

Polski Forrest Gump mieszka w Toszku.
Ma szansę pobić historyczny rekord **str. 2**



FOT. FB/TOMASZ SOBANIA

Niektóre choroby dyskwalifikują starających się o leczenie w sanatorium na NFZ. Lista tych schorzeń jest długa – str. 9

**STRONA
ZDROWIA**

DZIENNIK ZACHODNI

Środa
13.05.2026

www.dziennikzachodni.pl

Nr 109 (24 561)
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Sprawca wypadku, w którym zginął poseł Litewka, poczeka na proces w domu str. 3



Papugarnia Carmen w Katowicach zamknięta przez policję. Ptaki były źle traktowane? str. 3

Finansowa pomoc dla JSW coraz bliżej. Specjalna ustawa ma już podpis prezydenta Nawrockiego str. 4



FOT. ARCH.

SPORT

Lucas Podolski bierze Górnika Zabrze.
Umowa sprzedaży jest już gotowa **str. 16**



FOT. ADAM JANKOWSKI

ŚLEDZTWO PROKURATURA PRZEŚWIECLA GIGANTA KRYPTOWALUT

Afera Zondacrypto. 2 tys. zawiadomień o przestępstwie

Oprac. Paweł Lewandowski/PAP
Katowice

W śledztwie ws. Zondacrypto zabezpieczono ponad 100 sztuk sprzętu elektronicznego i 13 terabajtów danych z serwerów produkcyjnych tej giełdy kryptowalut. Zwrócono się też do innych giełd, aby zabezpieczyć środki i dane – poinformowała wczoraj Prokuratura Regionalna w Katowicach.

W postępowaniu przeszukano dotychczas kilkaset pokrzywdzonych i przyjęto niemal 2 tys. zawiadomień o podejrzeniu popełnienia przestępstwa – dodali śledczy, którzy zamierzają wystąpić o pomoc także do zagranicznych organów ścigania.

Śledztwo w sprawie giełdy kryptowalut Zondacrypto Prokuratura Regionalna w Katowicach wszczęła 17 kwietnia. Jest ono prowadzone pod kątem oszustw znacznej wartości i prania brudnych pieniędzy. Nowe informacje na temat prowadzonego postępowania przekazał wczoraj rzecznik tej prokuratury Michał Binkiewicz.

– Zabezpieczono 104 sztuki sprzętu elektronicznego oraz ponad 13 TB plików z serwerów produkcyjnych Zondacrypto. Czynności te wykonano na terenie całego kraju. Zwrócono się do ponad 100 największych na świecie giełd kryptowalut celem zabezpieczenia ujawnionych środków oraz istotnych danych teleinformatycznych – przekazał w komunikacie prokurator Binkiewicz.

W postępowaniu przyjęto dotychczas niemal 2 tysiące zawiadomień

o podejrzeniu popełnienia przestępstwa i przeszukano kilkaset pokrzywdzonych. Poza nimi przeszukano też 26 świadków, którzy nie są pokrzywdzonymi, ale mają wiedzę na temat Zondacrypto.

Prokurator Binkiewicz podał, że śledczy wystąpili z europejskim nakazem dochodzeniowym do Czech, ale tłumacząc to dobrem śledztwa, nie chciał ujawnić, o wykonanie jakich czynności chodzi.

– Na koniec tygodnia zaplanowano ekspedycję wniosków o pomoc prawną do Włoch oraz do Szwajcarii. Funkcjonariusze CBZC pod nadzorem prokuratorów śledzą przepływy blockchain celem zabezpieczenia środków finansowych i katalogowania transferów omiędzy Zondacrypto a innymi giełdami kryptowalut. Analizowane są także portfele założone przez Zondacrypto – dodał rzecznik.

Jak zapowiedziano, w kolejnych dniach przedstawiona zostanie zbiorcza informacja o zabezpieczonych w śledztwie środkach finansowych.

O tym, że największa polska giełda kryptowalut może mieć poważne problemy z płynnością, napisały na początku kwietnia media. Analiza, do której dotarli money.pl i Wirtualna Polska, ujawniła spadek rezerw bitcoinów giełdy Zondacrypto o 99 proc. Użytkownicy zgłaszają problemy z wypłatą środków – podali dziennikarze. „Zondacrypto jest stabilnym, wypłacalnym i bezpiecznym podmiotem, a analiza money.pl jest błędna, nieprawdziwa i krzywdząca” – odpowiadał w rozesłanym wówczas oświadczeniu prezes Zondacrypto Przemysław Kral.

Do giełdy Zondacrypto należy portfel 4,5 tys. bitcoinów wart ponad 300 mln dolarów, ale – jak podał 16 kwietnia Kral – klucze do nich ma zaginiony Sylwester Suszek, założyciel giełdy Bit-Bay, poprzedniczki Zondacrypto.

Suszek, określany mianem króla kryptowalut, zaginął w marcu 2022 r. Miał wtedy 33 lata. Po raz ostatni widziano go w firmie paliwowej w Czeladzi, należącej do Mariana W. To tam po raz ostatni zalogował się jego telefon komórkowy. Jak opisywały media, w dniu jego zaginięcia na terenie bazy paliwowej na jakiś czas przestały działać kamery monitoringu. W śledztwie dotyczącym zaginięcia Suszka, prowadzonym przez śląski wydział Prokuratury Krajowej, Marianowi W. postawiono zarzut pozbawienia wolności Sylwestra Suszka. Śledztwo to nie dotyczy kwestii ekonomicznych związanych z funkcjonowaniem giełdy kryptowalut.

W innym postępowaniu Marian W. usłyszał zarzuty dotyczące dokumentowania fikcyjnych transakcji fakturami VAT na łącznie blisko 1,3 mld zł. Według Prokuratury Regionalnej w Katowicach stał on na czele międzynarodowej grupy przestępczej zajmującej się nielegalnym obrotem paliwami i wyłudzeniami podatku VAT. Na rachunki bankowe spółek zaangażowanych w nielegalny proceder wpłynęło łącznie 1,5 mld zł pochodzących z przestępstwa – podała prokuratura, która kilka miesięcy temu poinformowała o skierowaniu do sądu aktu oskarżenia przeciwko Marianowi W. i pięciu innym osobom.

Zondacrypto w Sejmie str. 6

Nr ISSN 2353-6195

Nr indeksu 350-079



Zawalone schody w Cieszynie.
Nikt nie poczuwa się do winy **str. 5**

Jutro w naszej gazecie Puls

- „Paradoks spiskowy”, czyli kto wierzy w tajne grupy sterujące światem
- Żużlowe dramaty na torach
- Największe atrakcje Nocy Muzeów

Zamów prenumeratę

Dziennik Zachodni ☎ 32 555 02 05
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dziennikzachodni.pl

Rekordowy kwiecień na lotnisku

oprac. Dawid Wygas
Katowice

Gómoślaskie Towarzystwo Lotnicze, które zarządza lotniskiem w Pyrzowicach, opublikowało dane za czwarty miesiąc tego roku. Wynika z nich jasno: województwo śląskie chętnie lata.

W kwietniu br. siatka połączeń rozkładowych i czarterowych przyciągnęła 485 415 podróżnych. To absolutny rekord dla tego miesiąca w historii portu. Wynik ten jest wyższy o ponad 14 procent w porównaniu do kwietnia ubiegłego roku.

Głównym motorem napędowym okazały się tanie linie i tradycyjni przewoźnicy. Maszyny takich linii jak m.in. Wizz Air, Ryanair czy PLL LOT przewiozły łącznie 355 650 pasażerów. To skok o blisko 28 procent rok do roku.

Gorzej sytuacja wygląda w segmencie turystycznym. Z oferty lotów wakacyjnych, realizowanych dla biur podróży, skorzystało niespełna 130 tysięcy osób, co oznacza spadek o ponad 12 procent. To nie jest jednak zaskoczeniem, bowiem sytuacja na świecie dyktuje warunki w branży turystycznej.

Spadek ruchu czarterowego w kwietniu wynika z ograniczenia przez touroperatorów programów na kierunkach wrażliwych geopolitycznie oraz ostrożniejszego i opóźnionego startu sezonu letniego – tłumaczy Artur Tomasiak, prezes zarządu GTL S.A.

Polski Forrest Gump pochodzi ze Śląska. „Mam szansę napisać nową historię”

Grzegorz Olma
Aktywnie

Tomasz Sobania, nazywany „Polskim Forrestem Gumpem”, rozpoczął w niedzielę w San Francisco wyzwanie: 50 maratonów w 50 stanach USA w 50 dni. Jeśli ukończy projekt, będzie pierwszym Polakiem i drugim człowiekiem w historii, który tego dokona. Biegacz ekstremalny jest mieszkańcem Toszka, absolwentem studium wokalnno-aktorskiego w Chorzowie. O sobie mówi: chłopak z małej miejscowości na Śląsku.

Tomasz Sobania w niedzielę 10 maja wystartował na moście Golden Gate w San Francisco i po przebiegnięciu ponad 42 km ukończył pierwszy maraton w ramach wyzwania, które odbywa się w związku z 250-leciem podpisania Deklaracji Niepodległości USA. Finał biegu planowany jest na 28 czerwca z metą na Times Square w Nowym Jorku.

„Czuję się gotowy jak nigdy”

Ten projekt, jak wskazał, jest jednym z najbardziej wymagających w jego karierze – nie tylko fizycznie, ale przede wszystkim logistycznie. Przypada, że organizacja była trudniejsza niż podczas ostatniego biegu wszerz przez USA i pomimo roku przygotowań, nie wszystko udało

się dopiąć na ostatni guzik. Jak dodał, pieniądze zebrane od sponsorów wystarczają „na styk” i modli się o to, by nagle nie wzrosły ceny paliw.

– Czuję się gotowy jak nigdy, bo naprawdę mocno walczyłem o to, żeby się przygotować. Szczepie mówiąc, przestraszyłem się, że fizycznie mnie tak dojdzie jak nigdy, że nie będę miał czasu na odpoczynek, będą loty, gdzie organizm się nie regeneruje tak dobrze, nogi puchną, zmienia się pogoda i strefy czasowe. Więc fizycznie jestem bardzo dobrze przygotowany, ale właśnie logistycznie, organizacyjnie jest mnóstwo problemów i trochę się o to boję – podkreślił w rozmowie z Polską Agencją Prasową.

Jeśli ukończy ten projekt, będzie pierwszym Polakiem i drugim człowiekiem w historii, który tego dokona.

Biegacza wspiera sześciuosobowy zespół

W wyprawie oprócz niego bierze udział sześciuosobowy zespół, w tym fizjoterapeuta, operatorzy kamer, kierowcy i osoba odpowiedzialna za media społecznościowe. Pomędzy większością stanów będą przemieszczać się głównie dwoma kamperami, a w przypadku Hawajów i Alaski – samolotem.

– Mam proste nastawienie, będę walczył do upadłego. Nie ma opcji, żeby się poddał. Myślę, że tak jak przy każdym projekcie to nastawienie i moja siła



Na całą wyprawę biegacz przygotował 10 par butów

wewnętrzna wystarczą i znowu się wszystko uda – powiedział Sobania.

Wyprawie towarzyszą także działania społeczne, w tym akcja edukacyjna dotycząca transplantologii „Twoje TAK ma moc” oraz zbiórka charytatywna dla fundacji STARS4-STARS na rzecz dzieci poszkodowanych w wypadkach.

Tomasz Sobania podkreśla, że jego celem jest nie tylko spor-

Jego celem jest nie tylko sportowy rekord, ale także inspirowanie innych, dlatego hasłem biegu pozostaje „Możesz więcej, niż myślisz”

towy rekord, ale także inspirowanie innych, dlatego hasłem biegu pozostaje „Możesz więcej, niż myślisz”. Biegacz chce mieć pozytywny wpływ na innych i być żywym dowodem na to, że bez znajomości i pieniędzy na starcie „chłopak z małego miasteczka mógł osiągnąć wszystko to, o czym marzył”.

Na całą wyprawę biegacz przygotował 10 par butów i dziesiątki litrów napojów izotonicznych.

Polski Forrest Gump ze Śląska

Tomasz Sobania bywa nazywany „Polskim Forrestem Gumpem”. Na co dzień mieszka w Toszku, gdzie się urodził. Jest

absolwentem Policealnego Studium Wokalno-Aktorskiego w Chorzowie. Jego aktorską sylwetkę można znaleźć w kilku aktorskich agencjach. Od pewnego czasu jednak częściej niż na planie filmowym czy teatralnej scenie zobaczyć go można na trasach maratonów i biegów ekstremalnych.

W marcu 2025 roku ukończył bieg w poprzek Stanów Zjednoczonych. 15 września wyruszył z nowojorskiego Central Parku, by po prawie pięciu miesiącach skończyć swój bieg w San Diego. Przebiegł 125 maratonów, pokonując ponad 5250 km w 139 dni. Jest pierwszym Polakiem, któremu się to udało.

Wcześniej, w czerwcu 2023 roku, Sobania zakończył bieg z Chorzowa do greckiego Maratonu i z powrotem. Pokonał 3600 km. Codziennie przebiegał maraton. Trasa wiodła przez Czechy, Słowację, Węgry, Serbię, Macedonię Północną i Grecję.

Z kolei w listopadzie 2022 r. długodystansowiec zakończył w ten sam sposób 60-dniowy bieg ze stadionu Piasta Gliwice pod Camp Nou. W Barcelonie spotkał się z kapitanem piłkarskiej reprezentacji Polski Robertem Lewandowskim.

Rok wcześniej pobiął do Rzymu, gdzie uczestniczył w audycji u papieża i zebrał 50 tys. złotych dla chorej na nowotwór dziewczynki.

Na podst. PAP

Pogoda w regionie

Dzisiaj



Dzień **13°C** Noc **4°C**

Barometr **1004 hPa**
Wiatr **płd.-zach. 18 km/h**
Biomet **niekorzystny**

Czwartek

Dzień **17°C** Noc **5°C**



Piątek

Dzień **15°C** Noc **9°C**



Sobota

Dzień **13°C** Noc **9°C**



NUMERY SANEPIDÓW

Bielsko-Biała: 504 022 816
Bytom: 605 745 817; 609 582 303; 695 025 532; Chorzów: 692 180 830; Cieszyn: 502 281 673; Częstochowa: 661 868 810; Dąbrowa Gór.: 795 513 569; Gliwice: 666 227 205; Jaworzno: 690 538 610; 512 306 935; Katowice: 660 686 917; Kłobuck: 608 655 241; Lubliniec: 604 619 629; Myszków: 603 779 492; Racibórz: 604 106 359; Ruda Śląska: 668 164 330; Rybnik: 508 450 028; 609 519 192; Sosnowiec: 500 060 599; Tychy: 512 370 717; Wodzisław Śląski: 601 499 841 Zawiercie: 607 131 032; Żywiec: 605 538 283.

KALENDARIUM

1710

W Berlinie powstał szpital kliniczny Charité (fr. miłosierdzie), obecnie jeden z największych w Europie, rozslawiony przez wybitnych lekarzy i naukowców.

1917

Pasterze z Fatimy (Portugalia): Franciszek i Hiacynta Marto oraz Łucja dos Santos ogłosili, że objawiła się im Matka Boża i przekazała trzy tajemnice fatimskie.

1981

Podczas audycji generalnej na Placu Świętego Piotra w Rzymie Turek Mehmet Ali Ağca dokonał nieudanego zamachu na życie papieża Jana Pawła II.

2017

W Warszawie na Żoliborzu odsłonięto w rocznicę urodzin (13 V 1901) pomnik Witolda Pileckiego – blisko miejsca, gdzie został aresztowany 19 IX 1940 r. JJ

DYŻURNY DZ

facebook.pl/dziennikzachodni.pl
i.stajer@dz.com.pl

Dzisiaj jestem reporterem dyżurnym. Postaram się odpowiadać na wszystkie interesujące Państwa kwestie.



Ireneusz Stajer
513 585 782

SŁUŻBY W AKCJI PTAKI BYŁY ŹLE TRAKTOWANE CZY TO EFEKT KONFLIKTU?

Policja zamknęła papugarnię Carmen w Katowicach

Piotr Sobierajski
Katowice

Do papugarni wkroczyli policjanci z KMP w Katowicach, którzy pod nadzorem prokuratury prowadzą postępowanie dotyczące nieprawidłowej opieki nad ptakami. Na czas trwania postępowania 130 papug zostało przekazanych pod opiekę fundacji, gdzie mają otrzymać pomoc.

Właściciele papugarni nie zgadzają się z zarzutami. Twierdzą, że w działania zaangażowani są byli pracownicy, z którymi pozostają w konflikcie.

Jak poinformowali policjanci, postępowanie prowadzone jest od ubiegłego roku przez funkcjonariuszy zwalczających przestępczość ekonomiczną z katowickiej komendy pod nadzorem Prokuratury Rejonowej Katowice-Zachód.

„Ptaki mogą być przetrzymywane w niewłaściwych warunkach”

W toku czynności mundurowi przeszłuchali świadków, przeanalizowali zgromadzoną dokumentację oraz współpracowali z pracownikami Wojewódzkiego Inspektoratu Weterynarii w Katowicach. Wcześniej zabezpieczone zostały również trzy ptaki, a do sprawy powołano biegłego z zakresu dobrostanu zwierząt.

- Z wydanej opinii wynikało, że wszystkie ptaki mogą być przetrzymywane w niewłaściwych warunkach, a ich dalsze zabezpieczenie jest konieczne do przeprowadzenia szczegółowych badań i oceny ich stanu - podkreślają policjanci.

W poniedziałek, 11 maja, na podstawie postanowienia prokuratora, policjanci wspólnie z przedstawicielami Wojewódzkiego Inspektoratu Weterynarii oraz wolontariuszami jednej z fundacji, pod nadzorem prokuratora, weszli do papugarni, gdzie zabezpieczyli 130 papug.

Na czas trwania postępowania ptaki zostały przekazane pod opiekę fundacji, gdzie otrzymają niezbędną pomoc oraz właściwe warunki do dalszej opieki i obserwacji.

- Obecnie prowadzone będą kolejne czynności procesowe, w tym sporządzenie dalszej opinii biegłego, dotyczącej wszystkich zabezpieczonych ptaków. Dalsze decyzje w tej sprawie zostaną podjęte po zgromadzeniu całości materiału dowodowego



Na czas trwania postępowania ptaki trafiły pod opiekę fundacji, gdzie otrzymają pomoc

- przekazują policjanci z KMP w Katowicach.

