demonstracje, w październiku, przyciągnęły 7 milionów ludzi.

Biały Dom zbagatelizował znaczenie sobotnich demonstracji. PAP

Zmasowane ataki rakietowe i dronowe w regionie Zatoki Perskiej

Oprac. Anna Nagel
Bliski Wschód

W reakcji na zbombardowanie przez lotnictwo Izraela i USA cywilnej infrastruktury w Iranie, armia tego kraju odpowiedziała serią ataków na Izrael i uderzeniami w państwa regionu.

Siły zbrojne Izraela uderzyły w sobotę między innymi w kluczową instalację wodną w irańskiej miejscowości Haftgel i dwie uczelnie. W odwecie Teheran przeprowadził ataki ra-

kietowe na Izrael. Wojsko poinformowało o przechwyceniu pocisków, a alarmy ogłoszono na południu kraju.

W niedzielę nad ranem izraelska armia przekazała oficjalnie, że w walkach w południowym Libanie zginął jeden z jej żołnierzy. To już piąty wojskowy, poległy w walkach od 2 marca. Odpowiedzialność za odrębne ataki na bazy w północnym Izraelu wzięli libański Hezbollah. Dodatkowo proirańska milicja Aszhab al-Kahf zapowiedziała uderzenia na amerykańskie cele w Jordanii.

„Systemy obrony powietrznej Zjednoczonych Emiratów Arabskich aktywnie reagują na zagrożenia związane z rakietami i dronami” - poinformowało w niedzielę ministerstwo obrony ZEA. Resort sprecyzował, że odgłosy eksplozji słyszane na terytorium całego państwa to jedynie efekt prowadzonych operacji przechwytywania.

Syreny alarmowe zabrzmiały również w Kuwejcie oraz Bahrajnie. Sztab generalny armii Kuwejtu potwierdził zestrzelenie wrogich pocisków. Wcześniej wojsko informowało



Wojna na Bliskim Wschodzie rozpoczęła się 28 lutego

o piętnastu uderzeniach dronów, które wywołały pożar na lotnisku. Z kolei w ataku na zakłady Aluminium Bahrain rannych zostało dwóch pracowników. Firma już wcześniej ograniczyła produkcję o 19 proc. z powodu blokady cieśniny Ormuz.

Według doniesień irańskiej organizacji Hrana do godzin popołudniowych w sobotę w ciągu 24 godz. zarejestrowano w Iranie 701 uderzeń, co jest najwyższym bilansem od początku konfliktu. Aż 74 proc. tych bombardowań spa-

dło na Teheran, niszcząc cywilną infrastrukturę, w tym wielkie ujęcie wody pitnej. Od początku wojny, jak podaje Hrana, w Iranie zginęło 1551 osób, w tym 236 dzieci.

Według AFP w niedzielę nad ranem słuchać było dwie potężne eksplozje na północy Teheranu.

Wojna na Bliskim Wschodzie rozpoczęła się 28 lutego od nalotów Izraela i USA na Iran. Teheran odpowiedział atakami zarówno na Izrael, jak i na państwa regionu Zatoki Perskiej. PAP

REKLAMA

0011465072

POLSKA NATAK

OGLĄDAJ

TVP info

DOWIEDZ SIĘ WIECEJ

WWW.TVP.INFO/POLSKANATAK

ORGANIZATORZY AKCJI

TVP

100 LAT © POLSKIEGO RADIA

Najpiękniejsze polskie kalwarie na Wielki Tydzień

Emil Hoff

Kalwaria to zespół budowli sakralnych, najczęściej składający się z kościoła i kaplic, będących jednocześnie stacjami drogi krzyżowej. Kalwarie wznoszone były w całej Europie na wzgórzach, tak by przypominały jerozolimską Golgotę, na której został ukrzyżowany Jezus Chrystus. Idea kalwarii polega właśnie na odtworzeniu scenarii Jerozolimy, tak by wierni mogli pójść śladami Jezusa w procesjach drogi krzyżowej bez konieczności udawania się w pielgrzymkę do Ziemi Świętej. Kalwaria to więc jakby Jerozolima symbolicznie przeniesiona w inne miejsce, choćby właśnie do Polski.

Pierwsze kalwarie zaczęły powstawać jeszcze w XV wieku w Hiszpanii. Z czasem budowano ich coraz więcej, zwłaszcza w okresie rozwoju pobożności pasyjnej w XVI i XVII w. Wierni wręcz domagali się kalwarii, które pozwoliłyby im iść w procesjach drogi krzyżowej jak ta w Jerozolimie, mimo tego, że większość z nich nie miała szansy zobaczyć świętego miasta na własne oczy. Dzięki kalwariom katolicy mogli pielgrzymować do własnych, regionalnych Jerozolim. Dziś w Europie zachowało się około 1800 kalwarii, w tym kilka szczególnie pięknych w Polsce.

Czemu warto odwiedzać polskie kalwarie?

Kalwarie to przeważnie piękne i zabytkowe zespoły kaplic, warto odwiedzenia o każdej porze roku, ale szczególnie w okresie Wielkanocy. Na kalwariach w okresie Wielkiego Tygodnia, a zwłaszcza w Wielki Piątek, organizowane są uroczyste procesje i misteria Męki Pańskiej, w czasie których inscenizowane są sceny z ewangelii, ukazujące ostatnie dni życia Jezusa.

Misteria to szansa dla wiernych na głębokie przeżycie Wielkiego Piątku, lepsze zrozumienie przesłania Wielkiego Tygodnia, znaczenia śmierci i zmartwychwstania Jezusa. To także wspaniałe widowiska, starannie przygotowane przez wiernych wcielających się w postaci biblijne.

Kalwaria Zebrzydowska

Sanktuarium pasyjno-maryjne w Kalwarii Zebrzydowskiej



W Kalwarii Zebrzydowskiej w Wielkim Tygodniu odbywa się Misterium Męki Pańskiej z licznym udziałem wiernych

skiej to najstarsza i najsłynniejsza polska kalwaria, wpisana na listę UNESCO jako jedno z 17 wyjątkowych miejsc w naszym kraju. Śliczna kalwaria u stóp Żar na Pogórzu Makowskim to dzieło Mikołaja Zebrzydowskiego, który rozkazał wzniesić tutaj barokową bazylikę i klasztor dla bernardynów na początku XVII w. Dziś wokół klasztoru można przemierzać ok. 5 km dróg, przy których stoją 42 kaplice pasyjne. Wiele z nich zaprojektował słynny włoski architekt Jan Maria Bernardoni.

Kalwaria Zebrzydowska słynie z cudownego obrazu Madonny, a także misterii pasyjnych odgrywanych od wieków w każdej Wielki Piątek. Tutejsze misteria to inscenizacje opisanego w ewangelii procesu i męki Jezusa, odgrywane przez dziesiątki osób w starannie przygotowanych kostiumach. Misterium Męki Pańskiej w Kalwarii Zebrzydowskiej zaczyna się już w Niedzielę Palmową od sceny wjazdu Chrystusa do Jerozolimy. Kolejne sceny będą odgrywane w Wielką Środę, Wielki Czwartek i Wielki Piątek.

Kalwaria Paclawska

Andrzej Maksymilian Fredro, kasztelan lwowski, założył kościół i kalwarię w połowie

XVII w. w miejscu, w którym – wedle tradycji – zobaczył na polowaniu jelenia ze świetlistym krzyżem między rogami. Dziś Kalwaria Paclawska niedaleko Przemyśla to piękny zespół zabytkowych budowli sakralnych i 41 kaplic. Można tu zwiedzić piękny kościół franciszkanów z XVIII w., w którym wystawiany jest cudowny obraz Matki Boskiej, a także wziąć udział w Misteriach Męki Pańskiej, odprawianych od 1995 r.

Kalwaria Wejherowska

To trzecia najstarsza kalwaria w Polsce, nazywana Kaszubską Jerozolimą. Stworzoną ją w latach 1649-1655 na polecenie Jakuba Wejhera, wojewody malborskiego, założyciela Wejherowa. Kalwaria składa się z 26 kaplic rozstawionych na kilku wzgórzach, nazywanych Górą Oliwną, Górą Syjon i Górą Kalwarią. Co ciekawe, odległości między poszczególnymi stacjami drogi krzyżowej rzeczywiście pokrywają się z tymi w Jerozolimie. Misterium Męki Pańskiej na Wielki Piątek odbywa się w Kalwarii Wejherowskiej od 2002 r. Kalwarię Wejherowską warto odwiedzić o każdej porze roku, choćby dlatego, że kaplice pasyjne otacza piękny las – teren nadaje się świetnie na pełne zadumy spacerów.

Kalwaria Pakoska

Kalwaria Pakoska, nazywana Kujawską Jerozolimą, została założona na polecenie Michała Działyńskiego w 1628 r. Inspirowana była Kalwarią Zebrzydowską, ale cechuje ją własne, oryginalne piękno. Działyński sprowadził do Pakości franciszkanów, a w 1671 r. tutejszy kościół wzbogacił się jeszcze o relikwie Krzyża Świętego. Dróżki wokół klasztoru franciszkanów wiodą do 26 kaplic i mają łącznie około 4 km długości.

Kalwaria w Licheniu Starym

W latach 70. XX w. w Licheniu Starym wierni zapragnęli mieć własną kalwarię, ale nigdzie w pobliżu nie mieli odpowiedniego wzgórza. Wzniesli więc sztuczne wzgórze, wyso-

Pierwsze kalwarie zaczęły powstawać jeszcze w XV wieku w Hiszpanii. Z czasem budowano ich coraz więcej, zwłaszcza w okresie rozwoju pobożności pasyjnej w XVI i XVII wieku. Dziś w Europie zachowało się około 1800 kalwarii

kie na 25 m, usypane z polnych kamieni i głazów z kopalni węgla. Umieszczono w nim także skały z prawdziwych ważnych gór Ziemi Świętej: Oliwnej, Golgoty i Tabor.

Góra Kalwaria

40 km od Warszawy wznosi się Góra Kalwaria, która – jak nazwa wskazuje – pierwotnie cała została pomyślana jako jedna wielka kalwaria. Osadę wzniesiono po potopie szwedzkim w drugiej połowie XVII w. Zasiadlili ją początkowo głównie zakonnicy: dominikanie, franciszkanie, bernardyni, pijarzy, marianie, a nad wielkim projektem czuwał biskup Stefan Wierzbowski. Ulice Góry Kalwarii układały się w kształt krzyża i stały przy nich kaplice drogi krzyżowej. Góra Kalwaria w ciągu wieków przechodziła jednak liczne przebudowy. Dziś ze starych kaplic kalwaryjskich zachował się tylko „Dom Piłata”. Do najstarszych zabytków zalicza się też kościół pw. Podwyższenia Krzyża Świętego. Misterium Męki Pańskiej odbywa się co roku na ulicach Góry Kalwarii.

Kalwaria w Wambierzycach

Śląska Jerozolima to jedno z najbardziej znanych sanktuariów w Polsce. Kult maryjny

praktykowano tu co najmniej od XIII w., a jego początki wiążą się z cudowną figurą Maryi, która uzdrowić miała ślepcę. Tutejsza kalwaria została wzniesiona w 1683 r., ale zachowane do dziś budynki i kaplice są późniejsze – pochodzą z XVIII i XIX w. To jedna z najrozleglejszych kalwarii w Europie. Obejmuje kilka wzgórz, nazywanych Horeb, Tabor i Syjon. Miejscowy potok nazywany jest Cedron, a płynie przez Dolinę Jozafata. Nazwy nawiązują do ważnych miejsc znanych z kart Biblii i topografii starożytnej Jerozolimy. W Kalwarii w Wambierzycach uroczyste drogi krzyżowe organizowane są w każdy piątek Wielkiego Postu.

Kalwaria Panewnicka

Wśród lasu na obrzeżach Katowic wznosi się jedna z nowszych polskich kalwarii. Ostatnie kaplice drogi krzyżowej w stylu neoromańskim i modernistycznym ukończono w latach 50. XX w. Łącznie jest ich tutaj 12, a do tego kopia słynnej grotty z Lourdes, w której objawić się miała Matka Boska. Kaplicami opiekuje się zakon franciszkanów. Od lat w Kalwarii Panewnickiej odprawiane jest misterium „Kalwaria Śląska”. Droga krzyżowa z pochodniami odbywa się w Wielki Piątek wieczorem.

Kalwaria Tokarska

Tokarnia pod Myślenicami to niezwykle miejsce. Na miejscowej Urbaniej Górze w 1982 r. powstała oryginalna kalwaria ozdobiona rzeźbami Józefa Wróny, lokalnego artysty. Wykonał on liczne piękne figury, w tym Matki Boskiej Niepokalanie Poczętej i Chrystusa Frasobliwego, a także stacje drogi krzyżowej i postacie świętych. W 2016 r. ta nietypowa kalwaria została odnowiona. Odbywają się tu misteria Męki Pańskiej, połączone z przejściem drogi krzyżowej na Urbaną Górę.

Kalwaria na Górze św. Anny

Góra św. Anny pod Opolem to kolejna polska kalwaria, inspirowana Zebrzydowską. Tutejsze stacje drogi krzyżowej w liczbie 26 zaprojektował włoski architekt Doménico Signo na polecenie Jerzego Adama von Gaschin. Wzniesiono je w XVIII w. Opiekuje się nimi zakon franciszkanów. Jak co roku w Wielki Piątek na Górze św. Anny odbędzie się droga krzyżowa.



Kawiarnia na Wzgórzu Zamkowym Szczepreszyn

LOKALNE SMAKI. LOKALNA SZTUKA. WYJĄTKOWE MIEJSCE.



Przyjdź. Zobacz. Zostań na dłużej.

- ✓ lokalne produkty i regionalne wypieki
- ✓ sztuka lokalnych artystów (obrazy na sprzedaż)
- kącik książek
- ✓ przestrzeń dla dzieci

- ✓ teren do spacerów i wypoczynku
- ✓ ogniska dla grup i wycieczek (rezerwacje)
- ✓ letnie wieczory filmowe na Wzgórzu Zamkowym

Klukowskiego 18, Szczepreszyn
kawiarnianawzgorzu@onet.pl

☎ 501 959 914



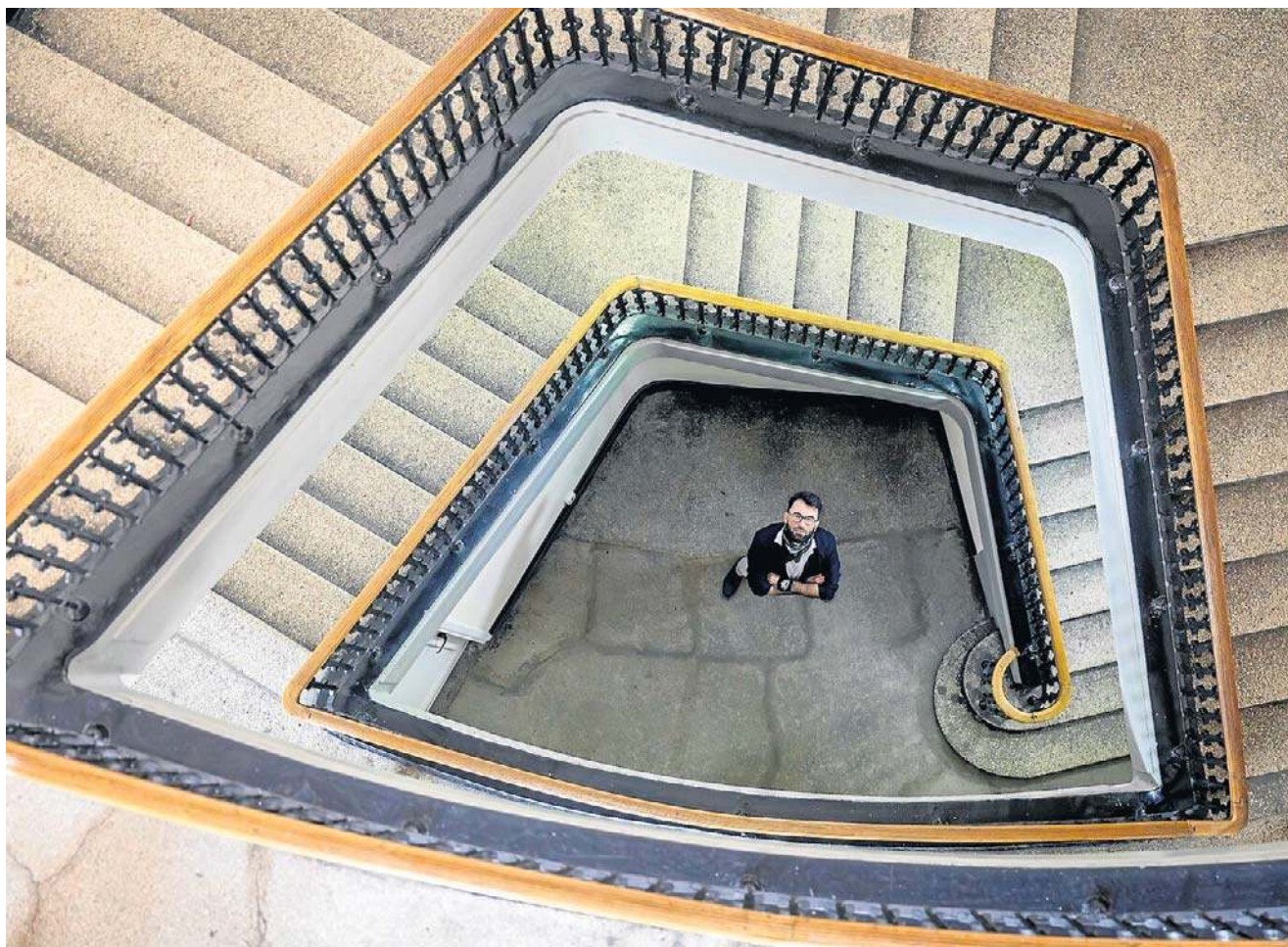
Każdy umysł jest inny, czyli co tak naprawdę siedzi w naszych głowach

Magda Ciasnowska

- Kiedyś wystarczyło nauczyć się jednego zawodu i wykonywać go przez całe życie. Dziś tempo zmian jest tak duże i tak nieprzewidywalne, że jedyną formą zabezpieczenia się na przyszłość wydaje się zdolność uczenia się i dostosowywania do nowych warunków - mówi Olgierd Borowiecki z Wydziału Filozofii i Kognitywistyki Uniwersytetu w Białymstoku.

Co roku na Uniwersytecie w Białymstoku organizujecie imprezę pod hasłem Cyber Brain. Dlaczego warto mówić o tym, co siedzi w naszych głowach? I dlaczego osoby, które nie interesują się tym tematem, powinny zwrócić na niego uwagę?

Jeśli ktoś tego nie czuje, to raczej trudno będzie go do tego przekonać. Potrzebna jest pewna iskra ciekawości. Niestety, większość ludzi funkcjonuje trochę na autopilocie - między pracą, domem i codziennymi obowiązkami. Nie wiem też, na ile dziś w ogóle jest przestrzeń na takie refleksje, bo żyjemy w bardzo intensywnych czasach. Nasza dekada jest pod tym względem dość absurdalna. Przeżyliśmy pandemię, wojnę, kryzys ekonomiczny. Wiele rzeczy dzieje się jednocześnie i wszystko bardzo przyspiesza - także rozwój sztucznej inteligencji. Kognitywistyka, którą się zajmuję, jest trochę nauką o tym, jak się uczyć i funkcjonować w złożonym świecie. Czym jest „ja”, czym jest model rzeczywistości i w jaki sposób go budować. W pewnym sensie można postawić znak równości między umysłem a modelem rzeczywistości, który potocznie nazywamy po prostu rzeczywistością. Kiedyś wystarczyło nauczyć się jednego zawodu i wykonywać go przez całe życie. Dziś tempo zmian jest tak duże i tak nieprzewidywalne, że jedyną formą zabezpieczenia się na przyszłość wydaje mi się zachowanie elastyczności poznawczej - czyli zdolność uczenia się i dostosowywania do nowych warunków. Dlatego wiedza o mechanizmach poznawczych, o błędach poznawczych, nad którymi można pracować, o uwarunkowaniach psychologicznych czy kulturowych związanych z modelowaniem rzeczywistości, jest bardzo ważna. Pomaga lepiej rozumieć innych ludzi i samego siebie.



