MAGAZYN

Bezpieczeństwo. Kiedy w Polsce może powstać stała baza wojsk amerykańskich?
– Str. 20-21

Ozempic i Mounjaro. Cała prawda o lekach, które zmieniają ciało i apetyt
– Str. 24-25

Telemagazyn
z programem TV i zapowiedzią najciekawszych filmów, seriali i programów



Nr ISSN 0137-9534
Nr indeksu 3503 62
9 770137 953050 39

www.nowiny24.pl

Nr 187 (21 894) | Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

Piątek–poniedziałek, 25–1.09.2026

nowiny

77 lat

PODKARPACKIE
„Nie chcemy być truci": Protesty mieszkańców wokół planowanej spalarni odpadów w Kozodrzy. Nie chcą kolejnej instalacji odpadowej w tej miejscowości
– Str. 6

NASZE SPRAWY
Polskie myśliwce na niebie. Mamy powody do dumy, a nie strachu
– Str. 2

Relaks
Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Jarosław

Atak nożownika na terenie opactwa. Nie żyje ksiądz

Do dramatycznych wydarzeń doszło w czwartek rano. 31-letni obywatel Ukrainy zaatakował nożem łącznie czterech mężczyzn i jedną kobietę.
– Str. 3

Zdrowie

W szpitalu w Sanoku wrze. Wszczęto spór zbiorowy

Związki zawodowe nie zmieniają żądania odwołania dyrektor sanockiego szpitala Wioletty Kacperskiej.
– Str. 5

Rzeszów chce wziąć pożyczkę i wybudować tunel. Koszt tej inwestycji to ponad 200 mln złotych
– Str. 4

Adrian Rzeźnik, najmłodszy w historii zwycięzca Rajdowych Samochodowych Mistrzostw Polski: Byłbym załamany, gdyby mi to mistrzostwo uciekło – Str.10



FOT. ARCHIWUM A. RZEŹNIKA

Z naszych stron



FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Gdy walczysz o życie dziecka, nie ma już czasu na lęk

Rozmowa z Anną Tocką, mamą 9-letniego Maksa, dla którego Łatwogang zebrał ponad 12 mln zł na terapię genową dystrofii mięśniowej Duchenne'a.
– Str. 12-13

eprasa.pl 0bd268d27c

POLECAMY

PONIEDZIAŁEK: Wydarzenia sportowe weekendu

25.09.2026
Piątek

Dziś imieniny obchodzą: Aurelia, Kleofas, Kamil
Telefon alarmowy: 112

NOWINY24

Redaktor naczelna
Urszula Sobol
Z-ca redaktora naczelnego
Marcin Żminkowski
Wydawcy
Joanna Borowiec
Jerzy Leniart

www.nowiny24.pl

Polska Press
Makroregion Południe, Rzeszów
Redakcja ul. Unii Lubelskiej 3,
35-016 Rzeszów
tel. 17 867 22 00, fax 17 867 22 01
nowiny@nowiny24.pl
Prezes Makroregionu
Dariusz Kołacz
Dyrektor reklamy oddziału
Mariusz Knutel
Biuro reklamy oddziału
tel. 17 86 72 345
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Milowice,
ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA

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

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.nowiny24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

Urszula Sobol
redaktor naczelna „Nowin”



Alerty nie przychodziły - było źle. Teraz przychodzą - też ludziom nie dogodzi

Opamiętajmy się!

Czytam komentarze na naszym portalu. Są wśród nich głosy rozsądne i merytoryczne, ale nie brak szyderstwa, złości hejtu. Alerty nie przychodziły - było źle. Przychodzą - jest jeszcze gorzej. Syreny zawyły - „po co straszyć?”. Gdyby nie zawyłyby - „dlaczego nikt nie ostrzegł?”. Bezpieczeństwo nie powinno być powodem do mowy nienawiści. Mieszkamy blisko granicy, za którą toczy się wojna. To nie powód do paniki, ale do odpowiedzialności i rozsądku. Alerty, syreny, ćwiczenia, magazyny, sprzęt i zbiorniki na wodę mają jeden cel - przygotować nas. Na Podkarpaciu zostanie zrealizowanych ponad 120 zadań w ramach Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej. Ćwiczymy także, jak reagować na sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze. Dostajesz alert? Przeczytaj. Słyszysz syrenę? Nie panikuj. Sprawdź oficjalne informacje i stosuj się do zaleceń. Lepiej być gotowym na coś, co może się nie wydarzyć, niż w chwili zagrożenia nie wiedzieć, co robić. Dlatego apeluję: krytykujmy, ale mądrze. Pytajmy, ale nie siejmy paniki. Różnijmy się, ale nie obrażajmy. Bezpieczeństwo nie jest partyjne. To bezpieczeństwo nas wszystkich.

Jako redaktor naczelna będę o tym głośno mówić. Moim obowiązkiem jest nie tylko informowanie, ale także przypominanie. Doceńmy również fakt, że państwo przygotowuje nas na różnorodne sytuacje - także te, których nigdy nie chcielibyśmy doświadczyć. Powstają systemy, gromadzony jest sprzęt i prowadzone są ćwiczenia, abyśmy w chwili zagrożenia nie zostali bezradni. Traktujmy poważnie każdy alert i komunikat służb. Zajrzyjmy też do Poradnika Bezpieczeństwa, który trafił do naszych domów, i po prostu go przeczytajmy. Jego rolą nie było zbieranie kurzu w szufladzie, lecz przygotowanie nas na sytuacje kryzysowe.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Nowiny”

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowiny24.pl

POGODA

dziś
16°C/8°C

jutro
18°C/7°C

BEZPIECZEŃSTWO

Polskie myśliwce na niebie. Mamy powody do dumy, a nie strachu

Piotr Samolewicz

Polskie samoloty wojskowe w ostatnim czasie prawie codziennie operowały i operują w powietrzu w związku z atakami rosyjskich bezzałogowców na cele na Ukrainie. Czy Polacy powinni się bać?



FOT. MARCIN ŻMINKOWSKI

Płk Wiesław Lewicki: - Wzbudzanie strachu, braku zaufania do władzy, do swoich służb i swoich żołnierzy, jest elementem wojny hybrydowej

Ostatnia seria wojskowych operacji zaczęła się 17 września. Tamtego dnia z powodu drona lecącego w kierunku granicy Polski w woj. lubelskim i podkarpackim zawyły, przed godziną 12, syreny alarmowe, a polskie lotnictwo wzbiło się w powietrze. Żaden dron nie doleciał do naszego kraju, nie wystąpiło więc żadne zagrożenie życia, ale w centralnej Polsce można było usłyszeć wielki huk samolotów bojowych. Tego dnia Dowództwo Operacyjne Rodzajów Sił Zbrojnych wydało następujący komunikat:

„Informujemy, że huk słyszalny dziś przed południem w centralnej części Polski związany był z przekroczeniem bariery dźwięku przez wojskowe samoloty bojowe. Maszyny zostały poderwane w związku z koniecznością zabezpieczenia polskiej przestrzeni powietrznej podczas uderzeń Federacji Rosyjskiej z użyciem odrzutowych bezzałogowych statków powietrznych na cele w zachodniej części Ukrainy. Działania lotnictwa prowadzone były w sposób kontrolowany, zgodnie z obowiązującymi przepisami i procedurami bezpieczeństwa”.

Polskie maszyny na niebie. Mamy powody do dumy

Płk. Wiesław Lewicki, pracownik naukowy Wydziału Zarządzania Politechniki Rzeszowskiej, wyjaśnia nam, że wojskowe myśliwce mają bardzo podrasowane silniki i wielką moc. Efekt, jaki dają, można by przyrównać do huku samochodów formuły 1, gdyby przejeżdżały naszą ulicą.

- Te silniki po prostu ryczą, nie da się ich nie słyszeć. Ale póki co, są to nasze samoloty i nie mamy czego się obawiać, natomiast mamy powody do dumy i spokoju, gdyż polskie lotnictwo wojskowe daje sobie radę – mówi pułkownik Wiesław Lewicki.

Strach jest elementem wojny hybrydowej

Płk. Wiesław Lewicki apeluje do rodaków, by zapoznawali się z zasadami obowiązującymi w momentach zagrożenia, a przede wszystkim nie ulegali strachowi, gdyż jest on wykorzystywany do prowadzenia skutecznej wojny hybrydowej.

- Wzbudzanie strachu, braku zaufania do władzy, do swoich służb i swoich żołnierzy, jest elementem wojny hybrydowej. Ulegając strachowi, osłabiamy pozycję państwa, sprawiamy, że obywatele nie wierzą we własny rząd, niezależnie od tego czy jest on prawicowy, lewicowy, czy centrowy. Ulegając strachowi, podważamy możliwości służb odpowiedzialnych za utrzymanie bezpieczeństwa. Od tego jest tylko jeden krok, by wywołać niepokoje społeczne i chaos. W kraju, w którym panuje nieład społeczny, łatwo przejść do kolejnego etapu agresji – nawet do pełnoskalowej wojny - zaznacza pułkownik.

Czy można rozpoznać dźwięk bezzałogowca?