To jedna z największych papugarni w Polsce

Papugarnia Carmen w Katowicach to jedna z największych papugarni w Polsce. Jeszcze kilka dni temu można tu było zobaczyć ponad 100 wielobarwnych ptaków na przestrzeni 600 metrów kwadratowych. Barwne, tropikalne ptaki odwiedzający mogli dotknąć, a nawet nakarmić.

Mieszkały tu różne gatunki papug, takie jak: ara ararauna, ara severa, ara nobilis, kakadu żółtoczuby, kakadu różowy, nimfa, amazonka, barwnica, żako kongijskie i wiele innych gatunków.

Papugarnia Carmen zaprzecza zarzutom i składa zawiadomienie do prokuratury

Papugarnia Carmen w związku z interwencją przeprowadzoną 11 maja, będącą jej zdaniem wynikiem donosu oraz zgłoszenia do prokuratury, przedstawiła we wtorek, 12 maja, oficjalne stanowisko w tej sprawie. W oświadczeniu czytamy (pisownia oryginalna):

„Nasza papugarnia od lat prowadzi również działalność fundacyjną, której celem jest pomoc porzuconym, niechcianym oraz ciężko chorym ptakom. Trafiają do nas zwierzęta w bardzo złym stanie zdrowia, często wymagające natychmiastowej pomocy i specjalistycznej opieki. Wielokrotnie są to przypadki skrajnego zaniedbania, a nawet stany agonalne.

Mimo ogromnych kosztów leczenia, rehabilitacji i utrzymania, wszystkie działania finansujemy z własnych środków.

Podczas interwencji prokuratura zabezpieczyła dokumentację potwierdzającą zakres naszej działalności pomocowej oraz ponoszonych wydatków związanych z ratowaniem zwierząt.

Z przykrością informujemy również, że fundacja uczestnicząca w odbieraniu zwierząt jest powiązana z Aralandem, który znajduje się w Bytomiu, a prowadząca to miejsce jest osoba uprzednio pracująca u nas. Ponadto wśród osób zaangażowanych w działania znajdują się także inni byli pracownicy pozostający z nami w silnym konflikcie.

Niestety, z pełną odpowiedzialnością stwierdzamy, że sposób przeprowadzania interwencji budzi nasz stanowczy sprzeciw. W naszej ocenie doszło do sytuacji, które naraziły ptaki na ogromny stres oraz cierpienie. Zwierzęta były przez wiele godzin gonione i wyłapywane w sposób chaotyczny, co skutkowało między innymi uderzaniem ptaków o podłogę i szyby. Według naszych obserwacji dochodziło również do kontaktu ptaków z metalowymi elementami sprzętu używanego do odławiania.

„Kondycja, zachowanie, stan zdrowia ptaków łamie serce każdej osobie, która choć raz miała do czynienia z tymi istotami”

Uważamy, że działania te noszą znamiona niehumanitarnego traktowania zwierząt, a nawet przestępstwa. W związku z powyższym składamy zawiadomienie do prokuratury dotyczące podejrzenia znęcania się nad zwierzętami podczas przeprowadzanej interwencji. Kopię wniosku również udostępnimy opinii publicznej.

Jednocześnie deklarujemy pełną współpracę i wierzymy, że sprawa zostanie rzetelnie wyjaśniona na podstawie faktów oraz zgromadzonej dokumentacji”.

„To, co zastaliśmy na miejscu, zostanie z nami na długo”

Do interwencji odnieśli się również przedstawiciele Fundacji „Ptasia Przystań”, której wolontariusze uczestniczyli w interwencji.

„To, co zastaliśmy na miejscu, zostanie z nami na długo. Widok ptaków - ich kondycja, zachowanie, stan zdrowia - łamie serce każdej osobie, która choć raz miała do czynienia z tymi niezwykle wrażliwymi istotami” - przekazali w mediach społecznościowych.

Ich zdaniem interwencja przebiegała w niezwykle napiętej atmosferze, a wolontariusze spotykali się z wyzwiskami ze strony pracowników papugarni. Wyrazili też przekonanie, że zamknięcie papugarni będzie przełomem i początkiem realnych zmian w dziedzinie opieki nad egzotycznymi zwierzętami. W ich ocenie skala problemu jest ogromna.

Sprawca wypadku, w którym zginął poseł Łukasz Litewka, pozostaje na wolności

Paweł Pawlik
Sosnowiec

Podejrzany o spowodowanie wypadku, w którym zginął poseł Łukasz Litewka, nie wróci do aresztu - zdecydował Sąd Okręgowy w Sosnowcu. Prokuratura chciała, żeby 57-letni kierowca w trakcie śledztwa trzymany był pod kluczem.

Sąd Okręgowy w Sosnowcu rozpoznał wczoraj zażalenie prokuratury, która domagała się aresztowania 57-latka podejrzanego o spowodowanie wypadku drogowego, w którym zginął poseł Łukasz Litewka. Decyzją sądu mężczyzna pozostanie na wolności, na proces będzie czekał w domu. Co istotne, zostanie także zwrot 40 tys. zł kaucji, które wpłacił, żeby wyjść na wolność.

- Sąd uchylił wszystkie środki zapobiegawcze wobec mojego klienta uznając, że nie ma przesłanek do stosowania nie tylko tymczasowego aresztowania, ale żadnego środka zapobiegawczego - podsumował obrońca podejrzanego mec. Dariusz Kawalec.

- To postanowienie ostateczne, nie przysługuje od niego środek odwoławczy. Pozostaje prokuraturze działać dalej, kontynuować postępowanie przygotowawcze, zbierać materiał dowodowy, jak to miało miejsce dotychczas - powiedział prok. Bartosz Kilian, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Sosnowcu.

Poseł Łukasz Litewka, społecznik i założyciel fundacji Team Litewka, zginął 23 kwietnia. Jadąc na rowerze

ulicą Kazimierzowską w Dąbrowie Górniczej, został potrącony przez samochód, który zjechał ze swojej strony jezdni i uderzył czołowo w jadącego jednośladem 36-latka. Sekcja zwłok wykazała, że bezpośrednią przyczyną śmierci był masywny krwotok po przerwaniu kluczowych arterii w kończynie dolnej.

Śledztwo w tej sprawie prowadzi prokuratura. Kierowca Mitsubishi usłyszał zarzut spowodowania wypadku komunikacyjnego ze skutkiem śmiertelnym, za co grozi od sześciu miesięcy do ośmiu lat więzienia. Według prokuratury, mężczyzna nieumyślnie naruszył zasady ruchu drogowego i również nieumyślnie spowodował śmierć posła. W swoich wyjaśnieniach mężczyzna wskazywał na zasłabnięcie lub utratę przytomności. Prokuratura jednak podchodzi do tych wyjaśnień z dystansem.

Mężczyzna podejrzanego o spowodowanie wypadku opuścił areszt 28 kwietnia po wpłacie poręczenia majątkowego. Sąd Rejonowy w Dąbrowie Górniczej postanowił, że będzie mógł wyjść na wolność po wpłaceniu 40 tys. zł. Podejrzany został wówczas objęty policyjnym dozorem oraz zakazem opuszczania kraju. 12 maja sąd uchylił wszystkie wcześniejsze postanowienia.

Kierowca Mitsubishi usłyszał zarzut spowodowania wypadku ze skutkiem śmiertelnym, za co grozi od 6 miesięcy do 8 lat więzienia



Sąd uchylił wszystkie środki zapobiegawcze wobec mojego klienta - poinformował obrońca podejrzanego

Miliardy złotych na ratunek JSW są już na wyciągnięcie ręki

Arkadiusz Biernat
Górnictwo

Prezydent Karol Nawrocki podpisał nowelizację ustawy o systemie instytucji rozwoju, która umożliwi Agencji Rozwoju Przemysłu udzielenie pożyczek strategicznym firmom, w tym JSW.

Nowelizacja ustawy o systemie instytucji rozwoju jest jedną z kilku ustaw podpisanych ostatnio przez prezydenta Karola Nawrockiego. Na ten ruch czekała przede wszystkim Jastrzębska Spółka Węglowa. Głównym celem nowelizacji jest stworzenie podstaw prawnych do finansowego wsparcia firm o istotnym znaczeniu dla gospodarki narodowej, które znalazły się w trudnej sytuacji ekonomicznej. Wśród nich ważne miejsce zajmuje JSW - największy producent węgla kokсового w Unii Europejskiej i jeden z najważniejszych producentów koksu wykorzystywanego w hutnictwie stali.



JSW prowadzi wydobywanie w czterech kopalniach: Borynia-Zofiówka, Budryk, Knurów-Szczygłowice i Pniówek

Zgodnie z nowymi przepisami pożyczki z Agencji Rozwoju Przemysłu będą mogły zostać przeznaczone na reorganizację przedsiębiorstw, ograniczanie kosztów działalności oraz optymalizację struktur organizacyjnych. Warunkiem uzyskania

wsparcia będzie przedstawienie programu naprawczego oraz wykazanie zdolności do spłaty zobowiązań.

- Jeszcze jesienią ubiegłego roku zarząd JSW informował, że bez wdrożenia działań antykrzysowych Spółce może grozić

utrata płynności finansowej już w marcu 2026 roku. W odpowiedzi przygotowano plan restrukturyzacji obejmujący redukcję kosztów oraz uproszczenie struktury Grupy Kapitałowej JSW - zakomunikowała Jastrzębska Spółka Węglowa.

Wszystko wskazuje na to, że to będzie forma dużego wsparcia zapowiadanego przez Ministerstwo Aktywów Państwowych. Nieoficjalnie mówi się o 2-3 miliardach złotych, które wspomogłyby bieżące funkcjonowanie górniczego giganta ze Śląska.

Problemy górniczego giganta ze Śląska

Grupa Kapitałowa JSW zakończyła 2025 rok stratą netto na poziomie 6,25 mld zł. Bardzo istotnym czynnikiem kształującym ten wynik było ujęcie odpisu aktualizującego wartość niefinansowych aktywów trwałych w łącznej wysokości 3,17 mld zł.

W związku z sytuacją JSW wprowadza program oszczędnościowy. 13 lutego w spółce podpisano porozumienia ze związkami m.in. zawieszające część świadczeń pracowniczych. Porozumienie zawieszające, przyjęte przez pracowników w referendum 12 lutego br., podobnie jak planowana sprzedaż części aktywów, jest elementem szerokiego planu restrukturyzacji spółki.

Pod koniec lutego w ramach planu restrukturyzacyjnego przekazano, że Zakład Ubezpieczeń Społecznych zgodził się na rozłożenie na 11 rat i odroczenie spłaty przez JSW składek za okres od maja do października 2025 roku. Aby pozyskać środki na bieżącą działalność JSW sprzedała dwie swoje spółki córki, a wkrótce może otrzymać 2,9 mld zł pożyczki od Agencji Rozwoju Przemysłu. W najbliższych miesiącach należy się spodziewać również odejść kilku tysięcy pracowników, którzy skorzystają z urlopów górniczych i jednorazowych odpraw pieniężnych w ramach znnowelizowanej ustawy górnicznej.

Grupa Kapitałowa JSW to spółka akcyjna, największy producent wysokiej jakości węgla kokсового w UE i jeden z wiodących producentów koksu używanego do wytopu stali. Podstawowa działalność grupy JSW to produkcja i sprzedaż węgla kokсового oraz produkcja, sprzedaż koksu i węglopochodnych.

Pionierski zabieg w Chorzowie

Oprac. R. Lewandowski/PAP
Służba zdrowia

Pierwszy w Polsce zabieg naprawy uszkodzenia korzenia łątki z użyciem nowoczesnego implantu wykonano na Oddziale Ortopedii Dziecięcej Zespołu Szpitali Miejskich w Chorzowie. Pacjentem był 14-letni chłopiec.

Jak przekazała PAP rzeczniczka placówki Katarzyna Hohuł, uszkodzenie korzenia łątki prowadzi do jej przemieszczenia i utraty prawidłowej funkcji, co może skutkować szybkim uszkodzeniem chrząstki stawowej oraz rozwojem wczesnych zmian zwyrodnieniowych.

Dotychczas stosowana metoda leczenia polegała również na wykonaniu kanału kostnego, przez który przeprowadzano nici lub taśmy mocujące obszytą wcześniej łątkę. Mocowanie odbywało się zwykle przy użyciu metalowego elementu.

- W klasycznej technice nici przechodzą przez cały kanał i wiązane są najczęściej za pomocą metalowego guzika. W przypadku implantu Arthrex SutureLoc mocowanie znajduje się tuż pod warstwą korową ko-

ści piszczelowej. Rozwiązanie to eliminuje konieczność stosowania elementów metalowych oraz może korzystnie wpłynąć na rozkład sił działających na miejsce uszkodzenia - wyjaśnia PAP rzeczniczka.

Według przedstawicieli szpitala rozwiązanie to może korzystnie wpłynąć na rozkład sił działających na miejsce uszkodzenia oraz zwiększać komfort leczenia. Rzeczniczka zaznaczyła jednak, że na obecnym etapie nie można jeszcze jednoznacznie ocenić, czy zastosowanie nowego implantu przełoży się na zmniejszenie ryzyka powikłań lub konieczności kolejnych operacji.

Szpital podał, że najlepsze efekty leczenia uzyskuje się u młodych pacjentów ze świeżymi urazami, pod warunkiem szybkiej diagnostyki i wdrożenia leczenia. W przypadku operowanego chłopca kluczowe znaczenie miało szybkie wykonanie rezonansu magnetycznego oraz skierowanie do specjalistycznego ośrodka.

Implant produkowany jest przez amerykańską firmę medyczną Arthrex, specjalizującą się w rozwiązaniach dla ortopedii i medycyny sportowej. (PAP)

Maszyniści w regionie dostali symulator do ćwiczeń. W Polsce jest ich tylko siedem

Piotr Sobierajski
Katowice

Do tej pory kolejni maszyniści i kandydaci na maszynistów jeździli na szkolenia do Warszawy i Gdyni. Teraz mogą doskonalić umiejętności „u siebie”.

To kolejny ważny krok w realizacji strategii podwyższania bezpieczeństwa PKP Intercity, która zakłada rozwój nowoczesnych narzędzi szkoleniowych również w ramach Akademii Maszynisty. Obecnie narodowy przewoźnik może już szkolić maszynistów z wykorzystaniem symulatorów w siedmiu lokalizacjach w Polsce.

Takie same urządzenia, jakie pojawiło się w Katowicach otrzymały też zakłady PKP Intercity w Krakowie, Wrocławiu i Poznaniu. Skorzysta z nich ponad 900 maszynistów i kandydatów na maszynistów.

Nowe urządzenia są wyposażone w oprogramowanie zawierające wirtualne trasy o długości 8 000 km, odwzorowujące prawdziwe odcinki linii kolejowych w Polsce, m.in. Warszawa - Gdynia, Katowice - Kraków czy Poznań - Wrocław, Warszawa - Szczecin. Na wirtual-



Wirtualne trasy dokładnie odwzorowują rzeczywiste odcinki i infrastrukturę

alnej trasie widać tę samą infrastrukturę co w rzeczywistości, taką jak tory, semafony i perony. Są też charakterystyczne budynki, mosty i wiadukty, a także otaczająca linie kolejowe przyroda.

Za dostarczenie nowych symulatorów odpowiada polski producent Sim Factor. Wartość kontraktu to ponad 2,1 mln zł brutto. Dostarczone symulatory wykonane są w wersji statycznej z odwzorowanym w skali 1:1 stanowiska maszynisty na bazie pulpitu z lokomotywy EU200 Griffin.

Pierwszy symulator szkoleniowy został uruchomiony w 2015 roku na bocznicę kolejowej w Warszawie. Obecnie w tym miejscu pracownicy PKP Intercity mogą doskonalić swoje umiejętności na dwóch zmodernizowanych stanowiskach symulacyjnych. Od października 2024 pracuje zmodernizowany symulator lokomotywy EP09, a od marca 2025 pracuje unowocześniony symulator lokomotywy EU44. Również w ubiegłym roku przewoźnik uruchomił m.in. symulator polskiej lokomotywy Grif-

fin EU160 w Gdyni - pierwsze takie urządzenie w północnej Polsce. Do tej pory skorzystało z niego ponad 300 maszynistów.

Symulatory pozwalają na coraz bardziej realistyczne odwzorowanie prowadzenia pociągu z kabiny maszynisty - zarówno w normalnych warunkach pogodowych, jak i w czasie deszczu, śniegu, mgły czy w sytuacjach awaryjnych oraz nagłych nieprzewidzianych zdarzeniach na torach.

Na wirtualnym przejeździe może niespodziewanie pojawić się samochód, zwierzę albo może dojść do nieoczekiwanej usterki lokomotywy. Instruktor prowadzący szkolenie może zasymulować nietypowe sytuacje w ruchu kolejowym. Dzięki temu maszyniści ćwiczą swoje zachowanie i reakcję na różnych scenariuszach opracowywanych indywidualnie dla każdego maszynisty. W scenariuszach są podstawowo przygotowane trasy dla prowadzenia pociągu w warunkach normalnych, jednak w każdym są również zdarzenia nietypowe, co przekłada się na podwyższanie bezpieczeństwa pasażerów i sprawniejsze prowadzenie pociągów.

Szpitalne lądowisko również dla śmigłowców wojskowych

Jacek Drost
Bielsko-Biala

Kolejną ważną inwestycję rozpoczyna Szpital Wojewódzki w Bielsku-Białej. Władze placówki podpisały umowę na modernizację przyszpitalnego lądowiska dla śmigłowców. Dzięki niej będą mogły na nim lądować większe jednostki, w tym wojskowe. Prace mają zakończyć się jeszcze w tym roku, a ich wartość przekracza 1,4 mln zł.

Pieniądze na realizację inwestycji pochodzą z Funduszu Medycznego Ministerstwa Zdrowia i zostały przyznane w ramach programu „Modernizacja Podmiotów Leczniczych”, obejmującego projekty budowy i modernizacji lądowisk przy Szpitalnych Oddziałach Ratunkowych - poinformowała Anna Szafrńska, rzecznik prasowy bielskiego Szpitala Wojewódzkiego.

Większość kosztów pokryje dofinansowanie, natomiast szpital przeznaczy na ten cel około 74,5 tys. zł ze środków własnych.