FOT. W. WOITKIEWICZ

- Jedną z chorób cywilizacyjnych jest dziś demencja, czyli otępienie poznawcze. Jednym ze sposobów utrzymania sprawności umysłowej jest właśnie ciągłe uczenie się - wskazuje Olgierd Borowiecki

A także lepiej komunikować się z innymi. To szczególnie istotne dziś, kiedy coraz większą rolę odgrywa sztuczna inteligencja. Nie wiemy, jak świat będzie wyglądał za trzy czy pięć lat, ale wiemy, że będzie inny niż dziś. Jeśli ktoś ma w sobie iskrę refleksji, że warto byłoby zrobić coś dla siebie, istotne będzie odkrycie swojej własnej przyszłości i próba zrozumienia siebie w teraźniejszości, żeby kiedyś być w lepszej sytuacji niż teraz.

A jak to zrobić?

Uczyć się. Mam jednak wrażenie, że wciąż brakuje refleksji nad tym, że nauka trwa przez całe życie. W wielu systemach edukacji - nie tylko w Polsce - nauka bywa traktowana jak kara. Zabija się w ten sposób naturalną ciekawość świata. A przecież dzieci nieustannie pytają: dlaczego?, jak? Nie znamy odpowiedzi na najgłębsze pytania o rzeczywistość, ale to nie znaczy, że nie powinniśmy ich zadawać. Warto zachować ciekawość świata przez całe życie. Ma to także bardzo praktyczny wymiar. Mówi się o czymś takim jak rezerwa poznawcza, czyli pewien bufor chroniący mózg przed choro-

bami neurodegeneracyjnymi. Jedną z chorób cywilizacyjnych jest dziś demencja, czyli otępienie poznawcze. Jednym ze sposobów utrzymania sprawności umysłowej jest właśnie ciągłe uczenie się, refleksja i dostosowywanie się do nowych sytuacji. Kognitywistyka pokazuje też, jak bardzo złożony jest świat. Łączy takie dziedziny jak sztuczna inteligencja, psychologia, filozofia, antropologia, lingwistyka czy neurobiologia. Dzięki temu możemy patrzeć na świat z wielu perspektyw, zamiast upraszczać go do prostych schematów. Wystarczy na chwilę się zatrzymać, zastanowić. Ale to wymaga wysiłku. I tak jak z aktywnością fizyczną, tak samo jest z aktywnością umysłową - nikt inny tego wysiłku nie robi za ciebie. To twoja odpowiedzialność.

W kontekście sztucznej inteligencji pojawia się też pytanie, czy nieumiejętnie używana może osłabiać nasze myślenie. Czy nie idziemy trochę na łatwiznę?

Szczerze mówiąc nie mam tu jednej pewnej odpowiedzi. Z jednej strony można tak argumentować. Z drugiej strony podobne obawy pojawiały się już

wcześniej, na przykład przy wynalezieniu pisma. Wtedy też mówiono, że skoro można coś zapisać, to ludzie przestaną pamiętać. Trudno jednoznacznie powiedzieć, czy to rzeczywiście ograniczyło nasze zdolności poznawcze. Być może w jakimś stopniu tak, bo wcześniej ogromną rolę odgrywała pamięć i opowiadanie historii. Była to podstawowa forma przekazywania wiedzy i odnajdywania się w społeczeństwie. Ze sztuczną inteligencją może być podobnie. Z jednej strony może nam coś zabrać, z drugiej - może też coś dać i uwolnić zasoby na inne rzeczy. Nie wiem tego i w pewnym sensie jest mi z tą niewiedzą komfortowo. Przyzwyczaiłem się do tego, że wielu rzeczy po prostu nie wiemy. Chociaż niewiedza bywa też niekomfortowa, bo naturalnie chcielibyśmy wszystko rozumieć i mieć jasne wyjaśnienia.

Fascynujące jest to, że na przykład przy wieloletniej medytacji można zaobserwować fizyczne zmiany w strukturze mózgu

W dyskursie publicznym często upraszcza się rzeczywistość do prostych kategorii. Sztuką jest zatrzymać się na chwilę i spojrzeć na rzeczy z szerszej perspektywy, zamiast reagować pierwszym impulsem i stwierdzać, że coś jest albo jednoznacznie dobre, albo jednoznacznie złe. Wszystko jest wielobarwne. Sztuczna inteligencja może oczywiście wzmacniać pewne problemy, na przykład błąd potwierdzenia. Każdy z nas funkcjonuje w pewnej bańce informacyjnej i łatwiej jest czytać treści, z którymi się zgadzamy, niż konfrontować się z tymi, które podważają nasze poglądy. Dlatego trzeba świadomie z tym pracować. Będą sytuacje, w których sztuczna inteligencja przyniesie dużo dobrego, i takie, w których może być wykorzystana w negatywny sposób.

Wszystko zależy od tego, kto i jak będzie z niej korzystał?

Tak. To trochę jak z nożem - można nim posmarować kanapkę, ale można też zrobić nim okropne rzeczy. Różnica polega na tym, że sztuczna inteligencja jest narzędziem, jakiego wcześniej nie było. Dziś

jedna osoba może dzięki niej stworzyć aplikację, stronę internetową czy zrealizować pomysł, który wcześniej wymagał całego zespołu ludzi. Wymaga to jednak czasu, ciekawości i umiejętności korzystania z tego narzędzia. Choć wiele osób korzysta dziś z AI, ogromna większość - może nawet 95 czy 99 procent - nie wie, jak robić to naprawdę efektywnie. Kognitywistyka uczy między innymi precyzyjnego formułowania myśli i pytań. Łączy w sobie filozofię, lingwistykę, psychologię czy neurobiologię. Dzięki temu pozwala lepiej rozumieć język, błędy poznawcze i sposób działania ludzkiego mózgu. To ważne, bo duże modele językowe uczą się na ogromnych zbiorach tekstów tworzonych przez ludzi. Oznacza to, że odzwierciedlają nasze błędy poznawcze. Jeśli więc wiemy, jak te błędy działają, możemy lepiej formułować polecenia dla sztucznej inteligencji i uzyskać bardziej wartościowe odpowiedzi. Kolejnym aspektem jest zrozumienie działania mózgu - tego, jak informacje przepływają między różnymi sieciami neuronowymi. Wiedza o tym pomaga z kolei lepiej rozumieć działanie sztucznych sieci neuronowych i modeli językowych. Dlatego uważam, że kognitywistyka ma dziś bardzo ważne miejsce w świecie rozwijającej się sztucznej inteligencji. Niestety, w polskim systemie edukacji nie jest ona jeszcze w pełni rozpoznawana jako odrębna dziedzina. Mam jednak nadzieję, że z czasem się to zmieni i że uda się stworzyć bardziej spójny program nauczania tej dyscypliny.

Coraz częściej pojawia się pytanie o to, czy sztuczna inteligencja może kiedyś mieć własną świadomość. Czy w ogóle jesteśmy w stanie stwierdzić, czy AI ma jakąś własną perspektywę lub formę przeżywania rzeczywistości?

Ciekawą rzeczą jest to, że w przypadku innych ludzi zakładamy istnienie ich świadomości, choć tak naprawdę nie mamy na to dowodu. Nie mogę spojrzeć twoimi oczami ani przeżyć twoich myśli. Zakładam jednak, że istniejesz jako świadoma osoba, bo dzielimy wspólną historię ewolucyjną. Ze sztuczną inteligencją jest inaczej, bo nie dzielimy z nią tej historii. Nie wiemy więc, czy modele AI mają jakąkolwiek własną perspektywę czy doświadczenie. Na razie traktuję

je jako narzędzia - podobnie jak komputer czy śrubokręt. Jednocześnie zdają sobie sprawę z tego, że w przyszłości może się to zmienić. Najważniejsze jest więc rozwijanie kompetencji, które pozwolą odnaleźć się w świecie, w którym sztuczna inteligencja będzie odgrywać coraz większą rolę. Bo najprawdopodobniej nie będzie tak, że AI zastąpi ludzi. Raczej ludzie, którzy potrafią z niej korzystać, zastąpią tych, którzy tego nie potrafią.

Kognitywistyka to interdyscyplinarna nauka m.in. o umyśle. Czym właściwie jest ludzki umysł?

Umysł jest wszystkim, co postrzegam. Znajduje się w mózgu, a każdy umysł jest inny - tak jak każdy mózg jest inny. W sytuacji, gdy dochodzi do jakiegoś uszkodzenia mózgu lub gdy na przykład ktoś medytuje, zmienia się również doświadczenie tego, co nazywam rzeczywistością. Wychodzę z założenia, że umysł jest modelem rzeczywistości, indywidualną wizją świata tworzoną przez każdą jednostkę. Nie mam dostępu do umysłów innych osób. Mogę jedynie wnioskować o ich istnieniu na podstawie twarzy, emocji czy zachowań. Tak naprawdę nie wiem jednak, czy za tym wszystkim kryje się umysł, czy nie. Byłoby nieracjonalne zakładać, że nic tam nie ma, ale takie założenie wynika głównie z powodów biologicznych i ewolucyjnych. Dzielimy wspólną historię ewolucyjną, dlatego przyjmujemy, że jesteśmy do siebie podobni, mimo widocznych różnic indywidualnych. Wiele rzeczy przyjmujemy automatycznie jako oczywiste, korzystamy ze skrótów myślowych i heurystyk. Ale w rzeczywistości, przy głębszej refleksji, okazuje się, że to, co potocznie nazywam rzeczywistością, jest modelem w moim mózgu.

Czyli można powiedzieć, że nie ma jednej rzeczywistości? Każdy z nas ma swoją?

Tak naprawdę nie możemy tego wiedzieć. Mam dostęp tylko do własnego doświadczenia rzeczywistości. Niektóre osoby nazwą to świadomością - świadomym doświadczeniem koloru, dotyku, emocji, myśli czy wyobraźni. I to wszystko nie jest możliwe do przekazania. Nie wiem, jak wygląda doświadczenie innych osób. Mogę jedynie zakładać, że jest podobne, bo używamy tych samych słów, rozumiemy się w rozmowie i potrafimy parafrazować swoje wypowiedzi. Ale to wszystko jest tylko założeniem. To, co do mnie dociera, przechodzi przez wzrokowe, słuchowe czy dotykowe receptory na moim obwodowym układzie nerwowym, które przez lata rozwoju wytrenowały moje sieci neuro-

nowe. I te wszystkie wcześniejsze doświadczenia wpływają na to, w jakim modelu rzeczywistości żyję. Wszystko do czego mam dostęp to model, umysł, intersubiektywna rzeczywistość.

Czyli to, że moje postrzeganie świata różni się od twojego wynika z tego, że każde z nas ma za sobą różne przeżycia.

Tak, ale nie tylko. W grę wchodzi także czynniki kulturowe i ewolucyjne. W różnych kulturach inaczej mówi się o stanach mentalnych. Są takie, w których dzieci przez długi czas nie słyszą rozmów o emocjach czy myślach. W efekcie później rozwijają coś, co naukowcy nazywają teorią umysłu - zdolność rozumienia, że inni ludzie mają własne myśli, plany czy intencje. Nie dyskutuje się tam o tym, co nie jest widoczne na pierwszy rzut oka. Można też spojrzeć na to z jeszcze szerszej perspektywy ewolucyjnej. Sam fakt, że tu jesteśmy, jest ogromnym sukcesem wszystkich naszych przodków. Każdy z nich musiał przeżyć i przekazać dalej swoje geny, żebyśmy się tu znaleźli. Rzadko jednak zastanawiamy się nad tym w codziennym życiu. Ludzie są pochłonięci codziennością - pracą, rachunkami, mediami społecznościowymi, pandemią, wojną i całym natłokiem rzeczy, które w szerszej skali są w zasadzie niewiele znaczącymi rozpraszaczami. A ta większa skala to jest właśnie to, co mnie interesuje. Co jest u źródła życia i poznania - to są zagadnienia, na które warto szukać odpowiedzi. I nie wiadomo, czy ktokolwiek kiedykolwiek je znajdzie. Jest w tym coś, co przyciąga.

A jak brzmi pytanie, na które najbardziej chciałbyś znaleźć odpowiedź?

Czym jest rzeczywistość u podłoża tych modeli, które tworzę w swojej głowie? Myślę, że sam mam pewną formę neuroróżnorodności - być może spektrum czy ADHD. Traktuję to raczej jako unikalne sposoby zachowywania się, percepcji świata i funkcjonowania mózgu. W dzieciństwie miałem duże trudności ze zrozumieniem interakcji społecznych. Wolałem spędzać czas sam i dopiero z czasem nauczyłem się zasad rozmowy czy tego, że ludzie często rozmawiają o rzeczach mało istotnych. Odkrycie kognitywistyki - jako nauki - było czymś, co pozwoliło mi na modelowanie siebie i lepsze zrozumienie tego świata. Teraz interesuje mnie szczególnie to, jak działają wielkoskalowe sieci mózgowe i jak korelują z modelowaniem rzeczywistości. Fascynujące jest to, że na przykład przy wieloletniej medytacji można zaobserwować fizyczne zmiany w strukturze mózgu. Chociaż tak naprawdę każda nowa myśl, nowy nawyk

czy nowa idea, fizycznie zmienia połączenia między komórkami nerwowymi.

Czyli można powiedzieć, że cała rzeczywistość jest w naszym mózgu?

W pewnym sensie tak. Wszystko, co postrzegamy, jest przefiltrowane przez sieci neuronowe. Jeśli uszkodzi się określone obszary mózgu, zmienia się sposób postrzegania świata. W momencie, jak masz odciecie zakrętu wrzecionowatego, nie możesz postrzegać twarzy. Jest taka słynna książka Olivera Sacksa o mężczyźnie, który pomylił swoją żonę z kapeluszem. Można mieć deficyt

w części MT+. Takie osoby widzą świat jak serię pojedynczych klatek. Kiedy ktoś taki zalewa sobie herbatę, to w jednej klatce ma połowę kubka, a w następnej klatce już mu się woda przelewa. To pokazuje, jak bardzo nasze doświadczenie rzeczywistości zależy od mózgu. I dlatego pytanie o to, czym jest rzeczywistość, wciąż pozostaje otwarte.

Skoro mózg w pewnym sensie nami rządzi, to czym właściwie jest wolna wola? Czy w ogóle ją mamy, czy też wszystko jest podyktowane tym, co zachodzi w naszej głowie?

MATERIAL INFORMACYJNY: EUROPE DIRECT LUBLIN WYSPA

0011501035

Aktywne obywatelstwo w UE - co to znaczy w praktyce?

Unia Europejska często kojarzy się z odległymi instytucjami i decyzjami podejmowanymi „gdzieś w Brukseli”. Tymczasem jej ważnym elementem jest aktywne obywatelstwo - czyli realny wpływ mieszkańców na to, co dzieje się wokół nich. Nie tylko na poziomie europejskim, ale przede wszystkim lokalnym - tu, na Lubelszczyźnie.

Aktywne obywatelstwo nie zaczyna się od wielkich decyzji, ale od codziennych działań. To zainteresowanie sprawami swojego miasta czy regionu, udział w konsultacjach społecznych, lokalnych inicjatywach czy wydarzeniach. Mieszkańcy mają prawo wyrażać swoje opinie, zadawać pytania i współdecydować o kierunkach rozwoju - także w sprawach, które są współfinansowane przez Unię Europejską.

Warto pamiętać, że wiele inwestycji i projektów w regionie powstaje dzięki środkom unijnym - od infrastruktury, przez edukację, po działania społeczne. To oznacza, że mieszkańcy Lubelszczyzny są nie tylko odbiorcami tych zmian, ale mogą mieć wpływ na ich kształt. Konsultacje społeczne czy spotkania z mieszkańcami to momenty, w których głos obywateli naprawdę się liczy.

Aktywność obywatelska to także działania w najbliższym otoczeniu. W Lublinie i całym regionie działa wiele organizacji pozarządowych, grup nieformalnych i inicjatyw młodzieżowych. To właśnie tam mieszkańcy - szczególnie młodzi - uczą się współpracy, zaangażowania i odpowiedzialności za wspólne sprawy. Często są to projekty wspierane przez Unię Europejską, które pozwalają zdobywać doświadczenie i rozwijać kompetencje.

Programy, takie jak Erasmus+ czy Europejski Korpus Solidarności pokazują, że aktywność obywatelska może wykraczać poza region, ale nadal mieć lokalne znaczenie. Wyjazdy, wolontariat czy projekty międzynarodowe zmieniają sposób myślenia młodych ludzi, którzy wracają do Lublina z nowymi pomysłami i energią do działania. To właśnie oni często inicjują kolejne działania społeczne czy edukacyjne.

Nie trzeba jednak wyjeżdżać za granicę, by być aktywnym obywatelem. Wystarczy zainteresowanie tym, co dzieje się wokół - udział w wydarzeniach, wspieranie lokalnych inicjatyw, wolontariat czy nawet rozmowa o ważnych sprawach.

To zależy od tego, kim jesteśmy. Myślę, że jestem wieloma wersjami siebie, albo wieloma osobami, w zależności od tego, jakie ramy przyjmujemy. Mogę być tu i teraz - tak jak teraz rozmawiamy - i improwizować to, co mówię, w oparciu o swoje wcześniejsze przemyślenia i doświadczenia. Ale mogę też usiąść po całym tygodniu i zastanowić się nad tym, co się wydarzyło, co można zrobić lepiej i jak zaplanować na przykład przyszłoroczny Cyber Brain. Wtedy nie myślę o tym, co jest tu i teraz, tylko o tym, co będzie za rok. Mogę też myśleć o tym, co wydarzy się za pięć lat. Dlatego pytanie, czy ist-

nieje wolna wola, czy wszystko jest zakorzenione w cyklach neuronalnych, hormonalnych i ewolucyjnych, jest kolejnym bardzo głębokim pytaniem, na które prawdopodobnie nie ma jednoznacznej odpowiedzi. I szczerze mówiąc, nie jest to dla mnie aż tak istotne. Dla mnie ważniejszym odkryciem było to, że istnieje przyszłość. Że mogę ją zaplanować i sprawić, aby rzeczy, które najpierw pojawiają się w mojej wyobraźni, stały się rzeczywistością. To trochę tak, jakby wyobrazić sobie punkt w przyszłości i później doprowadzić do tego, żeby się zmaterializował.



Aktywne obywatelstwo to także umiejętność słuchania innych i szukania wspólnych rozwiązań.

Ważną rolę odgrywa również dialog. W regionie organizowane są spotkania, debaty i wydarzenia informacyjne, np. przez punkty EUROPE DIRECT, które umożliwiają mieszkańcom zadawanie pytań i lepsze zrozumienie działań Unii Europejskiej. To przestrzeń, w której każdy może zabrać głos.

Aktywne obywatelstwo to także odpowiedzialność. Oznacza świadome podejście do informacji, zainteresowanie sprawami publicznymi i gotowość do działania - nawet w małej skali. To właśnie takie postawy budują silne społeczności lokalne i wzmacniają demokrację.

Dla młodego pokolenia z Lubelszczyzny aktywność obywatelska staje się coraz bardziej naturalna. Udział w projektach, wolontariat czy inicjatywy społeczne nie są już czymś wyjątkowym, ale częścią codzienności. Młodzi nie tylko korzystają z możliwości, jakie daje Unia Europejska, ale coraz częściej chcą mieć wpływ na to, jak będzie wyglądać ich przyszłość - zarówno w regionie, jak i w całej Europie.

Aktywne obywatelstwo to proces, który zaczyna się blisko - w naszej miejscowości, szkole, na uczelni czy w organizacji. Bo Unia Europejska to nie tylko instytucja. To przede wszystkim ludzie - także mieszkańcy Lubelszczyzny - i ich zaangażowanie.