- Nie da się określić jednym słowem efektów dźwiękowych towarzyszących dronom. Mają one różne zasilania, nawet bazujące na wręcz prymitywnych silnikach od kosiarek, inne mają elektryczne, jeszcze inne turboodrzutowe. Nie da się ich zaklasyfikować jednym spektrum dźwiękowym. Każdy dron będzie wydawał inny dźwięk.

Ekspert: Alerty mają pomagać, a nie zwiększać lęk

Rozmówca „Nowin” uważa, że coraz częstsze komunikaty Rządowego Centrum Bezpieczeństwa odnoszą odwrotny efekt od zamierzonego: podnoszą presję na społeczeństwo i jego obawy, zamiast uspokajać.

Dlatego przestrzega przed dramatyzowaniem.

– Póki co nie dramatyzowałbym. W swoim domu mam piwnicę, ale jak na razie nie zamieniam jej na bunkier – mówi płk Wiesław Lewicki, pracownik naukowy Wydziału Zarządzania Politechniki Rzeszowskiej. ©℗

eprasa.pl 0bd268d27c

JAROSŁAW

Atak nożownika. Jedna osoba nie żyje, cztery są ranne

Klaudia Oronowicz-Chudzik

Do dramatycznego zdarzenia doszło w czwartek rano na terenie opactwa przy ul. Benedyktyńskiej. 31-letni obywatel Ukrainy zaatakował nożem pięć osób. Jedna z nich, duchowny, zmarła.Cztery osoby trafiły do szpitali. Jedna jest w stanie ciężkim.

Jak powiedziała na konferencji prokurator, dwie najciężej ranne osoby znajdują się w Centrum Opieki Medycznej w Jarosławiu. - Ich stan jest ciężki, ale w odniesieniu do jednej osoby (...) możemy powiedzieć, że ten stan jest stabilny. Druga osoba jest w stanie cięższym. Pozostałe dwie osoby zostały przewiezione, jedna do szpitala w Przeworsku, kolejna do szpitala w Przemyślu – przekazała prokurator Bożena Harasz-Wołoszyn.

Wśród pięciu poszkodowanych trzy osoby były to osoby duchowne, dwie osoby świeckie, mężczyzna i kobieta.

Śledczy ustalili, że mężczyzna w nocy wjechał do Polski z Niemiec. Kierował się w stronę przejścia granicznego w Korczowej, jednak granicy tam nie przekroczył. Nie wiadomo jeszcze, jak dotarł do Jarosławia. Ustalono, że wszedł na teren opactwa i znalazł się w pomieszczeniach kuchni. Motyw ataku nadal nie jest znany. Ustalono, ze zabrał z kuchni nóż. Sprawca ataku – obywatel Ukrainy – został zatrzymany. Po udzieleniu mu pomocy na szpitalnym oddziale ratunkowym przewieziono go do Komendy Powiatowej Policji w Jarosławiu.

W związku z tragedią w j ratuszu zwołano sztab kryzysowy z udziałem wojewody Teresy Kubas-Hul. Wojewoda podkreśliła, że najważniejsze jest zapewnienie bezpieczeństwa mieszkańcom. W mieście zwiększono liczbę policyjnych patroli.

Służby zaapelowały także o niepowielanie niesprawdzonych informacji. W internecie pojawiały się m.in. błędne informacje dotyczące tożsamości zmarłego duchownego. Jak zaznaczyła wojewoda, jeden z księży, którego nazwisko wskazywano jako ofiarę śmiertelną, żyje i znajduje się w ciężkim stanie.

Po ataku służby skontaktowały się ze szkołami, przedszkolami. Zalecono zwiększoną czujność. Dyrektor prosili rodziców o osobisty odbiór najmłodszych dzieci.Miejsce tragedii znajduje się w sąsiedztwie przedszkola, dlatego wydarzenie wywołało niepokój wśród rodziców i mieszkańców.

Władze Jarosławia ogłosiły żałobę do końca tygodnia. Zaapelowano również o odwołanie planowanych w tym czasie imprez.

Służby podkreślają, że trwa postępowanie i na tym etapie nie można przesądzać o motywie działania 31-latka ani wyciągać wniosków dotyczących szerszego tła zdarzenia. pap



FOT. KLAUDIA ORONOWICZ - CHUDZIK

Śledczy ustalają dokładny przebieg ataku oraz jak mężczyzna znalazł się w opactwie w Jarosławiu.

GRATULUJEMY

Złote gody w gminie Nowy Żmigród

bh

49 par z gminy Nowy Żmigród zostało uhonorowanych Medalami za Długoletnie Pożycie Małżeńskie, przyznanymi przez prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej. Medalami honorowane są małżeństwa, które przeżyły razem co najmniej 50 lat.

Odznaczenia wręczył wójt gminy Nowy Żmigród Grzegorz Bara. W uroczystości uczestniczyli również: zastępca wójta Aleksandra Mrugał, wiceprzewodniczący Rady Gminy Krzysztof Janusz, sekretarz Mateusz Buczyński, kierownik Urzędu Stanu Cywilnego Justyna Szot oraz proboszcz parafii w Nowym Żmigrodzie ks. Stanisław Szajna.



FOT. GMINA NOWY ŻMIGRÓD/ RENATA ĆWIEK

Uhonorowano małżeństwa z co namniej 50-letnim stażem

REKLAMA 0011585257



eprasa.pl 0bd268d27c

INWESTYCJE

Rzeszów chce wziąć pożyczkę i wybudować tunel. Koszt tej inwestycji to ponad 200 mln złotych

Kinga Dereniowska

Pod ulicą Langiewicza w Rzeszowie może powstać tunel. Wszystko zależy od tego czy miastu uda się pozyskać ogromną pożyczkę.

Podkarpacka Kolej Aglomeracyjna mieszkańcom regionu ułatwia życie. Jednak nie Rzeszowianom, których droga do pracy czy domu przebiega przez skrzyżowania ulic z torami. To wydłuża powrót lub sprawia, że Rzeszowianie do szkoły czy pracy przyjeżdżają spóźnieni, bo utknęli w korkach.

Prezydent Rzeszowa chce ten problem rozwiązać. Jego pierwszym pomysłem było wybudowanie wiaduktu łączącego ul. Wyspiańskiego z Hoffmanowej. Mieszkańcy os. Pułaskiego absolutnie nie zgadzają się, aby z okien widzieli samochody.

W 2022 r. Konrad Fijołek zlecił wykonanie koncepcji inwestycji za ponad 800 tys. zł. Zlecenie trafiło do firmy Sweco. Miała dać odpowiedź na pytanie: czy na ul. Langiewicza powinien powstać tunel czy też lepszym rozwiązaniem jest wiadukt. Tunel wolą mieszkańcy, ale ten wariant jest znowu droższy.



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Przejazd kolejowy przy ul. Langiewicza. Każde opuszczenie szlabanu powoduje, że powstają olbrzymie korki

Pojawiła się szansa, aby oba interesy jakoś pogodzić.

Artur Gernand z kancelarii prezydenta Rzeszowa zgadza się, że tory kolejowe na odcinku prowadzącym od Dworca Głównego w kierunku południowym mają bardzo negatywny wpływ na ruch samochodowy, pieszy, rowerowy. I przypomina, że na tym odcinku istnieją tylko dwa bezkolizyjne przejazdy: Wiadukt Śląski oraz przejazd pod torami w ciągu al. Batalionów Chłopskich. Reszta jest wyposażona w rogatki, które są często zamykane.

Stąd konieczna jest budowa kolejnego bezkolizyjnego przejazdu, co poprawi komunikację pomiędzy centrum i wschodnią częścią miasta a zachodnią.

Wybrane zostały dwie lokalizacje. Pierwsza z nich to wiadukt na Wyspiańskiego i Hoffmanowej, a druga tunel w ciągu ul. Langiewicza. To ta druga inwestycja, decyzją prezydenta, zostanie zrealizowana w pierwszej kolejności.

- Tunel jest mniej inwazyjny dla przestrzeni miasta niż budowa wiaduktu - przekonuje Artur Gernand.

Tunel ma kosztować ponad 200 mln zł. To spora kwota, ale miasto ma szansę, aby pozyskać dofinansowanie z Krajowego Planu Odbudowy, którego operatorem jest BGK. Pożyczyć miasto chce aż 170 mln zł. W ratuszu zaznaczają, że jest możliwość umorzenia nawet do 40 proc. całej kwoty.

Gernand podkreśla, że pieniądze są potrzebne nie tylko na budowę samego tunelu, ale także na przebudowę układu komunikacyjnego.- Jednym z jego nowych elementów ma być np. rondo na skrzyżowaniu ul. Langiewicza i Chmaja - podaje.

Na pożyczkę najpierw muszą zgodzić się radni. Projekt uchwały ma zostać przedstawiony we wtorek podczas sesji. Jeśli się zgodzą i miasto otrzyma pożyczkę, to budowa wiaduktu na ul. Wyspiańskiego zostanie „zawieszona".

Co na to prezydencka opozycja? Jacek Strojny z Razem dla Rzeszowa podkreśla, że tunel pod ul. Langiewicza jest bardzo potrzebny, a Bank Gospodarstwa Krajowego oferuje bardzo dobre warunki.