FOT. LPR

Szpital przeznaczy na inwestycję około 74,5 tys. zł ze środków własnych, resztę pokryje dofinansowanie

- Inwestycja obejmuje kompleksowe prace budowlane i instalacyjne, które unowocześnią infrastrukturę oraz poprawią bezpieczeństwo transportu medycznego. W jej ramach m.in. przebudowana zostanie płyta lądowiska i droga dojazdowa dla karet, wymienione zostanie również oświetlenie - dodała Anna Szafrńska.

Łukasz Matlakiewicz, zastępca dyrektora ds. administracyjno-technicznych Szpitala Wojewódzkiego, podkreślił, że realizacja projektu znacząco zwiększy bezpieczeństwo operacji lotniczych i usprawni przyjmowanie śmigłowców Lotniczego Pogotowia Ratunkowego transportujących pacjentów do Szpitalnego Oddziału Ratunkowego.

- Modernizacja pozwoli także na obsługę większych i cięższych statków powietrznych, w tym śmigłowców wojskowych, co dodatkowo wzmocni możliwości reagowania w sytuacjach zagrożenia życia - zaznaczył dyrektor.

Lądowisko dla helikopterów przy Szpitalnym Oddziale Ratunkowym istnieje od 2004 roku.

Co dalej ze schodami, które zawaliły się w Cieszynie?

Jacek Drost
Cieszyn

Drewniane schody prowadzące na Wzgórze Zamkowe w Cieszynie, które zawaliły się w kwietniu, kiedy było na nich kilkanaście osób, nadal są nieczynne. Nadzór budowlany czeka na wyniki ekspertyzy i dopiero wtedy podejmie decyzję, co dalej z całą konstrukcją. Tymczasem Zamek Cieszyn wyrażił ubolewanie z zaistniałej sytuacji; stwierdził także, że nie jest zarządcą schodów.

- Trwa opracowywanie ekspertyzy. Jeśli do nas wpłynie, to będziemy wiedzieć, co dalej z tymi schodami się stanie - powiedział wczoraj w rozmowie z DZ Zbigniew Brudny, Powiatowy Inspektor Nadzoru Budowlanego w Cieszynie. Dodał, że otrzymanie ekspertyzy to kwestia kilku, kilkunastu dni.

Na razie schody prowadzące na Wzgórze Zamkowe od strony parkingu i stacji kolejowej są zamknięte, na górę można się dostać m.in. znajdującą się w pobliżu schodów windą, która cały czas jest czynna.

Zamek Cieszyn twierdzi, że nie jest zarządcą

Tymczasem Zamek Cieszyn w specjalnym komunikacie zamieszczonym w mediach społecznościowych wyraził ubolewanie, że doszło do sytuacji, w której ucierpieli turyści z Pilicy.

- Jednocześnie informujemy, że Zamek Cieszyn nie jest zarządcą drewnianych schodów zewnętrznych prowadzących od ulicy Bednarskiej, na których doszło do zdarzenia - podał Zamek Cieszyn.

Dodał, że jako instytucja kultury dzierżawi część terenu Góry



FOT. JAK

Na razie schody prowadzące na Wzgórze Zamkowe są nieczynne, działa natomiast pobliska winda

Zamkowej na potrzeby realizacji swoich zadań statutowych.

- Zgodnie z zawartą umową dzierżawy jesteśmy zobowiązani do dbania o estetykę oraz do utrzymania czystości w zakresie użytkowanego obszaru - podkreślił Zamek Cieszyn.

Przypomnijmy, że tuż po zdarzeniu cieszyński magistrat informował, iż schody znajdowały się pod zarządem Zamku Cieszyn.

Kto zarządza drewnianymi schodami?

Powiatowy Inspektor Nadzoru Budowlanego w Cieszynie stwierdził, że zgodnie z Prawem budowlanym za stan techniczny obiektu odpowiada właściciel lub zarządca terenu. Z ewidencji gruntu wynika, że właścicielem działki, na której znajduje się fragment zawalonych schodów, jest gmina Cieszyn. Gmina ma podpisaną umowę dzierżawy z Zamkiem Cieszyn, ale -

jak podkreślił PINB - z umowy nie wynika, żeby to Zamek był zarządcą.

- Prowadzimy obecnie postępowanie wobec właścicieli działek, na których znajdują się schody. W większości jest to gmina Cieszyn, a dolny fragment znajduje się na działce, której użytkownikiem wieczystym jest browar. Otrzymałem jakieś wyjaśnienia z browaru, ale dopiero będę je analizował - wyjaśnił Zbigniew Brudny.

Podkreślił, że w trakcie prowadzonego postępowania może się jeszcze zmienić to, kto jest zarządcą schodów.

Trzydzieści osób przeżyło chwilę grozy

Przypomnijmy, że schody na cieszyńskim Wzgórzu Zamkowym zawaliły się wczesnym przedpołudniem, 23 kwietnia. Znajdowało się na nich 13 osób, cztery z nich trafiły do szpitala.

Na miejscu zdarzenia niezwłocznie podjęto działania ra-

townicze. W akcji uczestniczyły cztery zespoły ratownictwa medycznego, jednostki OSP Bobrek i OSP Boguszowice oraz Państwowa Straż Pożarna i JRG Skoczów.

- Wszystkim poszkodowanym udzielono niezbędnej pomocy, a teren został odpowiednio zabezpieczony. W chwili zdarzenia na części schodów, która uległa obsunięciu znajdowała się grupa 13 osób. Cztery osoby zostały przewiezione do szpitala - jedna z urazem ręki (złamanie), dwie z urazami głowy oraz jedna z objawami arytmii - informował tuż po zdarzeniu cieszyński Ratusz.

Powiatowy Inspektor Nadzoru Budowlanego w Cieszynie w rozmowie z DZ stwierdził wówczas, że „stan techniczny tych schodów był marny”.

- Trzeba się cieszyć, że skończyło się tylko na takich obrażeniach - powiedział w dniu zdarzenia Zbigniew Brudny.

Dramatyczne chwile na torowisku

Jacek Drost
Nasygnale

Na torach kolejowych w Cieszynie było o włos od tragedii. Na szczęście w porę znalazł się tam odpowiedzialny młody człowiek.

- Czasem o czymś życiu decydują sekundy. Czasem także zwykła ludzka wrażliwość i odwaga, by zareagować wtedy, gdy inni mogliby przejść obojętnie. Taką postawą wykazał się młody mieszkaniec Cieszyna - Kacper, który wracając wieczorem z pracy zauważył na torach leżą-

cego człowieka - mówi podkom. Krzysztof Pawlik, oficer prasowy cieszyńskiej policji.

Do zdarzenia doszło w zeszły czwartek około godz. 21.20 w rejonie cieszyńskiej ulicy Bielskiej.

- Kacper natychmiast ruszył z pomocą. Ściągnął 21-latkę z torowiska i zadzwonił pod numer alarmowy 112. Potrzebujący pomocy mężczyzna był przytomny, trzeźwy, ale zdezorientowany, co było najprawdopodobniej powiązane z jego stanem zdrowia - dodaje podkom. Pawlik.

Na miejsce zostały skierowane służby ratunkowe oraz patrol policji. Mężczyźnie udzielono

pomocy medycznej, a następnie został on przewieziony do szpitala.

- Trudno dziś nie zadać sobie pytania, co mogłoby się wydarzyć, gdyby młody Cieszynianin pojawił się tam kilka minut później. Jedno jest pewne - jego szybka reakcja zapobiegła tragedii. Ta historia nie jest opowieścią o funkcjonariuszu, ratowniku czy człowieku zawodowo przygotowanym do niesienia pomocy. To historia zwykłego młodego człowieka, który zachował się tak, jak powinien zachować się każdy z nas - nie pozostał obojętny - oceniają sytuację policjanci.

Ekipa „Nieśmiertelnego” w Częstochowie

Dawid Wygas
Plan filmowy

To już pewne. Ekipa realizująca nową wersję „Nieśmiertelnego” z Henrym Cavilem w roli głównej instaluje się w Hucie Częstochowa. Teren na uboczu miasta zamienił się w pilnie strzeżoną twierdzę.

Po tym, jak zagraniczna ekipa filmowa pojawiła się na dworcu Łódź Fabryczna, produkcja obrzucała przeniosła się pod Jasną Górę. Wybór padł na Hutę Częstochowa, a dokładnie na walcownicę blach grubych. Teren

zakładu znajduje się na obrzeżach miasta, co miało zagwarantować filmowcom spokój i brak gapiów. Zjazd z ulicy Legionów to obecnie strefa, w której gołym okiem widać, że lada moment padnie tu reżyserski klaps. Wokół huty stoją już wozy techniczne, a zagraniczną ekipę nawigują specjalne, anglojęzyczne znaki drogowe.

Na miejscu pracuje już specjalistyczna firma, która zajmuje się układaniem dróg tymczasowych z ciężkich płyt. Wszystko po to, aby zaplecze logistyczne i sam plan były per-

fekcyjnie przygotowane na przybycie hollywoodzkich gwiazd i przyjęcie dziesiątek ton sprzętu filmowego. Przemysłowy, surowy klimat walcowni ma stanowić tło dla widowiskowych scen walki.

- Mogę potwierdzić, że będzie kręcony film. Wiem nawet kiedy, ale nie mogę tego dokładnie zdradzić - mówi nam Jacek Noszczyk, rzecznik prasowy Huty Częstochowa.

Z naszych informacji wynika, że filmowcy wejdą z kamerami w czasie remontu walcowni. Przerób technologiczny zaplanowano od 18 do 30 maja.

KRÓTKO

WARSZAWA

Nie żyje Stanisława Celińska

Wybitna aktorka przeżyła 79 lat. Urodziła się w 1947 roku w Warszawie i z tym miastem była związana przez całe życie. Po studiach w Państwowej Wyższej Szkole Teatralnej debiutowała na scenie Teatru Współczesnego w 1969 roku. Występowała też m.in. w Teatrze Nowym i Dramatycznym. Jako aktorka filmowa zadebiutowała rolą Żydówki Niny w filmie Andrzeja Wajdy „Krajobraz po bitwie”. Sympatię widzów zyskała dzięki roli Agnieszki w dramacie Jerzego Antczaka „Noce i dzień”.

Grała u takich reżyserów jak Zanussi, Bareja, Krauze. Stanisława Celińska była również wokalistką. W 1969 roku zwyciężyła w konkursie debiutów w Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu utworem „Ptakom podobni”. W 2018 roku wydała album pt. Malinowa, za który uzyskała certyfikat złotej płyty. W marcu 2019 roku odebrała Fryderyka w kategorii album roku - muzyka poetycka. Informację o śmierci artystki potwierdził jej menadżer Maciej Murszko.

OBCHODY

100. rocznica zamachu majowego



Wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz oraz m.in. przedstawiciele Sejmu i Senatu wzięli udział w stolicy w obchodach 100. rocznicy zamachu majowego. Podczas uroczystości szef MON odsłonił tablicę upamiętniającą ofiary tego wydarzenia umieszczoną na gmachu Dowództwa Garnizonu Warszawa.

PODKARPACIE

Misie z obrożami telemetrycznymi

Osiemnaście niedźwiedzi brunatnych z południa Podkarpacia zostanie odłowionych i objętych monitoringiem GPS z inicjatywy Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Rzeszowie. To reakcja po śmiertelnym ataku niedźwiedzia w Płonnej i coraz częstsze pojawianie się tych zwierząt w pobliżu domów. Rzecznik RDOŚ Łukasz Lis tłumaczy,

że wytypowane do odłowu problematyczne osobniki to zwierzęta, które „straciły naturalny dystans” i coraz częściej wchodzą w kontakt z ludźmi. – Takich niedźwiedzi szacujemy, że jest około 20-30. Są rozproszone po południowej części województwa, bo problem dotyczy właśnie tego obszaru – powiedział rzecznik RDOŚ.

SZCZYT B9

Wczoraj prezydent Karol Nawrocki udał się do Bukaresztu, gdzie weźmie udział w szczycie Bukareszteńskiej Dziewiątki (B9) zrzeszającej państwa wschodniej flanki NATO. Na tegorocznym szczycie pojawią się również przedstawiciele państw nordyckich – Danii, Norwegii, Szwecji, Finlandii i Islandii, a także Stanów Zjednoczonych. Ma być też sekretarz generalny NATO Mark Rutte oraz prezydent Ukrainy Wołodymyr Zelenski.

Dziennik Zachodni
Środa, 13.05.2026

”

Temat Zbigniewa Ziobry nie pojawił się ani razu w rozmowach prezydentów Karola Nawrockiego i Donalda Trumpa

Marcin Przydacz szef prezydenckiego Biura Polityki Międzynarodowej

Sejm rozpoczął wczoraj prace nad projektami ws. kryptoaktywów

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Sejm rozpoczął wczoraj posiedzenie. Posłowie zajęli się m.in. projektami o kryptoaktywach, w tym rządowym i prezydenckim.

Będzie to trzecia próba uregulowania tego rynku, dwie poprzednie ustawy rządu zawetował prezydent Karol Nawrocki.

O tym, że rząd ponownie wniesie projekt ustawy ws. kryptoaktywów, poinformował w ub. wtorek premier Donald Tusk. Jak przekazał, od dwukrotnie zawetowanej przez prezydenta Karola Nawrockiego ustawy projekt będzie różnił się jedynie tym, że zaostrzone będą kary dla tych, którzy oszukują i „narażają państwo polskie”. Projekt przygotowany przez Ministerstwo Finansów został w środę opublikowany na stronie Rządowego Centrum Legislacji. Tego samego dnia prezydent Nawrocki skierował do Sejmu własną propozycję przepisów dotyczących kryptoaktywów.

Projekty ws. kryptoaktywów - rządowy i prezydencki - są do siebie zbliżone. Różnice dotyczą przede wszystkim kwestii blokowania rachunków kryptoaktywów na żądanie Komisji Nadzoru Finansowego, a także wysokości kar za łamanie przepisów. Projekt rządowy jest krótszy - ma 168 artykułów i 106 stron, a prezydencki - 170



Drugie czytanie projektów ws. kryptoaktywów zaplanowane jest na czwartek

artykułów i 108 stron. Ponadto w projekcie prezydenta wskazano inną wysokość kar dla osób, które popełnią oszustwa na rynku kryptoaktywów. W projekcie resortu finansów podniesiono karę (z 20 mln zł do 25 mln zł), którą KNF będzie mogła nałożyć za utrudnianie lub uniemożliwianie kontroli. W prezydenckim projekcie określono jej wysokość na poziomie 20 mln zł.

Posłowie rozpatrzą też poselskie projekty. Początkowo miały to być trzy projekty, chodzi o propozycje złożone w ub. roku przez posłów Polski 2050

oraz o projekt autorstwa posłów PiS oraz projekt Konfederacji. W poniedziałek wycofany został projekt posłów PiS, ponieważ swoje poparcie dla niego wycofało czworo posłów ugrupowania: Barbara Bartuś, Jacek Sasin, Maciej Małecki oraz Zbigniew Kuźmiuk. Ponadto przedstawicielem wnioskodawców przy tym projekcie był Janusz Kowalski - w momencie złożenia projektu poseł PiS, który niedawno zrezygnował z członkostwa w tym klubie. Jednocześnie posłowie PiS złożyli w Sejmie projekt przewidujący zakaz prowadzenia działań

ności w zakresie kryptoaktywów w Polsce. Ten projekt - jak zapowiedział marszałek Sejmu - będzie procedowany po zakończeniu prac nad czterema projektami, które we wtorek miały pierwsze czytanie.

Drugie czytanie projektów ws. kryptoaktywów zaplanowane jest na czwartek.

Na konferencji prasowej przed rozpoczęciem posiedzenia marszałek Sejmu ocenił, że polityka klubu PiS „jest zadziwiająca”, ponieważ - jak podkreślił - w ramach tych czterech projektów ustaw ws. kryptoaktywów, które będą procedowane, jest również projekt zgłoszony przez prezydenta Karola Nawrockiego.

- Więc pierwsza decyzja jest następująca, najpierw będziemy procedowali cztery (projekty) ustaw, które dzisiaj wchodzi do Sejmu, w momencie, kiedy zakończy się bieg procedowania tych ustaw, będziemy procedowali ustawę klubu parlamentarnego PiS, jeżeli klub parlamentarny tego nie wycofa - powiedział Czarzasty.

Ocenił, że „to jest jakiś chocholi taniec” i nadal pozostają bez odpowiedzi pytania m.in. „kogo finansowała firma Zondacrypto, jakie imprezy, których partii były finansowane z tych pieniędzy, którzy posłowie pobierali pieniądze z firmy Zondacrypto, za co to robili, jaka jest rola w tym wszystkim kapitału mafii rosyjskiej”.

PAP

Senator Tomasz Lenz wykluczony z Koalicji Obywatelskiej. Wniósł o to Donald Tusk

Marek Nienartowicz
Kujawsko-Pomorskie

Decyzją prezydium Koalicji Obywatelskiej senator Tomasz Lenz został wykluczony z tej partii i jej klubu parlamentarnego. To efekt kontrowersji wokół zabiegu wykonanego u syna polityka.

Podczas posiedzenia w poniedziałek 11 maja prezydium KO zajęło się sprawą senatora Tomasza Lenza. O wykluczenie go z partii

i klubu parlamentarnego wnioskował jej przewodniczący Donald Tusk. Potwierdził to w rozmowie z Polsat News Zbigniew Konwiński, szef klubu parlamentarnego KO. Sprawa ma początek w artykule Wirtualnej Polski z początku kwietnia. Opisana w nim została wizyta osoby bliskiej senatorowi w szpitalu w Aleksandrowie Kujawskim. Wykonany został u niej zabieg poza obowiązującymi w szpitalu procedurami. Senator Lenz ujawnił, że chodziło o jego syna.

Przed kilkoma dniami w szpitalu w Aleksandrowie Kujawskim zakończyła się kontrola Narodowego Funduszu Zdrowia. Za naruszenie procedur na placówkę została nałożona kara w wysokości 134 tysięcy złotych.

Senator Lenz potwierdził, że został wykluczony z KO i klubu parlamentarnego KO. Poprosiliśmy go o odniesienie się do decyzji prezydium partii. Odmówił komentarza.

- Nie może być tak, że ktoś pomija procedury. Nie może być

tak, że ktoś, kto powinien być wzorem, pokazuje, że reguły go nie obowiązują. Szczególnie w sytuacji, kiedy w ochronie zdrowia borykamy się z różnymi wyzwaniami - mówiła rzeczniczka klubu KO Dorota Łoboda, w rozmowie z RMF FM.