W NUMERZE:**Sposoby na artrozę**

Artroza to proces chorobowy polegający na występowaniu zwyrodnień w układzie kośno-mięśniowym, który doprowadza do zmian w obszarze tkanki chrzęstnej, a na-

stępnie, stopniowo zaczyna obejmować cały staw. Pacjenci zmagający się z artrozą doświadczają bólu stawów, który pojawia się np. przy zmianach pogody lub podczas aktywności fizycznej, a najczęściej ustępuje po okresie odpoczynku i relaksacji.

ZA TYDZIEŃ:

- Autyzm u kobiet i dziewcząt – objawy, trudności z diagnozą i życie w spektrum
- Ten zabieg kosztuje 600 zł, na NFZ możesz go zrobić za darmo



FOT. 123RF

Gruźlica to nadal realne zagrożenie. Jak ją rozpoznać i leczyć?

Monika Piorun
redakcja@stronazdrowia.pl

W ostatnich latach Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) zaobserwowała pierwszy od dekady wzrost liczby zgonów spowodowanych gruźlicą.

Wydawać by się mogło, że gruźlica istnieje już tylko w historycznych zapiskach, bo dzięki obowiązkowym szczepieniom choroba ta została wyeliminowana. Jednak statystycznie co sekundę na świecie 1 osoba zaraża się *Mycobacterium tuberculosis complex*, czyli prątkami gruźlicy, a co 3 minuty na gruźlicę umiera dziecko. Nosicielami tych kilku gatunków bakterii jest około 2-3 miliardy ludzi na całym globie. Niestety, walka z tymi uporczywymi zarazkami nie należy do najłatwiejszych, mimo że ryzyko infekcji dotyczy tylko około 10 proc. zakażonych.

Zachorowania na gruźlicę zostały skutecznie zahamowane przez szczepienia, jednak w czasie pandemii i migracji spowodowanych wojną choroba ta powróciła, a WHO odnotowuje wzrost liczby zachorowań. W 2021 roku WHO zaobserwowało także po raz pierwszy od 10 lat wzrost liczby zgonów na gruźlicę. W 2023 roku odnotowano najwyższą od 1995 roku liczbę przypadków gruźlicy (ponad 8,2 mln nowych diagnoz) i 1,25 mln zgonów.

Gruźlica w Polsce i na świecie

W Polsce od połowy lat 50. ubiegłego stulecia wprowadzono obowiązkowe szczepienia przeciwko gruźlicy, dzięki którym udało się znacznie ograniczyć rozwój choroby. Obecnie jednak obserwuje się stały wzrost zagrożenia gruźlicą, głównie ze względu na przybywających do naszego kraju uchodźców z Ukrainy, wśród których wiele osób nie jest zaszczepionych przeciwko gruźlicy.

W ostatnich latach w naszym kraju statystyki dotyczące zachorowań na gruźlicę są dwukrotnie wyższe niż w Czechach



FOT. 123RF

W 2024 roku w Polsce zgłoszono blisko 4 tysiące przypadków gruźlicy. Chorobą można się zarazić od zainfekowanej nią osoby

i na Słowacji oraz aż siedmiokrotnie większe niż np. w Norwegii.

W skali całego globu Polska oceniana jest jednak jako kraj o średniej zapadalności na gruźlicę, a liczba przypadków zachorowań na gruźlicę w Polsce co roku spada. Ze wstępnych danych Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc wynika, iż w 2024 roku zgłoszono w Polsce 3946 przypadków gruźlicy, a w 2023 roku było ich 4436.

Najwyższy odsetek chorych na gruźlicę na świecie występuje w krajach Trzeciego Świata w Afryce (gdzie ponad połowa zakażonych jest również nosicielami wirusa HIV) oraz z Azji (głównie Indii, Indonezji i Chin). Jak podaje Zakład Epidemiologii i Medycyny Tropikalnej Wojskowego Instytutu Medycznego – gruźlica obok AIDS jest obecnie główną przyczyną zgonów

z powodu chorób zakaźnych na świecie.

Przyczyną gruźlicy są bakterie

Przebywanie w dużych skupiskach ludzkich od zawsze sprzyjało szybkiemu rozprzestrzenianiu się mikroskopijnych, przenoszonych drogą kropelkową, pokarmową lub przez dotyk prątków gruźlicy.

W 1882 roku odkrył je niemiecki lekarz i bakteriolog Robert Koch. Choć był to niewątpliwie przełom w medycynie, który dał szansę na ograniczenie

Statystycznie co sekundę na świecie jedna osoba zaraża się prątkami gruźlicy, a co trzy minuty na gruźlicę umiera dziecko.

skali zachorowań na gruźlicę, to jednak aż do dziś nie udało się w pełni określić prątków wywołujących tę chorobę. Dlaczego?

Mimo że bakterie te giną podczas gotowania i pasteryzacji, to jednak wcale nie jest łatwo się ich pozbyć. Przez długie lata potrafią bowiem przetrwać np. w roztocach kurzu domowego lub w glebie – jeśli tylko nie mają dostępu do słońca.

Są wyjątkowo wrażliwe na światło i promienie UV, za to wykazują dużą odporność na gnienie i wysychanie.

Na dodatek współcześnie dostępne leki są wobec nich coraz mniej skuteczne, co w ostatnich latach przyczyniło się do zwiększonej liczby zachorowań na gruźlicę – nie tylko na terenach, gdzie szczepienia przeciwko gruźlicy nie są obowiązkowe.

Gruźlicą można się zarazić, przebywając w otoczeniu zainfekowanej osoby. Wystarczy, że kichnie, zakasze lub tylko coś powie czy się zaśmieje, a umożliwi to prątkom gruźlicy przedostanie się do kolejnego organizmu drogą kropelkową. Zwykle podanie ręki gruźlikowi nie jest jednak ryzykowne – zwłaszcza jeśli zwracamy uwagę na przestrzeganie higieny osobistej.

Do zarażenia może zaś dojść drogą pokarmową poprzez spożycie nieprzeżowanej wody lub mleka, w których obecne są prątki gruźlicy. Choroba może także pojawić się na skutek zjedzenia mięsa zwierzęcia zarażonego gruźlicą. Rzadziej dochodzi do infekcji w wyniku kontaktu zarazków ze skórą, np. z powodu skażeń.

W postaci pierwotnej gruźlica może wywoływać symptomy przypominające początkową fazę grypy, a także prowadzić do powiększenia węzłów chłonnych. Może też przebiegać zupełnie bezobjawowo i samistnie ustąpić.

W tzw. popierwotnej formie ma związek z prątkami, którym udało się przetrwać w ludzkim organizmie w stanie uśpienia. Może obejmować różne narządy.

Choć gruźlica najczęściej atakuje płuca, to jednak może szkodzić także innym organom. Najsilniejszymi lekami polecanymi do walki z gruźlicą są antybiotyki (izoniazyd i ryfampicyna a także streptomycyna, pyrazinamid i etambutol).

Dokładne dawki powinny być dopasowane do stanu chorego, jego wieku i stopnia zaawansowania choroby. Niestety, bez specjalistycznej pomocy nawet co drugi gruźlik może umrzeć.

Dlaczego kuracjusze rezygnują z leczenia w sanatoriach? Przyczyny mogą zaskakiwać

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

NFZ alarmuje: coraz więcej pacjentów odwołuje swoje pobyty w sanatoriach, mimo długiego oczekiwania i grożących kar. Czemu tak się dzieje?

Trzytygodniowy, darmowy turnus na NFZ w jednym z profesjonalnych sanatoriów w pięknej miejscowości uzdrowskiej - to marzenie wielu pacjentów. Dostać się na taki turnus nie jest łatwo: należy uzyskać skierowanie od lekarza, potwierdzenie od specjalisty, który wyznacza miejsce i termin, i odczekać swoje w kolejce, nieraz nawet i 10 miesięcy.

Okazuje się jednak, że coraz więcej Polek i Polaków rezygnuje z wyznaczonych turnusów w sanatoriach.

NFZ podzielił się najnowszymi statystykami rezygnacji z pobyty w sanatoriach za rok 2025. W poście na platformie X Fundusz wskazał, że w 2025 r. było łącznie aż ponad 134 tys. takich rezygnacji, o ok. 6 tys. więcej niż w 2024 r. (127 tys.).

Dlaczego rezygnujemy z pobytu w sanatoriach?

Ciekawa wydaje się kwestia: dlaczego właściwie coraz więcej pacjentów odwołuje swoje pobyty?

Różnorodne odpowiedzi przynoszą komentarze internautów pod postem NFZ i na grupach na Facebooku.

Ważną przyczyną bywa zła pogoda jesienią i zimą.

WARTO WIEDZIEĆ

W przypadku rezygnacji ze skierowania na leczenie uzdrowskie należy w trybie natychmiastowym pisemnie powiadomić o tym fakcie NFZ oraz odesłać oryginał skierowania. Ocena zasadności rezygnacji dokonana zostanie na podstawie pisemnego i udokumentowanego uzasadnienia pacjenta oraz przedstawionej dokumentacji medycznej. Nieuzasadniony bądź nieudokumentowany zwrot skierowania na leczenie uzdrowskie będzie traktowany jako rezygnacja z leczenia.



Kuracjusze często rezygnują z wymarzonego pobytu w sanatorium

- Jest wiele przyczyn takiego stanu rzeczy - pisze pani Beata. - Raz byłam w Łądku w styczniu. W moim domu nie było żadnych zabiegów, wszystkie w innych budynkach. Mąż po mnie przyjechał, tak się rozchorowałam. Nigdy więcej.

- Niedogrzanie w okresach zimnych powoduje, że pół turnusu wyjeżdża chorych. Na drugi raz zrezygnuję z pobytu w listopadzie - zapewnia pani Alicja.

Często wskazywane są też problemy komunikacyjne.

- Ludzie rezygnują, bo Fundusz wysłał ich 600 km od domu, i to jeszcze nie do Kołobrzegu lub Świnoujścia - domyśla się Witamina.

- Bo wysłają z jednego końca Polski na drugi, a przecież to są seniorzy i nie zawsze mają możliwość dojazdu, i to jeszcze z ciężką walizką - potwierdza pani Halina.

- Nie dość, że w drugi koniec Polski, to jeszcze kurort w takim miejscu, że nie ma czym dojechać (5 przesiadek), a torba na 3 tyg. trochę waży - dodaje pani Danuta.

Komentarze dają do myślenia

Bardzo ciekawy komentarz nt. statystyk rezygnacji z turnusów można przeczytać na facebookowym profilu Stowarzyszenia Pomocy Osobom Niepełnosprawnym i Ich Rodzinom „Razem”.

Autor podkreśla, że czasem najpoważniejszą przeszkodę

stanowią finanse, bo darmowe turnusy też w istocie wiążą się z kosztami, które dla gorzej sytuowanych pacjentów mogą okazać się zbyt wysokie.

- Dane NFZ są bezlitosne: rezygnację z wyjazdów do sanatoriów idą w tysiące, a statystyki rosną z każdym miesiącem.

Scenariusz zazwyczaj wygląda tak samo. Składasz wniosek, stoisz w kolejce kilkanaście lub kilkadziesiąt miesięcy.

Kiedy w końcu przychodzi twoja kolej, dostajesz wyliczenie kosztów i orientujesz się, że „darmowe” leczenie to luksus, na który cię nie stać - czytamy w poście.

Dodatkowo płatne jest np. zakwaterowanie, wyżywienie, dojazd w obie strony, dochodzą też opłaty klimatyczne.

Dla osoby z niepełnosprawnością albo seniora z niską emeryturą to bariera nie do przejścia. Wybór jest prosty: albo leki i czynsz, albo dwa tygodnie rehabilitacji.

Pewną rolę odgrywa też długi czas oczekiwania w kolejce na turnus.

Po dwóch latach czekania stan zdrowia często pogarsza się na tyle, że człowiek nie ma już siły na podróż, która miała go postawić na nogi.

Autor podsumowuje smutno:

- System oferuje ci pomoc tylko na papierze. W praktyce zostajesz sam z bezużytecz-

nym skierowaniem w rękę, bo inflacja zjadła twoje szanse na powrót do sprawności.

Jak uniknąć kary po rezygnacji?

Każda decyzja o rezygnacji z wyjazdu do sanatorium, to także szansa dla kogoś innego, pod warunkiem że NFZ dowie się o tym z odpowiednim wyprzedzeniem. Zwrot w ostatniej chwili często oznacza, że miejsce po prostu przepada, bo nikt nie zdąży się już spakować i dojechać. Wówczas takie miejsce po prostu przepadnie.

Za odwołanie turnusu w sanatorium bez odpowiedniego uzasadnienia grozi kara: utrata miejsca w kolejce i konieczność ponownego wniosku o leczenie sanatoryjne. Za przedwczesne przewrót turnusu też grozi kara pieniężna: opłata według cennika za każdą pozostałą dobę pobytu.

Kary mają służyć zdyscyplinowaniu pacjentów i zminimalizowaniu kosztów rezygnacji pobyty w ostatnią chwilę. Jak ich uniknąć?

Należy pisemnie (listownie lub przez e-mail) powiadomić oddział wojewódzki NFZ o rezygnacji z pobytu w sanatorium. Trzeba też podać uzasadnienie. NFZ jako dobre uzasadnienie uznaje:

- chorobę i pobyt w szpitalu,
- nagłe wypadki losowe, nieprzewidziane w chwili składania wniosku o leczenie sanatoryjne (ślub, pogrzeb).



Niepojawienie się pacjenta na umówionej wizycie to zmartwienie wielu placówek medycznych

Co szósta wizyta u lekarza nie dochodzi do skutku

Barbara Wesola
barbara.wesola@polskapress.pl

Nawet 15 proc. umówionych wizyt lekarskich w Polsce nie dochodzi do skutku, ponieważ pacjenci nie pojawiają się w wyznaczonym terminie.

Według analiz Narodowego Funduszu Zdrowia oznacza to kilkanaście milionów niewykorzystanych wizyt rocznie. Problem ten generuje straty finansowe dla placówek medycznych i wydłuża kolejki do specjalistów. Ekspertiści wskazują, że w ograniczeniu zjawiska mogą pomóc systemy automatycznego kontaktu z pacjentem, tzw. voiceboty.

Zjawisko określane jako no-show, czyli niepojawienie się pacjenta na umówionej wizycie, pozostaje jednym z największych wyzwań organizacyjnych w ochronie zdrowia. Średnio dotyczy ono około 10-15 proc. wszystkich terminów konsultacji.

W praktyce oznacza to znaczną liczbę niewykorzystanych wizyt. W placówce realizującej około 10 tys. konsultacji miesięcznie nawet 1000 terminów może pozostać niewykorzystanych. Przy średnim koszcie wizyty wynoszącym 400 zł oznacza to potencjalnie nawet 400 tys. zł miesięcznie utraconych przychodów.

- W wielu placówkach problem nie polega na braku pacjentów, lecz na niewykorzystanych terminach.

Automatyzacja pierwszej linii kontaktu pozwala znacząco ograniczyć to zjawisko, ponieważ system proaktywnie kontaktuje się z pacjentem i umożliwia szybkie potwierdzenie lub odwołanie wizyty - mówi Leszek Moszczyński,

dyrektor operacyjny w Easy-Call.

Jednym z rozwiązań ograniczających problem nieodbytych wizyt są voiceboty, czyli systemy automatycznej komunikacji głosowej oparte na sztucznej inteligencji. Mogą one przypominać pacjentom o terminach konsultacji, umożliwiać potwierdzanie wizyt oraz informować o zmianach w harmonogramie lekarzy.

W przeciwieństwie do tradycyjnych infolinii takie systemy mogą prowadzić jednocześnie wiele rozmów i automatycznie kontaktować się z pacjentami.

- Voicebot ma skuteczność kontaktu z pacjentem dochodzącą nawet do 95 proc. W większości wdrożeń pozwala to obniżyć wskaźnik no-show o ponad 50 proc. już w pierwszym miesiącu działania, a w dobrze zoptymalizowanych placówkach medycznych zejść ze wskaźnikiem no-show nawet do około 1 proc. - podkreśla Leszek Moszczyński.

Takie technologie są wdrażane również w Polsce. Jednym z dostawców rozwiązań w tym obszarze jest EasyCall, należąca do spółki technologicznej SoftBlue, która rozwija systemy conversational AI dla sektora medycznego. Narzędzia tego typu integrują się z systemami informatycznymi placówek i wspierają procesy rejestracji oraz zarządzania harmonogramami pacjentów.

Według ekspertów automatyzacja komunikacji z pacjentami może w najbliższych latach odgrywać coraz większą rolę w organizacji pracy placówek medycznych, zwłaszcza w warunkach rosnących kosztów i niedoboru personelu administracyjnego.

Żyjemy w ciągłym szumie. Naukowiec tłumaczy, jak hałas męczy nasz mózg

Barbara Wesoła
barbara.wesola@polskapress.pl

O tym, czym jest smog akustyczny i dlaczego nasze otoczenie dźwiękowe ma znaczenie dla zdrowia, mówi dr inż. Grzegorz Chrobak z Uniwersytetu Przyrodniczego we Wrocławiu.

Pisze pan o hałasie jako zabójcy. To brzmi bardzo groźnie.

Przez lata mówiliśmy o chorobach cywilizacyjnych - otyłości, stresie, zanieczyszczeniu powietrza. Z czasem okazało się, że do tego zestawu trzeba dopisać jeszcze jeden czynnik: hałas środowiskowy.

Kluczowe słowo to akumulacja obciążeń. Te czynniki się kumulują. Człowiek żyjący w mieście oddycha gorszym powietrzem, doświadcza stresu, prowadzi siedzący tryb życia - a do tego dochodzi jeszcze stała ekspozycja na hałas. Pod tym względem hałas jest podobny do smogu.

Jeśli miałbym w prosty sposób wyjaśnić pojęcie smogu akustycznego, to powiedziałbym tak: jest to nadmiar dźwięków w środowisku, który powoduje, że przestajemy rozróżniać ich źródła i zaczynamy odbierać je jako jeden ciągły szum, czyli jednorodny tło akustyczne.

Tak jak smog atmosferyczny składa się z wielu cząstek zanieczyszczeń, tak smog akustyczny powstaje z nakładających się na siebie emisji dźwięków: ruchu drogowego, wentylacji, klimatyzacji, urządzeń technicznych czy rozmów ludzi.

Szacuje się, że w Unii Europejskiej około 12 tys. osób rocznie umiera przedwcześnie z powodu hałasu.

Tak, ale trzeba pamiętać, że hałas działa podobnie jak tzw.

choroby współistniejące. Rzadko jest bezpośrednią przyczyną zgonu. To trochę tak, jak w przypadku wypadku samochodowego - bezpośrednią przyczyną śmierci może być krwotok wewnętrzny, ale interesuje nas krok wcześniej: jakie czynniki doprowadziły do tego krwotoku.

Hałas jest właśnie takim wcześniejszym, pośrednim czynnikiem. Koreluje z innymi obciążeniami środowiskowymi.

Organizm interpretuje hałas jako sygnał zagrożenia. Pojawia się stres, wydzielają się hormony.

Tak, ale bardzo ważny jest kontekst. Jeśli wiemy, skąd pochodzi dźwięk i dlaczego się pojawia, organizm reaguje inaczej. Jeśli słyszę samochód nadjeżdżający z daleka, jestem na to przygotowany. Problem zaczyna się przy hałasie tła, takim jak szum ruchu drogowego czy wentylacji. To dźwięk, który stale oddziałuje na nasz organizm, często nawet podświadomie. Człowiek może czuć się rozdrażniony, zmęczony albo zdekoncentrowany, ale nie zawsze potrafi wskazać przyczynę. Coraz częściej ludzie mówią: „jestem przebudżony”. I to jest chyba dobre określenie.