- Szkoda, że tak długo zwlekano z realizacją - komentuje. Jednocześnie wskazuje, że trudno odpowiedzialnie oceniać skutki pożyczek - zarówno tej, jak i kolejnych - ze względu na przyjęte przez miasto wyliczenia nadwyżki operacyjnej.

Na pytanie, czy podczas wtorkowej sesji zagłosuje „za" radny Jacek Strojny nie odpowiedział. ©℗

REKLAMA 0011586728

GOŚ.6831.69.2026.DSG Poczesna, dnia 18.09.2026 r.

Informacja

o zamiarze wszczęcia z urzędu postępowania administracyjnego

w sprawie podziału nieruchomości o nieuregulowanym stanie prawnym

Zgodnie z art. 97a ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r.

o gospodarce nieruchomościami (t.j. (Dz.U. z 2026 r. poz. 399)

Wójt Gminy Poczesna

informuje o zamiarze wszczęcia postępowania administracyjnego w sprawie podziału nieruchomości o nieuregulowanym stanie prawnym oznaczonej w rejestrze ewidencji gruntów i budynków jako działka nr 109 o powierzchni 1,2133 ha, położonej w obrębie Sobuczyna, Gmina Poczesna, powiat częstochowski, województwo śląskie, dla której nie jest prowadzona księga wieczysta.

Podział ma na celu realizację roszczeń w oparciu o przepis art. 73 ustawy z dnia 13 października 1998 r. Przepisy wprowadzające ustawy reformujące administrację publiczną (Dz.U. z 1989 r. Nr 133 poz. 872 z późn. zm.). Wydzielona działka nr ewid. 109/5 stanowi pas drogi powiatowej nr 1054 S relacji „Częstochowa – Nierada – Rudnik Mały".

Podział prowadzony w trybie art. 95 pkt 4 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz.U. z 2026 r. poz. 399).

Wzywa się osoby, którym przysługują prawa rzeczowe do przedmiotowej nieruchomości, aby **w terminie 2 miesięcy** od dnia podania do publicznej wiadomości niniejszego ogłoszenia zgłosiły się do Urzędu Gminy Poczesna z siedzibą ul. Wolności 2, 42-262 Poczesna, pok. 16.2 i wykazały swoje prawa do ww. nieruchomości.

Po upływie tego terminu zostanie wszczęte z urzędu postępowanie w sprawie podziału ww. nieruchomości i wydana decyzja zatwierdzająca podział nieruchomości.

Niniejsze ogłoszenie podlega opublikowaniu na tablicy ogłoszeń w miejscowości Poczesna, siedzibie UG Poczesna, na stronie internetowej UG, BIP urzędu, a także w prasie o zasięgu ogólnopolskim.

Wójt Gminy Poczesna

Artur Sosna

BOGUCHWAŁA

Agresywny 46-latek próbował ugryźć ratownika medycznego

jer

Policjanci z Boguchwały zatrzymali 46-latka, który wszczął awanturę . Był agresywny nie tylko wobec domowników, ale także ratowników medycznych.

Jednemu groził pozbawieniem życia, a drugiego chciał ugryźć. Decyzją sądu, podejrzany został tymczasowo aresztowany na 3 miesiące.

Mundurowi z komisariatu w Boguchwale otrzymali zgłoszenie o awanturze domowej. Na miejscu zastali zgłaszającą oraz świadków. 46-letni domownik miał stosować wobec najbliższych przemoc psychiczną i fizyczną, grozić im pozbawieniem życia. Jedna z obecnych na miejscu osób wymagała pomocy medycznej.

Okazało się, że kiedy zespół ratownictwa przyjechał na miejsce, to właśnie na nich agresor skupił swoją uwagę. Jednemu z ratowników groził pozbawieniem życia, drugiego usiłował ugryźć.

46-latek został zatrzymany i doprowadzony do policyjnej izby zatrzymań.

Ma trzy zarzuty. Mężczyzna odpowie za znęcanie się nad osobami najbliższymi, u jednej z nich spowodował uszczerbek na zdrowiu, naruszenie nietykalności cielesnej funkcjonariusza publicznego, groźby karalne, a także usiłowanie naruszenia nietykalności cielesnej.

Akta funkcjonariusze przekazali do Prokuratury Rejonowej w Rzeszowie. Prokurator zadecydował, że najwłaściwszym środkiem zapobiegawczym będzie jego tymczasowe aresztowanie.

Sąd Rejonowy w Rzeszowie, na posiedzeniu, w pełni zgodził się z argumentacją prokuratora. Wobec czego agresywny 46-latek najbliższe 3 miesiące spędzi w areszcie tymczasowym. ©℗



FOT. POLICJA

46-latek został doprowadzony do policyjnej izby zatrzymań. Na trzy miesiące trafił do aresztu

eprasa.pl 0bd268d27c

ZDROWIE

W szpitalu w Sanoku wrze. Wszczęto spór zbiorowy

W sanockim szpitalu nastąpiło chwilowe zawieszenie broni, ale jest to cisza przed kolejną burzą, bo związki zawodowe nie zmieniają żądania odwołania dyrektor Wioletty Kacperskiej.

Dorota Mękarska

– To nie jest już konflikt związku z dyrektorką. Wszystkie osiem związków weszło już w spór zbiorowy z pracodawcą – mówi Małgorzata Sawicka, przewodnicząca Ogólnopolskiego Związku Pielęgniarek i Położnych w Sanoku.

Dyrektor SP ZOZ w Sanoku nie ukrywa, że konflikt ze związkowcami utrudnia jej zarządzanie placówką, bo publiczne informacje o rzekomych nieprawidłowościach powodują wśród pracowników niepokój.

– Moim celem jest ochrona pracowników przed tą manipulacją oraz destrukcyjnymi działaniami – zaznacza dyr. Wioletta Kacperska.



- Zgadzamy się na trudne decyzje, ale nie na taki styl zarządzania - mówi Małgorzata Sawicka

FOT. ARCHIWUM

Wszystko zaczęło się od zwolnień

Według relacji przewodniczącej, napięcie zaczęło narastać niemal natychmiast po objęciu stanowiska przez obecną dyrektorkę. Jak twierdzi Sawicka, już czwartego dnia pracy dyrektorka wskazała osoby do zwolnienia i zwróciła się do związku o informację, czy pracownicy korzystają z ochrony związkowej. Sawicka odmówiła wykonania tego w żądanym przez dyrektorkę wcześniejszym terminie.

– Powiedziałam: dla żadnego dyrektora nie przekroczyłam prawa nawet o milimetr. Szczególnie tam, gdzie chodzi o obronę pracownika – relacjonuje Sawicka.

Dyr. Kacperska mówi, że poprosiła przewodniczącą o wcześniejsze przeprowadzenie konsultacji dotyczących pracowników posiadających uprawnienia emerytalne. Po przyjściu do pracy 29 lipca dowiedziała się, że konsultacje, które miały być już wcześniej przeprowadzone, wciąż nie zostały zakończone. Tymczasem sytuacja finansowa szpitala była dramatyczna, bo brakowało pieniędzy na wynagrodzenia.

– Przewodnicząca miała możliwość przekonsultować te osoby w ciągu 15 minut albo w ciągu pięciu dni. To jest jej prawo. W żaden sposób to prawo nie zostało naruszone – przekonuje Wioletta Kacperska.

Według jej relacji sprawa na tym zakończyła się, ale po kilku dnach związki złożyły skargę na działania dyrekcji. Jak mówi przewodnicząca, do dziś nie otrzymały odpowiedzi.

Odezwałeś się – stracisz pracę

Kolejnym punktem zapalnym stała się sprawa psychologa Marcina Patronika, który wystąpił podczas burzliwej sesji rady powiatu, wzywając do przerwania ciszy wokół szpitala.

Jak relacjonuje Sawicka, dyrekcja następnie zwróciła się o opinię do związków w sprawie rozwiązania z nim umowy.

– Bez żadnej argumentacji, bez żadnej podstawy. To jest efekt mrożący: „Odezwałeś się, stracisz pracę, a cała reszta będzie siedzieć cicho" – podkreśla przewodnicząca.

Dyr. Kacperska stanowczo zaprzecza tej narracji.

– Pan Patronik nie dostał żadnego wypowiedzenia. To są fakty – podkreśla.

Jak wyjaśnia, zarzut, że konkretne osoby są wybierane w ramach odwetu za publiczną krytykę, nie znajduje potwierdzenia. Konsultacje obejmują duże grupy pracowników, a nie jedną wskazaną osobę, ponieważ reorganizacja ma dotyczyć wszystkich grup zawodowych i wszystkich komórek organizacyjnych.

Próba wejścia do „twierdzy" związków

Temperatura konfliktu sięgnęła zenitu, gdy dyrekcja w ostatni poniedziałek pojawiła się przy pomieszczeniach zajmowanych przez związki zawodowe. Sawicka relacjonuje, że dyrektorka przyszła tam z kilkoma osobami, chcąc wejść do środka. Przewodnicząca odmówiła, powołując się na zasady ochrony pomieszczeń związkowych. Według jej relacji sytuacja zrobiła się na tyle napięta, że poprosiła kadrową o wezwanie policji. Dyrektorka miała zapowiedzieć, że związkowcy mają zabrać swoje rzeczy, bo we wtorek zamki zostaną rozwiercone.