Decyzja prezydium KO nie oznacza, że Tomasz Lenz przestaje być parlamentarzystą. Pozostaje on senatorem z okręgu obejmującego Toruń oraz powiaty toruński i chełmiński. ©©

Rodriguez odrzuciła słowa Trumpa o „51. stanie” USA. „Wenezuela to wolny kraj”

Oprac. Anna Nagel
Wenezuela

Pelniąca obowiązków prezydenta Wenezueli Delcy Rodríguez odrzuciła w poniedziałek słowa amerykańskiego przywódcy Donalda Trumpa o możliwości uczynienia z jej kraju „51. stanu” USA. Podkreśliła, że Wenezuela „nie jest kolonią, lecz wolnym krajem”.

- Będziemy dalej bronić naszej integralności, suwerenności, niepodległości i naszej historii - oświadczyła Rodríguez, która przejęła obowiązki prezydenta w styczniu, po obaleniu dotychczasowego przywódcy Wenezueli Nicolasa Maduro przez siły zbrojne USA.

Donald Trump powiedział wcześniej w poniedziałek w rozmowie telefonicznej ze stacją

Fox News, że „poważnie rozważa uczynienie Wenezueli 51. stanem” USA. Utrzymywał przy tym, że „Wenezuela kocha Trumpa”.

Telewizja nie podała szerszego kontekstu tych słów, jednak prezydent USA po odsunięciu od władzy Maduro wielokrotnie czynił aluzję i żarty o możliwej aneksji Wenezueli. Wcześniej w podobny sposób wypowiadał się też o Kanadzie.

Rodriguez przemawiała w Międzynarodowym Trybunale Sprawiedliwości (MTS) w Hadze, gdzie toczy się postępowanie w sprawie sporu granicznego pomiędzy Wenezuelą a Gujaną o region Esequibo. U wybrzeży tego regionu, kontrolowanego przez Gujanę, odkryto w ostatnich latach bogate złoża ropy naftowej, a Wenezuela rości sobie do niego pretensje. PAP



- Wenezuela nie jest kolonią, lecz wolnym krajem - powiedziała p.o. prezydenta Delcy Rodríguez

Zbezczescili figurę Maryi. Zostali ukarani aresztem

Alina Mazurska
Liban

Żołnierz izraelski, który został sfotografowany, gdy wkładał papierosa do ust figury Matki Boskiej w chrześcijańskiej wiosce na południu Libanu został ukarany 21 dniami aresztu. Wojskowy, który filmował zdarzenie, otrzymał karę 14 dni aresztu.

„Izraelska armia traktuje ten incydent z wielką powagą, ponieważ szanuje wolność religii i kultu, jak również miejsca święte i symbole wszystkich religii i wspólnot” - przekazano w komunikacie biura prasowego wojska.

Zdjęcia z incydentu pojawiły się w mediach w ubiegłym tygodniu. Według mediów wykonano je jednak jeszcze kilka tygodni wcześniej w miejscowości Debl, kilka kilometrów od granicy Libanu z Izraelem.

W tej samej zamieszkaną przez chrześcijan maronitów wiosce pod koniec kwietnia inny izraelski żołnierz zniszczył figurę Jezusa. Premier Izraela Benjamin Netanjahu potępił później ten incydent, a szef dyplomacji Gideon Saar nazwał go haniebnym i przeprosił za niego wszystkich, zwłaszcza chrześcijan.

Żołnierz, który zniszczył figurę, został skazany na 30 dni aresztu. Taką samą karę otrzymał wojskowy, który fotografował zdarzenie.

Po fali międzynarodowego oburzenia i krytyki ze strony środowisk chrześcijańskich Izrael ogłosił 23 kwietnia powołanie specjalnego wysłannika ds. relacji ze światem chrześcijańskim. PAP

Donald Trump leci do Chin na spotkanie z Xi Jinpingiem

Oprac. Alina Mazurska
USA/Chiny

Podczas wizyty w Chinach prezydent USA Donald Trump zamierza poruszyć m.in. kwestię wsparcia Pekinu dla Iranu i Rosji, a także rosnącego chińskiego arsenału jądrowego.

Biały Dom przedstawił plany i cele wizyty Trumpa w Pekinie. Głównym konkretnym efektem spotkania przywódców mocarstw ma być powołanie dwóch wspólnych instytucji: Chińsko-Amerykańskiej Rady Handlu i Chińsko-Amerykańskiej Rady Inwestycji, które mają stworzyć stały mechanizm szczegółowych konsultacji na temat tych dwóch dziedzin.

Jak zapowiedziała wiceprezniczka Białego Domu Anna Kelly, porozumienia mają na celu zrównoważenie handlu USA z Chinami. Przedstawiciele Białego Domu nie zdradzili wielu szczegółów na temat tych planów. Zaprzeczyli jednak informacjom, by Chiny miały złożyć propozycję „potężnych” inwestycji w USA. Zaznaczyli też, że zawarty w ub.r. układ z Chinami, dotyczący zawieszenia przez Pekin restrykcji eksportowych na metale ziem rzadkich, nadal jest w mocy. Porozumienie ma trwać do października, lecz urzędnicy Białego Domu odmówili deklaracji, czy zostanie przedłużone.



Przywódcy USA i Chin podczas ostatniego spotkania w październiku 2025 roku w Korei Południowej

Jeden z uczestniczących w briefingu urzędników, który zastrzegł sobie anonimowość, zapowiedział, że Trump zamierza poruszyć kwestię wsparcia Chin dla Iranu i Rosji. Ma to dotyczyć zarówno wsparcia finansowego w postaci dochodów ze sprzedaży węgla i ropy, jak i dostarczania przez Chiny materiałów zasilających przemysł zbrojeniowy obu reżimów.

Trump ma również poruszyć temat szybko rozrastającego się arsenału jądrowego Chin. Jak przyznał jednak jeden z urzędników, mimo wielokrotnych zapowiedzi prezydenta,

że włączy on Chiny do rozmów o kontroli zbrojeń, Pekin dotąd nie zmienił swojej postawy i nadal konsekwentnie odmawia podjęcia takich negocjacji.

Prezydent USA ma przybyć do Chin dzisiaj wieczorem czasu lokalnego. W czwartek rano weźmie udział w ceremonii

Biały Dom zapowiedział, że Xi zamierza złożyć rewizytę w Stanach Zjednoczonych w drugiej połowie roku

nii powitalnej i spotkaniu dwustronnym z Xi Jinpingiem, po południu zwiedzi z nim Świątynię Nieba, a wieczorem weźmie udział w bankiecie państwowym. W piątek rano Trump weźmie udział w dwustronnym kameralnym przyjęciu przy herbacie i lunchu roboczym z prezydentem Xi, po czym wyruszy w podróż powrotną. Plan nie przewiduje obecnie konferencji prasowej.

Biały Dom zapowiedział, że Xi zamierza złożyć rewizytę w Stanach Zjednoczonych w drugiej połowie roku.

PAP

Koniec kilkudniowej ciszy na froncie. Rosja wystrzeliła ponad 200 dronów uderzeniowych

Anna Nagel
Ukraina

Rosja zdecydowała o zakończeniu kilkudniowej, częściowej ciszy na froncie i zaatakowała Ukrainę dronami i bombami lotniczymi; Kijów podejmie w związku z tym działania symetryczne - oświadczył we wtorek prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski.

„Rosja sama zdecydowała o zakończeniu częściowej ciszy, która utrzymywała się przez kilka dni. Tej nocy wystrzeliła przeciwko Ukrainie ponad 200 dronów uderzeniowych. Na froncie ponownie użyto bomb lotniczych - ponad 80, odnotowano także ponad 30 uderzeń lotniczych” - napisał Zełenski w serwisach społecznościowych.



„Rosja zdecydowała o zakończeniu ciszy”

W nocy z 11 na 12 maja wygłosił zawieszenie broni ogłoszone przez Moskwę w związku z rosyjskim obchodem Dnia Zwycięstwa ZSRR w II wojnie światowej, świętowanego 9 maja. Ukraińskie władze lokalne poinformo-

wały, że 11 maja rosyjska armia zabiła troje i raniła sześcioro mieszkańców obwodu donieckiego na wschodzie kraju. W obwodzie chersońskim, na południu Ukrainy, w wyniku rosyjskich ataków ucierpiało 12 osób, w tym dziecko.

„Drony uderzeniowe były zestrzeliwane (w nocy z poniedziałku na wtorek - PAP) w obwodach dniepropietrowskim, żytomierskim, mikołajowskim, sumskim, charkowskim, czernihowskim oraz w Kijowie i obwodzie kijowskim. Doszło do uszkodzeń obiektów energetycznych, budynków wielorodzinnych, przedszkola, a także zwykłej cywilnej lokomotywy kolejowej... Wiadomo, że są ranni w wyniku tych ataków. Niestety, są również ofiary śmiertelne. Moje kondolencje dla rodzin i bliskich” - podkreślił Zełenski.

Prezydent Ukrainy przypomniał, że Ukraina deklarowała wcześniej, że w odpowiedzi na rosyjskie działania może podjąć symetryczne kroki.

„Mówiliśmy o tym, że będziemy działać symetrycznie w odpowiedzi na wszystkie rosyjskie kroki. Rosja musi zakończyć tę wojnę i to właśnie ona powinna wykonać krok w stronę realnego, trwałego zawieszenia broni. Dopóki to nie nastąpi, sankcje wobec Moskwy są potrzebne i powinny nadal obowiązywać oraz być wzmacniane” - oświadczył.

„Ważne, by nie dochodziło do ich łagodzenia i aby partnerzy nie pozostawali z boku, lecz kontynuowali wspólną pracę na rzecz bezpieczeństwa, sprawiedliwości i trwałego pokoju” - zaznaczył Zełenski. PAP

Nie trzeba studia, profesjonalnego sprzętu. Wystarczy zobaczyć coś „po swojemu”

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Fotografują stale lub na urlopie. Jedni nie wyobrażają sobie życia bez aparatu, dla innych to miły dodatek. Ale wszyscy w swoich kadrach pokazują też własne emocje i sposób widzenia świata.

- W plebiscycie Mistrzowie Fotografii 2026 spotykają się bardzo różne historie, doświadczenia, spojrzenia na świat. I to jest w tej akcji tak ciekawe - że obok osób, które rozwijają swoją pasję profesjonalnie, są też uczest-

nicy, którzy fotografują po prostu dla siebie. Telefonem albo aparatem kupionym na próbę. Wieczorami, po pracy, między obowiązkami, na urlopie. Mówią, że nie zawsze chodzi o idealne światło czy perfekcyjną technikę. Czasem ważniejsze jest zobaczyć coś „po swojemu” - mówi Katarzyna Borek, która opiekuje się akcją od strony redakcyjnej i zna opowieści jej uczestników. Wielu z nich opowiada, że fotografia zaczęła zmieniać ich codzienność. W ich oczach staje się ona mniej prozaiczna, a bardziej magiczna. Zaczynają zwracać

uwagę na światło wpadające przez okno, kolory nieba przed burzą, uśmiech dziecka, pustą ulicę o świcie albo detale, obok których wcześniej przechodzili obojętnie... - Zaczynają patrzeć uważniej. Swoimi oczami. Niektórzy wprost mówią, że fotografia nauczyła ich zatrzymywać się na chwilę w świecie, który cały czas gdzieś pędzi - wyjaśnia redaktorka, dodając: - I właśnie dlatego, zajmując się tym plebiscytem, trudno mówić tylko o zdjęciach, bo za każdym zdjęciem stoi przecież człowiek. Jego historia, emocje, wspomnienia i sposób patrzenia

na świat - wyjątkowy, indywidualny. Właśnie taki: nie po cudzemu, a po swojemu. Jedni szukają w fotografii nostalgii, inni technologii. Spokoju albo adrenaliny. Dla kogoś robienie zdjęć to sposób na odpoczynek, a dla kogoś innego na zachowanie wspomnień albo pokazanie innym tego, co sam uważa za piękne i ważne. Za nami miesiąc głosowania w akcji i ostatni raz prezentujemy w gazecie historie jej uczestników. Dwie różne osoby, dwa różne spojrzenia i dwa różne fotograficzne światy. Łączy je jedno - zatrzymywanie chwil, które znaczą coś więcej dla nich.

AKTUALNI LIDERZY GŁOSOWANIA

1. Sylwia Jabłońska, Częstochowa
2. Tomasz Górski, Bytom
3. Mirosława Banasiak, powiat częstochowski
4. Kamil Probiez, Katowice
5. Danuta Pawłowska-Król, powiat gliwicki
6. Katarzyna Klimczak, Bielsko-Biała
7. Magdalena Farska, powiat cieszyński
8. Stefania Pacholarz, Ruda Śląska
9. Michalina Maks, powiat wodzisławski
10. Karolina Bureś, Jaworzno

CZYTAJ WIĘCEJ
na www.dziennikzachodni.pl/foto

Satysfakcję daje już samo „polowanie na moment”. Uczucie, że udało się złapać coś niepowtarzalnego

- Fotografia natury często daje coś, czego brakuje w codzienności: spokój, kontakt z otoczeniem i poczucie „polowania” na moment. Nie ustawiasz sceny, tylko uczysz się ją „łapać” - mówi.

Grażyna Maciak najbardziej lubi fotografować naturę, szczególnie wodę i zwierzęta. - To wybór, który wynika z potrzeby spokoju i bliskości z przyrodą. Woda nigdy nie jest taka sama. Raz spokojna i lustrzana, innym razem dynamiczna i nieprzewidywalna. Fotografowanie jej pozwala uchwycić zarówno ciszę, jak i energię natury. Daje też dużą swobodę twórczą dzięki pracy z czasem naświetlania i światłem. Zwierzęta są szczerze, nie pozują i nie udają. Każde



zdjęcie to efekt cierpliwości i uważnej obserwacji. To sprawia, że uchwycone momenty są wyjątkowe i prawdziwe. Skąd taki wybór? Bo fotografia natury pozwala oderwać się od codzienności i skupić na chwili. To nie tylko robienie zdjęć, ale też sposób na bycie „tu i teraz”, obserwowanie, czekanie i docenianie drobnych rzeczy, które łatwo przeoczyć - opisuje Grażyna Maciak.

Największą frajdę w fotografii daje Jej samo „polowanie na moment”. To uczucie, że udało się uchwycić coś, co za sekundę już nie będzie wyglądało tak samo. Fotografowanie wody pozwala Jej bawić się czasem i światłem, a zwierząt uczy cierpliwości i refleksu. Zwierzęta są szczerze, nie pozują

i nie udają. Każde zdjęcie to efekt cierpliwości i uważnej obserwacji. To sprawia, że uchwycone momenty są wyjątkowe i prawdziwe. W fotografii najbardziej wciąga to, że uczy się zauważać takie momenty: światło o świcie, ruch zwierzęcia, ciszę nad wodą. - To trochę jak bycie „tu i teraz” na 100%. Robienie zdjęć działa jak reset głowy. Skupiasz się na kadrach, detalach, dźwiękach wokół.

Uważa, że fotografowanie potrafi całkiem przeprogramować sposób patrzenia na świat. Zamiast „widzieć rzeczy”, zaczyna się je zauważać. - Zwykły spacer przestaje być tylko przemierzaniem się z punktu A do B, staje się ciągłym wyborem: czy to jest kadr? Czy to jest chwila?

To zdjęcie powstało jako połączenie przypadku, miejsca i ostatniej klatki. A za wszystkim stał... błąd

- To jest chyba najważniejsza nauka, dostrzegać to, co inni mijają obojętnie - przekazuje Stefan Krybus.

Stefan Krybus mówi, że na kliszy łapie moment, zależy Mu na tym uczuciu, które towarzyszyło mu w chwili, kiedy robił zdjęcie. - Co to dokładnie jest? Dla mnie to proces, postrzeganie, decyzja, wybór, odpowiedni czas i odpowiednie miejsce. Uwielbiam ten mechanizm, można go nazwać procesem twórczym. Zawsze chodzi mi o ten jedyny moment... - wyznaje pan Stefan.

Czy ma w pamięci jakieś szczególne zdjęcie, takie, do którego wraca po czasie? Okazuje się, że jest i nawet możemy je zobaczyć w tej chwili, bo to wła-

śnie fotografia Raciborskiego Browaru jest tą wyjątkową. Dlaczego? Przede wszystkim dzięki niecodziennemu połączeniu przypadku, miejsca i tej ostatniej klatki. Widać na nim podwójną ekspozycję, w wewnętrznej warstwie można dostrzec Raciborską kładkę, która ma charakterystyczny szczyt. Jest to ciekawe połączenie, które tym razem zaskakująco dla Niego jest wynikiem zwykłego błędu... - Tak, błędu, ponieważ nie przewidziałem filmu po tym zdjęciu dalej. W ten sposób doszło do podwójnej ekspozycji. Na moim Instagramie można zobaczyć, jak to wyglądało... Jest tam jedna moja rolka z tego właśnie spaceru - opisuje historię powstania wyjątkowego kadru. Co daje Mu największą satysfak-



cję w robieniu zdjęć? - Najbardziej to połączenie, miejsca, czasu i przypadku. Dodać trzeba tylko, że jestem fanem fotografii analogowej, czarno-białej, którą sam w ciemni obrabiam. To zagłębianie tych tajemnic pracy, to obcowanie ze sprzętem fotograficznym, który nierzadko jest dużo starszy niż ja razy. Uwielbiam po prostu to robić, a fotografia klasyczna na kliszy jest tą prawdziwą fotografią dla mnie - wyznaje.

Fotografia to dla Niego trening oka. Wcześniej rzeczy umykały, teraz, dzięki przygodzie z aparatem fotograficznym, są zauważane. Stefan Krybus lubi podziwiać fotografie Vivien Maier i to, jak ona patrzyła, a potem to utrwałała na materiale srebrnym, na kliszy negatywowej.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE: Tak odróżnisz alergię od przeziębienia

Wiele osób myli objawy alergii z objawami przeziębienia, co może prowadzić do opóźnionej diagnozy i nieprawidłowego leczenia. Choć obie

te dolegliwości mają podobne symptomy, takie jak katar, kaszel czy ból gardła, ich przyczyny i sposób leczenia różnią się znacząco. Jak odróżnić katar alergiczny od „zwykłego”? Na jakie charakterystyczne objawy zwrócić szczególną uwagę?