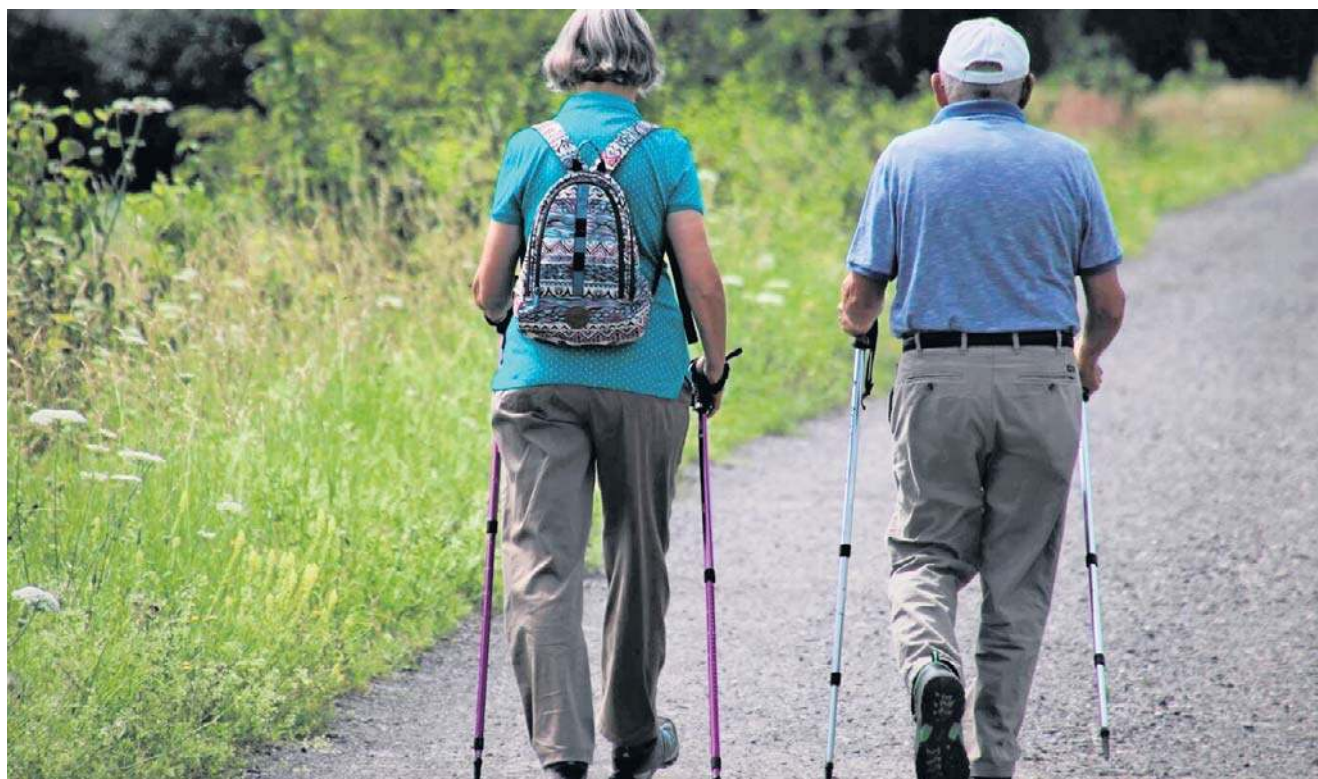
Hałas działa nawet wtedy, gdy śpimy.

To, że śpimy, nie oznacza, że mózg przestaje odbierać bodźce. Hałas może zaburzać fazy snu - skracać je albo powodować mikroprzebudzenia. Człowiek może się rano czuć zmęczony, choć nie wie dlaczego. A brak dobrej jakości snu jest z kolei powiązany z wieloma problemami zdrowotnymi: od zaburzeń koncentracji po depresję.



Hałas występujący w naszym środowisku działa niczym smog. Otacza nas z każdej strony

Jak zatrzymać postęp artrozy? Najlepszy jest umiarkowany, ale systematyczny ruch



„Na własną rękę” można, a nawet powinno się dbać o utrzymanie odpowiedniej masy ciała. W zapobieganiu ograniczenia ruchomości stawów pomoże też aktywność fizyczna. Spacer, jazda na rowerze, pływanie

Ingrid Hintz-Nowosad
ingrid.hintz@polskapress.pl

Jest przyczyną dolegliwości bólowych około dwóch milionów Polaków. Borykające się z nią osoby skarżą się na ból, dyskomfort i ograniczenie swobody ruchów.

Do często występujących przypadków artrozy należą zwyrodnienia stawów biodrowych, kolanowych oraz kręgosłupa.

Choroba zwyrodnieniowa stawów

Artroza to proces chorobowy polegający na występowaniu zwyrodnienia w układzie kostno-mięśniowym, który doprowadza do zmian w obszarze tkanki chrząstecznej, a następnie, stopniowo zaczyna obejmować cały staw. Mają na to wpływ zdarzenia zarówno biologiczne, jak i mechaniczne (np. urazy), które doprowadzają do degradacji tkanek.

Do charakterystycznych cech schorzenia należy:

- stwardnienie części podchrząstecznej kości,
- powstawanie torbieli, stanów zapalnych,
- zmiany w budowie kości (tworzenie się wyrostów kostnych brzożnych).

Ryzyko wystąpienia zwyrodnienia wzrasta, gdy struktura tkanki łącznej w danym stawie

jest nadmiernie przeciążana (przez dłuższy czas) lub gdy sama tkanka charakteryzuje się nieprawidłową budową. Do najczęstszych przyczyn występowania zmian należą urazy, zabiegi chirurgiczne, choroby metaboliczne, choroby zapalne stawów lub wiek. Z do najwcześniejszych objawów, które dają o sobie znać na początku choroby, należą dolegliwości bólowe. Pacjenci zmagający się z artrozą doświadczają bólu stawów, który pojawia się np. przy zmianach pogody lub podczas aktywności fizycznej, a najczęściej ustępuje po okresie odpoczynku i relaksacji. Charakterystyczna jest także sztywność stawów oraz odczuwane „trzeszczenie”, czyli tarcie w stawie podczas ruchu. Do zdiagnozowania choroby wystarczy zazwyczaj badanie wykonane przez lekarza oraz zdjęcie radiologiczne, które uwidoczni nierówne i zdeformowane powierzchnie stawowe wraz ze zwężeniem szpary stawowej pomiędzy nimi.

Co możesz zrobić dla swoich stawów?

W celu skutecznego leczenia lub przynajmniej zatrzymania postępowania choroby, ważna jest odpowiednia i prawidłowa edukacja potencjalnych pacjentów. „Na własną rękę” można, a nawet powinno się dbać o utrzymanie odpowiedniej masy ciała - nadwaga sprzyja

powstawaniu zwyrodnienia, ponieważ może wpływać na nadmierne przeciążanie stawów. Aby zapobiegać ograniczeniu ruchomości stawów, istotne jest wykonywanie odpowiednich ćwiczeń (np. opartych na wzmacnianiu mięśni posturalnych). Najlepszy będzie umiarkowany, ale systematyczny ruch (pływanie, spacer,

jazda na rowerze). Zdecydowanie nie jest wskazane wykonywanie intensywnych treningów (np. na siłowni), ponieważ może to wręcz zaszkodzić choremu, obciążając niepotrzebnie stawy i narażając na wystąpienie dodatkowej kontuzji.

Jakie są metody leczenia?

Istnieje wiele dostępnych metod leczenia, które pomagają pacjentom w uśmierzeniu bólu i zwalczaniu dolegliwości. Zalicza się do nich wsparcie farmakologiczne (leki przeciwbólowe i przeciwzapalne), a także fizykoterapię, zastrzyki czy nawet zabiegi polegające na wymianie stawu i wszczepieniu sztucznego elementu - protezy.

Kiedy dojdzie już do stanu wymagającego leczenia, pomożemy przede wszystkim o prawidłowej diecie, suplementacji preparatami wzmacniającymi kości i chrząstki stawowe, witaminami (głównie D3 i K2) oraz o rehabilitacji z nauką ćwiczeń, które będziemy mogli wykonywać w domu. Pomocne też będą zabiegi fizykalne przeciwbólowe, ograniczające stany zapalne i wspomagające regenerację - mówi Jan Kośmider, ortopeda i specjalista rehabilitacji medycznej.

Rodzaj terapii należy skonsultować z lekarzem, który pomoże ocenić, co w danym przypadku będzie najbardziej korzystne.

WARTO WIEDZIEĆ

Skuteczny może być rezonans magnetyczny

Terapia rezonansem magnetycznym to duża szansa dla pacjentów, którzy od lat zmagają się ze schorzeniami stawów czy mięśni. Podczas zabiegów doprowadzona do otaczającej tkanki energia wywołuje w organizmie procesy metaboliczne i biofizyczne. W efekcie prowadzi to do aktywnej stymulacji komórek, dzięki której tkanka chrząstka może ulec znacznej regeneracji i doprowadzić do szybkiej redukcji bólu. Jest to zatem bezinwazyjna metoda, nie wymagająca interwencji chirurgicznej, która daje długofalowy, trwały efekt leczenia, wynoszący co najmniej 4 lata. Terapii można się poddać w wielu klinikach w Polsce.

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

DIETA ZACHODNIA

Czym jest dieta zachodnia?

Dieta zachodnia to model żywienia, w którym dominują produkty wysoko przetworzone. Charakteryzuje się m.in. ubogą zawartością błonnika pokarmowego, a dużą zawartością tłuszczów nasyconych, cukru prostego oraz tłustych produktów mlecznych.

W takiej diecie brakuje natomiast warzyw i owoców, chudego nabiału i mięsa, jak również zbożowych produktów pełnoziarnistych. Gotowe produkty mają coraz dłuższą trwałość, są nienaturalnie kolorowe lub mają ulepszoną strukturę. Wiąże się to z dodatkiem różnych emulgatorów, konserwantów, przeciwutleniaczy i barwników. Dieta zachodnia nie dostarcza wystarczającej ilości witamin

i składników mineralnych potrzebnych do utrzymania dobrostanu organizmu. Dieta zachodnia stanowi element zachodniego stylu życia, z którym wiąże się również niska aktywność fizyczna. Taka dieta wywołuje ogólnoustrojowy stan zapalny, może prowadzić do nadwagi, otyłości i zespołu metabolicznego oraz ma bezpośredni i pośredni wpływ na strukturę i funkcjonowanie mózgu.

Jak dieta zachodu wpływa na mózg i pamięć?

Negatywny wpływ diety zachodu wykracza poza przyrost masy ciała i zaburzenia metaboliczne – dotyczy także funkcji poznawczych. Badanie z 2016 r. przeprowadzone na szczurach wykazało, że zwierzęta karmione posiłkami bogatymi w tłuszcze

i węglowodany miały trudności z zadaniami wymagającymi pamięci zależnej od hipokampa. Ta mała struktura mózgu, kształtem przypominająca konika morskiego, stąd łacińska nazwa hippocampus, odgrywa kluczową rolę w pamięci epizodycznej. Podobne eksperymenty przeprowadzono również na ludziach i ich wyniki potwierdziły obserwacje uzyskane u szczurów. Już cztery dni stosowania diety zachodu wystarczają, by pogorszyła się zdolność zapamiętywania.

Co więcej, dieta wpływa także na odczuwanie sytości. Uczestnicy, którzy jedli zgodnie z zasadami diety zachodu, pod koniec badania potrzebo-

wali więcej kalorii niż na początku, aby poczuć się najedzonymi.

Co zamiast diety zachodniej?

Najbardziej polecanym przez specjalistów modelem żywienia jest dieta śródziemnomorska, charakteryzuje się ona spożyciem dużej ilości warzyw, owoców, produktów zbożowych z pełnego ziarna, nasion roślin strączkowych, oliwy z oliwek oraz ryb. Z technik kulinarnych zaleca się gotowanie, gotowanie na parze, pieczenie. Dieta śródziemnomorska charakteryzuje się nie tylko wartościowymi produktami spożywczymi, ale



także innymi elementami, takimi jak sposób przygotowywania posiłków i spożywania ich w towarzystwie.

Jakie jest znaczenie tłuszczu w diecie zachodniej?

Dieta typu zachodniego dostarczająca dużych ilości tłuszczu zwierzęcego, głównie pochodzącego z mięs i przetworów mięsnych, przyczynia się do wzrostu stężenia cholesterolu w organizmie. Innym źródłem tłuszczu w diecie zachodniej jest tłusty nabiał taki jak sery pleśniowe, topione, sery żółte, a także pełnotłuste mleko, które jest podstawowym składnikiem np. gotowych koktajli smakowych. W diecie zachodniej spożywane są również duże ilości deserów, które są nie tylko źródłem cukru, ale także

tłuszczu. Są to między innymi ciasta z dodatkiem kremów czekoladowych, na bazie śmietany czy sera mascarpone.

Dieta zachodnia obfituje również w słone przekąski takie jak chipsy, krakersy, orzechy w panierce, które zawierają nie tylko duże ilości tłuszczu, ale także soli, której nadmierne spożycie prowadzi do nadciśnienia tętniczego krwi.

Zwiększa ono z kolei ryzyko wystąpienia udarów mózgu, chorób sercowo-naczyniowych, niewydolności serca oraz nowotworów żołądka.

W diecie zachodniej często wykorzystywanym sposobem obróbki technologicznej jest smażenie w głębokim tłuszczu, np. frytki. Tak przygotowane posiłki są ciężkostrawne i wysokokaloryczne.

Bazie kotki lekiem na grype

Agata Siemaszko
redakcja@stronazdrowia.pl

Mleko baziowe to napój ceniony za właściwości przeciwgorączkowe, przeciwzapalne oraz przeciwbólowe. Zobacz, w jaki sposób je przygotować? Kto nie powinien go pić?

Jedną z pierwszych oznak wiosny są puchate bazie kotki, czyli kwitnące pąki wierzby. Mało kto wie, że bazie kotki wykazują szereg korzystnych właściwości zdrowotnych.

Głównym surowcem używanym w medycynie jest kora wierzbową, która znana jest ze swojego działania przeciwbakteryjnego, przeciwgorączkowego, przeciwzapalnego oraz przeciwbólowego. Dlatego napary z kory wierzbowej często stosuje się przy przeziębieniu i grypie.

Co można zrobić z bazi?

Zastosowanie w medycynie naturalnej znajdują również bazie kotki, z których przygotowuje się mleko baziowe.

Bazie, w zależności od gatunku i odmiany wierzby, mogą być srebrzyste, czerwono-różowe, a nawet czarne. Podczas spacerów przeważnie natrafiamy jednak na te pierwsze.

Te puchate pączki są źródłem salicylanów, czyli substancji obecnych w popularnej aspirynie i niektórych lekach przeciwgorączkowych. Związki te



Bazie kotki mają właściwości lecznicze. To wiedza znana od dawna, korzysta z niej medycyna ludowa. Napar z kory wierzbowej z powodzeniem stosowany jest przy przeziębieniach, infekcjach gardła i grypie

hamują odkładanie się płytek krwi, przez co zapobiegają powstawaniu zakrzepów. Warto wspomnieć, że kwas salicylowy po raz pierwszy został otrzymany właśnie z wierzby.

Z uwagi na obecność salicylanów mleko baziowe może prawdopodobnie wykazywać działanie przeciwmiażdżycowe oraz przeciwwątrobowe, dzięki czemu sprawdzi się w profilaktyce:

- zawału serca,
- udaru mózgu,
- zakrzepicy żył głębokich,

- zatorów płucnych.

Dawniej często wspomaganym leczeniem przeziębienia i grypy właśnie mlekiem baziowym.

Ze względu na obecność salicylanów ten napój wykazuje również działanie przeciwgorączkowe, przeciwzapalne oraz przeciwbólowe.

Dlatego picie tego napoju może okazać się również pomocne w leczeniu objawów:

- przeziębienia,
- grypy,
- kataru,

- bólu mięśni i stawów.

Czy bazie są trujące?

Choć bazie nie są trujące i mają wiele prawdopodobnych właściwości zdrowotnych, to nie wszystkie osoby mogą cieszyć się napojem z wierzbowych kotków. Przeciwwskazaniem do jego spożywania są:

- alergia lub nadwrażliwość na salicylany,
- alergia na białka mleka krowiego,
- astma oskrzelowa,

- choroby nerek,
- choroby wątroby,
- zaburzenia krzepnięcia krwi,
- wrzody żołądka i dwunastnicy.

W przypadku kobiet w ciąży i karmiących, a także dzieci należy zachować szczególną ostrożność i przed spożyciem mleka baziowego skonsultować się z lekarzem pierwszego kontaktu. Jeśli nie masz pewności, czy drzewo, z którego chcesz pozyskać bazie to wierzba, nie zrywaj żadnych jego części i nie przyrządzaj z niego żadnych napojów.

Przepis na herbatkę z bazi, czyli mleko baziowe

Przygotowanie tego napoju jest niezwykle szybkie i nie wymaga specjalnych umiejętności.

Miksturę można pić kilka razy dziennie przez okres występowania nasilonych objawów przeziębienia.

Podany przepis zawiera ilość składników, która pozwala na przygotowanie jednej porcji napoju. Przed zbieraniem bazi warto zwrócić uwagę na miejsce, w którym rosną i wybierać te z miejsc oddalonych od dróg z dużym natężeniem ruchu oraz autostrad.

Mleko baziowe można przygotować ze świeżych, jak i suszonych pączków.

Składniki:

- 1 łyżka bazi świeżych lub suszonych kotków,
- 1 szklanka mleka.

Przygotowanie:

- Do garnka wlej mleko i dodaj bazie.
- Całość doprowadź do wrzenia i od razu zdejmij z palnika.
- Odstaw napój na 10 minut, aby bazie napęczniały.
- Napój możesz przecedzić przez sito lub podawać razem z baziami.
- Smak mleka można wzbogacić poprzez dodanie do gotowego napoju miodu, goździków, cynamonu.

Mleko warto pić, gdy jest ciepłe.

WAŻNE

Wierzba w medycynie ludowej

Wierzba od tysięcy lat jest ceniona jako środek przeciwzapalny, przeciwbólowy i przeciwgorączkowy. Jej użycie zostało udokumentowane na tabliczkach ze starożytnej Sumerii, które liczą 4 tys. lat. Kora wierzby zawiera błonnik, który spowalnia wchłanianie salicyny oraz garbniki, które tonizują podrażnione błony i zmniejszają krwawienie. Wierzba jest również moczopędna. Może pomóc złagodzić ciepło i obrzęki związane z urazami, zapaleniem stawów, dużą objętością krwi i innymi schorzeniami. Z wierzby wykonuje się m.in. olejek, susz do parzenia, a także nalewkę.

Serial „Ekstradycja”. Ekranowe odbicie Polski lat 90.

Wojciech Obremski

To był serial, który przetarł szlaki, nazwijmy to „policyjnym” produkcjom, powstającym dziś jak grzyby po deszczu. Wtedy jednak taka formuła stanowiła zupełną nowość, a przedstawione tutaj problemy były odzwierciedleniem ówczesnej sytuacji społeczno-politycznej w kraju. Minęło 30 lat od premiery pierwszego sezonu „Ekstradycji”

Minister spraw wewnętrznych: - Uratował pan honor kraju. Olgierd Halski: I wasze dupy. Ten dialog aż nadto obrazuje głównego bohatera serialu, jego osobowość i bezkompromisowość; komisarz Olgierd Halski to gliniarz z krwi i kości, niezwykle skuteczny, niestety, borykający się z problemami - jest alkoholikiem po rozwodzie, zaś jego córka Basia jest wychowywana przez jego siostrę. Halski, stosując swoje niekonwencjonalne metody, nierzadko podpada przełożonym (z podinspektorem Sawką na czele). Nie robi z tego problemu, odpowiadając im zazwyczaj z dozą obojętności czy cynizmu.

Komisarz tropi rosyjską mafię i handlarzy narkotyków, a przy okazji usiłuje walczyć z korupcją wśród wysokich urzędników państwowych. Bezpardonne działania policjanta ścigają uwagę przestępców na jego najbliższych. Samotna walka Halskiego z bossami narkotykowymi, finansowymi przekrętami oraz wymuszeniami haraczy ukazywała prawdziwe nastroje społeczne lat dziewięćdziesiątych, kiedy, trzeba to przyznać, państwo było zbyt słabe, by skutecznie chronić swoich obywateli przed nową i brutalną rzeczywistością zorganizowanej przestępczości.