Sawicka poinformowała o tej niecodziennej sytuacji starostę, wicestarostę, przewodniczącego rady powiatu i członka zarządu, a sprawę zgłoszono na policję. Na miejsce przybył też wicestarosta Damian Biskup.

Dyrektor zaprzecza, by próbowała naruszyć autonomię pomieszczeń zajmowanych przez związki. Jak wyjaśnia, jej wizyta miała charakter techniczny. Celem miało być sprawdzenie, czy lokal można wykorzystać w związku z planami uruchomienia kolejnej poradni medycznej.

– To była czysto techniczna wizyta, zaplanowana na pięć minut – tłumaczy Kacperska.

Ostatecznie starosta miał przesłać związkom pisemne oświadczenie, w którym zapewnił o zabezpieczeniu pomieszczeń oraz czasowym wstrzymaniu działań kadrowych dyrekcji.

Nie chodzi tylko o zwolnienia

Związkowcy przekonują, że nie próbują blokować ratowania szpitala. Wręcz przeciwnie, zdaniem Małgorzaty Sawickiej pracownicy rozumieją skalę problemów finansowych placówki.

– Wiemy, co to jest 200 mln zł długu. My tę sytuację rozumiemy. Zgadzamy się na trudne decyzje, ale nie na taki styl zarządzania – mówi przewodnicząca i dodaje. – My nie chcemy tylko pieniędzy. Pragniemy, żeby ten szpital istniał. Problemem jest brak dialogu między dyrekcją a pracownikami.

Z kolei dyr. Kacperska utrzymuje, że to związki nie dążą do współpracy, a przewodniczącą zamknęła się w pomieszczeniu związkowym, jak w oblężonej twierdzy.

Składki ratują szpital

Kolejnym zarzutem ze strony związkowców jest niewypłacanie związkom potrąconych pracownikom składek. Sawicka twierdzi, że wobec jej organizacji zaległość przekracza 40 tys. zł, a wobec samorządu zawodowego – ponad 90 tys. zł. Dyrekcja miała potwierdzić, że składki zostały potrącone, ale przekazanie pieniędzy uzależnić od poprawy płynności finansowej szpitala.

Dyr. Kacperska przedstawia jednak własną wersję wydarzeń. Poprzedni dyrektor chcąc zapewnić pieniądze na wynagrodzenia pracowników, zawarł ze związkami porozumienie dotyczące zawieszenia wypłat z funduszu socjalnego i zarząd szpitala je obecnie realizuje.

– W październiku będzie informacja finansowa, która ewentualnie będzie skutkowała zwróceniem tego funduszu – zapowiada Wioletta Kacperska.

Związkowcy nie zamierzają jednak spuścić z tonu.

– Jeżeli nie będzie reakcji władz powiatu, będziemy eskalować spór – zapowiada przewodnicząca.

Zdaniem Małgorzaty Sawickiej rozwiązanie jest jedno:

– Zmienić dyrektora – mówi twardo. – I powołać osobę, która ma jakiekolwiek doświadczenie w zarządzaniu placówką ochrony zdrowia i szanuje standardy współżycia społecznego.

©℗

REKLAMA 0011585763



eprasa.pl 0bd268d27c

JASIENICA ROSIELNA

Śmierć 16-latka jadącego na crossie. Trwa śledztwo

sol

Prokuratura Rejonowa w Brzozowie wszczęła śledztwo w sprawie śmiertelnego wypadku, do którego doszło 19 września na terenie gminy Jasienica Rosielna. Życia nie udało się uratować 16-letniemu motocykliście

Do tragicznego zdarzenia doszło w sobotni wieczór w Jasienicy Rosielnej. Tego dnia funkcjonariusze Komendy Powiatowej Policji w Brzozowie pełnili służbę patrolową w rejonie gminy.

W pewnym momencie policjanci zauważyli dwie osoby poruszające się motocyklami typu cross. Jak wynika z dotychczasowych ustaleń, pojazdy nie posiadały wymaganego oświetlenia ani tablic rejestracyjnych.

Policjanci zauważyli również, że motocykliści wyprzedzali znajdujący się w ruchu inny pojazd.

Funkcjonariusze wykorzystując sygnały świetlne i dźwiękowe podjęli próbę zatrzymania obu motocyklistów. Udało się zatrzymać jednego z nich. Wtedy otrzymali informację, że drugi z kierujących uległ wypadkowi. Do zdarzenia miało dojść około 300 metrów dalej. Policjanci natychmiast podjechali w to miejsce, gdzie leżał poszkodowany motocyklista.

Funkcjonariusze podjęli czynności ratunkowe. Na miejsce wezwano Zespół Ratownictwa Medycznego. Pomimo podjętych działań 16-letni motocyklista zmarł

We wtorek, 22 września, Prokuratura Rejonowa w Brzozowie wszczęła śledztwo dotyczące śmiertelnego wypadku. Postępowanie prowadzone jest w kierunku przestępstwa określonego w art. 177 § 2 Kodeksu karnego, dotyczącego spowodowania wypadku, którego następstwem jest śmierć człowieka.

Pod nadzorem prokuratora przeprowadzono oględziny miejsca zdarzenia. Zabezpieczono także materiał dowodowy, który ma pomóc w odtworzeniu przebiegu wypadku i ustaleniu wszystkich jego okoliczności.

Śledczy prowadzą obecnie kolejne czynności procesowe. Przesłuchiwani są świadkowie, a zebrane informacje mają pozwolić na dokładne ustalenie tego, co wydarzyło się przed wypadkiem oraz w jego trakcie.

0011588610

Wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Jacka Słonki

Rodzinie i Bliskim

składają

Dyrekcja oraz pracownicy PGE
Energia Ciepła S.A. Oddział w Rzeszowie

REKLAMA 0011576056



NASZE SPRAWY

„Nie chcemy być truci": Protesty mieszkańców wokół planowanej spalarni odpadów w Kozodrzy

Plany budowy spalarni odpadów budzi ostry sprzeciw mieszkańców Kozodrzy (pow. ropczycko - sędziszowski).

Wojciech Tatara


FOT. PP

W planowanej spalarni w Kozodrzy utylizowane byłyby odpady medyczne i weterynaryjne.

Mieszkańcy nie chcą kolejnej instalacji odpadowej w tej miejscowości. Chodzi o inwestycję prywatnego przedsiębiorcy, który na zakupionej kilka lat temu działce chce uruchomić instalację do utylizacji odpadów niebezpiecznych, medycznych i weterynaryjnych. Trwa procedura związana z oddziaływaniem inwestycji na środowisko. Negatywną opinię w sprawie budowy wydał Urząd Marszałkowski

W Kozodrzy leżącej w gminie Ostrów funkcjonuje największe w regionie składowisko śmieci, gdzie trafiają odpady z całego województwa. Działa tam też Zakład Zagospodarowania Odpadów należący do gminy. Wielu mieszkańców uważa, że ta okolica nie powinna być już obciążana kolejną tego typu inwestycją.

Już mamy wysypisko

- Składowisko odpadów daje już nam się mocno we znaki. Jak jeszcze powstanie spalarnia, to chyba trzeba będzie się stąd wyprowadzić. Nieopodal planowanej inwestycji są zabudowania, więc mam nadzieję, że inwestor nie otrzyma zgody na prowadzenie w naszej miejscowości takiej działalności. Nie chcemy być truci, więc zrobimy wszystko, aby do powstania spalarni nie doszło - mówi jeden z mieszkańców Kozodrzy z którym udało się skontaktować Nowinom.

Na jakim etapie procedowania jest obecnie ta inwestycja - zapytaliśmy wójta gminy Ostrów na której terenie leży Kozodrza.

- Na ten moment został złożony raport przez inwestora i rozpoczęła się procedura wydania decyzji środowiskowej. To właśnie w jej trakcie badane są wszystkie kwestie związane z ochroną środowiska, zdrowiem ludzi, wpływem na wodę, zwierzęta czy obszary chronione. Nie ma jeszcze żadnych rozstrzygnięć, dlatego za wcześnie jest na przesądzanie, jaki będzie rzeczywisty zakres oddziaływania tej inwestycji – wyjaśnia Grzegorz Ożóg wójt gminy Ostrów.

Plan 34 tys. ton odpadów rocznie

Planowany zakład miałby zajmować się termicznym przetwarzaniem odpadów niebezpiecznych, medycznych i weterynaryjnych. W dokumentacji wymieniono m.in. odpady pochodzące z placówek medycznych i weterynaryjnych, a także niektóre odpady pochodzenia zwierzęcego. Maksymalna przepustowość instalacji ma wynosić 34 tysiące ton rocznie.

Wójt podkreśla, że samorząd nie jest inwestorem przedsięwzięcia. Wniosek złożył prywatny właściciel terenu, a gmina ma obowiązek przeprowadzić postępowanie zgodnie z obowiązującymi przepisami.

– Mieszkańcy rzeczywiście mają obawy i niechętnie patrzą na kolejną inwestycję z branży odpadowej. Ja to oczywiście rozumiem. Dlatego od samego początku postawiliśmy na pełną informację i transparentność całego postępowania – mówi Grzegorz Ożóg.