ZA TYDZIEŃ:

- Herbata cesarska to sekret młodości
- Starzenie się nie przebiega tak stopniowo i powoli, jak sądzono. Są dwa momenty w życiu, gdy starzejemy się najszybciej



FOT. GETTY IMAGES.COM

Przychodzi pacjent do apteki i pyta...



FOT. FREEPIK

Farmaceuci wspominają sytuacje, które bawią, wprawiają w zakłopotanie, a czasem pokazują, jak kreatywni potrafią być pacjenci

oprac. Gabriela Fedyk
redakcja@stronazdrowia.pl

Apteka to nie tylko miejsce, gdzie kupuje się leki - niektórzy pacjenci potrafią zaskoczyć pytaniami, które nie mają nic wspólnego z farmacją. Z czym przychodzą pacjenci do aptekarzy?

Choć apteka to miejsce, w którym można kupić przede wszystkim leki, suplementy czy kosmetyki, to niektórzy pacjenci traktują ją jak... sklep wielobranżowy, punkt usługowy, a nawet biuro matrymonialne. Farmaceuci przyznają, że czasem muszą mierzyć się z naprawdę niecodziennymi pytaniami.

Aptekarze, którzy podzielili się swoimi historiami z portalem Aptekarski, zgodnie twierdzą: w aptece można usłyszeć wszystko. Były już pytania o parówki, chleb, lep na muchy, zwirek dla kota czy bilety komunikacji miejskiej. Niektórzy pacjenci idą jeszcze dalej - chcą

drukować dokumenty, wymienić żarówkę w samochodzie, a nawet... znaleźć przyszłą synową.

10 najdziwniejszych pytań, jakie usłyszeli aptekarze

Na facebookowym profilu Aptekarski pojawiło się pytanie do farmaceutów: Najdziwniejsze pytanie, jakie zadał mi pacjent, to...?”. Co znalazło się w odpowiedziach? Niektóre historie bawią do łez, inne wprawiają w konsternację. Oto TOP 10 najdziwniejszych pytań zadanych w aptecę przez pacjentów:

- Czy mogę u pani na chwilę zostawić psa, bo idę do Biedronki, a mnie z nim nie wpuszczą?

Farmaceuci przyznają, że czasami muszą mierzyć się z naprawdę niecodziennymi pytaniami

- Pacjent wyciągnął z reklamówki butelkę octu i zapytał: „Czy mogę sobie »susiaka« tym przemywać?”
- Czy może pani na chwilę wyjść i odkręcić żarówkę w samochodzie, bo ma pani małe dłonie?
- Czy może pan pożyczyć mi swoje okulary?
- Czy dostanę bilety MPK, bo kiosk jest zamknięty?
- Może mi pani wydrukować wyniki Dużego Lotka?
- Czy ma pani test na ojcostwo?
- Myśli pani, że tam w aptecę obok mają taniej?
- Czy są „balony” dla mężczyzn?
- Czy tabletki dojelitowe wkłada się do pochwy czy do odbytu?

Miedzy śmiechem a konsternacją

Farmaceuci podkreślają, że choć niektóre pytania mogą wywoływać salwy śmiechu, inne bywają sygnałem, że pacjenci naprawdę potrzebują po-

mocy i nie wiedzą, do kogo się zwrócić.

- Sama data urodzenia nie wystarczy? - pytają czasem, chcąc zrealizować receptę bez pełnego PESEL-u.

Zdarzają się też sytuacje, gdy pacjenci dopytują: „Gdzie włożyć czopek?”. W takich przypadkach farmaceuci wolą, żeby pytanie padło w aptecę, niż gdyby pacjent miał popełnić błąd.

- W tym przypadku wobec pacjentów nie byłobyśmy aż tak surowi - lepiej, żeby zapytali, niż włożyli w złe miejsce. Podobnie z tabletkami dopochwowymi - czytamy na portalu Aptekarski.

Jak widać, praca farmaceuty to nie tylko realizacja recept i wydawanie leków. To także codzienne spotkania z pacjentami, których pomysłowość potrafi zaskoczyć bardziej niż najbardziej skomplikowana recepta. Jedno jest pewne - w aptecę nigdy nie ma nudy, a farmaceuta musi być gotowy na absolutnie wszystko.

Z tymi chorobami nie pojedziesz do sanatorium

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Nawet jeśli cierpisz na chorobę, która może i powinna być leczona w sanatorium na NFZ, lekarz może odmówić ci wystawienia skierowania.

Lista powodów, które dyskwalifikują, jest pokaźna. Lepiej sprawdź, czy przypadkiem nie planujesz turnusu na próżno.

Stany dyskwalifikujące do leczenia sanatoryjnego:

- Ciąża i połóg
- Niesamodzielność, niezdolność do samodzielnego wykonywania codziennych czynności z dowolnego powodu
- Aktywne uzależnienie od środków odurzających
- Znaczna otyłość, uniemożliwiająca korzystanie z zabiegów sanatoryjnych. Zwłaszcza otyłość z cukrzycą powikłaną zmianami naczyniowymi, z pełnoobjawową niewydolnością krążenia, a także otyłość u osób ze „znacznym ograniczeniem umysłowym”

Choroby i urazy, przez które możesz pożegnać się z turnusem w sanatorium:

- Choroba nowotworowa w trakcie leczenia
- Okres do 5 lat od zakończenia leczenia czerniaka, chłoniaka lub białaczki
- Okres do 12 miesięcy od zakończenia leczenia innych nowotworów złośliwych
- Choroby zakaźne, także skóry
- Ostre stany zapalne, np. zapalenie wątroby, reumatoidalne zapalenie stawów w IV stopniu

sprawności czynnościowej, ostre zapalenie tarczycy, zapalenie kości lub szpiku kostnego

- Groźne zaburzenia rytmu serca
- Poważna niewydolność krążenia
- Niestabilna choroba wieńcowa
- Przewlekła choroba niedokrwienna
- Napadowe migotanie lub trzepotanie przedsionków
- Tętniak serca, tętniak rozwarstwiający aorty
- Miazdżyca naczyń nóg
- Niedawno przebyty zawał serca
- Trudne do opanowania nadciśnienie tętnicze, zwł. III stopnia
- Rozległe żyłaki podudzia
- Ciężka niewydolność oddechu z konieczną tlenoterapią
- Gruźlica płuc
- Niedawny udar mózgu
- Ciężka postać padaczki
- Ostra faza choroby psychicznej

Urazy skóry: niewygojone rany pooperacyjne, odleżyny, owrzodzenia

- Ostre alergiczne choroby skóry
- Kolagenozy i fotodermatozy
- Rozległe stany ropne
- Świeże złamania kości
- Stan po urazie kręgosłupa z objawami tetraplegii (paraliżu kończyn)
- Ciężka niewydolność nerek albo wątroby
- Pełnoobjawowa marskość wątroby
- Cukrzyca w okresie kwasicy albo z nefropatią w okresie mocznicy, albo z makroangiopatią nóg
- Zespół stopy cukrzycowej ze zgorzelą.



FOT. GETTY IMAGES

Warto sprawdzić, czy nie mamy choroby, która dyskwalifikuje kandydatów do sanatorium na NFZ

Tak odróżnisz alergię od przeziębienia. Zwróć uwagę, czy występują u ciebie te objawy

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

Wiele osób myli objawy alergii z objawami przeziębienia, co może prowadzić do opóźnionej diagnozy i nieprawidłowego leczenia.

Choć obie te dolegliwości mają podobne symptomy, takie jak katar, kaszel czy ból gardła, ich przyczyny i sposób leczenia różnią się znacząco. Jak odróżnić katar alergiczny od „zwykłego”? Na jakie charakterystyczne objawy zwrócić szczególną uwagę?

Jak odróżnić alergię od przeziębienia?

Czy przeziębienie można pomylić z alergią? Oczywiście, że tak. Chociaż objawy alergii i przeziębienia mogą wydawać się podobne, to istnieją pewne różnice, które pozwalają na rozróżnienie tych dwóch schorzeń.

Przeziębienie jest chorobą zakaźną wywołaną przez wirusy, natomiast alergię wywołują alergeny, np. zarodniki pleśni, sierść psa lub kota, roztocze kurzu domowego czy pyłki. Najpopularniejsze alergeny pokarmowe to np.:

Alergia z kolei może wystąpić nagle, szczególnie w odpowiedzi na kontakt z alergenem, np. zarodnikami pleśni, sierścią psa lub kota, roztoczami kurzu domowego czy jedzeniem. Najpopularniejsze alergeny pokarmowe to np.:

- skorupki;
- jajka;
- ryby;
- orzeszki ziemne;
- mleko.

Na skutek alergii mogą pojawić się następujące objawy:

- wodnisty katar;
- zaczerwienienie i łzawienie oczu;
- częste kichanie;
- świąd oczu, nosa oraz gardła.

Przeziębienie zazwyczaj rozwija się stopniowo i trwa od kilku dni do dwóch tygodni. Objawy pojawiają się powoli, a osoba chora zaczyna czuć się osłabiona. Dolegliwości takie jak ból gardła czy katar z biegiem czasu ulegają nasileniu. U chorych zaobserwować można stan podgorączkowy lub gorączkę (często do 38 stopni Celsjusza).

WARTO WIEDZIEĆ

Uwaga na alergię krzyżową

U wielu osób z alergią wziewną występuje również tzw. alergię krzyżową na produkty spożywcze, na przykład osoby uczulone na pyłki traw reagują alergicznie również na pomidory, orzeszki ziemne czy pomarańcze. Alergia krzyżowa pojawia się, ponieważ przeciwciała wytworzone przez układ odpornościowy w reakcji na pyłki reagują również w zetknięciu z innymi alergenami.

Jak odróżnić katar alergiczny od „zwykłego”?

Katar alergiczny rozpoznać można po tym, że u osoby uczulonej pojawia się wodnisty, przezroczysty wydzielina z nosa. Ten rodzaj kataru stanowi wynik reakcji układu immunologicznego na alergeny. Sezonowy katar alergiczny zazwyczaj spowodowany jest pyłkami drzew, zbóż, traw oraz chwastów, które kwitną sezonowo. Całoroczny katar alergiczny może być odpowiedzią na regularny kontakt z sierścią zwierząt lub roztoczami. Roz-

tocza żyją w kurzu domowym, głównie w materacach, poscieli, dywanach czy tapicerowanych meblach.

Katar towarzyszący przeziębieniu wygląda inaczej. W początkowej fazie choroby jest zwykle wodnisty i przezroczysty, ale z czasem staje się gęstszy i może zmieniać kolor na żółty lub zielony. To oznacza, że organizm walczy z infekcją. Pierwsze objawy „zwykłego” kataru narastają w ciągu kilku godzin. Nieżyt nosa, będący objawem choroby infekcyjnej, trwa zazwyczaj 7-10 dni, choć u najmłodszych może przedłużyć się do dwóch tygodni.

Jak leczyć katar alergiczny, a jak „zwykły” katar?

Leczenie kataru alergicznego jest uzależnione od nasilenia objawów oraz od tego, czy występują inne typowe reakcje alergiczne.

Jeśli pacjent zmaga się głównie z alergicznym nieżytem nosa, skuteczne będą preparaty, które działają miejscowo, takie jak krople do nosa o właściwościach przeciwhistaminowych lub przeciwzapalnych. Takie leczenie szybko łagodzi objawy, zmniejszając obrzęk błony śluzowej i ułatwiając oddychanie.

W przypadku dzieci, które często mają trudności z aplikowaniem kropli do nosa, bardziej odpowiednie będą leki w formie aerozolu do inhalacji, które łatwiej stosować.

Jeśli katar alergiczny towarzyszy innym objawom alergii, takim jak swędzenie oczu, kichanie czy zaczerwienienie, leki przeciwhistaminowe przyjmowane doustnie będą bardziej skuteczne, gdyż działają na cały organizm, blokując histaminę – substancję odpowiedzialną za większość objawów alergicznych.

Na „zwykły” katar pomogą leki zawierające substancje obkurczające naczynia krwionośne, takie jak oksymetazolina czy ksylometazolina.

W aptece dostępne są krople do nosa, które zawierają te substancje czynne.

Jeśli jesteś alergikiem

Jeśli zastanawiasz się, czy masz alergię i odczuwasz objawy kataru siennego, to udaj się do alergologa, który zdiagnozuje chorobę.

Aby bezpłatnie zapisać się do specjalisty, potrzebujesz skierowania z twojego lekarza podstawowej opieki zdrowotnej.

Już teraz możesz jednak wypróbować siedem rzeczy, które pomogą także wszystkim alergikom przygotować się do sezonu pylenia i znacznie zmniejszą objawy alergii:

- bierz leki antyhistaminowe;
- wypróbuj balsamy barierowe;
- ogranicz kontakt z pyłkami;
- stosuj krople do oczu;
- używaj sprayu do nosa;
- chroń oczy – noś okulary przeciwsłoneczne z osłonami bocznymi;
- zmywaj pyłki z ciała.



FOT. EUGENIUSZ JANICKI

Hanna Bieluszko zmaga się z rakiem jelita grubego. – Nie chcę trzymać mojego raka w tajemnicy – mówi

Znana aktorka opowiada o swojej walce z rakiem

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

Hanna Bieluszko walczy z nowotworem jelita grubego i nie boi się mówić o swojej chorobie wprost.

Hanna Bieluszko jest polską aktorką teatralną i telewizyjną. Zawodowo związana z krakowskim Teatrem im. Juliusza Słowackiego, występowała m.in. w „Dziadach” oraz w monodramie „Bóg, ja i pieniądź” autorstwa Macieja Wojtyłki. W swoim dorobku ma także role serialowe: pojawiała się m.in. w „M jak miłość”, w „Na dobre i na złe” oraz w „Barwach szczęścia”.

W najnowszym wywiadzie dla Onetu Kultury aktorka otwarcie opowiedziała o swojej walce z nowotworem. Bieluszko ujawniła, że w 2023 roku zdiagnozowano u niej raka jelita grubego.

– Każdy ma prawo mówić, co chce, albo milczeć na temat swojej choroby. Ale ja nie chcę trzymać mojego raka w tajemnicy, zamkniętego w czterech ścianach szpitalnej sali – powiedziała artystka.

Nowotwory wciąż budzą w Polsce lęk, ale są też choroby, o których mówi się szczególnie trudno. Rak jelita grubego, mimo że należy do najczęściej diagnozowanych nowotworów, nadal pozostaje tematem wstydlivym, spychanym do sfery milczenia i niezręczności.

O tym, jak wygląda zderzenie choroby z oczekiwaniami „kulturalnego” świata, opowiedziała aktorka, która postanowiła mówić o swoim doświadczeniu bez upiększeń i fałszywego tabu.

– Kiedy w eleganckim towarzystwie zaczynałam mówić o moim raku, czułam, jakbym zrobiła coś niestosownego. Taki

błąk puszczonej między kulturalnymi ludźmi, którzy zupełnie nie wiedzą, jak się zachować: skomentować czy lepiej udawać, że się nie usłyszało. Rak to jedno, ale rak jelita grubego... Bo ja mam raka jelita grubego, proszę państwa. A przecież „damy” nie tylko nie puszczały bąków, ale nawet nie mają jelita, zwłaszcza grubego. (...) Niektórzy reżyserzy, wykształceni, obcy, światli ludzie, słyszeli, co mi jest i zachowywali się, jakbym zrobiła kupę na środku pokoju. A tłumaczyłam za każdym razem wyraźnie: mam raka, konieczne będą zastępstwa, ponieważ muszę się leczyć. Tak naprawdę coraz częściej mówiłam o chorobie ze względów praktycznych – przyznała Hanna Bieluszko.

Rak jelita grubego przez długi czas może rozwijać się bez wyraźnych sygnałów ostrzegawczych, dlatego wiele osób ignoruje pierwsze symptomy lub przypisuje je mniej poważnym dolegliwościom.

Do objawów, które powinny wzbudzić czujność, należą m.in. utrzymujące się zmiany rytmu wypróżnień – przewlekłe zaparcia, biegunki lub ich naprzemienne występowanie. Niepokojące mogą być także krew w stolcu, zmiana jego konsystencji lub kształtu oraz uczucie niepełnego wypróżnienia.

Na chorobę mogą wskazywać również ogólne dolegliwości, takie jak przewlekłe zmęczenie, osłabienie, anemia czy niezamierzona utrata masy ciała. U części chorych pojawiają się bóle brzucha, wzdęcia lub dyskomfort w okolicy podbrzusza. W przypadku utrzymywania się takich objawów przez dłuższy czas konieczna jest konsultacja lekarska, ponieważ wczesne wykrycie nowotworu znacząco zwiększa szanse na skuteczne leczenie.

Określona grupa osób po 65. roku życia może liczyć na rządowe wsparcie



Kluczowym elementem pakietu jest wprowadzenie tzw. bonu senioralnego – nowej formy wsparcia dla seniorów wymagających pomocy w codziennym funkcjonowaniu

Aleksandra Głowacka
redakcja@stronazdrowia.pl

5 maja 2026 roku Rada Ministrów przyjęła projekt przepisów, które mają zmienić system opieki nad osobami starszymi w Polsce.

Decyzja rządu wpisuje się w szerszą reformę obejmującą koordynację opieki długoterminowej oraz zmiany w pomocy społecznej. Jak podkreślono w komunikacie rządowym, celem jest „ułatwienie seniorom funkcjonowania w ich własnym środowisku, poprawa jakości opieki oraz lepsza koordynacja usług zdrowotnych i społecznych”.

Czym jest bon senioralny?

Bon senioralny to świadczenie niepieniężne, które ma zapewnić osobom starszym dostęp do konkretnych usług opiekuńczych i wsparcia w życiu codziennym.

Oznacza to, że senior nie otrzymuje pieniędzy „do ręki”, ale pakiet usług dopasowanych do swoich potrzeb. W praktyce bon będzie realizowany na podstawie umowy zawartej między gminą a beneficjentem, która określi zakres przysługującej pomocy.

W katalogu usług, które mogą być finansowane z bonu, znajdują się m.in.:

- pomoc w przygotowaniu posiłków;

- wsparcie w poruszaniu się i codziennych czynnościach;
- utrzymanie porządku w domu;
- pomoc w kontakcie z systemem ochrony zdrowia;
- opieka higieniczno-pielęgniarska;
- działania aktywizujące – społeczne, intelektualne czy ruchowe.