Scenariusz prosto z życia

Od pierwszego odcinka na ekranie dzieje się niemało. I nie chodzi tylko o wydumane „sceny akcji”, które wypełniały dotychczas rodzime produkcje, wywołując u widza uśmiešek żenady lub wręcz salwy śmiechu. Owszem, w „Ekstradycji” nie brak klasycznych wybuchów samochodów (a nawet śmigłowca), profesjonalnych fabrykamfetaminy, handlu narkotykami na ogromną skalę czy walk gangów i wszechobecnej korupcji, również, a może przede wszystkim wśród stróżów prawa. Wszystko to podano jednak tym razem w otocze



W rolę nieprzekupnego komisarza Olgierda Halskiego wcielił się Marek Kondrat

zgrabnie skleconej fabuły - powstał serial ze świetnym tempem, które ani na chwilę nie pozwalało znużyć się widzowi, zaś scenariusz „Ekstradycji” został dopracowany w najmnijszych szczegółach. - Czerpał on całymi garściami z polskiej rzeczywistości, która w pierwszej połowie lat dziewięćdziesiątych gwałtownie się „z amerykanizowała” - czytamy na portalu Filmpolski.pl. I rzeczywiście, w serialu widać inspirację prawdziwymi wydarzeniami, których opisy królowały w tamtych czasach w gazetowych nagłówkach.

Co ciekawe, zanim „Ekstradycja” trafiła na szklane ekrany, była rozpowszechniana na kasetach wideo, zaś w wypożyczalniach stała się takim przebojem, że trzeba było prowadzić zapisy.

Zupełnie inna optyka

Na pomysł serialu wpadł (jego późniejszy scenarzysta) Witold Horwath, autor dość poczytnej kilka lat wcześniej książki „Święte wilki”. Była to powieść z gatunku political fiction, a główną jej osią była kampania prezydencka Stana Ty-

mińskiego. Wojciech Wójcik (mający na swoim koncie m.in. głośne „Karate po polsku”) zamierzał książkę sfilmować, jednak nic z tego nie wyszło. Pano wie nie zrezygnowali jednak ze swojej współpracy i tak powstał scenariusz „Ekstradycji”, a potem gotowy serial. - Doszedłem do wniosku, że patrząc na naszą rzeczywistość, trzeba znaleźć zupełnie inną optykę niż proponowały to „Święte wilki”. Nie roztrząsać, jak bronimy tego, co nazywamy demokracją - a co ja wciąż uważam za pseudodemokrację - ale zając się tym, co ją nadwyręza. Łatwo przecież uszkodzić młody organizm, który jest dość bezbronny, jeszcze nie zdobył - że użyję medycznego terminu - siły odpornościowych. Jak więc zwalczać, atakujące go i narastające zło? A konkretnie w tym przypadku tzw. przestępczość zorganizowaną? - mówił W. Wójcik, cytowany w książce Bartka Koziczyńskiego „333 popkultowe rzeczy... lata 90.”.

I ta muzyka!

Do roli Olgierda Halskiego początkowo typowano Krzysz-

tofa Pieczyńskiego, ostatecznie w rolę nieprzekupnego komisarza wcielił się Marek Kondrat, który kilka lat wcześniej zagrał podobną postać w „Psach”, i to nie tylko pod względem imienia głównego bohatera. Partnerują mu Małgorzata Pieczyńska, jako siostra komisarza, a także Renata Danciewicz (kochanka Halskiego), z którą Kondrat, mniej więcej w tym samym czasie, stworzył udany duet w „Pułkowniku Kwiatkowskim”. Na ekranie widzimy również m.in. Krzysztofa Kolbergera jako szefa Urzędu Ochrony Państwa czy Witolda Dębickiego, wspomnianego przełożonego Halskiego. Zaś w narkotykowego bossa wcielił się... Lew Rywin. Serial powstał m.in. na zamku w Oporowie i na komisariacie policji w Bedlnie, w województwie łódzkim. W pamięć zapada także główny temat muzyczny, skomponowany przez Jerzego Satanowskiego. Wielu też na pewno kojarzy piosenkę „Twoje miasto”, kończącą odcinki sezonu trzeciego (o którym później) i śpiewaną przez Grzegorza Markowskiego oraz Liroya.

Halski nie tylko w serialu

Początkowo Telewizja Polska zamówiła cztery odcinki i skierowała je do realizacji. Efekt wyszedł obiecująco, toteż poproszono o jeszcze jedną część, do której scenariusz napisali Paweł Trzaska i Robert Brutter, pracownik Kancelarii Sejmu (późniejszy scenarzysta „Rodziny zastępczej” i „Rancza”). Ten epizod chronologicznie wyświetlono jako pierwszy, a potem dokręcono jeszcze jeden - powstał więc sześciuodcinkowy serial, którego emisję rozpoczęto 9 listopada 1995 roku. Od czasów PRL-u żadna rodzima produkcja telewizyjna nie spotkała się z takim aplauzem - podczas nadawania „Ekstradycji” ulice dosłownie pustoszały. Toteż nic dziwnego, że pomyślano o kontynuacji - pierwsza seria zakończyła się napisem „Śledztwo trwa...”, a jednocześnie powstawały już zdjęcia do drugiego cyklu, który wszedł na ekrany w 1997 roku.

Co ciekawe, Marek Kondrat wcielił się w Olgierda Halskiego również w niemieckim filmie z 1996 roku „Reise in der

Tod” („Podróż do śmierci”). Komisarz rozpracowuje tu sprawę zamachu bombowego w Krakowie, w którym ginie żona niemieckiego oficera policji.

„Czwórki” nie będzie

Wracając do drugiej serii „Ekstradycji”: kręcono ją z większym rozmachem - za plenery posłużyły krajo-brazy Helu, Zakopanego czy Mazur. Do dotychczasowej obsady dołączyli m.in. Janusz Gajos (szef mafii), Maria Pakulnis (rosyjska gangsterka), Jan Machulski (prezes banku), Olaf Lubaszenko (oficer UOP-u) czy Marian Opania (minister). Wzorem poprzedniego sezonu, kilka miesięcy przed premierą telewizyjną odcinki wydano na kasetach wideo. Seria ta różni się nieco od swojej poprzedniczki i mimo doborowego aktorstwa można odczuć wyraźne spowolnienie akcji.

- „Ekstradycja 2” bardziej przypomina tzw. czarne kryminały z ich pesymistycznym obrazem rzeczywistości, przeżartej nieopanowanym pragnieniem zysku, korupcją, obłudą, cynizmem i niesprawiedliwością - pisze portal Filmpolski.pl.

Dwa lata później powstała trzecia odsłona „Ekstradycji”, przepełniona dość nietypowymi, żeby nie powiedzieć: absurdalnymi rozwiązaniami (podziemna baza pod Pałacem Kultury i Nauki czy 65-letni Henryk Bista w roli hakera). - Zanim została pokazana pierwsza część „Ekstradycji”, na ulicach Warszawy zaczęły wybuchać bomby. Nikomu nie śniło się także, że rosyjski gangster zostanie wiceprezesem polskiego banku, co pokazaliśmy w „Ekstradycji 2”. A jednak... Nabycie przez gangsterów Pałacu Kultury, o czym opowiadamy w ostatniej części, także może się wydać wymysłem scenarzystów, a przecież takie propozycje pojawiały się całkiem niedawno - tłumaczył się reżyser, podkreślając jednocześnie, że dalszego ciągu nie będzie. - Tego nie można już ciągnąć. Cała ekipa zrobiła się dla siebie zbyt przewidywalna. Musimy się rozstać, żeby móc jeszcze kiedyś ze sobą pracować - mówił Wojciech Wójcik.

Serial zamknięto na dwudziestu pięciu odcinkach. I być może dobrze się stało, że „Ekstradycja” nie stała się tasiemcem, dzięki czemu zyskała poczesne miejsce w panteonie najlepszych rodzimych seriali lat dziewięćdziesiątych.

MAGAZYN

SPORTOWY

30.03.2026

W sobotę w Łodzi rozegrano Varitex Indywidualne Międzynarodowe Mistrzostwa Ekstraligi imienia Zenona Plecha STR. 20



FOT. GRZEGORZ GALASINSKI

Vaculik na podium. Zmarzlik bez medalu

Piłkarze Motoru Lublin i Lecha Poznań w 2026 roku punktują najlepiej w Ekstraklasie STR. 18

Jutro na Motor Lublin Arenie reprezentacja Polski do lat 20 zagra z kadrą Niemiec STR. 19

Siatkarze Bogdanki LUK Lublin udanie rozpoczęli play-offy w PlusLidze STR. 20

SPORTOWY24.PL

Motor i Lech punktuja w 2026 r. najlepiej w lidze

Kamil Wojdat

k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Jeśli spojrzymy na to, jak punktuja ekstraklasowicze tylko w 2026 r., to na szczycie zestawienia są Motor Lublin i Lech Poznań. Jedni i drudzy zdobywają średnio dwa punkty na mecz.

Wyborna wiosna Motoru

Od początku rundy wiosennej Motor zagrał osiem meczów, z których pięć zakończył zwycięstwem (bilans: 5-1-2). Dla porównania - w 18 spotkaniach jesiennych, podopieczni trenera Mateusza Stolarskiego wygrali tylko cztery razy.

- Zrobiliśmy, łącznie z zawodnikami, takie dobre i szczere podsumowanie rundy jesiennej. Wszystko to staraliśmy się połączyć na obozie przygotowawczym w Turcji. No i czekaliśmy na efekty, czy zaskoczą - mówił szkoleniowiec w programie Motor Show. - Na ten moment na pewno możemy być z tej pracy zadowoleni, bo wyniki są bardzo dobre. Natomiast ja myślę, że w tej całej pracy jest coś ważniejszego niż same wyniki. One są

efektem po prostu szczerych relacji w drużynie pomiędzy sztabem a zawodnikami, są efektem otwartości, rozmów, bo każdy rzeczywiście może się wypowiedzieć, powiedzieć swoje zdanie. I dzięki temu, kiedy potem wychodzimy na boisko, to mamy wspólny cel, bo wszyscy czujemy, że mamy wpływ, że to nie jest tylko pomysł pierwszego trenera, nie jest tylko pomysł członków sztabu, ale jest to pomysł całej drużyny. Myślę, że to udało nam się dobrze dopracować na obozie i dlatego w ten sposób gramy - dodawał na klubowym kanale YouTube.

Motor jest niepokonany od pięciu kolejek Ekstraklasy. W trzech z nich żółto-biało-niebiescy zachowali czyste konto. Przede wszystkim dzięki fenomenalnej postawie Ivana Brkicia w bramce, jednego z najlepszych gólkiperów w lidze. Gdyby nie on, punktów wiosną byłoby zapewne mniej.

- Na pewno mamy świadomość tego, że cały czas możemy się jako zespół rozwijać, bo nie wszystkie te mecze były idealne - zauważał trener Stolarski.



FOT. ARCHIWUM: MICHAŁ JANKE

Po 26 kolejkach Motor (bilans: 9-10-7) zajmuje siódme miejsce w PKO BP Ekstraklasie

N'Diaye w formie

Ogromny udział w wiosennym wyniku Lublinian ma skrzydłowy Mbaye Jacques N'Diaye, który zdobył w tym roku pięć goli - najwięcej w lidze. A w jednym pazuował za karki. Do dorobku Senegalczyka cztery trafienia dołożył napastnik Karol Czubak.

- Nasz styl ma uwypuklić nasze zalety, a nie ukrywać wady. Mamy szybkich skrzydłowych. W ogóle nasza pierwsza linia robi bardzo dobre liczby, jeżeli chodzi o bramki, asysty. Mamy najlepszego strzelca, czyli Karola Czubaka (współlider klasyfikacji najlepszych strzelców Ekstraklasy - 14). Mamy najlep-

szego skrzydłowego rundy wiosennej na ten moment, bo Jacques (N'Diaye - dop. red.) jest naprawdę w kapitalnej formie. Fabio (Ronaldo - red.) też swoje systematycznie dokłada.

Czubak (14 goli w sezonie) był wymieniany w przestrzeni medialnej, jako kandydat do reprezentacji Polski, nato-

miast selekcjoner Jan Urban nie zdecydował się wysłać mu powołania. N'Diaye, czyli popularny „Jacek”, odkąd wrócił po kontuzji, notuje najlepszy okres, odkąd jest w Motorze.

- Życzę Jackowi, żeby to utrzymał. No i szedł gdzieś w przyszłości dalej z Motorem. To po pierwsze, ale myślę, że fajna kariera może stać przed nim otworem - mówił trener Stolarski.

Przerwa reprezentacyjna

W trakcie trwającego zgrupowania na kadrę, drużyna miała cztery dni wolnego: od czwartku do niedzieli. Dzisiaj żółto-biało-niebiescy wracają do pracy. - I tak naprawdę jedynym dniem wolnym do meczu z Radomiakiem (6 kwietnia w Radomiu) będzie środa.

Nie każdy jednak miał wolne, bo n w zgrupowaniach nadal przebywają: napastnik Renat Dadashov (Azerbejdżan), obrońca Bright Ede (Polska U19), obrońca Paskal Meyer (Polska U20), obrońca Filip Luberecki (Polska U21) i asystent trenera Rasmus Jansson (sztab Bośni i Hercegowiny).

Murawa do wymiany?

Jakub Sarek

jakub.sarek@polskappress.pl

PIŁKA NOŻNA. Płyta boiska na Arenie pozostawia wiele do życzenia. Zarządca obiektu, MOSiR, póki co nie planuje jednak wymiany murawy i zapewnia, że jej kondycja się poprawiła.

- Na dzień dzisiejszy nie planujemy takich działań - usłyszeliśmy u Katarzyny Łepkę-Gawęł, specjalistki ds. marketingu i organizacji imprez w MOSiR „Bystrzyca”.

I jednocześnie zastrzega, że „rozegranie najbliższych meczów na Motor Lublin Arenie przy niesprzyjających warunkach atmosferycznych może

skutkować koniecznością całościowej lub częściowej wymiany murawy”.

- Jednak to będziemy mogli ocenić dopiero po rozegraniu najbliższych spotkań. Dodatkowo jesteśmy też w stałym kontakcie z Lubelskim Związkiem Piłki Nożnej, który na bieżąco monitoruje sytuację i przekazuje informacje do Polskiego Związku Piłki Nożnej - uzupełnia Łepka-Gawęł.

Ten kontakt LZPN i PZPN jest ściśle powiązany z jutrzszym meczem reprezentacji Polski do lat, w ramach Elite League. Rywalem Biał-Czerwonych będzie młodzieżówka Niemiec.

Początek spotkania o 16:45. Transmisja w TVP Sport. ©©



FOT. KAMIL WOJDAT

Podczas ostatniego meczu murawa w najgorszym stanie była pod trybuną H, którą zajmują ukraśi Motoru

Motor Lublin Arena tylko z nazwy. Co z nowym szyldem?

Kamil Wojdat

k.wojdat@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. 19 lutego 2025 roku MOSiR „Bystrzyca” podpisał umowę z Motorem Lublin, na mocy której Arena Lublin została Motor Lublin Areną. Szyld jednak się nie zmienił i póki co tak zostanie.

- Zgodnie z zapisami umowy współpracy, sponsor tytularny posiada wyłączone uprawnienie do umieszczenia swojej nazwy na elewacji stadionu. Realizacja zmiany logotypu wraz z pokryciem kosztów i zabezpieczeniem technicznym operacji leży w gestii sponsora. Wszelkie pytania dotyczące pojawienia się zmieniającej nazwy stadionu na elewacji należy kierować bezpośrednio do naszego partnera - tj. Motoru Lublin. Jako MOSiR Lublin jesteśmy w pełni przygotowani na zmianę nazwy na elewacji stadionu - przekazuje nam Katarzyna Łepka-Gawęł z MOSiR-u.

Umowa między MOSiR-em a Motorem, obowiązująca do końca 2027 roku, opiewa łącznie na 1,43 mln złotych. Z tego wynika, że klub za prawo do nazwy płaci miesięk spóće 42 tysiące złotych netto miesięcznie. Szyld



FOT. KAMIL WOJDAT

Motor Lublin Arena jest największym obiektem piłkarskim w województwie lubelskim

na obiekcie nadal jednak prezentuje starą nazwę: Arena Lublin. I tak zostanie, przynajmniej w najbliższym czasie.

- Motor Lublin S.A. nie planuje w najbliższym czasie wprowadzania zmian identyfikacyjnych z wykorzystaniem nazwy Motor Lublin Arena, głównie z uwagi na inne priorytety w kontekście realizacji kosztów. Jednocześnie nie zamykamy się w przyszłości na skorzystanie z tego uprawnienia - mówi Łukasz Jabłoński, wiceprezes Motoru.

Arena Lublin ma 12 lat

Obiekt został oddany do użytku jesienią 2014 roku, a koszt budowy wyniósł 155 mln zł. Jego oficjalnym otwarciem był mecz towarzyski młodzieżowych reprezentacji (do lat 20) Polski i Włochy. Biał-Czerwoni wygrali tamto spotkanie 2:1.

Stadion w Lublinie gościł także męskie mistrzostwa Europy do lat 21 w 2017 roku oraz mistrzostwa świata do lat 20 dwa lata później. Był także gospodarzem finałów Pucharu Polski w 2020 i 2021 roku.

Swoje domowe mecze w europejskich pucharach rozgrywały tam również ukraińskie Dynamo Kijów (sezony 2024/25 i 2025/26) oraz Zoria Ługańsk (2023/24).

Największym zainteresowaniem kibiców cieszy się jednak od 2024 roku, czyli od momentu, w którym piłkarze Motoru Lublin, dla których jest domem, awansowali po 32 latach przerwy do PKO BP Ekstraklasy.

Pojemność obiektu podczas meczów ligowych wynosi 15200. ©©

Elite League Biało-Czerwoni zagrają z Niemcami o czwarte zwycięstwo w rozgrywkach

REPREZENTACJA WRACA DO LUBLINA

Krzysztof Szuotarski
k.szuotarski@kurierlubelski.pl

**PIŁKA NOŻNA. Jutro o 16.45 reprezentacja Polski U20 po-
dejmie na Motor Lublin Arenie
kadre Niemiec, w ramach rozgrywek Elite League. Spotkanie obejrzy
komplet publiczności.**

- Mieszkańcy naszego województwa chcą takich imprez i na nie zasługują. A te 15 tysięcy kibiców będzie w przyszłości argumentem w rozmowie na temat kolejnych meczów kadry w naszym województwie, choćby na nowo powstającym stadionie w Chełmie - mówi Krzysztof Gralewski, prezes Lubelskiego Związku Piłki Nożnej. - Mało ludzi w to wierzyło, że uda nam się zapełnić stadion, ale ja wierzyłem od początku. Determinacja i współpraca z różnymi instytucjami sprawiły, że tak się stało. Dużo biletów przekazaliśmy dla dzieci, młodzieży, szkół, bo tak naprawdę ten mecz jest dla nich. Niech piłka nożna będzie ich pasją. Apeluję do tych



FOT. ARCHIWUM: WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Reprezentacja, ale do lat 21, po raz ostatni na Arenie grała we wrześniu 2021 roku

15 tysięcy kibiców, żeby na tym pełnym stadionie było głośno, kolorowo! - dodaje prezes związku, który podkreśla, że tym wydarzenie chciał pokazać, że województwo lubelskie jest gotowe do organizacji meczów reprezentacji.

Przed spotkaniem żadna z drużyn nie będzie trenowała na płycie głównej Areny, ze względu na jej słaby stan po zimie. Niemcy, którzy w Polsce stawili się wczoraj, odbędą jedyną treningową dzisiaj na boisku bocznym.

- Chcemy jak najmniej eksploatować murawę i przygotować ją jak najlepiej na wtorek - wyjaśnia Krzysztof Gralewski.

A czy obecny stan boiska nie stanowił problemu w kontekście organizacji spotkania?