– Nie możemy po prostu odmówić prowadzenia procedury. Naszym zadaniem jest wnikliwie zbadać dokumentację, sprawdzić zgodność inwestycji z przepisami oraz planem zagospodarowania przestrzennego, a następnie uwzględnić opinie wszystkich instytucji i mieszkańców – dodaje.

Wydłużono terminy

Do 11 września trwał pierwszy etap konsultacji społecznych. Mieszkańcy mogli składać uwagi i wnioski do dokumentacji. Raport analizowały również Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska, Wody Polskie, Sanepid oraz Urząd Marszałkowski.

RDOŚ przedłużył termin wydania swojej opinii do 9 października, również Sanepid poinformował o wydłużeniu terminu na wydanie decyzji. Jedynie Wody Polskie zaopiniowały wniosek pozytywnie lecz w pobliżu planowanej inwestycji nie znajduje się żaden akwen wodny.

Z kolei marszałek województwa podkarpackiego wydał negatywną opinię dotyczącą planowanej inwestycji ze względu na nie uwzględnienie instalacji w obecnie obowiązującym Planie Gospodarki Odpadami dla Województwa Podkarpackiego. Ponadto urzędnicy marszałka zarzucili inwestorowi szereg niedociągnięć ścisłości związanych z raportem oddziaływania inwestycji na środowisko.

Wydana opinia znacznie wydłuży i tak już odległy termin podjęcia ostatecznej decyzji co do przyszłości inwestycji, jednak nie zamyka sprawy. Zdaniem wójta Grzegorza Ożoga cała procedura potrwa znacznie dłużej niż oczekują mieszkańcy.

- Sądzę, że nie zakończy się ona w tym roku. Tak skomplikowane postępowania trwają zwykle od 1 do nawet 1,5 roku. Spodziewam się również kolejnych uzupełnień raportu i następnych etapów udziału społecznego. Głos mieszkańców jest dla nas bardzo istotny i na pewno będzie brany pod uwagę - podkreśla Grzegorz Ożóg.

Na stronie internetowej gminy uruchomiono specjalną zakładkę poświęconą inwestycji. Publikowane są tam kolejne dokumenty, opinie oraz informacje dotyczące przebiegu postępowania.

Tymczasem mieszkańcy Kozodrzy zapowiadają dalsze działania przeciwko budowie spalarni i liczą, że ich argumenty zostaną uwzględnione podczas rozpatrywania sprawy.

©℗

eprasa.pl 0bd268d27c

EDUKACJA

„Wow!” - tak uczniowie oceniają swoją szkołę. III LO w Rzeszowie świętowało 115-lecie

Wojciech Tatara

Za nami uroczyste obchody 115-lecia III Liceum Ogólnokształcącego im. Cypriana Kamila Norwida w Rzeszowie, połączone z prezentacją efektów największej modernizacji w historii szkoły.



FOT. BARBARA GALAS

Dzięki kosztownej modernizacji III LO jest obecnie najnowocześniejszą szkołą w Rzeszowie, dodatkowo z bogatą 115 -letnią tradycją

Jubileusz był okazją nie tylko do przypomnienia bogatych dziejów szkoły, ale także do zaprezentowania nowoczesnej bazy dydaktycznej, która powstała dzięki inwestycji o wartości blisko 21 mln zł. Uroczystości rozpoczęły się od zwiedzania odnowionego budynku przy ul. Chopina. Następnie odbyła się oficjalna gala jubileuszowa z udziałem przedstawicieli władz samorządowych, absolwentów, nauczycieli, uczniów oraz licznie zaproszonych gości.

Dyrektor szkoły Marek Plizga przypomniał, że historia placówki sięga 1910 roku. Przez ponad wiek szkoła wychowała tysiące absolwentów i na trwałe wpisała się w historię Rzeszowa. Szczególnym momentem obchodów była część artystyczna. Uczniowie recytowali wybrane utwory patrona szkoły, Cypriana Kamila Norwida, a publiczność wysłuchała również krótkiego recitalu muzycznego przygotowanego przez uczennice liceum.

Modernizacji warta 21 mln złotych

Jednym z najważniejszych punktów jubileuszu była prezentacja zakończonej modernizacji budynku. Generalny remont rozpoczął się po podpisaniu umowy z wykonawcą 25 października 2024 roku, a odnowiony obiekt został przekazany szkole 10 kwietnia 2026 roku. Prace prowadzono w czasie normalnego funkcjonowania placówki, co stanowiło duże wyzwanie zarówno dla uczniów, jak i nauczycieli. Zakres inwestycji był bardzo szeroki. Obejmował kompleksową przebudowę i modernizację budynku, unowocześnienie sal lekcyjnych, wymianę infrastruktury technicznej oraz wyposażenia szkoły w nowoczesne technologie. Dzięki dodatkowym środkom z funduszy europejskich kupiono m.in. 20 dużych ekranów multimedialnych, nowoczesny sprzęt komputerowy oraz 40 zestawów okularów VR. W całym obiekcie wykonano również nowoczesną sieć światłowodową.

- Remont miał kosztować 13,8 mln zł, potem 17, 3 mln zł, a ostatecznie zakończył się kwotą 21 mln zł. Gdyby nie wsparcie miasta, nie wiem, co by było. Dziś, gdy pytam uczniów, jak podoba im się szkoła, odpowiadają krótko: „wow”. Chcemy otaczać opieką naszych uczniów, przekazując im wiedzę w jak najlepszych warunkach. Dodam że pierwsza matura odbyła się w niepodległej Polsce, kiedy to liceum zostało założone. Przystąpiło do niej trzynaście dziewcząt i wszystkie zdały. W tym roku przystąpiło do matury 281 osób i również zdali wszyscy. Trzymamy się więc tego, co było na początku -powiedział Marek Plizga dyrektor III LO w Rzeszowie.

Edukacyjna chluba miasta

Z kolei prezydent Rzeszowa Konrad Fijołek podkreślał, że inwestycja była konieczna zarówno ze względu na stan budynku, jak i potrzeby kolejnych pokoleń uczniów. - To miejsce jest chlubą naszego miasta i jednym z piękniejszych zabytkowych budynków Rzeszowa. Należało zapewnić młodym ludziom warunki nauki na miarę XXI wieku. Chcemy w symboliczny sposób pokazać, że III Liceum wkracza w XXI wiek – powiedział prezydent.

Podczas uroczystości dyrektor szkoły wręczył Konradowi Fijołkowi okolicznościowy medal jako wyraz wdzięczności za wsparcie i zaangażowanie w realizację inwestycji. ©℗

MATERIAŁ INFORMACYJNY WARTY

0111525386

Cyberatak na firmę. Czy wiesz, co zrobić w pierwszych minutach?

Dla współczesnej firmy cyfrowe narzędzia są często równie ważne jak pracownicy, maszyny czy lokal. System sprzedażowy, poczta elektroniczna, bankowość internetowa, dane klientów i dokumentacja w chmurze pozwalają działać szybciej i sprawniej, ale jednocześnie tworzą nowe obszary ryzyka. Cyberatak może dziś dotknąć zarówno jednoosobową działalność gospodarczą, jak i średniej wielkości przedsiębiorstwo. A kiedy do niego dojdzie, liczy się nie tylko to, czy firma ma ubezpieczenie. Równie ważne jest, jak szybko może otrzymać profesjonalną pomoc.



Cyfryzacja – szansa i źródło zagrożeń

Jeszcze kilka lat temu cyberbezpieczeństwo mogło wydawać się tematem zarezerwowanym dla największych organizacji. Dziś trudno tak myśleć. Mały sklep internetowy przetwarza dane klientów i przyjmuje płatności online. Firma usługowa korzysta z poczty elektronicznej, dokumentów w chmurze i bankowości internetowej. Zakład produkcyjny opiera część procesów na systemach IT. Wraz z cyfryzacją rośnie więc liczba punktów, przez które przestępcy mogą próbować dostać się do organizacji. Phishing, ransomware, kradzież danych czy oszustwa internetowe nie są już wyłącznie problemem dużych korporacji.

Dla mniejszej firmy skutki cyberincydentu mogą być szczególnie dotkliwe. Jeżeli system sprzedażowy przestaje działać, zamówienia nie są obsługiwane. Jeśli zaszyfrowane zostają dane, pracownicy mogą nie mieć dostępu do informacji potrzebnych do wykonywania codziennych obowiązków. Wyciek danych może natomiast oznaczać konieczność wyjaśnienia sytuacji klientom, a także konsekwencje prawne i finansowe. Według danych Check Point Research polskie firmy mierzą się średnio z jednym cyberatakiem co 5,5 minuty. Co istotne, wzrost liczby ataków deklaruje 40 proc. małych i 38 proc. średnich firm w Polsce.

W cyberataku każda minuta może mieć znaczenie

Cyberincydent trudno porównać ze standardową szkodą, którą można zgłosić po fakcie i spokojnie czekać na dalsze działania. W przypadku ataku przedsiębiorca często musi reagować natychmiast. Najpierw trzeba zatrzymać lub ograniczyć rozprzestrzenianie się zagrożenia. Następnie ustalić, jakie dane i systemy zostały objęte incydentem, zabezpieczyć infrastrukturę, rozpocząć odzyskiwanie danych i możliwie szybko przywrócić działalność.