Takie rozwiązanie ma zwiększyć samodzielność seniorów i jednocześnie odciążać ich bliskich, którzy dziś często pełnią rolę nieformalnych opiekunów.

Dla kogo bon?

Kryteria są dwa

Projekt przewiduje dwa podstawowe warunki uzyskania świadczenia: wiek – co najmniej 65 lat, dochód – średni miesięczny dochód z ostatnich trzech miesięcy nie wyższy niż 3410 zł.

Limit dochodowy ma być corocznie waloryzowany, co oznacza, że będzie dostosowywany do zmieniającej się sytuacji ekonomicznej. Z bonu skorzystają więc przede wszystkim seniorzy o niższych dochodach, którzy wymagają wsparcia w codziennym życiu, ale nie zawsze mają dostęp do usług opiekuńczych w swojej gminie.

Ile wyniesie bon i co to oznacza w praktyce

Rządowy projekt nie przewiduje klasycznej „kwoty do wypłaty”. Bon nie jest świadczeniem pieniężnym, dlatego jego wartość należy rozumieć jako za-

kres i liczbę usług, które zostaną zapewnione seniorowi.

W praktyce oznacza to, że senior nie musi sam finansować pomocy opiekuńczej; wsparcie będzie organizowane lokalnie – przez gminę, zakres usług zostanie dostosowany indywidualnie, a pomoc będzie mogła obejmować zarówno opiekę, jak i aktywizację.

WARTO WIEDZIEĆ

Co bon senioralny oznacza dla zainteresowanych?

Dla seniorów i ich rodzin wprowadzenie bonu oznacza przede wszystkim:

- łatwiejszy dostęp do pomocy w miejscu zamieszkania;
- ograniczenie konieczności korzystania z opieki instytucjonalnej;
- większe wsparcie dla opiekunów nieformalnych;
- bardziej przejrzysty system informacji i koordynacji usług.

Nowe rozwiązania mogą okazać się szczególnie istotne w kontekście starzenia się społeczeństwa i rosnącego zapotrzebowania na opiekę długoterminową. Projekt musi jeszcze przejść dalszą ścieżkę legislacyjną.

To odejście od tradycyjnego modelu świadczeń pieniężnych narzecz usług, które mają realnie odpowiadać na potrzeby osób starszych.

Gdzie wsparcie trafi najpierw?

Zgodnie z założeniami projektu bon senioralny ma być w pierwszej kolejności kierowany do gmin, które nie oferują publicznych usług opiekuńczych lub w których takich usług jest wyraźnie za mało.

Dopiero w dalszej kolejności wsparcie będzie trafiać do samorządów, gdzie najszybciej rośnie liczba seniorów.

Według szacunków rządu z programu skorzysta początkowo około 20 tysięcy osób.

Bon senioralny to tylko jeden z elementów zmian. Projekt zakłada również powołanie koordynatora opieki senioralnej na poziomie powiatu, którego zadaniem będzie informowanie mieszkańców o dostępnych formach wsparcia i pomoc w ich wyborze.

Jak wskazywał rzecznik rządu, chodzi o to, „żeby każdy, kto chce skorzystać z opieki, na przykład wychodzi ze szpitala, był informowany, z jakich możliwości może skorzystać”.

Zmiany mają uporządkować system, który dziś jest rozproszony między ochroną zdrowia a pomoc społeczną, często utrudniając seniorom dostęp do potrzebnych usług.

Jak wygląda życie seksualne po operacji prostaty. Urolog ujawnia całą prawdę

oprac. Katarzyna Wąs-Zaniuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Zabieg na prostatę może wpłynąć na wytrysk nasienia oraz zdolność do erekcji. Kluczowe znaczenie ma przy tym rodzaj zabiegu, co dobrze pokazuje pewne nietypowe porównanie.

Niezależnie od tego, czy chodzi o łagodne powiększenie, które powoduje na przykład problemy z oddawaniem moczu, czy o nowotwór: operacja prostaty to poważna ingerencja. I może ona wpływać na życie seksualne – od „suchego” wytrysku aż po zaburzenia erekcji.

Mężczyzna, którego czeka taki zabieg, zadaje sobie pytanie: Na co muszę się przygotować?

To, jakie konkretnie konsekwencje może mieć operacja, zależy od tego, w jakim miejscu prostaty jest ona przeprowadzana. Axel Merseburger z Niemieckiego Towarzystwa Urologicznego wyjaśnia to na przykładzie porównania.

Gdy zostają wyłęczkowane części prostaty

Prostatę trzeba sobie wyobrazić jak pomarańczę: w przypadku łagodnego powiększenia często usuwa się tylko miąższ ze środka. Wtedy z seksualnością nic się nie dzieje, ponieważ nerwy przebiegają na zewnątrz.

„Przy tego typu operacjach z reguły nie dochodzi również do nietrzymania moczu ani do problemów z erekcją” – mówi urolog.

Może się jednak zdarzyć, że gdy części prostaty zostaną „wyfrezowane”, po zabiegu nie dochodzi już do wytrysku. Wówczas mamy jedynie „suchy wytrysk” – wyjaśnia Merseburger. Bo orgazm nadal jest możliwy.

„To, co pozostaje bez zmian, to libido. Jeśli wcześniej go nie było, nie zrobi się większe. Ale też nie stanie się mniejsze z powodu tego rodzaju operacji” – mówi.

Gdy prostata zostaje całkowicie usunięta

Natomiast w przypadku raka prostaty często usuwa się operacyjnie cały gruczoł.

Kontynuując porównanie obrazowe: znika cała pomarańcza razem ze skórką – a wraz z nią czasem również połączenia nerwowe, które są ważne dla erekcji.

„Tu kluczowe jest to, czy operacja została przeprowadzona z oszczędzeniem nerwów i w jakiej ogólnej kondycji jest mężczyzna” – mówi Axel Merseburger.

W zależności od tego zdolność do erekcji może być czasem ograniczona albo zupełnie zaniknąć.

Co może wtedy pomóc? Leki, takie jak tzw. inhibitory PDE5, do których należy także Viagra, ale również protezy prącia.

To implanty wszczepiane do penisa, które często za pomocą mechanizmu pompującego umożliwiają uzyskanie erekcji.

Wytrysk, w przeciwieństwie do łyżeczowania, gdzie nie musi do tego dojść – po całkowitym usunięciu prostaty jest zawsze „suchy”, a płodność zostaje utracona.

Orgazm może czasami odczuwalnie się zmniejszyć: być krótszy lub mniej intensywny, ale jest to bardzo indywidualne.

Libido samo w sobie zazwyczaj nie jest przez operację bezpośrednio osłabione – mówi urolog. Jednak czasem cała sytuacja może się do tego przyczyniać, że ono zanika.

„Mężczyzna otrzymuje diagnozę raka, ma działania niepożądane, lęk. I to może zmienić jego pożądanie seksualne”.



Operacja prostaty to poważna ingerencja. Jej skutki mogą mieć wpływ na życie seksualne

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

BEZ W KUCHNI

Na co pomaga syrop z bzu?

Produkty z bzu czarnego od lat wykorzystywane są w medycynie ludowej, a dziś wracają jako element stylu „wellbeing”.

Wsparcie odporności – bez czarny zawiera naturalne antyoksydanty, w tym flawonoidy i antocyjany.

Syrop z bzu ma działanie napotne i rozgrzewające, dlatego bywa stosowany w okresach przeziębień. Wspomaganie trawienia – szczególnie napary i soki w niewielkich ilościach.

Daje wsparcie w walce z wolnymi rodnikami – dzięki obecności związków polifenolowych.

Trzeba pamiętać, że syropy dostępne w sklepach mogą zawierać sporo cukru, dlatego najlepiej traktować je jako do-

datek smakowy, a nie napój bazowy.

Coraz popularniejsze są też wersje rzemieślnicze i domowe, z krótkim składem.

Jakie napoje i potrawy pasują do soku z bzu?

● Lemoniady i woda z bzem. Najprostsze, a zarazem niezwykle efektowne połączenie to syrop z bzu, woda (gazowana lub nie), cytryna i mięta. Taki napój doskonale gasi pragnienie i z powodzeniem zastępuje słodkie napoje. Coraz częściej można spotkać go w menu kawiarni jako „lemoniade z kwiatów czarnego bzu”.

● Herbaty i napary. Syrop z bzu świetnie sprawdza się jako dodatek do herbaty – zarówno czarnej, jak i zielonej. W sezonie jesienno-zimowym bywa naturalną alternatywą dla miodu,

a przy tym wnosi delikatnie kwiatowy aromat.

● Mocktaile i drinki. Bez jest ulubieńcem barmanów. Dodawany do prosecco, ginu czy toniku tworzy lekkie, aromatyczne koktajle. W wersji bezalkoholowej pojawia się w mocktailach z ogórkiem, limonką lub imbirem.

● Kawa. Świat kawy coraz śmielej eksperymentuje z nietypowymi dodatkami. Kilka kropel syropu z bzu w cold brew, espresso tonic czy latte na mleku roślinnym nadaje napojowi kwiatowej nuty i subtelnej słodkości. Syrop z bzu można jednak stosować nie tylko do napojów. Dodaje się go do takich dań, jak:

● Desery. Syrop z bzu to naturalny aromat do serników na zimno, panna cotty, lodów czy galaretek. Świetnie komponuje się z jogurtem naturalnym i owocami sezonowymi, zwłaszcza truskawkami i malinami.

● Wypieki.

Dodany do biszkoptu lub lukru przełamuje słodycz i nadaje wypiekowi eleganckiego charakteru. W kuchni skandynawskiej bez często łączy się z migdałami i cytrusami.

● Kuchnia wytrawna. Choć brzmi zaskakująco, syrop lub zredukowany sok z bzu bywa składnikiem sosów do pieczonych warzyw czy drobiu. W niewielkiej ilo-



ści sprawdza się jako kontrpunkt dla słonych i kwaśnych smaków.

Jak zrobić sok z czarnego bzu?

● Składniki soku z owoców czarnego bzu: 2,5 szklanki dojrzałych owoców, 6 szklanek wody, 4 łyżki imbiru świeżego lub w proszku, 2 łyżeczki cynamonu, 2-3 goździki, 3-5 łyżek miodu do smaku.

● Przygotowanie. Owoce przebiez i umyj, przełóż do garnka. Gotuj na wolnym ogniu z wodą i przyprawami przez ok. 30-45 minut. Po wystudzeniu odcedź sok przez sito. Do cieczy dodaj miód i wymieszaj do rozpuszczenia miodu. Przelej do wyparzonych słoików i pasteryzuj przez 15 minut.

Przechowuj w ciemnym i chłodnym miejscu.

Czy są jakieś przeciwwskazania do picia soku z czarnego bzu?

Uznaje się, że przetwory z czarnego bzu nadają się dla kobiet w ciąży, karmiących i dzieci, choć ich stosowanie zawsze dobrze skonsultować z lekarzem, a także sprawdzić informacje zawarte na opakowaniu produktu.

Należy jednak pamiętać, że przetwory z *Sambucus nigra* mogą nie być odpowiednie dla każdego. W jego kwiatach wykryto białko zdolne do wywołania reakcji alergicznych, natomiast w owocach niedojrzałych i niepoddanych obróbce termicznej (a także ogonkach owocowych, łodygach i liściach) znajdują się lektyny oraz toksyczne glikozydy cyjanogenne (np. sambunigrina).

Pomoże zwalczyć ból głowy i niestrawność

Agata Siemiaszko
redakcja@stronazdrowia.pl

Jasnota purpurowa to babci-ny środek o wielu właściwościach, wykorzystywany m.in. przy bólach głowy i brzoza. Ten popularny chwast rosnący w całej Polsce wspomaga też pracę wątroby.

Jasnota purpurowa (*Lamium purpureum*) to jednoroczna lub dwuletnia roślina z rodziny jasnotowatych, która rośnie głównie w lasach i zaroślach. Jeszcze do niedawna wykorzystywana była jako roślina odstraszająca mole.

Kwitnie od marca do końca października, jednak najlepsze zbiory osiąga się w maju oraz czerwcu. Surowcem zielarskim są jej liście oraz drobne fioletowe kwiaty. Z zieleń jasnuty purpurowej można przygotować napar, nalewkę, a także ocet o zdrowotnych właściwościach.

Dla większości osób jasnota purpurowa to ciężki do wypalenia chwast. Jednak warto wiedzieć, że stanowi ona również cenny surowiec zielarski, który wspomaga leczenie wielu dolegliwości. Kwiaty jasnuty purpurowej to znakomite źródło kwasów fenolowych, w tym kwasu cynamonowego, rozmarynowego i kumarynowego. Dodatkowo znajdziemy w nich olejki eteryczne, saponiny, śluzu, garbniki, cholinę oraz flawonoidy – rutynę i kwercetynę. Ziele jasnuty stanowi również bogactwo witaminy C i beta-karotenu.



Jasnota purpurowa to cenny surowiec zielarski. Herbatka z jasnuty łagodzi objawy przeziębienia, wzmacnia organizm, ma też m.in. działanie moczopędne, antybakteryjne czy przeciwbólowe. Ten leczniczy chwast rośnie właśnie na potęgę

Rutyna to silny przeciwutleniacz, który chroni komórki i tkanki przed szkodliwym działaniem wolnych rodników tlenowych. Dodatkowo w połączeniu z witaminą C doskonale uszczelnia i wzmacnia ściany naczyń krwionośnych.

To właśnie dzięki tym właściwościom może zmniejszać widoczność siniaków oraz zapobiegać pękaniu naczynek. Składnik ten zapobiega również rozpadowi płytek krwi, dzięki czemu zmniejsza ryzyko rozwoju chorób układu krąże-

nia, w tym miażdżycy i zawału serca.

Natomiast saponiny to substancje o właściwościach moczopędnych, dzięki czemu skutecznie zmniejszają obrzęki i regulują ciśnienie tętnicze krwi.

Warto także wspomnieć, że zawarta w ziele jasnuty purpurowej witamina C korzystnie wpływa na układ odpornościowy oraz wspomaga gojenie się ran i opóźnia proces starzenia się skóry. Natomiast beta-karoten z zieleń jasnuty odgrywa kluczową rolę w procesie wi-

dzenia, ponieważ wykazuje działanie ochronne przed promieniami UV.

Doktor Henryk Różański, ceniony fitoterapeuta, w licznych publikacjach podaje, że picie naparów z zieleń jasnuty wykazuje następujące działania:

- moczopędne,
- ściągające,
- przeciwkrwotoczne,
- przeciwzapalne,
- przeciwgrzybicze,
- antybakteryjne,
- żółciopędne,

- rozkurczowe,
- przeciwbólowe.

Ekspert podkreśla również, że roślina ta charakteryzuje się działaniem napotnym, dzięki czemu może wspomagać leczenie objawów przeziębienia i grypy.

Napary z zieleń jasnuty purpurowej sprawdzą się przy wielu dolegliwościach, a szczególnie w przypadku osłabienia organizmu. Według zwolenników medycyny naturalnej roślina ta może wspomagać leczenie tych schorzeń:

- nadciśnienia tętniczego krwi,
- obrzęków,
- niestrawności,
- bolesnego miesiączkowania,
- zaburzeń miesiączkowania,
- przewlekłych chorób skóry,
- hemoroidów,
- pękających naczynek,
- zaburzeń pracy wątroby,
- migrenowego bólu głowy,
- reumatyzmu,
- reumatoidalnego zapalenia stawów.

Fitoterapeuta zaznacza, że ziele jasnuty purpurowej wykazuje również działanie uspokajające, dlatego polecane jest dla osób zmagających się z przewlekłym stresem oraz bezsennością.

Napary można zastosować również jako nasączenie do okładów, które zmniejszają stan zapalny skóry oraz łagodzą dolegliwości związane z zapaleniem spojówek.

Przepis na napar z jasnuty purpurowej

Herbatkę z jasnuty purpurowej można pić profilaktycznie oraz jako środek wspomagający

leczenie dolegliwości. Napar możesz przygotować ze świeżego lub suszonego ziele.

Składniki:

2 łyżki ziele jasnuty purpurowej, 250 ml wrzącej wody.

Przygotowanie:

Ziele jasnuty należy zalać wrzątkiem i parzyć 20 minut pod przykryciem, a następnie przecedzić. W przypadku problemów wątrobowych można pić nawet 4 porcje tej mikstury, a podczas przeziębienia zaleca się 3 porcje dziennie.

WARTO WIEDZIEĆ

Jasnota biała

Obok jasnuty purpurowej cennym ziołem jest także jasnota biała. To niepozorna roślina wieloletnia z rodziny jasnotowatych. W Polsce jest bardzo pospolita i rośnie w ogrodach, lasach, na rowach, poboczach ulic i polach. Często mylona jest z pokrzywą zwyczajną, ponieważ jest do niej bardzo podobna. Jednak w przeciwieństwie do pokrzywy nie parzy. Surowcem zielarskim jest ziele i kwiat jasnuty białej. Ma działanie: przeciwzapalne, przeciwkrwotoczne, uszczelniające naczynia krwionośne, regenerujące, oczyszczające, antybakteryjne, wykrztuśne, moczopędne, żółciopędne, rozkurczowe, lekko ściągające.

REKLAMA

0011521671

WÓJT GMINY BOBROWNIKI

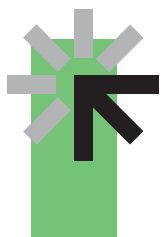
działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. z 2026 r. poz. 399) informuje, że w dniach **13.05.2026 r. - 3.06.2026 r.** na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Gminy Bobrowniki przy ul. Gminnej 8, 42-583 Bobrowniki, a także publikacji w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Bobrowniki na okres 21 dni podaje do publicznej wiadomości: **wykaz nieruchomości przeznaczonych do oddania w najem:**

działka 1606/7, powierzchnia najmu 29,87 m², obręb Bobrowniki, gmina Bobrowniki, księga wieczysta KA1B/00036669/1.

Szczegółowych informacji na temat nieruchomości zamieszczonych w niniejszym wykazie można zasięgnąć w Urzędzie Gminy Bobrowniki, ul. Gminna 8, 42-583 Bobrowniki, w Referacie Mienia Komunalnego i Zagospodarowania Przestrzennego, pokój nr 17, oraz telefonicznie pod numerem telefonu: 32 287 78 83 wew. 31 w godzinach pracy Urzędu.