- Murawa będzie taka sama dla obydwu drużyn. Wszyscy zdają sobie z tego sprawę, jaka była zima. Pracownicy MOSiR-u starają się przygotować ją jak najlepiej, a biorąc pod uwagę pogodę, pewnie do wtorku będzie już w lepszym stanie - wierzy prezes.

Polacy swoją bazę mają w Puławach. Stamtąd udali się na piątkowe spotkanie w Rumunii, wygrane 1:0. Z Puław przyjadą też do Lublina.

- Dziękuję prezydentowi Lublina Krzysztofowi Żukowi, bo bez niego nie byłoby tego meczu. Pomógł nam szybkim i konkretnym działaniem. Dziękuję też panu Grzegorzowi Nowosadzkiemu, wiceprezydentowi Puław, gdzie stacjonuje nasza kadra - mówi prezes LZPN.

Niemcy mają za sobą już siedem spotkań w Elite League. Z bilansem 5-0-2 zajmują drugie miejsce w stawce. Biało-Czerwoni natomiast grali do tychczas czterokrotnie (3-0-1) i zajmują trzecie miejsce w gronie siedmiu zespołów. Liderem są Portugalczycy (6-1-0).

**Chcą pomóc
małemu Franiowi**

Część zysku z biletów, które zostały sprzedane, zostanie przekazany na leczenie 19-miesięcznego Frania Styły, zmagającego się z dystrofią mięśniową Duchenne'a. Przed stadionem będzie prowadzona zbiórka na leczenie chłopca.

- Otrzymaliśmy od reprezentacji U20 piłkę na licytację oraz coś jeszcze, ale póki co nie będę zdradzał. Okaze się w trakcie meczu. Wsparcie finansowe to jedno, ale chcemy też nagłośnić zbiórkę dla Frania na całą Polskę. I mamy nadzieję, że to się uda - podkreśla prezes Gralewski.

„28 stycznia minął dokładnie rok, odkąd odebraliśmy telefon ze szpitala” - piszą rodzice na stronie zbiórki internetowej w serwisie siepomaga.pl. „To był rok, który zmienił w naszym życiu wszystko. Rok, w którym musieliśmy nauczyć się żyć z diagnozą śmiertelnej choroby naszego dziecka. Rok nieprzespanych nocy, łez w poduszkę i najtrudniejszych decyzji. Ale też rok spotkań z ludźmi o wielkich sercach - WAS - bez Was bylibyśmy dziś daleko w tyle” - czytamy.

Kwota do uzbierania to ponad 16 milionów złotych.

Betclic 3. liga (grupa IV): Wygrane Avii i Chełmianki. W Wielką Sobotę hit w Świdniku

Marcin Puka
m.puka@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Avia Świdnik, w meczu 24. kolejki, pokonała przed własną publicznością Cracovię II Kraków 4:0. Tym samym żółto-niebiescy zachowali fotel lidera tabeli. Mają bilans 16-5-3.

Avia pewnie wygrywa
W Świdniku, w pierwszej połowie przeważali miejscowi. Nie tworzyli jednak klarownych sytuacji do zdobycia goli. Ale w doliczonym czasie gry cieszyli się z bramki. Z rzutu różnego bardzo dobrym dośrodkowaniem popisał się Paweł Uliczny, a Kacper Orzechowski główką z kilku metrów ustalił wynik pierwszych 45. minut. - W przerwie dużo mówiliśmy o tym, żeby nie wyłączać koncentracji i nie wyłączać konsekwencji. Zmieniliśmy też nieco założenia i zaczęliśmy bardziej bezpośrednio przenosić piłkę na połowę rywali. Więcej długich podań i dośrodkowań - mówi Wojciech Szacoń, trener zespołu z Lubelszczyzny, cytowany przez klubowy portal.

Zaraz po zmianie stron było 2:0. Futbolówkę odebrał rywalowi Marcin Pigiel i zagrał do Andrija Remeniuka. Ukra-

iniec, ostatnio imponujący formą, przebiegł kilkanaście metrów i strzałem zza szesnastego metra nie dał szans na skuteczną interwencję golkiperowi ze stolicy Małopolski.

Później wciąż dominowali gospodarze. Zwieńczeniem ich ataków były kolejne trafienie Remeniuka, a na listę strzelców wpisał się także Pigiel.

- Zakładaliśmy, że David Niepsuj wchodzi na boisko, żeby zabezpieczyć defensywę, a on dorzucił jeszcze dwie asysty. To pokazuje jak silną i wyrównaną mamy kadrę. Wyglądaliśmy dziś jak zespół klasowy. Dobrze dostosowaliśmy się do panujących warunków i dorucamy nie tylko trzy punkty, ale też i cztery gole - kończy trener Avii.

Avia Świdnik - Cracovia II Kraków 4:0 (1:0)
Bramki: Orzechowski 45+1, Remeniuk 46', 90+3, Pigiel 88

Avia: Białka - Zbozień, Orzechowski, Rozmus, Pigiel, Uliczny (75 Jodłowski), Kamiński (90+1 Zawadzki), Assuncao (60 Niepsuj), Remeniuk, Łącki (75 Pisarek), Zuber (60 Zuber). Trener: Wojciech Szacoń

Chełmianka w ślad za Avią
Dwa oczka straty do Świdniczki ma trzecia Chełmianka (15-6-3 - taki sam bilans ma drugi KSZO 1929 Ostrowiec Świętokrzyski), która w der-



FOT. WSNT.MEDIA/AVIA ŚWIDNIK/FACEBOOK

W Wielką Sobotę (4 kwietnia, godz. 15), w hicie kolejki Avia Świdnik zmierzy się u siebie z Chełmianką

bach regionu rozbiła u siebie będącą w strefie spadkowej, Świdniczankę Świdnik 6:1.

Potyczka w Chełmie bez historii. Walcząca o promocję do wyższej ligi Chełmianka już po 45. min starcia ze Świdniczanką miała trzy bramki zapasu. Po przerwie dołożyła kolejne trzy gole, a goście zdołali odpowiedzieć tylko honorowym trafieniem 43-letniego Wojciecha Białka.

- To był nasz obowiązek. Postrzelaliśmy i mieliśmy mecz pod kontrolą. Teraz czekamy na mecz z Avią w Świdniku (4 kwietnia, sobota, godzina 15 - red) - wyjawia Ireneusz Pietrzykowski, coach zespołu z Chełma.

- Mecz miał jednostronny przebieg. Postawiliśmy się przeciwnikowi tylko do straty pierwszej bramki, gdzie rywal z jednej sytuacji stworzonej, wykorzy-

stując nasz błąd w ustawieniu, otworzył wynik meczu. Następnie sami pomogliśmy przeciwnikowi, aby podwyższył wynik, gdyż nie ustrzegliśmy się prostych strat w środku pola, które kończyły się bramkami dla Chełmianki - mówi Łukasz Jankowski, trener Świdniczanki.

W pierwszej połowie klasycznym hat-trickiem popisał się Krystian Okoniewski. Po zmianie stron dla Chełmian gołe zdobywali Paweł Koncewicz-Żyłka, Lionel Abate i Damian Wojdakowski. Natomiast Białek trafienie zanotował w 25. sekundzie drugiej części gry.

- Na początku drugiej połowy zdobyliśmy bramkę i dodało nam to trochę animuszu, lecz później nieporozumienie przy rzucie rożnym i brak krycia skutkowało stratą czwartej bramki. To dla nas zamknęło mecz - ocenia Jankowski. - Do końca spotkania przeciwnik stworzył dodatkowo kilka sytuacji, zdobywając „tylko” dwie bramki i zasłużenie wygrał spotkanie pokazując nam, jaka dzieli nas przepaść. Najtrudniejsze spotkania mamy już za sobą, a przed nami zostały nam praktycznie same mecze z sąsiadującymi rywalami, w których będziemy starali się osiągnąć korzystne rezultaty - kończy szkoleniowiec „Świdni”.

Chełmianka - Świdniczanka 6:1 (3:0)
Bramki: Okoniewski 18, 30, 40, Koncewicz-Żyłka 53, Abate 65, Wojdakowski 90 - Białek 46
Chełmianka: Wilk - P. Cichocki (46 Rutkowski), M. Cichocki, Koncewicz-Żyłka, Adamski (46 Kuzdra), Wojdakowski, Kobiłka, Mydlarz, Abate (65 Jabłoński), Okoniewski (71 Wiatrak), Banaszewski (46 Tomczyk). Trener: Ireneusz Pietrzykowski
Świdniczanka: Śliwka - Szatała, Figiel, Myktyń, Nowak (75 Guzewicz), Woder, Tymosiak, Kutyla, Łuczuk, Poleszak, Białek (78 Trumiński). Trener: Łukasz Jankowski

Pozostałe wyniki naszych drużyn:

Wiślanie Skawina
- Podlasie Białą Podl. 1:2 (0:0)
Bramki: Dynarek 72 - Dmitruk 48, Mróz 69
Podlasie: Jeż - Orzechowski, Nojszewski, Twarowski (46 Grochowski), Dmitruk, Kopytov (85 Wnuk), Maluga (90+2 Kaczyński), Urbański, Mróz, Andrzejuk, Konaszewski. Trener: Maciej Oleksiuk

Stal Kraśnik
- Sparta Kazimierza Wielka 0:2 (0:1)

Bramki: Dudczenko 16, 88 (k)
Stal: Topor - Buhai, Czerech, Esteves, Bystreń, Król, Tonin, Babor (46 Martinez), Zawistowski (71 Kwaczeliński), Duarte (46 Pećciak), Marcinkowski. Trener: Daniel Purzycki

Sytuacja w lidze: do końca 10 kolejek. Avia (53 punkty, 1. miejsce) i Chełmianka (51 pkt., 3. miejsce) walczą o awans. Podlasiu (36 pkt., 11. miejsce) nie grozi ani awans, ani spadek. Zagrożone spadkiem są natomiast Stal Kraśnik (19 pkt., 15. miejsce) i Świdniczanka (15 pkt., 17. miejsce - przedostatnie w stawce). © ©

„Odrodzenie” i podium Vaculika w IMME

Kamil Wojdat

k.wojdat@kurierlubelski.pl

ŻUŻEL. Martin Vaculik zajął drugie miejsce w Varitex Indywidualnych Mistrzostwach Ekstraligi imienia Zenona Plecha. Wygrał Brady Kurtz (Betard Sparta Wrocław).

W sobornich IMME na torze w Łodzi główną rolę odgrywała... maszyna startująca. Taśma kilkukrotnie szła nie równo w górę. Najpierw w wyścigu numer cztery, z tym że ten nie został nawet powtórzony, o co największe pretensje mógł mieć Patryk Dudek (PRES Grupa Deweloperska Toruń) - dojechał do mety ostatni.

Kolejnym razem w wyścigu siódmym, który momentalnie przerwano. Powtórzony bieg padł łupem Australijczyka Jacka Holdera (Gezet Stal Gorzów).

Natomiast w dziewiątej serii startów na powtórkę zdecydowano się dopiero po przekroczeniu linii mety. Dudek pierwotnie był czwarty, w powtórcie - trzeci, więc jemu po-

wtórka się opłacała, ale zupełnie nie opłacała się Martinowi Vaculikowi z ORLEN OIL Motoru Lublin. Słowak bowiem pierwotnie był drugi, a finalnie czwarty. Zresztą dotąd to nie był jego dzień, bo po trzech seriach miał na koncie tylko punkt (1,0,0).

Vaculik nie miał szans na finał z miejsc 1-2 i wszystko wskazywało na to, że nie będzie go w TOP 10 - baraże o finał. Ale w dwóch ostatnich seriach zainkasował dwie „trójki”, dzięki czemu rzutem na taśmę wszedł do półfinału. W tym W tym znalazł się też jego klubowy kolega Bartosz Zmarzlik, choć on mógł być tym raczej rozczarowany, bo po czterech z pięciu serii był liderem (2,3,3,2), co na ten moment dawało mu bezpośredni awans do finału.

W ostatniej serii dołożył kolejne drugie miejsce. Lepszy od niego w biegu numer siedemnaście był tylko Brady Kurtz (Betard Sparta Wrocław), który zakończył fazę zasadniczą z identyczną liczbą punktów co Zmarzlik - 12. Jednak z racji na większą liczbę zwycięstw on był wyżej.



Indywidualne Międzynarodowe Mistrzostwa Ekstraligi odbywają się od 2014 roku

A tylko trzy oczka mniej na koncie, przed swoim ostatnim startem, miał Duńczyk Mikkel Michelsen (PRES Grupa Deweloperska Toruń). Wygrany bieg dwudziesty dawał mu awans do finału obok Kurtza, a Zmarzlika spychał do baraży. Właśnie tak się też stało...

W nich sześciokrotny mistrz świata startował z pierwszego pola. Na kolejnych ustawili się Artem Laguta (Betard Sparta Wrocław), Emil Sajfutdinow (PRES Grupa Deweloperska Toruń) i Vaculik. Za pierwszym podejściem awaria taśmy skutkowałą powtórką, za drugim razem za-

wodnicy pojechali i pewnie wygrał Vaculik. Daleko za jego plecami toczyła się walka Zmarzlika z Sajfutdinowem.

Choć wyścig zaliczono, to... taśma poszła do góry nie równo, na czym być może stracił drugi na mecie Zmarzlik. Do finału wszedł więc Vaculik. Kolejny półfinał padł łupem

Przemysława Pawlickiego (Stelmet Falubaz Zielona Góra).

Finał to też problemy z taśmą... Udało się ruszyć dopiero w drugim podejściu i szybko na prowadzeniu znalazł się Kurtz. Za jego plecami jechał Vaculik, jako trzeci Michelsen, a czwarty Pawlicki. I w takiej konfiguracji panowie dojechali do mety. ©©

Varitex Indywidualne Międzynarodowe Mistrzostwa Ekstraligi im. Zenona Plecha 2026 (oficjalne wyniki ze z PGE Ekstraligi):

1. Brady Kurtz - 12+3 (1,3,2,3,3),
 2. Martin Vaculik - 7+5 (1,0,0,3,3),
 3. Mikkel Michelsen - 12+1 (3,2,1,3,3)
 4. Przemysław Pawlicki - 8+3 (3,0,3,W,2)
 5. Bartosz Zmarzlik - 12+2 (2,3,3,2,2)
 6. Jack Holder - 10+2 (1,3,1,2)
 7. Piotr Pawlicki - 10+1 (0,2,3,2,3)
 8. Emil Sajfutdinow - 8+1 (2,2,0,2,2,1)
 9. Artem Laguta - 9 (3,3,2,1,0)
 10. Maksym Drabik - 7 (2,1,3,1)
 11. Leon Madsen - 6 (3,1,1,1,W)
 12. Dominik Kubera - 6 (0,1,2,2,1)
 13. Michael Jepsen Jensen - 6 (1,2,2,1,T)
 14. Wiktor Przyjemski - 2 (2,0,0,0,0)
 15. Damian Ratajczak - 2 (0,0,1,0,1)
 16. Patryk Dudek - 2 (0,1,1,0,0)
 17. Villads Nagel - 1 (1)
 18. Kacper Mania - ns
- D - defekt, W - wykluczenie, T - falstart, ns - nie startował

FOT. KOLAZ ZDJEĆ ORLEN OIL MOTOR LUBLIN/FB

Wygrały w Olsztynie

Marcin puka

m.puka@kurierlubelski.pl

PIŁKA NOŻNA. Zawodniczki Górnika Łęczna w sobotę okazały się lepsze w delegacji od Stomilank Olsztyn. Są już bardzo bliskie podium ORLEN Ekstraligi na koniec sezonu.

Stomilanki Olsztyn	0 (0)
Górniki Łęczna	2 (1)

Bramki: Piętakiewicz 44 (k), Tomasiak 62

Górniki: Piątek - Ratajczyk, Hrelja, Sanford (65 Rędzia), Horvathova (46 Głęb), Kłoda, Hałatek, Lefeld (76 Ostrowska), Kurkutović (70 Rapacka), Tomasiak, Piętakiewicz (65 Lipsey). Trener: Artur Bożyk



Do końca sezonu sześć kolejek. Górnik ma 11 pkt. więcej niż czwarty GKS Katowice, który rozegrał dwa mecze mniej

FOT. FB/GKS GÓRNIK ŁĘCZNA-PIŁKA NOŻNA KOBIEĆ

- Mecz w Olsztynie był bardzo trudny i ciężki - mówi Artur Bożyk, trener Górnika. - Nasze rywalki swoją agresywnością postawiły nam bardzo wysokie wymagania, ograniczając przestrzeń. Kluczem do wygranej była skuteczność - dodaje szkoleniowiec Łęcznianek.

Zielono-czarne są już prawie pewne medalu mistrzostw Polski. Nie wiadomo tylko, jakiego koloru to będzie krążek.

Łęcznianki, z bilansem 12-2-2, zajmują trzecie miejsce w tabeli Ekstraligi, mając w dorobku 38 punktów - tyle samo co druga Pogoń Szczecin. Do pierwszej lokaty, na której znajdują się Czarne Sosnowiec, tracą pięć oczek. ©©

Pewny triumf mistrzów Polski na początek play-offów

Krzysztof Szuptarski

k.szuptarski@kurierlubelski.pl

SIATKÓWKA. Bogdanka LUK Lublin udanie rozpoczęła fazę play-off PlusLigi, pokonując bez stratu seta przed własną publicznością PGE GiEK Skra Bełchatów.

Bogdanka LUK Lublin	3
PGE GiEK Skra Bełchatów	0

Sety: (25:23, 25:22, 25:22)

Bogdanka LUK: Henno 12, Komenda 2, Malinowski 10, Leon 13, Grodzanov 6, McCarthy 10, Czyrek (libero) oraz Gyimah 2, Sawicki, Sasak. Trener: Stephane Antiga

PGE GiEK Skra: Souza 13, Lemański 12, Pothron 1, Łomacz 2, Nowak 6, Chitigoi 10, Szymura (libero) oraz El Graoui 3, Kędzierski (libero) Szyman-dera. Trener: Krzysztof Stelmach

Mistrzowie Polski objęli tym samym prowadzenie 1:0 w rywalizacji do dwóch zwycięstw. Statuetka MVP spotkania powędrowała do lubelskiego rozgrywającego, Marcina Komendy.

- Bardzo dobrze w ataku graliśmy i ten atak na pewno w końcówkach poszczególnych setów przeważał na naszą stronę. Potrafiliśmy atakować po dobrym przyjęciu, w kontrze, kiedy mieliśmy okazję, żeby przełamać przeciwnika -



Lubelscy siatkarze wykonali pierwszy z dwóch kroków, aby znaleźć się w strefie medalowej. Zanim rewanż w PlusLidze, to czeka ich rewanż w 1/4 finału Ligi Mistrzów

to nam się udawało. I myślę, że to nas napędzało. Więc dobrze to działało, dobrze działał też blok na pewno i z tego się cieszymy - mówił po spotkaniu rozgrywający gospodarzy.

Lublinianie triumfowali do zera, ale tak naprawdę w każdej z trzech partii kibice oglądali wyrównaną walkę, w której jednak za każdym razem lepsi byli gospodarze.

- Naprawdę to nie był łatwy mecz. Skra się postawiła i musieliśmy się bardzo mocno natrudzić, więc w rewanżu w Bełchatowie znowu spodziewamy

się trudnej przeprawy. Natomiast myślę, że dzisiejszym meczem pokazaliśmy, że jesteśmy w dobrej dyspozycji - komentował Komenda.

Liga i Liga Mistrzów

Drugi mecz pomiędzy Bogdanką LUK, a PGE GiEK Skrą został zaplanowany na 4 kwietnia w Bełchatowie (godz. 20). Czy już tam toczącą się do dwóch zwycięstw seria dobiegnie końca czy może kibice obejrzą jeszcze, trzecie, decydujące starcie w Lublinie (8 kwietnia, godz. 20)?