W niektórych przypadkach potrzebna będzie również pomoc prawna albo wsparcie w komunikacji z klientami i innymi interesariuszami. Dla właściciela małej firmy może być to szczególnie trudne. Nie zawsze ma on dostęp do własnego zespołu cyberbezpieczeństwa, prawnika specjalizującego się w ochronie danych czy ekspertów od komunikacji kryzysowej. W momencie ataku musi natomiast podejmować decyzje szybko – często w sytuacji dużego stresu. Dlatego skuteczna ochrona powinna obejmować nie tylko finansowe skutki zdarzenia, lecz także realne wsparcie wtedy, gdy jest najbardziej potrzebne.

Ubezpieczenie od zagrożeń w cyberprzestrzeni Warty zostało zaprojektowane tak, aby odpowiadać na różne konsekwencje cyberincydentu. Ochrona obejmuje zarówno straty własne przedsiębiorcy, jak i odpowiedzialność wobec osób trzecich. Jest dostępna dla firm o różnej skali działalności, w tym również dla jednoosobowych działalności gospodarczych.

Zakres ochrony może obejmować m.in. koszty związane z odzyskiwaniem danych po cyberataku, finansowe skutki zaszyfrowania danych i wymuszenia okupu – zgodnie z warunkami ubezpieczenia. Uwzględnia również konsekwencje przerwy w działalności. Jeżeli cyberincydent uniemożliwia firmie normalne funkcjonowanie, ochrona może obejmować utracony zysk oraz koszty stałe ponoszone w czasie przestoju.

Istotny jest także aspekt odpowiedzialności. Wyciek danych może prowadzić do roszczeń osób trzecich, a cyberincydent może wiązać się z postępowaniami regulacyjnymi. W ramach określonych w warunkach ubezpieczenia Warty obejmuje również koszty obrony prawnej, odszkodowania z tytułu roszczeń cywilnych oraz koszty postępowań regulacyjnych związanych z cyberincydentem.

Jednym z elementów ochrony jest także zakres „eCrime”, dotyczący utraty środków finansowych ubezpieczającego w wyniku cyberprzestępstw i oszustw internetowych, przy spełnieniu warunków wskazanych w OWU.

24/7 – pomoc wtedy, kiedy dochodzi do incydentu

Najważniejszym wyróżnikiem rozwiązania Warty jest jednak połączenie ochrony ubezpieczeniowej z natychmiastową reakcją ekspertów dostępnych 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. W przypadku cyberataku przedsiębiorca nie zostaje sam z pytaniem, od czego zacząć. Już podczas pierwszej rozmowy telefonicznej ekspert może pomóc w podjęciu działań zmierzających do zatrzymania trwającego ataku. Następnie, zależnie od sytuacji, organizowana jest pomoc kolejnych specjalistów.

Mogą to być eksperci IT, którzy zajmą się techniczną stroną incydentu, prawnicy wspierający przedsiębiorcę w kwestiach związanych m.in. z naruszeniem danych, a także eksperci PR, jeżeli sytuacja wymaga odpowiedniego przygotowania komunikacji.

Cyberodporność zaczyna się przed atakiem

Dobre przygotowanie do cyberincydentu nie oznacza zakładania, że atak na pewno nastąpi. Oznacza świadomość, że nawet przy stosowaniu odpowiednich zabezpieczeń nie da się całkowicie wyeliminować ryzyka. Dlatego warto łączyć kilka elementów: aktualne zabezpieczenia techniczne, regularne kopie zapasowe, odpowiednio przeszkolonych pracowników, procedury reagowania oraz rozwiązania, które pomogą ograniczyć finansowe i organizacyjne skutki incydentu. W tym podejściu ubezpieczenie cyber jest nie tyle dodatkiem do działalności, ile jednym z narzędzi zarządzania ryzykiem.

eprasa.pl 0bd268d27c

NASZE BEZPIECZEŃSTWO

Patrioty cały czas strzegą Jasionki i Podkarpacia

Piotr Samolewicz

Wicepremier, minister obrony narodowej Władysław Kosiniak-Kamysz zapewnił wczoraj w Jasionce, że sojusznicze systemy Patriot nadal bedą strzegły lotniska i Podkarpacia.

Wicepremier odwiedził POLLOGHUB Rzeszów-Jasionka, czyli miejsce przeładunku sprzętu wojskowego i pomocy humanitarnej dla Ukrainy, oraz stanowiska ogniowe obrony przeciwlotniczej Sił Zbrojnych RP i kontyngentów wojskowych niderlandzkiego i brytyjskiego w rejonie Portu Lotniczego Rzeszów-Jasionka.

Holendrzy stacjonują w Jasionce z systemem rakiet Patriot. Wicepremier rozmawiał też z żołnierzami 15. Pułku Przeciwlotniczego z Gołdapi i 18 Pułku Przeciwlotniczego z Zamościa, ochraniającymi lotnisko wyrzutniami iLauncher wyposażonymi w rakiety CAMM, a obsługiwanymi przez system Mała Narew. W POLLOGHUB -ie służy 500 polskich żołnierzy.



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Władysław Kosiniak-Kamysz poinformował, że Holendrzy przedłużyli swoje stacjonowanie w Jasionce do grudnia.

- To zintegrowany system i razem z Patriotami stanowi ochronę lotniska, Rzeszowa, Podkarpacia, ludności cywilnej mieszkającej na tym terenie, a także naszych operacji. Dzisiaj nasze samoloty i czeskie Gripeny operowały w polskiej przestrzeni powietrznej. Podniesiony jest stan gotowości na przejściach granicznych. Trwa zmasowany atak na Ukrainę, powtarza się on co kilkadziesiąt minut. Wysyłane są kolejne drony, zarówno tradycyjne, jak i z silnikami odrzutowymi. Federacja Rosyjska używa też innego sprzętu zagrażającego stabilności przejść granicznych, co sprawia, że wszystkie nasze systemy muszą być w pełnej gotowości – powiedział na spotkaniu z dziennikarzami.

Minister poinformował, że Holendrzy przedłużyli swoje stacjonowanie w Jasionce do grudnia. Nie zdradził, kto zastąpi Holendrów, ale zapewnił, że systemy Patriot będą cały czas na lotnisku w Jasionce.

Minister podkreślił, że największa polska inwestycja na zbrojenia kosztuje 250 mld zł. Suma ta jest przeznaczona w zintegrowaną obronę przeciwrakietową i przeciwlotniczą, w system Narew, Wisła, Pilica, Pilica Plus i San. Kolejne 700 mld zł jest w kontraktach zbrojeniowych.

- Federacja Rosyjska ewidentnie przyjęła strategię dążącą do zniechęcenia państw NATO do udzielania pomocy, rozbicia wspólnoty Zachodu i wspólnoty narodowej w Polsce. – powiedział wicepremier.

Szef MON potwierdził, że prezydent Donald Trump kilka miesięcy temu podjął „kierunkową decyzję" o powstaniu bazy wojsk amerykańskich w Polsce. To proces wymagający współpracy wszystkich ośrodków władzy w Polsce i taka jest.

- Jest porozumienie między rządem i prezydentem, pracujemy nad tym, żeby ostateczna, już formalna i podpisana decyzja była podjęta w ciągu najbliższych tygodni. Moi zastępcy, którzy są teraz w Stanach Zjednoczonych, mówią, że zbiegnie się to z zakończeniem przeglądu stacjonowania wojsk amerykańskich w Europie, który został określony na koniec listopada lub grudzień. Do grudnia powinniśmy spodziewać się ostatecznych decyzji. Lokalizacje [bazy] były mapowane i prezentowane przez stronę polską i wizytowane przez stronę amerykańską. Są prowadzone rozmowy w Waszyngtonie na temat lokalizacji. Amerykanie – np. wysunięte dowództwa 5. Korpusu - już są w Poznaniu. Wspólnie przebudowujemy lotnisko we Wrocławiu. Jest wskazanych kilka lokalizacji [bazy]. Amerykanie je odwiedzali, to do nich będzie należała ostateczna decyzja wyboru – mówił szef MON.

- Wierzę, że ta ostateczna wynegocjowana decyzja będzie podpisana i wtedy mamy kilka lat na jej realizację. Wdrażanie jej w życie będzie dużo łatwiejsze, niż ten moment do jej podpisania – zakończył swoją wypowiedź Władysław Kosiniak-Kamysz.

Powstanie nowej bazy wojskowej będzie kosztowało Polskę kilkanaście miliardów złotych. ©℗

PODKARPACKIE

Księża pokonali samorządowców w jubileuszowym meczu w Lubeni

Wojciech Tatara

Sportowe emocje, pomoc potrzebującym i uroczyste otwarcie jednej z najważniejszych inwestycji sportowych w gminie Lubenia. Jubileuszowy X mecz charytatywny Samorządowcy kontra Księża przyciągnął tłumy kibiców.

Dochód z widowiska przeznaczono na wsparcie działalności Stowarzyszenia Pomocy Osobom Niepełnosprawnym z Gminy Lubenia. Dzięki hojności uczestników udało się zebrać ponad 7,5 tysiąca złotych.