AUTOREKLAMA

nasze
komunikaty.pl



aktualne
z całej Polski
przetargi

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 32 420 73 74

Przez internet: ibo.polskapress.pl E-mailem: ogloszenia@dz.com.pl

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

**Kupię mieszkanie zadłużone,
z trudnym lokatorem,
komornikiem, udziały.
Gotówka, 883-402-202**

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIMY maszyny do obróbki metalu
i drewna. Tel.: 782-592-790.

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTOSKUP osobowe,
dostawcze (stan obojętny)
Dojazd, gotówka 6
02-871-305, 515-274-430
Własny transport

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

DACHY - docieplanie stropodachów,
krycie papą termozgrzewalną,
rynny, kominy, obróbki blacharskie
(25 lat na rynku)
Tel. (32)206-71-55, 501-404-612
www.termo-dach.pl

POGOTOWIE dekarsko-blacharskie!
Naprawa i remont dachów.
Likwidacja przecieków. Szybko
i solidnie. Atrakcyjne ceny, darmowa
wycena. Zadzwoni! Tel. 573-852-370,
517-343-744

BIUROWO - PROJEKTOWE

ŚWIADECTWA energetycz:
606307123

AUTOREKLAMA

strona
zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl



PRZEPROWADZKI

A-Z Przeprowadzki+Ekipa: 504709047

Turystyka

KRAJ - MORZE

USTKA- Wczasy! Pokoje! 604-486-413.

USTRONIE MORSKIE - pokoje
z łazienkami, V-VI. **PROMOCJA!**
Blisko morza - 7 min. Tel.:
503-936-581.

Praca

ZATRUDNIĘ

OCHRONA z gr. niepełnosprawności
Tychy tel. 604 630 556

Matrymonialne

"ROMEO" biuro matrym. 502 363 127

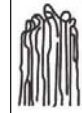
Różne

KUPIĘ monety, banknoty,
starocie, znaczki, medale, zegarki,
rogi, płyty, widokówki, porcelanę:
660-482-319.

Usługi pogrzebowe

0011457765

POGOTOWIE POGRZEBOWE
KATOWICKIE CMENTARZE
KOMUNALNE
ul. Murckowska 9, Katowice
Całodobowo:
32-255 15 51, 607 399 321
www.kck.katowice.pl



REKLAMA

0011522544



DYREKTOR ZAKŁADU KOMUNALNEGO „PGM” W CHORZOWIE ZAWIADAMIA

że na tablicy ogłoszeń Zakładu Komunalnego „PGM”
- przy wejściu do budynku i Urzędu Miasta Chorzów
- na parterze oraz na stronach internetowych obu
instytucji zostało wywieszone na okres 21 dni ogłoszenie o wyznaczeniu
do dzierżawy części nieruchomości gruntowej, położonej w Chorzowie
przy **ul. Truchana 22**, stanowiącej własność Miasta Chorzów, na której
posadowiony jest garaż nabyty ze środków własnych Użytkownika,
oznaczony nr **G-1**.

REKLAMA

0011522165



OGŁOSZENIE PREZYDENT MIASTA KATOWICE

informuje

o wywieszeniu na okres 21 dni wykazu z dnia 8.05.2026 r.
dotyczącego sprzedaży lokali mieszkalnych nr 1, 2a i 4
usytuowanych w budynku przy ul. Wierzbowej 6 wraz
ze sprzedażą udziału w gruncie w trybie bezprzetargowym
na rzecz ich najemców.

Niniejszy wykaz został wywieszony na tablicy ogłoszeń w Biurze
Obsługi Mieszkańców Urzędu Miasta Katowice, ul. Rynek 1
(I piętro), a ponadto został zamieszczony na elektronicznej
tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Katowice przy ul. Rynek 1
(parter) i przy ul. Młyńskiej 4 (parter).

Wykaz dostępny jest w godzinach pracy Urzędu:

poniedziałek – środa w godz. 7.30 – 15.30

czwartek w godz. 7.30 – 17.00

piątek w godz. 7.30 – 14.00

oraz na stronie internetowej www.katowice.eu i w Biuletynie
Informacji Publicznej www.bip.katowice.eu.

Informacji w przedmiotowej sprawie udziela się pod numerem
telefonu 32/259 33 56 oraz w siedzibie Urzędu Miasta Katowice,
ul. Młyńska 4, V piętro, pok. 517.



Wyrazy głębokiego współczucia

Pani

Jolancie Łanowy-Klimek

Sędzi Sądu Okręgowego w Gliwicach

z powodu śmierci



Ojca

w imieniu sędziów i pracowników
składają

*Prezesi i Dyrektor
Sądu Okręgowego w Gliwicach*



AUTOREKLAMA



**Wspomnienia.
Te najważniejsze...**

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę. Sprawdź na
nekrologi.net
i dziennikzachodni.pl/nekrologi

Jestem niezależna finansowo od mniej więcej trzeciego roku studiów

Joanna Przetakiewicz w Plejadzie Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Jakub Gierszał wymieniał czułości

Młody aktor znalazł się na celowniku stołecznych paparazzich. Na zdjęciach opublikowanych przez Pudelka widać, jak przysiadł na ławce przy placu Zbawiciela z tajemniczą blondynką. Wspólnie raczyli się napojem, palili papierosy i wymieniali czułości. Czyżby wreszcie znalazł miłość?

Sebastian Fabijański kupił na kredyt

Popularny aktor zaprosił do swego warszawskiego mieszkania kamery „Halo, tu Polsat”. Dzięki temu wiemy, że dominują w nim stonowane kolory, proste formy i przytulny minimalizm. Aktor w głównej mierze samodzielnie zaaranżował mieszkanie, które kupił na kredyt.

Mery Spolsky dużo się nauczyła

Kiedy Marcin Prokop ogłosił, że rozstał się z żoną, w necie pojawiły się plotki, że ma romans z Mery Spolsky. Piosenkarka wymieniła go w tekście jednej z piosenek. Kiedy w niedawnym wywiadzie dla Pomponika została spytana o Prokopa, powiedziała: – Kocham Marcina Prokopa, uważam, że jest świetnym prowadzącym. Nie zapomnę, jak pierwszy raz w życiu prowadziłam Fryderyki w telewizji u boku Marcina i on mnie bardzo wiele nauczył. Tak, Marcin jest super. I ma fajnego psa! (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Afera Thomasa Crowna TVP 1, 21:20

Złodzieje próbują dokonać kradzieży w muzeum, ale zostają schwytani przez pracowników ochrony. W zamieszaniu znika bezcenny obraz Claude'a Moneta. Na miejsce zdarzenia przybywają policja oraz Catherine Banning, która na zlecenie firmy ubezpieczeniowej ma odnaleźć płótno. Okazuje się, że złodzieje, którzy włamali się do muzeum, nie znają nazwiska zleceniodawcy. Catherine podejrzewa, że kradzież zlecił ekscentryczny milioner i kolekcjoner dzieł sztuki, Thomas Crown.

Lęk pierwotny AMC, 22:00

Thriller prawniczy z Richardem Gere'em w roli głównej. Zamordowano wpływowego arcybiskupa. Obrońcą jego zabójcy zostaje Martin Vail, najlepszy prawnik w Chicago.

Azyl Stopklatka, 22:05

Podczas II wojny światowej Antonina Żabińska, żona dyrektora warszawskiego zoo, wspólnie z mężem, Janem, ukrywają dziesiątki żydów. Osobiście wydostają ich z getta i pomagają przetrwać.

Pamięć absolutna TV 4, 22:40

Wiek XXI. Ofiara prania mózgu walczy o odzyskanie osobowości i przewodzi buntowi w koloniach karnych na Marsie.

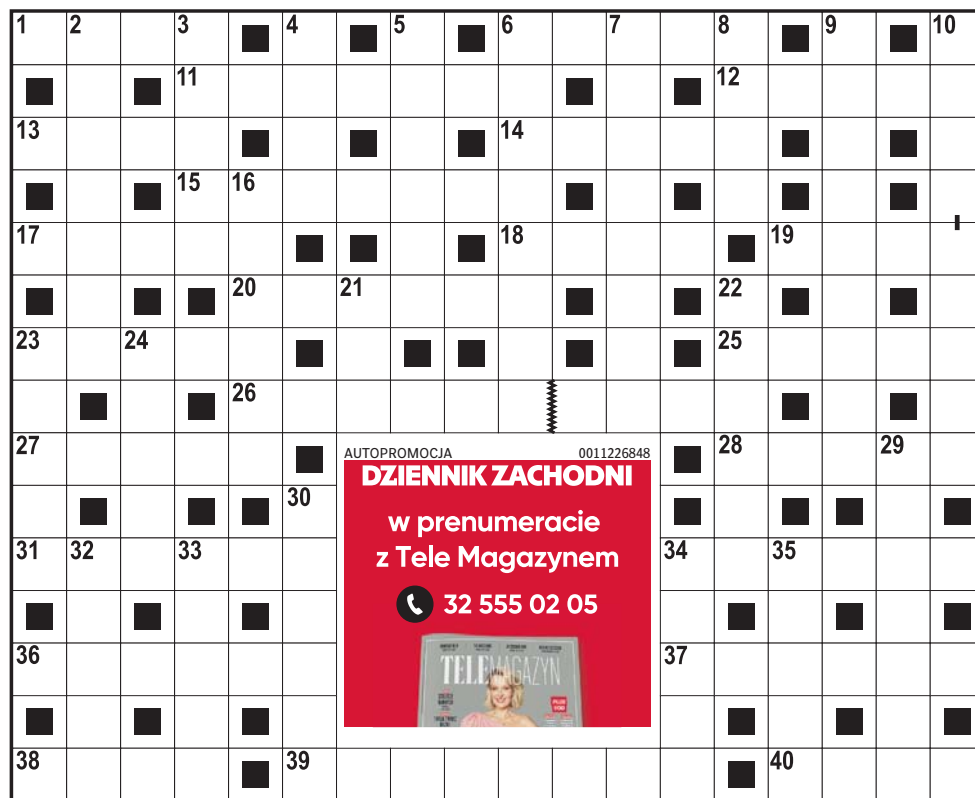
KRZYŻÓWKA NR 72

Poziomo:

- 1) powolny chód wierzchowca,
- 6) napój z mleka klaczy,
- 11) „... Soprano”, amerykański serial telewizyjny,
- 12) „Takie ...”, przebój Budki Suflera,
- 13) papuga popielata z Afryki,
- 14) narzut w cenie towaru,
- 15) schronisko na szlaku wodnym,
- 17) siła witalna, animusz,
- 18) „wodny” znak zodiaku,
- 19) nabój do broni myśliwskiej,
- 20) stare roczniki, latopisy,
- 23) słup do zawieszania flagi,
- 25) płaskodenny statek rzeczny,
- 26) dramat w reżyserii Rogera Vadima,
- 27) szklane naczynie laboratoryjne używane do destylacji,
- 28) amerykański film z rolą Leonardo DiCaprio,
- 31) myśliwy z lasów Kanady,
- 34) „... absolutna”, film science fiction,
- 36) pole po skoszeniu pszenicy,
- 37) wskrzeszony przez Chrystusa,
- 38) ptak z rodziny wydrzyków,
- 39) ściga się na rowerze na welodromie,
- 40) ryba z rodziny karpiowatych, ceniona w wędkarstwie.

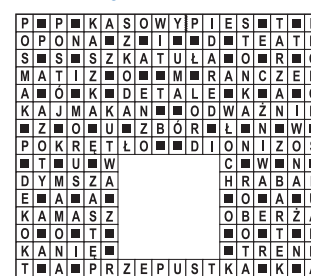
Pionowo:

- 2) sklep z wyrobami tytoniowymi,
- 3) zboże na kaszę jaglaną,
- 4) myśl przewodnia, koncepcja,
- 5) największy lewy dopływ Wisły,



- 6) dworska klika, koteria,
- 7) marka amerykańskich papierosów,
- 8) praktyka w zakładzie pracy,
- 9) dawna umowa przedślubna,
- 10) wypowiedź zawierająca dużo słów, ale mało treści,
- 16) konstrukcja do spławu drewna,
- 21) „...: wybrany przez Boga”, film USA,
- 22) czyni złodzieja (w powiedzeniu),
- 23) gra mieszana w tenisie,
- 24) strzały armatnie na wiwat,
- 29) życie duchowe człowieka,
- 30) drzewo liściaste, wiąź górski,
- 32) ... angielski, instrument dęty,
- 33) dobry lub zły okres życia,
- 34) ... na Wodzie w Łazienkach Królewskich w Warszawie,
- 35) flamaster w piórniku ucznia.

ROZWIĄZANIE NR 71



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Nowe wyzwanie doda Ci energii, lecz unikaj pośpiechu. Horoskop wróży, że wieczór będzie sprzyjał spokojnym rozmowom.

Ryby (19.02 - 20.03)

Drobny sukces poprawi Ci humor i zachęci do działania. Horoskop na dziś radzi uważać jednak na niepotrzebne wydatki.

Baran (21.03 - 19.04)

Spotkanie z kimś życzliwym przyniesie inspirację. Horoskop na środę zapowiada, że po południu znajdziesz czas na odpoczynek.

Byk (20.04 - 20.05)

Dzień sprzyja porządkom oraz ważnym decyzjom. Horoskop dzienny mówi, że ktoś bliski okaże Ci dużo wsparcia. Wszystko się uda.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Twoja pewność siebie przyciągnie ciekawe osoby. Horoskop na dziś radzi wieczorem zadbać o regenerację i sen. Szczegółnie nadchodzi. Rak (22.06 - 22.07) Skupienie pomoże Ci szybko zakończyć trudne zadanie. Horoskop na środę to wyrażona wskazówka, byś unikał dziś zbędnych dyskusji.

Lew (23.07 - 22.08)

Dobry moment na rozmowę o planach i marzeniach. Los może Cię mile zaskoczyć. Horoskop dzienny podpowiada, by działać bez obaw. Panna (23.08 - 22.09) Intuicja podpowie Ci właściwe rozwiązanie problemu. Horoskop na dziś stanowczo radzi zachować spokój mimo drobnych zmian. Waga (23.09 - 22.10) Energia dnia sprzyja nowym pomysłom. Horoskop na środę sugeruje, by wieczorem odpocząć w dobrym towarzystwie.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Twoja cierpliwość zostanie doceniona przez ważną osobę. Unikaj nadmiernego stresu. Horoskop dzienny mówi, że wszystko będzie dobrze. Strzelec (22.11 - 21.12) Kreatywność pomoże Ci wyróżnić się w pracy lub szkole. Horoskop na dziś zapowiada, że wieczór przyniesie Ci dobre wiadomości. Koziorożec (22.12 - 19.01) Spokojne podejście ułatwi Ci dzisiaj rozwiązanie rodzinnych spraw. Horoskop na środę podpowiada, by zaufać własnej intuicji.

Dla kogo nagrody Ekstraklasy? Znamy listę nominowanych

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Piłkarze i trenerzy z dwunastu klubów PKO Ekstraklasy powalczą o nagrody za mijający właśnie sezon. Na liście nominowanych nie brakuje kontrowersji. Wielkim nieobecnym jest Leszek Ojrzyński z Zagłębia Lubin.

Kapituła złożona z ponad czterdziestu dziennikarzy debatowała w poniedziałek nad kandydaturami w pięciu głównych kategoriach. Nominowanych ogłoszono jeszcze tego samego dnia. Laureatów poznamy w poniedziałek 25 maja, w Warszawie, podczas tradycyjnej Gali Ekstraklasy.

O miano Bramkarza Sezonu powalczą Chorwat, Bośniak z polskim paszportem i trzech Polaków. To kolejno Ivan Brkić z Motoru Lublin, Jasmin Burić z Zagłębia Lubin, Xavier Dziekoński z Korony Kielce, Bartosz Mrozek z Lecha Poznań oraz Rafał Strączek z GKS Katowice. - Brakuje mi Sławomira Abramowicza - stwierdził Marek Józwiak, który komentował na gorąco w Canal+ Sport, gdzie ujawniono wszystkie nominacje. Kto ma największe szanse? Wydaje się, że Burić lub Mrozek.

Samych Polaków mamy wśród zgłoszonych w kategorii Obrońca Sezonu. Wybór jest niezwykle trudny, ponieważ młodzi rzucili wyzwanie weteranom. Na liście są Rafał Janicki z Górnika Zabrze, Arkadiusz Jędrzych z GKS Katowice, Marcin Kamiński z Wisły Płock, Wojciech Mońka z Lecha Poznań i Oskar Wójcik z Cracovii. Kogo nie ma? Na przykład Konstantinos Sotiriou z Korony Kielce.

Piłkarza Sezonu wybiorą sami piłkarze. Kto wie, czy lau-



FOT. KARINA TROJOK

O miano Pomocnika Sezonu powalczą m.in. będący w świetnej formie Bartosz Nowak z GKS-u Katowice

reatem nie zostanie jeden z grających w środku pola. Wśród nominowanych do nagrody Pomocnik Sezonu znajdujemy Irańczyka Aliego Gholizadeha z Lecha Poznań, Czecha Patrika Hellebranda z Górnika Zabrze, Hiszpana Jesusa Imaza z Jagiellonii Białystok oraz rodaków Antoniego Kozubala z Lecha Poznań i Bartosza Nowaka z GKS Katowice. Ten ostatni jest liderem klasyfikacji asyst. Wypracował aż jedenaście bramek. Osiem zdobył sam. Dziwić może, że wśród zgłoszonych pomocników nie znalazł się np. Iwan Żelizko, który wykrcił prawie tak samo imponujące

statystyki, strzelając aż siedem goli po uderzeniach z dystansu.

Jego Lechia Gdańsk może jednak wygrać w kategorii Napastnik Sezonu. Wśród nominowanych znalazł się bowiem Tomasz Bobcek, czyli autor siedemnastu trafień. Tyle samo ma Karol Czubak z Motoru Lublin, który także powalczy o statuetkę. Grono uzupełniają Norweg Jonatan Braut Brunnes z Rakowa Częstochowa, Szwed Mikael Ishak z Lecha Poznań i Afimico Pululu z Jagiellonii Białystok łączony po raz kolejny medialnie z transferem do Widzewa Łódź. Z tego klubu ku zdziwieniu jego kibiców wy-

różniony nie został Sebastian Bergier.