Zanim wspomniane spotkanie, to lubelskich siatkarzy czeka rewanż w ćwierćfinale Ligi Mistrzów z PGE Projektem Warszawy. Żółto-czarni w stolicy ulegli 1:3. Jeśli chcą awansować to w najbliższą środę (1 kwietnia, godz. 18) muszą u siebie wygrać 3:0 lub 3:1, a następnie triumfować w „złotym secie”.

- Każdy z nas myśli o tym, co się dzieje w Lidze Mistrzów. Każdy z nas marzy o tym, żeby znaleźć się w Final Four i chcemy zrobić wszystko, żeby tak się wydarzyło - przyznawał Komenda. ©©

FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

Awans na mundial jest już na wyciągnięcie ręki

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Polakom - po ogromnych meczarniach z Albanią - udało się awansować do finału baraży o mistrzostwa świata. W nim, jutro o godz. 20:45, zmierzą się na wyjeździe ze Szwecją.

- Mielismy trochę szczęścia, ale teraz w meczu ze Szwecją musimy udowodnić, że naprawdę jesteśmy lepsi. Mamy więcej jakości, więcej zawodników, którzy potrafią być kreatywni i wygrywać pojedynki. Są mecze, na które trzeba pojechać i po prostu je wygrać - przekonywał w niedzielny poranek Zbigniew Boniek. - My jesteśmy lepsi od Szwedów, byliśmy też dużo lepsi od Albanii, ale tego nie pokazaliśmy na boisku.

Raport medyczny

Dwa dni przed arcyważnym spotkaniem nie ma - na szczęście - poważniejszych problemów zdrowotnych w polskiej kadrze. Wszyscy zawodnicy pozostają do dyspozycji selekcjonera Jana Urbana i wzięli

udział w dwóch jednostkach treningowych, w tym niedzielnej, która rozpoczęła się o godzinie 11:45. Po południu reprezentacja wyleciała do Sztokholmu, a mecz odbędzie się w Solnej, oddalonej zaledwie kilka kilometrów od stolicy Szwecji.

Więcej problemów zdrowotnych i zmartwień pojawiło się w obozie rywali. Z kadry po ostatnim meczu wypadł kontuzjowany obrońca Isak Hien, co stanowi bardzo poważną stratę dla Szwedów. Wcześniej, z powodu urazu, wykluczony został także gwiazdor Liverpoolu Alexander Isak, którego ominęło marcowe zgrupowanie.

Wyraźny faworyt

Według bukmacherów wyraźnym faworytem pozostają Szwedzi, którzy w zdecydowanie lepszym stylu pokonali Ukrainę (3:1) po hat-tricku Victora Gyökeresa. Napastnik Arsenalu będzie jednym z największych zagrożeń dla polskiej defensywy, która w ostatnim meczu - szczególnie na sprawą Jana Bednarka - przeciekała.



W Sztokholmie wiele będzie zależało od dyspozycji bramkarza Kamila Grabary

Kursy na zwycięstwo Szwecji i awans Skandynawów na mundial są dwukrotnie niższe aniżeli na Białą-Czerwoną. A to dowód, że każdy inny wynik niż korzystny dla gospodarzy - niezależnie od tego, czy osiągnięte w regularnym czasie, czy dopiero po serii rzutów karnych - będzie naprawdę wielką niespodzianką.

Szczęśliwy sędzia

Arbitrem spotkania będzie doświadczony Słoweniec Slavko Vinčić, który prowadził finał Ligi Mistrzów w 2024 roku (Real Madryt - Borussia Dortmund). Dla Polaków to szczę-

śliwy arbiter, bo dotąd poprowadził dwa mecze naszej reprezentacji i oba zakończyły się zwycięstwami (z Albanią 1:0 oraz Estonią 5:1).

Trudna historia

Wtorkowy mecz będzie 29. starciem Szwecji z Polską. W spotkaniach o stawkę rywal

nie leżeli Białą-Czerwoną - trzykrotnie mierzyliśmy się z reprezentacją Trzech Koron w meczach o wszystko i tylko raz wygraliśmy. Przeciwnik był niewygodny - szczególnie na własnym terenie, polscy piłkarze na zwycięstwo w Szwecji czekają prawie 100 lat.

W eliminacjach Euro 2000 Polska przegrała z tym skandynawskim rywalem po golach Kenneta Anderssona i Henrika Larssona. Podobnie było na Euro 2021, kiedy po porażce 2:3 w Sankt Petersburgu Białą-Czerwoni pożegnali się z turniejem.

Przełamanie przyszło 29 marca 2022 roku w Chorzowie, gdy w finale baraży o mundial Polska wygrała 2:0 po golach Roberta Lewandowskiego i Piotra Zielińskiego.

Transmisję spotkania przeprowadzi publiczny nadawca od 20:45 - mecz będzie dostępny na ogólnodostępnych kanałach TVP1 oraz TVP Sport. Spotkanie skomentują Jacek Laskowski i Robert Podoliński. W Internecie rywalizację będzie można obejrzeć również bezpłatnie, na stronie oraz w aplikacji sport.tvp.pl. ©

Liderzy na miarę naszych potrzeb. Z Albanią wzięli odpowiedzialność na klaty

Adam Godlewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Reprezentanci nastawiali się na trudny mecz z Albanią, ale chyba nie zakładali, że będą musieli gonić wynik. Na szczęście dogonili. Ale żeby być na mundialu, muszą zrobić ostatni krok.

Za nami jeden z najgorszych, nie tylko do oglądania, meczów piłkarskiej reprezentacji Polski w kadencji Jana Urbana. Pewnie nawet najgorszy. Selekcjoner - najwyraźniej - miał świadomość miejsca i momentu, w którym znajduje się budowana przez niego drużyna, bo na jednej z konferencji prasowych uprzedził, że nasi mogą zagrać „kaszanę”. No i zegrali w barażu przeciw Albanii, ale na koniec dnia - okazali się zwycięzcami tej potyczki. A dzięki temu wywalczyli przepustkę do decydującego - o biletach na amerykański mundial - starcia. I tak naprawdę teraz liczy się tylko kolejne spotkanie, to ze Szwecją w Solnej.

Zwykle w takich sytuacjach piszemy/mówimy, że zwycięzców się nie sądzi. Tyle że do kolejnego - znów najważniejszego w szkoleniowej karierze Urbana - starcia dojdzie już jutro (początek o godz. 20.45.). Zatem szybko wyciągnięcie wniosków jest

nieodzwonne, aby przeciwstawić się Skandynawom, którzy - jak wszystko po ich spotkaniu z Ukraincami wskazuje - przebudzili się z kilkuletniego letargu i są gotowi do wzięcia rewanżu na Białą-Czerwoną za mundialowy baraż sprzed czterech lat. W każdym razie we wtorek z całą pewnością to oni będą faworytem.

Dlaczego zatem nasz zespół zagrał „kaszanę” i w trakcie spotkania musiał wracać z piekła do nieba? Nasz selekcjoner tłumaczył się z powołań stwierdził, że jednym z najważniejszych kryteriów było doświadczenie zaproszonych zawodników. Tyle że to szybko okazał się argument chybiony.

Jan Bednarek zachował się niczym junior przy stracie gola, Matty Cash wchodził w mecz przez niemal godzinę, a generalnie cała jedenastka po przyzwyczajeniu - a w każdym razie zgodnym z oczekiwaniami - początku sprawiała wrażenie zdziwionej, że niżej notowani Albańczycy nie położyli się po kwadransie. Tylko jak już przetrwali naszą krótkotrwałą premierową nawałnicę, to za wszelką cenę starali się przejąć inicjatywę. Co oznacza, że u naszych reprezentantów zawiódł mental; Białą-Czerwoni nie byli przygotowani na taką dawkę stresu i presji,



Robert Lewandowski i Piotr Zieliński w najtrudniejszym momencie zegrali tak, jak na liderów kadry przystało

którą niósł ze sobą półfinał baraży o mundial.

Bednarek w 42. minucie tak naprawdę sprezentował bramkową sytuację gościom, a równie niepokojący był fakt, że do przerwy Białą-Czerwoni nie potrafili oddać celnego strzału. Na szczęście - rywale okazali się w czwartkowy wieczór łaskawi dla polskich piłkarzy, nie dobili naszego zespołu przy stanie 0:1, nie wyszli na prowadzenie

przy 1:1, choć mogli i powinni. Bo wypracowali kolejne wyśmienite okazje.

Agdy jedną z trudnych sytuacji szczęśliwie wybronił Kamil Grabara, który z pewnością nie zawiódł między słupkami, podobnie jak nie zawiedli liderzy zespołu w osobach Roberta Lewandowskiego i Piotra Zielińskiego, co wreszcie zaskoczyło w mechanizmie Urbana. Dwaj nasi najbardziej doświadczeni

piłkarze wzięli odpowiedzialność na klaty i zrobili swoje; po prawdzie - tylko oni mogli zdobyć takie gole, jakie padły na wagę zwycięstwa Białą-Czerwoną. To były dwa magiczne - z naszej perspektywy - dotknięcia piłki, które utrzymały drużynę Urbana w grze o finały mistrzostw świata. Najpierw kapitan wyskoczył „na wysokość II piętra” i strzałem głową doprowadził do wyrównania, a potem przepięknym strzałem z dystansu Zieliński przesądził sprawę awansu.

I to są największe pozytywy czwartkowego wieczoru, obok oczywistego faktu, że sztuką - i to ogromną - jest wygrać mecz w sytuacji, kiedy zgaszles mentalnie po kwadransie, a następnie trzy kopałeś się w czoło. Trener dokonał właściwych zmian - już tuż po przerwie wprowadzając Oskara Pietruszewskiego - zespół pozbierał się i wrócił z zaświatów, wygrywając to szarpane, rozgrywane przez długie momenty na warunkach Albańczyków spotkanie. Pokazał indywidualności, ale zademonstrował też team spirit i charakter, lub jeśli ktoś woli - cojones. A to jest fundament, na którym można coś zbudować.

Warto jeszcze dodać, że najlepsze spotkanie spośród

wszystkich wybrańców Urbana rozegrał Sebastian Szymański, który miał udział w obu bramkowych akcjach naszej drużyny i znakomitą skuteczność w odbiorze. I chyba przekonał wreszcie nawet niedowiarków, że dojrzał do odgrywania kluczowych ról w reprezentacji.

Przed finałem baraży ze Szwecją zasadnicze pytanie brzmi: czy sztab trenera Urbana zdąży sensownie wykorzystać króciutki czas i coś lepszego na podstawie powrotu do meczu z niebytu stworzyć? Trzeba bowiem przyjąć za pewnik, że poprzeczka we wtorek w Solnej pójdzie w górę. I to, co ostatecznie, choć nie bez problemów, wystarczyło na Albanię w Warszawie, na Szwecję na wyjeździe może nie wystarczyć...

POLSKA - ALBANIA 2:1

Bramki: Lewandowski 63, Zieliński 73 - Hoxha 42.

Polska: Grabara - Kędziora (62. Świderski), Bednarek, Kiwior - Cash, Szymański, Zieliński (81. Moder), Skóraś - Różga (46. Pietruszewski), Lewandowski (90+2 Sliż), Kamiński (90+1 Pyrk).

Albania: Strakosha - Hysaj, Ajeti (18. Ismajli), Djimišiti, Mitaj - Shehu, Asllani - Uzuni, Laci (82. Muci), Hoxha (68. Pilios) - Bajrami (68. Broja).

Żółte kartki: Lewandowski, Świderski - Mitaj, Hysaj, Asllani.
Widzów: 56 412. **Sędziował:** Taylor (Anglia). ©

DROBNE

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

LUBLIN

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

LUBLIN

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

Auta każde, uszkodzone i całe, motocykle, ciągniki rolnicze, poleasingowe. Najkorzystniej, gotówka, 798-566-274

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

MALOWANIE i inne prace/693-051-624

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

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

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

KRAJ - MORZE

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

Różne

GOTÓWKA za KSIĄŻKI., 668-571-329

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

Skup ciągników rolniczych, każdy stan. 512-709-001

Skup pras belujących. 512-709-001

Towarzyskie

SANDRA, 885-213-554

AUTOREKLAMA

Polecamy →

GOL24

Wszystko o piłce

gol24.pl

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz bez wychodzenia z domu przez Internetowe Biuro Ogłoszeń

ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011501034

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O ROKOWANIACH NA SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI

WÓJT GMINY BATORZ

podaje do publicznej wiadomości wyciąg z ogłoszenia o pierwszych rokowaniach po drugim nieograniczonym przetargu ustnym na sprzedaż

nieruchomości zabudowanej

będącej własność Gminy Batorz stanowiącej działkę ewidencyjną nr 299/6 o powierzchni 0,0735 ha, położoną w miejscowości Batorz Pierwszy, obręb ewidencyjny 0004 Batorz Pierwszy, gmina Batorz, objętej księgą wieczystą nr ZA1J/00075902/2 prowadzoną przez Sąd Rejonowy w Janowie Lubelskim IV Wydział Ksiąg Wieczystych.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: 178 200,00 zł (słownie: sto siedemdziesiąt osiem tysięcy dwieście złotych 00/100).

Wadium wynosi 10 % ceny wywoławczej: 17 820,00 zł (słownie: siedemnaście tysięcy osiemset dwadzieścia złotych 00/100).

Pierwsze rokowania na sprzedaż opisanej powyżej nieruchomości zostaną przeprowadzone w dniu 12 maja 2026 roku o godzinie 10:00 w siedzibie Urzędu Gminy Batorz, Batorz Pierwszy nr 52A, 23-320 Batorz (sala narad Urzędu Gminy, parter budynku).

Warunkiem uczestnictwa w rokowaniach jest wniesienie zaliczki w pieniądzu, przelewem na rachunek Gminy Batorz prowadzony przez Bank Spółdzielczy Ziemi Krańnickiej Oddział w Batorzu nr: 24 8717 1110 2008 8000 3838 0002 do dnia 29 kwietnia 2026 roku do godziny 15:00 – tytuł przelewu „Zgłoszenie udziału w pierwszych rokowaniach na sprzedaż działki 299/6”. Za datę wpływu uznaje się ujawnienie środków na rachunku Sprzedającego. Szczegółowych informacji o przedmiocie rokowań i jego warunkach udziela podinspektor ds. działalności gospodarczej i rolnictwa, Tel. 158745826.

Pierwszy przetarg odbył się 7 listopada 2025 roku i zakończył się wynikiem negatywnym.

Drugi przetarg na sprzedaż nieruchomości odbył się 17 lutego 2026 roku i również zakończył się wynikiem negatywnym.

Tekst ogłoszenia o przetargu dostępny jest na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Batorz oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej Urzędu Gminy Batorz pod adresem. www.ugbatorz.bip.e-zeto.eu.

REKLAMA

0011501586

WÓJT GMINY STRYŻEWICE informuje,

że w siedzibie urzędu gminy został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do użyczenia.

Szczegółowych informacji udziela Referat Strategii i Funduszy Urzędu Gminy Strzyżewice, nr tel. 81 566 96 18.

REKLAMA

0011502317

BURMISTRZ MIASTA JÓZEFÓW NAD WISŁĄ

na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami,

informuje

o podaniu do publicznej wiadomości wykazu nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży w trybie bezprzetargowym, tj. działka nr ewid. 163/5 o pow. 0,0644 ha, obręb 11-Józefów nad Wisłą.

Wykaz został wywieszony na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Józefów nad Wisłą oraz zamieszczony w Biuletynie Informacji Publicznej [/www.ugjozefow.bip.lubelskie.pl/](http://www.ugjozefow.bip.lubelskie.pl/).

Budowlani zostali rozgromieni w Sopocie

Marcin Puka
m.puka@kurierlubelski.pl

RUGBY. **Dotkliwej porażki doznali PGE Edach Budowlani Lublin w Sopocie, na początek rywalizacji w grupie mistrzowskiej Ekstraligi**

Energia Ogniw Sopot	94 (49)
Edach Budowlani Lublin	7 (7)

Punkty dla Ognia: Ołeksandr Kirsanow 16, Wiktor Lis 15, Mateusz Plichta 15, Jewgienij Owerczuk 15, Cooper Hansen 8, Roman Żuk 5, Iwo Mroziński 5, Jakub Burek 5, Michał Krużycki 5, Olgierd Sawicki 5

Punkty dla Budowlanych: Quirione Majedt 5, Saba Nikolashvili 2

Meczem w Sopocie rugbiści PGE Edach Budowlanych Lublin rozpoczęli zmagania w sześcioposłowej grupie mistrzowskiej Ekstraligi, w której drużyny z miejsc 1-4 powalczą o medale mistrzostw Polski.

- Trudno coś powiedzieć o krytycznego, wynik mówi sam za siebie. Zagraliśmy bardzo słabo, szczególnie w pierwszej połowie, gdy praktycznie nie istniała nasza obrona, a w tych niewielu momentach, gdy posiadaliśmy piłkę, to ją oddawaliśmy przeciwnikowi - mówi Andrzej Kozak, trener Budowlanych.

Jego zespół chciał się zrehabilitować za zeszłotygodniową porażkę w Lublinie z Ogniwem 25:47 na zakończenie fazy zasadniczej krajowej elity. Szansą dla przyjezdnych był także fakt, że miejscowi z powodu kontuzji zagrali bez kilku podstawowych zawodników, a kilku graczy, w tym wychowanek Budowlanych, Wojciech Piotrowicz dostali w sobotę wolne. Jeśli ktoś miał złudzenia, że goście nawiążą wyrównaną

walkę, już po kilku minutach je stracił. Ogniwu dominowało od początku meczu. Co chwilę zaskakiwało Lublinian. Ci ostatni pierwsze punkty zdobyli dopiero w 32. min, kiedy to Quirione Majedt przechwycił owalną piłkę i zaniósł ją na pole punktowe, kładąc tuż za słupami. Później jeszcze zapunktował Saba Nikolashvili, ale po pierwszej połowie Sopocianie wygrywali 49:7.

Po zmianie stron obraz gry się nie zmienił. Wciąż dominowali gospodarze, nie pozwalając ekipie z Lubelszczyzny zapunktować nawet raz i lider tabeli wysoko triumfował 94:7. - W drugiej połowie mieliśmy więcej posiadania piłki, ale dalej popełnialiśmy błędy, przez co byliśmy nieskuteczni. Mamy kilka tygodni przerwy. Musimy „połączyć” zawodników i się odbudować mentalnie po tym laniu jakie dostaliśmy w Sopocie - kończy Kozak.

Drużyna z naszego regionu plasuje się na szóstym miejscu w tabeli, z zerowym dorobkiem punktowym. Do czwartej pozycji zajmowanej przez Life Style Catering RC Arki Gdynia traci dziewięć oczek. I właśnie ekipa z Trójmiasta będzie kolejnym domowym rywalem Budowlanych. Do starcia na boisku przy ulicy Magnoliowej 6 dojdzie dopiero w niedzielę, 19 kwietnia.

Ponad dwie dekady czekania na sukces Budowlani na podium mistrzostw Polski byli pięciokrotnie. Dwukrotnie sięgali po wicemistrzostwo Polski (1990, 1992) - w obydwu przypadkach pod wodzą trenera Macieja Powały-Niedźwieckiego. Szkoleniowiec doprowadził ekipę także do brązów w latach 1991, 1993 i 2003 (w tym ostatnim przypadku w duecie z Andrzejem Kozakiem - obecnym trenerem). Lubelscy rugbiści raz triumfowali też w Pucharze Polski. Miał to miejsce w 2002 roku, a na ich ławce zasiadał wtedy Stanisław Więciorek. ©



FOT. ARCHIWUM: MICHAŁ JANEK

W ciągu tygodnia Budowlani dwa razy ulegli Ogniwu



DYREKTOR AGENCJI MIENIA WOJSKOWEGO
ODDZIAŁ REGIONALNY W LUBLINIE

zaprasza

do złożenia wstępnych ofert na: „Zakup przez Agencję Mienia Wojskowego lokali mieszkalnych, położonych w Lublinie”

Agencja Mienia Wojskowego zainteresowana jest zakupem na rynku pierwotnym łącznie ok. 15 lokali mieszkalnych wykończonych „pod klucz”, stanowiących lokale mieszkalne będące przedmiotem odrębnego prawa własności w rozumieniu ustawy z 24.06.1994 r. o własności lokali (j.t. Dz.U. z 2026 r. poz. 232 t.j.), przy czym wszystkie lokale w dniu zawierania umowy przenoszącej własność nieruchomości powinny być wolne od obciążeń, z wyjątkiem służebności gruntowych. Przedmiotem zakupu będą także miejsca postojowe, jeśli w ramach inwestycji nie ma odpowiedniej liczby ogólnodostępnych miejsc parkingowych.