Na murawie nie brakowało zaangażowania i sportowej walki. W drużynie samorządowców, oprócz pomysłodawcy i organizatora imprezy, czyli wójta gminy Lubenia Adama Skoczylasa, zagrali m.in. Konrad Fijołek prezydent Rzeszowa, Wojciech Piech wójt gminy Dynów, zastępca burmistrza Głogowa Młp. Mirosław Osetek, nadbryg. Tomasz Baran podkarpacki komendant wojewódzki Państwowej Straży Pożarnej, Andrzej Ślipski wójt gminy Czudec, Wojciech Kruczek przewodniczący rady gminy Błażowa i jego odpowiednik z Lubeni - Feliks Solecki.

Z trybun piłkarzy dopingowali poseł Zdzisław Gawlik, senator Józef Jodłowski, a także wicewojewoda Wiesław Buż. Mecz był bardzo wyrównany, zaangażowania i woli walki nie brakowało z każdej strony. Ostatecznie nieznacznie lepsi okazali się Księża. Dla zwycięskiej drużyny bramki strzelili ks. Mateusz Mądro wikariusz parafii Matki Bożej Różańcowej w Rzeszowie i Przemysław Krzysztoń wikary z parafii Najświętszego Serca Jezusowego w Kamieniu. Honorowe trafienie dla drużyny Samorządowców i przyjaciół zanotował trener Startu Lubenia Krzysztof Filuś.

Mecz był zwieńczeniem uroczystości związanych z oficjalnym otwarciem przebudowanego stadionu sportowego i nowoczesnego budynku klubowego. W nowym obiekcie mieszczą się szatnie dla piłkarzy oraz zaplecze niezbędne do funkcjonowania klubu.

- Oddajemy do użytku obiekt, który będzie służył nie tylko sportowcom, ale również dzieciom, młodzieży i mieszkańcom. Nowoczesny stadion i zaplecze szatniowe to przede wszystkim nowe możliwości treningów, rozwijania talentów i realizowania sportowych marzeń – mówił wójt gminy Lubenia Adam Skoczylas.

Modernizacja stadionu rozpoczęła się w 2024 roku. Zakres prac był bardzo szeroki. Powstał budynek szatni, wybudowano trybuny, wykonano ogrodzenie i nowe oświetlenie. Całkowicie wymieniono nawierzchnię boiska oraz stworzono system odwodnienia. Wartość inwestycji wyniosła ponad 4 mln zł, z czego 80 proc. pochodziło z dofinansowania z Rządowego Programu Inwestycji Strategicznych Polski Ład.

Z nowej inwestycji nie krył zadowolenia również prezes GKS Start Lubenia Łukasz Wajda.

- Jesteśmy głównym użytkownikiem tego obiektu. Staraliśmy się o ten stadion od lat. Chciałbym bardzo podziękować wójtowi, bo to głównie jego zasługa. Modernizacja rozpoczęła się w 2024 roku, a jubileusz trzydziestolecia klubu dodatkowo przyspieszył realizację prac. Dzisiaj możemy oglądać ich efekty - podkreślał prezes Wajda.

Oficjalne otwarcie połączone z charytatywnym meczem pokazało, że sport może jednoczyć mieszkańców i skutecznie pomagać osobom najbardziej potrzebującym. Dzięki wydarzeniu po raz kolejny zyskali podopieczni stowarzyszenia działającego na rzecz osób z niepełnosprawnościami.



FOT. W.TATARA, UG LUBENIA

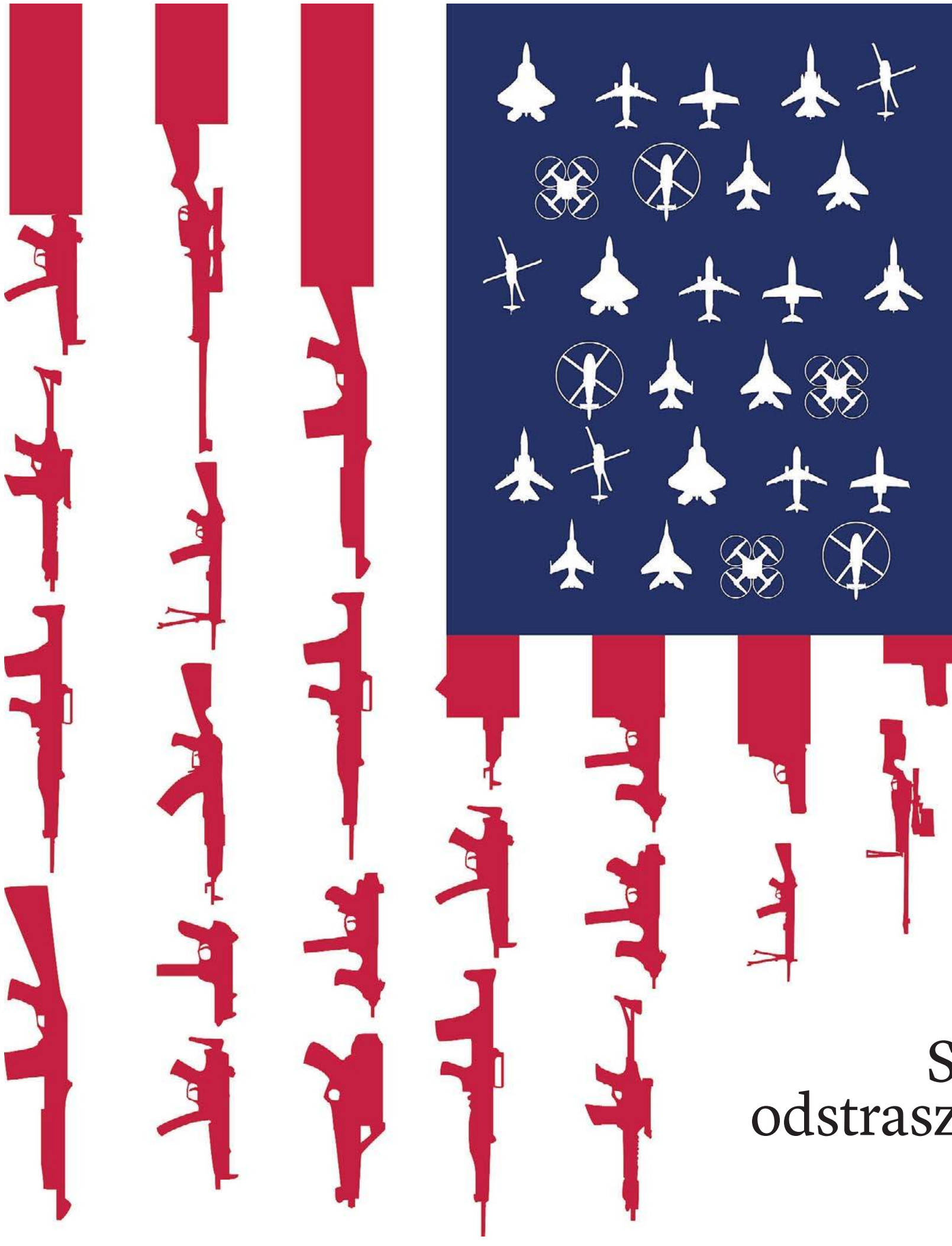
Mimo, że mecz był charytatywny, na murawie stadionu w Lubeni nie brakowało gorących starć i znanych nazwisk.

eprasa.pl 0bd268d27c

Krzemień pasiasty to kamień optymizmu. Zdobi i dodaje energii – **Strona 14**

Stanisław Domarski: Mój muzyczny świat– **Strona 16**

PULS*regionów*



Stany odstraszania

– Str. 20-21

BT

eprasa.pl 0bd268d27c

SPORT

Adrian Rzeźnik: Byłbym załamany, gdyby mi to mistrzostwo uciekło

Gdy okazało się, że wygrałem, że jestem pierwszy, wszyscy w zespole mieli łzy w oczach. Moje też zrobiły się wilgotne – mówi 19-letni Adrian Rzeźnik (Orlen Team), rzeszowski kierowca, najmłodszy w historii zwycięzca Rajdowych Samochodowych Mistrzostw Polski.

Tomasz Ryzner



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Adrian Rzeźnik jest najmłodszym kierowcą, który triumfował w Rajdowych Samochodowych Mistrzostwach Polski - Drugie miejsce mnie kompletnie nie interesowało – zapewnia Adrian Rzeźnik, od kilku dni mistrz Polski.

Odpoczywasz?

Na razie mam obowiązki sponsorskie. Prawie codziennie coś jest.

Ciągle jesteś nastolatkiem. Może nie potrzebujesz odpoczynku?

Potrzebuję. Planuję wyjechać w jakieś ciepłe miejsce, popływać, poleżeć na słońcu. Jeżdżę tu i tam, także za granicę, ale to nie są podróże. Od czasu do czasu chciałbym się poczuć jak zwyczajny turysta.

No to do rzeczy. Przed Rajdem Wisły miałeś punkt przewagi na braćmi Szejami, tyle co nic. Oni pochodzą z Ustronia, znali teren, ty nie. Musiało ci wystarczyć tak zwane zapoznanie z trasą. Miałeś po nim dobre przeczucia?

Mieszane. Wyszło mi, że 60 procent trasy jest okej, ale pozostałe 40 procent już nie bardzo. Były tam odcinki szutrowe, inne pokryte jakimiś starymi płytami, rozwalonym asfaltem. Idealne miejsca, że złapać kapcia. Nie wiedziałem, czego się spodziewać.