Interesująco zapowiada się też walka o miano Trenera Sezonu. Wśród nominowanych widzimy bowiem takich fachowców z zagranicy jak Duńczyk Niels Frederiksen z Lecha Poznań czy Słowak Michal Gasparik z Górnika Zabrze. Walczą z nimi trzej Polacy - Rafał Górak z GKS Katowice, Marek Papszun prowadzący najpierw Raków Częstochowa, a potem Legię Warszawa i Adrian Siemienieć, który niedawno przedłużył kontrakt z Jagiellonią Białystok. Dziwne, że w tak zaszczytnym gronie nominacji nie został wyróżniony Ojrzyński za znakomitą pracę jaką wykonał z młodzieżą Zagłębia Lubin.

Podczas gali poznamy również laureata w kategorii Młodzieżowiec Sezonu. Tego wybierze jeden ze sponsorów PKO Ekstraklasy. Z informacji Canal+ wynika, że największe szanse na zwycięstwo mają Michał Gurgul i Wojciech Mońka z Lecha Poznań, Oskar Pietuszeński sprzedany zimą przez Jagiellonię Białystok do FC Porto, jego były kolega z drużyny Bartosz Mazurek, a także Marcel Reguła z Zagłębia Lubin.

W ubiegłej edycji Piłkarzem i Napastnikiem Sezonu został Efthymis Koulouris z Pogoni Szczecin. Statuetka dla szkoleniowca powędrowała do Nielsa Frederiksena z Lecha Poznań. Najlepszym bramkarzem okazał się Bartosz Mrozek z jego zespołu, najlepszym obrońcą Mateusz Skrzypczak wtedy jeszcze z Jagiellonii Białystok, zaś pomocnikiem Afonso Sousa - także z mistrzowskiego Kolejorza. Za najlepszego młodzieżowca uznano Kacpra Trelowskiego z Rakowa Częstochowa. ©P

Kto z polskiej ligi zostanie powołany na tegoroczny mundial w Ameryce?

Jakub Jabłoński
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. Choć reprezentacji Polski zabraknie na najważniejszym piłkarskim turnieju globu, mundial i tak nie będzie pozbawiony ekstraklasowych akcentów.

Jednym z piłkarzy grających na co dzień w PKO Ekstraklasie, którzy już są pewni wyjazdu na mundial 2026, jest napastnik Jagiellonii Białystok Samed Baždar, który otrzymał powołanie do kadry Bośni i Hercegowiny. Ekipa z Bałkanów, która w finale baraży wygrała z Włochami po rzutach karnych, jako pierwsza - w poniedziałek 11 maja - ogłosiła kadrę wraz z listą rezerwową na wypadek ewentualnych kontuzji. Na turnieju zagra w grupie B z Kanadą, Szwajcarią i Katarzem.

Na wyjazd za wielką wodę liczy także pomocnik Cracovii Amir Al-Ammari, którego Irak wywalczył historyczny awans na mundial po 40 latach przerwy i zmierzy się z Norwegią, Senegalem oraz Francją. Szansę na powołanie ma też jego rodak Hussein Ali z Pogoni Szczecin. W kadrze Nowej Zelandii niemal pewny miejsca jest bramkarz Le-

chii Gdańsk Alex Paulsen, podobnie jak zresztą napastnik Wisły Płock Deni Jurić w reprezentacji Australii.

Niewykluczone, że na tegoroczny mundial pojadą także piłkarze Górnika Zabrze. Pomocnicy Patrik Hellebrand i Lukas Ambros oraz Lukas Sadilek znaleźli się w szerokiej kadrze Czech.

Na ostatniej prostej szansę na mundial stracił natomiast reprezentant Iranu i lider Lecha Poznań Ali Gholizadeh. Skrzydłowy może mówić o niewyobrażalnym pechu. W meczu z Motorem zerwał więzadła w kolanie i czeka go wielomiesięczna przerwa w grze, a to oznacza, że jego przyszłość w Kolejorzu stanęła pod znakiem zapytania. Jego kontrakt z Lechem wygasa po zakończeniu sezonu.

Kandydaci z PKO Ekstraklasy do gry na mundialu: Samed Baždar (powołany do kadry Bośni i Hercegowiny), Amir Al-Ammari (czeka na powołanie do Iraku), Hussein Ali (czeka na powołanie do Iraku), Deni Jurić (czeka na powołanie do Australii), Alex Paulsen (czeka na powołanie do Nowej Zelandii), Patrik Hellebrand, Lukas Ambros, Lukas Sadilek (szeroka lista do Czech). ©P



FOT. ANDRZEJ BANAS

Na wyjazd za wielką wodę na mistrzostwa świata liczy także pomocnik Cracovii Irakijczyk Amir Al-Ammari

Iga Świątek gra o półfinał turnieju w Rzymie. Rywalką jest Jessica Pegula

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

TENIS. Iga Świątek zagra dziś w ćwierćfinale tenisowego turnieju na kortach ziemnych WTA 1000 w Rzymie. Rywalką Polki będzie Amerykanka Jessica Pegula.

W pojedynku o ćwierćfinał była liderka rankingu straciła zaledwie trzy gemy z Naomi Osaką. Klasyfikowana na szesnastym miejscu w światowym zestawieniu Japonka trenowana jest aktualnie przez by-

łego szkoleniowca Świątek, Tomasza Wiktorowskiego, który współpracował z Igą w latach 2021-2024.

Przeciwko Azjatce Świątek zagrała nareszcie naprawdę dobry mecz. Nie pozwoliła rywalce złapać właściwego rytmu gry ani poczuć się komfortowo. Była agresywna w returnach i stwarzała okazje na przełamanie w każdym z ośmiu gemów serwisowych Osaki. Raszynianka wygrała ostatecznie bez najmniejszych problemów w zaledwie godzinę i 22 minuty 6:2, 6:1.

- Myślę, że to był mój najlepszy mecz na kortach ziemnych w tym sezonie, choć nie zagrałam ich jeszcze zbyt dużo. Od kąd zaczęłam pracować z trenerem Roigiem, chciałam wrócić do mojej dobrej gry. Wzrosła moja pewność siebie, także procent udanych serwisów - powiedziała tuż po meczu na antenie Canal+ Sport Świątek.

Polka staje teraz przed szansą awansu do półfinału, aż trudno w to uwierzyć, pierwszego dla siebie w bieżącym sezonie. Udany występ przeciwko Osace może zwiastować lepszy

okres gry Świątek, która od dłuższego czasu zmaga się z dużą presją. Powoli widoczne zaczynają być też efekty współpracy z Hiszpanem Roigiem, z którym związała się pod koniec marca. Polka coraz częściej rusza do siatki, na korcie spr-

Do tej pory Świątek i Pegula zmierzyły się aż jedenaście razy, z czego sześć meczów zakończyło się wygraną Igi

wia wrażenie nieco bardziej wyłuzowanej. Jej rywalką w walce o awans do najlepszej czwórki turnieju będzie Jessica Pegula (nr 5 WTA). Amerykanka w 1/8 finału pokonała reprezentantkę Austrii Anastazję Potapovą 7:6 (8-6), 6:2.

- Pegula to na pewno doświadczona, wymagająca i grająca z zimną krwią zawodniczka. Przeciwko niej muszę być solidna, na pewno przygotuję się taktycznie, przed meczem mam wolny dzień i myślę, że będę gotowa - powiedziała Świątek. ©P

Historia spotkań pomiędzy Świątek a Pegulą jest długa. Do tej pory tenisistki zmierzyły się aż jedenaście razy, z czego sześć meczów zakończyło się wygraną Igi. Mecz o półfinał odbędzie się w środę, początek spotkania najprawdopodobniej o godzinie 13. Raszynianka turniej w Rzymie wygrała trzy razy - w 2021, 2022 i 2024 roku. Jest jedyną Polką, która pozostała w singlowej rywalizacji. Spotkania pierwszej rundy przegrały Magdalena Fręch i Magda Linette. ©P

SPORT

www.sportowy24.pl

Górniki i Raków nadrobią
dzisiaj ligowe zaległościTomasz Kuczyński
t.kuczynski@dz.com.pl

PIŁKA NOŻNA. Arka Gdynia - Górnik Zabrze (godz. 18) i Raków Częstochowa - Jagiellonia Białystok (20.30). Tak wygląda zestaw par śródogodowych meczów z 31. kolejki PKO Ekstraklasy.

2 maja Górnik i Raków były zajęte grą w finale STS Pucharu Polski w Warszawie. Zabrzanie wygrali 2:0. Zdobywając trofeum zapewnili sobie III rundę eliminacji Ligi Europy. W PKO Ekstraklasie Górnik i Raków mają po 49 punktów, czyli tyle, co obecnie druga w tabeli Jagiellonia Białystok. Prowadzi Lech Poznań - 56 pkt (ma 32 rozegrane mecze). Po tym sezonie wicemistrz Polski, tak jak mistrz, zagra od II rundy eliminacji Ligi Mistrzów. Zaległe mecze mogą bardzo zbliżyć do tego celu Górnika i Raków. Podstawą są jednak trzy punkty.

Zabrzanie w sobotę zostali zastopowani na swoim stadionie przez Zagłębie Lubin, przegrywając 0:2. Dziś zagrają w Gdyni z Arką, która jest przedostatnia i do bezpiecznego miejsca traci cztery punkty. Drużyna trenera Michała Gasparika musi spodziewać się trudnej przeprawy, bo Gdynianom nie brakuje determinacji - w piątek zremisowali w Poznaniu z Lechem 1:1.

Górniki na swojej stronie informuje, że wygrana w środowym meczu zagwarantuje mu miejsce w TOP6 PKO Ekstraklasy na koniec sezonu. Na dodatek podkreśla: „w ostatnich 3 ekstraklasowych meczach z Arką Gdynia zanotowaliśmy komplet zwycięstw, strzelając przy tym 9 bramek”.



Jesienią Raków wygrał w Białymstoku z Jagiellonią 2:1. Gole zdobyli: dwa Oskar Repka i Afimico Pululu (na zdjęciu)

2 listopada w 14. kolejce Górnik wygrał z Arką na Arenie Zabrze 5:1. Wcześniej w Ekstraklasie w sezonie 2019/2020 pokonał tego rywala 2:0 i 2:1. Na dodatek 30 października wygrał w Gdyni 2:1 w 1/16 finału STS Pucharu Polski.

Zabrzański zespół po meczu z Arką nie wraca na Śląsk, tylko będzie miał mini zgrupowanie przed sobotnim spotkaniem z Wisłą w Płocku (godz. 17.30) w ramach 33. kolejki.

Mecz Rakowa z Jagiellonią jest „o sześć punktów” w kontekście rywalizacji o podium i walkę o eliminacje Ligi Mistrzów. Arbitrem będzie polski sędzia eksportowy Szymon Marciniak. „Medaliki” wygrały 2 listopada w Białymstoku 2:1 po dwóch golach Oskara Repki. Częstochowianinie w piątek w debiucie nowego trenera Dawida Krocza zgarnęli komplet punktów z Koroną Kielce - 2:0. Mają teraz serię sześciu z rzędu ligowych spotkań bez porażki i trzech kolejnych zwycięstw. „Jaga” ostatnio miała dwa domowe mecze - przegrała z Górnikiem 1:2 i wygrała w sobotę z Pogonią Szczecin 3:2. Gola na wagę zwycięstwa w doliczonym czasie zdobył Bernardo Vital.

- Gra toczy się o ogromną stawkę, nie tylko medale, ale także i pieniądze, związane z grą w europejskich pucharach. Ostatnia wygrana, i to odniesiona w takich okolicznościach, z Pogonią bardzo mocno podnosi mentalnie cały zespół - podkreślił trener Jagiellonii Adrian Siemieniec.

Nie brakuje opinii, że ten mecz wyłoni wicemistrza Polski. Spotkanie będzie transmitowane przez TVP Sport. Początek studia o godz. 20.05. ©

POLONIA BYTOM BEZ LICENCJI NA PKO EKSTRAKLASIE

Komisja ds. Licencji Klubowych PZPN rozpatrzyła wnioski klubów Betclit 1. Ligi z możliwością awansu do Ekstraklasy.

Licencji nie dostały Polonia Bytom, Wierzyta Kraków, Puszcza Niepołomice i Pogoń Grodzisk Mazowiecki. Klubom przysługuje złożenie odwołania w terminie pięciu dni od daty otrzymania decyzji. Polonia i Wierzyta już zapowiedziały skorzystanie z tej możliwości. Wśród ośmiu drużyn, które dostały licencję jest Ruch Chorzów - w dodatku bez żadnych nadzorów. TOK



FOT. LUCYNA NENOW

ZACZYNA SIĘ PLAY OFF
W Orlen Basket Lidze od dzisiaj będą rozgrywane mecze ćwierćfinałowe - do 3 zwycięstw. King Szczecin zagra z Orlen Zastalem Zielona Góra (początek godz. 18), a Śląsk Wrocław z AMW Arką Gdynia (godz. 20.15). TOK

Prywatyzacja Górnika Zabrze. Umowa jest już gotowa

Rafał Musiol
r.musiol@dz.com.pl

PIŁKA NOŻNA. Zabrzańscy radni otrzymują od prezydenta Kamila Żbikowskiego dokumenty dotyczące prywatyzacji Górnika Zabrze. To kluczowy krok w kierunku dokończenia procedury. Właścicielem klubu zostanie Lukas Podolski.

Zabrzańscy radni otrzymali wczoraj pełną informację dotyczącą procesu prywatyzacji oraz wgląd w propozycję umowy sprzedaży klubu Lukasowi Podolskiemu i jego firmie LP Holding GmbH.

- Sama wycena została radnym udostępniona w piątek - poinformował prezydent Zabrze, Kamil Żbikowski. - W sumie były sporządzane trzy wyceny. Niedawno przygotowaliśmy ostatnią, aktualizującą, uwzględniającą już Puchar Polski i sukcesy sportowe klubu. Sprawa była skomplikowana. Mielśmy świadomość, że ekonomicznie akcje Górnika są bezwartościowe, nie można było mieć wątpliwości, że musielibyśmy dalej dokładać do klubu. Nominalna wartość akcji, po której miasto dotychczas obejmowało akcje, była zawyżona i nierealna. Musielśmy jednak znaleźć prawdziwą wartość, rynkową, którą ktoś byłby w stanie wyłożyć. Okazało się, że jest tylko jeden taki podmiot i z nim rozmawialiśmy.

Właśnie cena akcji była największym problemem podczas negocjacji.

- Do grudnia stanowiła główną przeszkodę, ze względu na wycenę i interpretację dokonane za czasów Agnieszki Rupniewskiej. Pomogła nam transakcja przejęcia akcji Allianz przez Lukasa Podolskiego, urealniając wartość. Moją propozycją było też systematyczne znaczące dokapitalizowanie klubu przez inwestora w ciągu najbliższych trzech lat, co mogliśmy uwzględnić w cenie - stwierdził Kamil Żbikowski.

Według naszych informacji dokapitalizowanie ma wynieść 12,5 mln zł.

Wycena, którą poznali już radni, nie będzie w pełni jawna



Lukas Podolski (z lewej) doszedł do porozumienia z prezydentem Kamilem Żbikowskim

ze względu na interes inwestora, który ma konkretne plany finansowe. Złazszcza, że inwestor, czyli Lukas Podolski, kupuje klub razem z zobowiązaniami. Według ostatniego raportu finansowego długookrótkoterminowe zobowiązania wynoszą około 30 milionów złotych.

Zwołanie nadzwyczajnej sesji Rady Miasta, na której powinna zostać wyrażona zgoda na zbycie akcji, ma zostać ogłoszone w środę. Terminem powinien być 20 maja.

- Wtedy podpisanie umów i formalne przeniesienie własności akcji może nastąpić przed końcem sezonu Ekstraklasy. To zależy od Lukasa Podolskiego, nie chcemy im przeszkadzać w rozegraniu ostatniego meczu z Radomiakiem, ale być może złożenie podpisów nastąpiłoby na przykład przed tym spotkaniem - wylicza prezydent Zabrze. - Nie sądzę, żeby Rada nie zaakceptowała umowy, nie ma żadnego powodu, żeby radni mieli blokować ten projekt. Złazszcza, że staramy się w umowie też zabezpieczyć interesy spółki stadion, która pozostaje miejską, zadbaliliśmy o szkolenie

młodzieży. Presja społeczna na zakończenie procesu jest też jednoznaczna.

Lukas Podolski po przejściu 86 procent akcji z rąk miasta, będzie miał w sumie 94 procent całego pakietu.

- Jedna akcja pozostanie w rękach miasta. W niej zawarte są zabezpieczenia: zakaz zmiany nazwy, herbu, siedziby klubu, przysługujące będzie też jedno miejsce w Radzie Nadzorczej klubu, żeby móc monitorować sytuację finansową - podkreśla Kamil Żbikowski. - Uważamy też, że MOSiR, który posiada 3 procent, również powinien zbyć swoje akcje, ale szanujemy autonomię spółki.

Kwota transakcji zostanie rozłożona na raty. Pierwsza transza nastąpi tuż po zawarciu umowy i formalnym wprowadzeniu inwestora do grona akcjonariuszy, po roku druga, później ewentualnie trzecia, jeśli w drugiej nie zostanie uregulowana całość.

Lukas Podolski może konstruować model finansowy według własnego uznania. W czasie rozmów zastrzegł, że sam chce „poukładać” w klubie system zewnętrznych sponsorów.

- W każdym razie w umowie jest przewidziana karencja, czyli okres, w którym nie będzie mógł akcji przekazać do innego podmiotu - ujawnia prezydent Zabrze.

Jedną z kluczowych kwestii było uregulowanie relacji z zarządzającą Areną Spółką Stadion.

- W sumie kilka miesięcy zajęło nam skupienie się na szczegółach umów ze spółkami miejskimi, ze Stadionem włącznie. Na pewno przecież Górnik będzie tam płacił czynsz - mówi prezydent Zabrze. - Dokończenie czwartej trybuny nie zostało skonkretyzowane w czasie rozmów. Pozostaje więc pytanie, czy Lukas będzie chciał inwestować dewelopersko w łozę, czy będzie chciał je wynajmować. Te sprawy dopiero zostaną uregulowane już między zainteresowanymi podmiotami.

Kamil Żbikowski nie ukrywa ulgi po zakończeniu procesu negocjacyjnego.

- Zakładam, że miasto nie będzie już nigdy w stanie wejść w prowadzenie klubu sportowego - dodaje na koniec Kamil Żbikowski.

©