I. Wymagania dotyczące lokali mieszkalnych:

- Preferowana struktura lokali:
 - ok. 8 lokali o strukturze 3p+k lub 3p+ak - preferowana łączna powierzchnia pokoi od 24 m² do 48 m²
 - ok. 7 lokal o strukturze 2p+k lub 2p+ak - preferowana łączna powierzchnia pokoi od 16 m² do 32 m²
- Preferowane jest, aby każdy lokal posiadał komórkę lokatorską oraz miał zapewnione ogólnodostępne miejsce parkingowe.
- Usytuowanie lokali mieszkalnych powinno zapewniać właściwą infrastrukturę techniczną i społeczną (szkoła, handel, usługi, dostęp do komunikacji miejskiej, itp.) oraz przyjazne i nieuciążliwe otoczenie dla mieszkańców (zieleni, plac zabaw, minimalizację uciążliwości w sąsiedztwie mieszkań).
- Przedmiotem transakcji mogą być tylko mieszkania nowe /wykończone „pod klucz”, spełniające przepisy: ustawy z dnia 7 lipca 1994 r. Prawo budowlane (Dz.U.2025.418 t.j.), rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie (Dz.U.2022.1225 t.j.), „Wytycznych Nr 3/2018 z dnia 8.05.2018 r. w sprawie standardów jakim powinny odpowiadać nowo projektowane, pozyskiwane i ulepszane budynki wielorodzinne i lokale mieszkalne (kwatery)” dostępne na stronie internetowej www.amw.com.pl/pl/amw/komunikaty - załącznik nr 2 do niniejszego zaproszenia.
- Lokale mieszkalne w dniu zakupu powinny posiadać zaświadczenie o samodzielności lokalu oraz świadectwa charakterystyki energetycznej.
- Preferowane są lokale usytuowane w jednej klatce schodowej bądź w jednym budynku.

II. Wymagany termin

Zawarcie umowy sprzedaży w 2026 roku

III. Termin i miejsce składania ofert wstępnych:

Do dnia 17.04.2026 r., godz. 13.00 w siedzibie Agencji Mienia Wojskowego Oddział Regionalny w Lublinie, ul. Łęczyńska 1, 20-309 Lublin, pokój nr 22.
Ofertę należy złożyć w zamkniętej kopercie z napisem „Oferta wstępna na sprzedaż lokali mieszkalnych w Lublinie – Nie otwierać do dnia 17.04.2026 r. godz. 13.30”

IV. Oferta wstępna powinna zawierać:

- Imię i nazwisko oferenta, dokładny adres i nr telefonu, a w przypadku podmiotu gospodarczego, osoby prawnej - nazwę, status prawny firmy, adres i imię i nazwisko osoby uprawnionej do reprezentowania firmy podpis oferenta (osoby upoważnionej do reprezentacji).
- Lokalizację obiektu(ów) wraz ze szczegółowym opisem nieruchomości, na której położone są budynki z oferowanymi lokalami (adres administracyjny oferowanych do sprzedaży lokali, numer ewidencyjny nieruchomości, numery KW oferowanych nieruchomości).
- Liczbę oferowanych lokali, strukturę, ich powierzchnię użytkową, w tym: powierzchnię pokoi oraz powierzchnię przynależną do lokali (piwnica itp.), udział w części wspólnej nieruchomości wspólnej oraz informację o pomieszczeniach przynależnych i innych elementach oferty związanych z lokalami mieszkalnymi (np. garaże, piwnice, miejsca postojowe, komórki, ogródki, udziały w drogach wewnętrznych itp.) – sporządzić zgodnie ze wzorem – załącznik nr 1 zamieszczony na stronie internetowej www.amw.com.pl/pl/amw/komunikaty
- Rzuty oferowanych mieszkań (z wymiarami w świetle ścian wykończonych).
- Termin lub przewidywany termin oddania do użytkowania budynku, w którym znajdują się oferowane lokale.
- Dokumenty potwierdzające tytuł prawny do oferowanych nieruchomości (wystawione nie wcześniej niż 3 miesiące przed terminem składania ofert wstępnych).
 - odpisy aktualne z ksiąg wieczystych nieruchomości, na których położone są oferowane lokale mieszkalne (lub odpis ksiąg lokalowych, jeżeli lokale zostały wyodrębnione) oraz innych nieruchomości stanowiących przedmiot oferty (m.in. garaże, miejsca postojowe), a także ksiąg wieczystych nieruchomości, przez które ww. nieruchomości posiadają zapewniony dostęp do drogi publicznej (na etapie oferty wstępnej dopuszcza się zastąpienie odpisów wydrukami z elektronicznej książki wieczystej)
 - wypis i wyrys z ewidencji gruntów dla nieruchomości, na których położone są oferowane lokale mieszkalne oraz inne nieruchomości stanowiące przedmiot oferty (m.in. garaże, miejsca postojowe).
- Aktualny wydruk/wyciąg z Krajowego Rejestru Sądowego, w tym sposób reprezentowania oferenta lub aktualny wydruk/wypis z ewidencji działalności gospodarczej – wystawione po 1.04.2026 r.

- Dokument(y) potwierdzający(e) umocowanie osoby/osób do składania oświadczeń woli w imieniu oferenta.
- Wykaz wyrobów budowlanych, które zostaną użyte do wykończenia lokali i budynku.
- Cenę wstępną brutto sprzedaży nieruchomości w rozbiciu na cenę: lokali mieszkalnych, prawa własności gruntu (udziału w gruncie) albo prawa użytkowania wieczystego, garaży (miejsc postojowych w garażu wielostanowiskowym), komórek lokatorskich i udziału w częściach wspólnych budynku (według tabeli – załącznik nr 1 zamieszczonej na stronie internetowej www.amw.com.pl/pl/amw/komunikaty. Cenę brutto sprzedaży lokali mieszkalnych ustala się jako iloczyn ceny 1 m² i powierzchni użytkowej lokali mieszkalnych określonej, zgodnie z art. 1a ust. 1 pkt 14 i ust. 2 ustawy z 22.06.1995 r. o zakwaterowaniu Sił Zbrojnych RP (t.j. Dz.U.2024.1270), przy założeniu, że powierzchnia lokali mieszkalnych będzie mierzona w świetle wyprawionych ścian.
- Ostateczną decyzję o pozwoleniu na budowę oraz pozwoleniu na użytkownię (w kopii poświadczoną za zgodność z oryginałem) lub oświadczenie (dla inwestycji niezakończonych), że ostateczna decyzja o pozwoleniu na użytkowanie zostanie uzyskana do dnia zawarcia przyrzeczonej umowy sprzedaży.
- Oświadczenie o posiadaniu kompletnej dokumentacji technicznej.
- Oświadczenie oferenta, że nieruchomość, na której położone są budynki z oferowanymi lokalami posiada lub do dnia zawarcia umowy sprzedaży będzie posiadała zapewniony dostęp faktyczny i prawny do drogi publicznej – z określeniem sposobu dostępu (zawierającym opis numerów działek, numery ksiąg wieczystych nieruchomości przez które przebiega służebność, opis przebiegu służebności – jeżeli dostęp nie jest bezpośredni).
- Oświadczenie oferenta, że lokale stanowiące przedmiot oferty zostaną wyodrębnione zgodnie z art.2 ust. 1a ustawy z dnia 24 czerwca 1994 r. o własności lokali oraz w dniu sprzedaży sprzedawane lokale i nieruchomość wspólna oraz inne przedmioty oferty (np. komórki, miejsca postojowe) będą wolne od wad prawnych, hipotek, roszczeń podmiotów trzecich oraz obciążeń innych niż służebności zapewniające prawidłowe korzystanie z nieruchomości i nieruchomości sąsiednich (np. służebności przesyłu, dostęp do urządzeń), niekolidujące z prawidłowym korzystaniem z przedmiotu oferty.
- Zaświadczenia o samodzielności lokali (w oryginale lub kopii poświadczoną za zgodność z oryginałem) lub oświadczenie, że zostaną one uzyskane do dnia zawarcia umowy ostatecznej.
- Oświadczenie dotyczące wniesienia zabezpieczenia należytego wykonania warunków gwarancji w wysokości (nie mniej niż 2% całkowitej ceny sprzedaży brutto).
- Oświadczenie o zapoznaniu się z ogłoszeniem oraz wytycznymi:
 - nr 3/2018 z dnia 8.05.2018 r. w sprawie standardów, jakim powinny odpowiadać nowo projektowane, pozyskiwane i ulepszane budynki wielorodzinne i lokale mieszkalne (kwatery);
 - nr 1/2023 z dnia 3.04.2023 r. w sprawie ustalenia procedury zakupu nieruchomości na potrzeby zakwaterowania żołnierzy zawodowych.
- Złożone dokumenty w kopii powinny być potwierdzone za zgodność z oryginałem.
- Miejsce i datę sporządzenia oferty, podpis osoby upoważnionej do jej podpisania.

V. Istotne informacje o procedurze zakupu:

- Przed sporządzeniem oferty należy zapoznać się z uregulowaniami obowiązującymi w Agencji tj. Wytycznymi nr 1/2023 z dnia 3.04.2023 r. w sprawie ustalenia procedury zakupu nieruchomości na potrzeby zakwaterowania żołnierzy zawodowych, Nr 3/2018 z dnia 8.05.2018 r. w sprawie standardów, jakim powinny odpowiadać nowo projektowane, pozyskiwane i ulepszane budynki wielorodzinne i lokale mieszkalne (kwatery), które stanowią odpowiednio załącznik nr 3 i 2 do niniejszego zaproszenia, dostępne na stronie internetowej Agencji Mienia Wojskowego www.amw.com.pl/pl/amw/komunikaty.
- Agencja Mienia Wojskowego zastrzega sobie prawo do unieważnienia procedury zakupu na każdym etapie jej prowadzenia, przed podpisaniem umowy, bez podania przyczyn i z tego powodu oferenci nie będą dochodzić żadnych roszczeń przeciwko Agencji Mienia Wojskowego.
- Złożenie oferty wstępnej i jej wstępna weryfikacja nie stanowi podstawy do zgłoszenia roszczenia o zawarcie umowy sprzedaży.
- Agencja Mienia Wojskowego zastrzega sobie prawo do negocjacji proponowanej ceny wstępnej brutto lokali mieszkalnych z każdym z wybranych oferentów.
- Koszty zawarcia umowy ponosi Oferent, w tym koszty notarialne i sądowe.
- Dla ważności podpisania umowy przeniesienia własności nieruchomości do zasobu Agencji konieczna jest zgoda Prezesa AMW.
- Odstępstwo od wymogów standardów określonych w Wytycznych nr 3/2018 z 8.05.2018 r. wymaga uzyskania zgody Prezesa Agencji na wniosek Oddziału AMW w Lublinie.
- Agencja Mienia Wojskowego nie płaci prowizji z tytułu pośrednictwa w obrocie nieruchomościami.
- Agencja Mienia Wojskowego nie stosuje zaliczek i zadaków przy ewentualnym zawarciu umowy przedwstępnej jak również umowy ostatecznej.
- Pozostałe wymagania oferowanych nieruchomości, jak też procedura zakupu nieruchomości zgodnie z wytycznymi nr 1/2023 z dnia 3.04.2023 r.
- Agencja Mienia Wojskowego zastrzeka sobie prawo do zakupu innej liczby lokali niż wskazana w zaproszeniu.

Szczegółowe informacje uzyskać można w siedzibie AMW Oddział Regionalny w Lublinie, ul. Łęczyńska 1, pok. 121 lub pod nr tel. 81 474 62 11

Oddział Regionalny w Lublinie
20-309 Lublin - ul. Łęczyńska 1
tel.: (+48 81) 474 61 00 • fax: (+48 81) 474 61 23
e-mail: marketing.lublin@amw.com.pl • www.amw.com.pl

Jestem bezdomny teraz. Domy, mieszkania, wszystko mam wynajęte

Krzysztof Gojdz w Gosia Ohme Podcast Fot. Szymon Starnawski



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 48

Dorota Wellman

schudła bez zastrzyków

Dziennikarka nigdy nie miała kompleksów związanych ze swoim wyglądem i jej waga nie była dla niej przeszkodą w pracy. Zdecydowała się jednak zrzucić nieco kilogramów. – Dużo schudłam bez zastrzyków, które są teraz takie popularne, i czuję się lepiej. To potrzeba związana z sercem, że trzeba je odciążyć – wyznała w „Świecie Gwiazd”.

Marcin Rogacewicz

jednak zarobi więcej

Telewizyjny aktor ze względu na napięty grafik przy sztuce „Siedem” stracił pracę w serialu „Komisarz Alex”. Czy to dla niego opłacalne? Pudełek wyciszył, że w telewizji Rogacewicz zarobił za dwa sezony serialu 225 tysięcy zł, natomiast za 15 przedstawień „Siedem” zgarnie 240 tys. zł.

Joanna Przetakiewicz

musiała żyć rozsądnie

Celebrytka dziś jest żoną Rinke Royensa. To jej drugie małżeństwo. Z byłym mężem doczekała się trzech synów, a rozwód wspomina jako jedno z najbardziej traumatycznych doświadczeń. – Straciłam dom, musiałam tworzyć świat od nowa. O tyle jednak nie straciłam wszystkiego, że miałam pracę, dużo zarabiałam, prowadziłam własne kliniki. Zainwestowałam w nie, więc nie miałam oszczędności. To był taki moment, że musiałam żyć bardzo rozsądnie – mówi w wywiadzie dla Kozaczka. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



Ucieczka z Pretorii

Ale Kino+ HD, 20:10

RPA, rok 1978. Oparta na faktach opowieść o walce uciskanej większości i dwóch ludziach, którzy postanowili walczyć o równość dla wszystkich. Tim Jenkin i Stephen Lee trafiają do zakładu karnego o zastrzonym rygorze w Pretorii.

Znachor

Polsat, 21:40

Najnowsza wersja tej kultowej powieści. Historia prof. Wilczura – lekarza, który po utracie pamięci trafia na prowincję i zostaje znachorem. Po latach spotyka swoją dorosłą już córkę, którą przyjdzie mu uratować po tragicznym wypadku.

Kochanie, chyba Cię zabiłem

Kino Polska, 22:45

Księgowy Jan Pokojski przyłapuje małżonkę z kochankiem na gorącym uczynku. W wyniku szamotaniny staje się podwójnym mordercą. Zajęcie zostaje sfilmowane. Wkrótce lista ofiar Pokojskiego się powiększa.

Siedem zim w Teheranie

TVP Dokument, 23:30

W 2007 r. w Teheranie 19-letnia Reyhaneh Jabbari dźgnęła nożem mężczyznę, który chciał ją zgwałcić. Została oskarżona o morderstwo i skazana na śmierć. Dzięki potajemnie nagrany filmom reżyser pokazuje walkę rodziny o jej uratowanie.

Poziomo:

- 1) paradna szabla szlachecka,
- 5) urządzenie odtwarzające dźwięk,
- 9) efekt braku zajęcia,
- 10) poczucie elegancji, piękna,
- 12) rasa psa pokojowego,
- 14) najstarsze fińskie miasto,
- 15) znak pierwiastka chemicznego,
- 16) siedziba klubu piłkarskiego Juventus,
- 17) stop żelaza z węglem,
- 18) do roztaczania wokół siebie,
- 19) krótka scenka kabaretowa,
- 22) naczynie w kształcie muszli,
- 23) nóż ciesielski do korowania,
- 28) bałzakowski lub emerytalny,
- 29) siedziba prezydenta Stanów Zjednoczonych,
- 30) składana podczas tańca to-sosi,
- 31) chiński statek rybacki,
- 34) mielony w menu,
- 38) Arnold z serialu „Świat według Kiepskich”,
- 39) czasomierz dla maratończyka,
- 40) klejka lub magnetofonowa,
- 41) czarna na rabacie,
- 42) kierownik zespołu baletowego.

Pionowo:

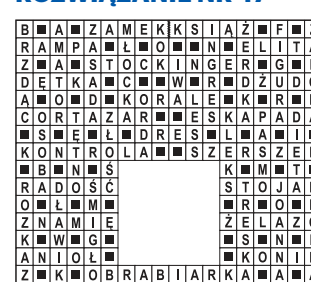
- 1) na dłoni nie wyrośnie,
- 2) Mickey, aktor z filmu „Harry Angel”,
- 3) ... Bilewski, aktor z serialu „Janosik”,
- 4) niała grzywiasta lub kanna,
- 5) wjeżdża na parking,
- 6) futerał przy siodle na pistolet,



- 7) powtarza się w piosence,
- 8) „wydłużony” pies, taks,
- 11) karmi młode mlekiem,
- 13) polsko-czeska rzeka,
- 20) dzielnica Wałbrzycha z zamkiem,
- 21) ozdoba ludowego stroju,
- 24) odgłos lecącej kuli,
- 25) średniowieczni wędrowni kuglarze,
- 26) śpiewający kwartet szwedzki,

- 27) ogon szaraka w gwarze myśliwskiej,
- 31) dyskusja na forum Sejmu,
- 32) cechuje rzeczy nieznanne,
- 33) ciężka, jednostajna praca,
- 35) „... Mariacki”, dzieło Wita Stwosza,
- 36) gatunek słodkowodnej, zimnolubnej ryby łososiowatej,
- 37) warszawska hala widowiskowo-sportowa.

ROZWIĄZANIE NR 47



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dzień sprzyja odważnym decyzjom. Horoskop dzienny radzi jednak uważać na pośpiech — ktoś może źle odczytać Twoje intencje...

Ryby (19.02 - 20.03)

Spokój i cierpliwość przyniosą więcej niż upór. Horoskop na dziś zapowiada, że wieczór będzie sprzyjał relaksowi i miłym rozmowom. Baran (21.03 - 19.04) Czekaj Cię sporo zadań. W natłoku spraw horoskop dzienny na poniedziałek radzi znaleźć chwilę, by posłuchać własnej intuicji.

Byk (20.04 - 20.05)

Dziś warto zaufać emocjom, ale nie pozwól im przejąć steru. Horoskop dzienny zapowiada, że domowe sprawy mogą wymagać uwagi. Bliźnięta (21.05 - 21.06) Masz w sobie magnetyzm i siłę działania. Horoskop dzienny wyraźnie wróży, że to dobry moment, by zaważyć o coś naprawdę ważnego. Rak (22.06 - 22.07) Szczegóły okażą się kluczowe. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi nie ignorować drobiazgów, bo właśnie one przyniosą Ci przewagę.

Lew (23.07 - 22.08)

Relacje będą dziś na pierwszym planie. Horoskop dzienny zapowiada, że szczerza rozmowa może przynieść ulgę i poprawić atmosferę. Panna (23.08 - 22.09) Twoja determinacja pomoże zamknąć ważny temat. Horoskop na dziś radzi uważać jednak, by nie być zbyt surowym dla innych. Waga (23.09 - 22.10) Dzień sprzyja planom, podróżom i pomysłom. Horoskop dzienny na poniedziałek wróży, że ktoś może zainspirować Cię do ciekawej zmiany.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Skupienie i konsekwencja dadzą dziś świetne efekty. Horoskop dzienny radzi wieczorem pozwolić sobie na chwilę zasłużonego luzu. Strzelec (22.11 - 21.12) Nieszablonowe myślenie będzie Twoją siłą. Horoskop na dziś zapowiada, że to dobry dzień na twórcze działania i odważne rozmowy. Koziorożec (22.12 - 19.01) Twoja wrażliwość pomoże komuś bliskiemu. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi nie zapominać jednak także o własnych potrzebach.