Jak się relaksowałeś przed startem? Słuchałeś muzyki?

Przed pierwszym rajdem w sezonie założyłem słuchawki, później z tego zrezygnowałem, ale mogę powiedzieć, że zanim w Wiśle ruszyłem na trasę, grała mi w głowie piosenka „Po swoje" Belwedera.

Po pierwszym dniu rajdu byłeś już jedną nogą na najwyższym stopniu podium. Seria wygranych odcinków dała ci 34 sekundy przewagi nad drugim miejscem. Idealny dzień, jazda bez przygód?

Można tak powiedzieć. Samochód został świetnie ustawiony, mogłem cisnąć, jechać swoim tempem. Ostatni OS odbył się po zachodzie słońca. Przydały się wtedy specjalne okulary, które dostałem od taty (Maciej Rzeźnik to były rajdowy wicemistrz Polski, zwycięzca Rajdu Rzeszowskiego – red.).

?

Mają żółte szkła, trochę rozjaśniają obraz. Czułem się za kierownicą trochę tak, jakbym grał w grę komputerową z serii WRC.

W drugim dniu to bracia Szejowie wygrywali kolejne oesy, a twoja przewaga topniała. Było nerwowo?

Nie od razu, choć na pierwszy odcinek wjechałem na nierozgrzanych oponach. Tak się złożyło, że nie było na to dość czasu. Zacząłem tracić, ale po pierwszej pętli wciąż mieliśmy 25 sekund przewagi. To dużo. Byłem spokojny.

Zaliczka nadal się jednak zmniejszała.

Niechcący w tym pomogłem. Na jednym z szutrowych odcinków za późno zahamowałem, przód auta wyleciał z trasy, trzeba było cofać. Trwało to z 11-12 sekund. Na kolejnym oesie Jarosław Szeja pojechał na dużym ryzyku, więc przewaga znów się zmniejszyła.

Przed finałowym odcinkiem zmalała do 6,2 sekundy. W tym momencie spokojny już raczej nie byłeś...

Nie było szans, pojawiły się grube emocje. Trudno to opisać, miałem milion myśli. Dobre było to, że było około godziny przerwy, zanim trzeba było wyjechać na ostatni OS. Mieliśmy czas na analizę sytuacji. Co mogę dodać, podjęliśmy rękawicę, wróciliśmy do jazdy z pierwszego dnia rajdu i wygraliśmy ten Power Stage. Na koniec przewaga wyniosła 7 sekund „z groszami".

Co było potem?

Jedne rzeczy pamiętam, drugie nie bardzo. Każdy w zespole miał łzy w oczach, moje też się zrobiły wilgotne. Jeszcze gdy byłem w samochodzie, pojawiły się kamery, mikrofony. Trzeba było coś na gorąco powiedzieć. To właśnie nie bardzo pamiętam, ale mówiłem chyba do rzeczy (śmiech).

Ktoś powiedział coś, co zapadło ci w pamięć?

Filip Nivette, który jest moim nauczycielem i przyjacielem, wysłał sms-a „witaj w gronie mistrzów". Gdy sam zdobył mistrzostwo Polski (w 2017 roku - red), dostał identyczną wiadomość od Łukasza Habaja (MP w 2015 roku – red.). Miał nadzieję, że będzie mógł kiedyś zrobić to samo. Miła rzecz.

Była impreza po rajdzie?

Było spotkanie z zespołem niedaleko od Wisły.

Sprawiłeś sobie w Wiśle wymarzony prezent na urodziny. We wtorek kończysz 20 lat. Jakieś plany na ten dzień?

Nic szczególnego na razie nie planuję. Może coś się urodzi z marszu.

Andrzej Rosiewicz śpiewał, że „czterdzieści lat minęło jak jeden dzień". Dwadzieścia mija chyba wolniej...

Na początku pewnie tak, ale od piętnastego roku życia czas bardzo przyspieszył. Sporo się dzieje i nie pamiętam, kiedy przeleciało ostatnie pięć lat.

Wyhamujesz teraz ze startami?

Generalnie tak, ale w grudniu chcemy wystartować w Rajdzie Barbórka.

Mówisz w liczbie mnogiej, co mi przypomina, że nie jechałeś po mistrzostwo sam. Powiedz kilka słów o Kamilu Kozdroniu, twoim pilocie.

Ma dużą odwagę, skoro jeździ ze mną. Poważnie mówiąc, jest pracowity, profesjonalny, a przy tym to pozytywny, otwarty człowiek. Jest taki, jak to widać na zdjęciach.

A jakbyś siebie opisał?

Jestem szczery, mówię, co myślę. Pewnie nie zawsze warto takim być, ale w sporcie jest to raczej zaleta.

To powiedz na koniec jeszcze coś od serca.

Nie byłoby tego sukcesu, gdyby nie wsparcie rodziny, mojego taty, Filipa Nivette, Grzegorza Grzyba, całego zespołu, naszych partnerów. Muszę też dodać, że kompletnie mnie nie interesowało drugie miejsce.

Lubisz powiedzenie, że „drugi to pierwszy z przegranych".

Bo tak to widzę. Byłbym zły, gdybym wypuścił to mistrzostwo z rąk. Zły to zresztą za słabe słowo. Byłbym załamany. ©℗

eprasa.pl 0bd268d27c

MATERIAŁ INFORMACYJNY PKP S.A.
0011580976

100 lat PKP. Kolej, która nie stoi w miejscu

Są takie miejsca, w których historii można niemal dotknąć. Wystarczy stanąć na peronie, spojrzeć na fasadę starego dworca, posłuchać stukotu kół. Przeszłość zostaje bowiem w architekturze, w nazwach stacji, w przebiegu torów... A jednocześnie trudno znaleźć dziedzinę, w której zmiany ostatnich lat byłyby tak wyraźne! Nowe pociągi, modernizacje linii, przebudowane dworce i rosnąca liczba pasażerów pokazują, że kolej w Polsce to bez wątpienia transport przyszłości.



Olsztyn Główny

MAT. PKP S.A.

W 2026 roku Polskie Koleje Państwowe obchodzą swoje 100-lecie. To szczególny moment, bo jubileusz PKP przypada niemal dokładnie 200 lat po narodzinach kolei na świecie. Z tej okazji Sejm RP ustanowił 2026 Rokiem Polskiej Kolei. Trudno o lepszy pretekst, by na chwilę zwolnić i spojrzeć na kolej nie tylko jak na środek transportu, lecz także jak na fragment historii Polski, która nieustannie się pisze.

Kolej znów przyciąga podróżnych

Pociąg coraz częściej jest świadomym wyborem podróżnych: wygodnym, przewidywalnym i pozwalającym wykorzystać czas podróży inaczej niż za kierownicą. Potwierdzają to liczby. W 2025 roku z usług kolei skorzystało w Polsce ponad 438,97 mln osób – o ponad 31,4 mln więcej niż rok wcześniej. To wzrost o 7,7 proc. i dowód na to, że kolej przeżywa w Polsce drugą młodość. W samym II kwartale 2026 roku pociągami podróżowało 119,4 mln pasażerów, czyli o 9,6 proc. więcej niż w analogicznym okresie roku poprzedniego.
Za rosnącą popularnością kolei muszą jednak nadążać inwestycje. Nowe pociągi to tylko część większej zmiany. Równie ważne są tory, perony, przystanki, systemy informacji oraz dworce. I to właśnie one najlepiej pokazują, jak bardzo zmieniła się polska kolej.

Dworzec – więcej niż poczekalnia

Dworzec – miejsce, w którym po prostu kupowało się bilet, sprawdzało godzinę odjazdu, czekało na pociąg i ruszało w dalszą drogę. Dziś coraz częściej jest on także elementem przestrzeni miejskiej. Widać to zarówno w dużych miastach, jak i w niewielkich miejscowościach. Zabytkowe obiekty odzyskują dawny blask, a przy okazji wyposażane są w rozwiązania, o których ich projektanci sprzed stu lat nawet nie śnili.

Spójrzmy chociażby na Zbąszyń. Niemal stuletni dworzec, wzniesiony w latach 1927–1929, został odnowiony z poszanowaniem modernistycznej architektury. Zachowano charakterystyczne elementy budynku, w tym godło Polski na wysokiej wieży, a jednocześnie wnętrze dostosowano do współczesnych potrzeb pasażerów. Pojawiły się między innymi windy, oznaczenia w alfabecie Braille'a, ścieżki prowadzące i nowoczesny system informacji. Dworzec znów stał się wizytówką miasta, łącząc tradycję z nowoczesnością.
Podobną opowieść można snuć o Skierniewicach. Pierwszy dworzec powstał tu w 1845 roku – wraz z uruchomieniem Kolei Warszawsko-Wiedeńskiej. Obecny budynek przeszedł kompleksową modernizację, podczas której zachowano jego historyczną bryłę i charakterystyczne elementy wystroju.

Od pierwszych pociągów do współczesnych węzłów

21 maja 1842 roku na stacji w Oławie wydarzyło się coś niezwykłego. Do miasta przyjechał pierwszy pociąg z Wrocławia. Nie był to zwyczajny kurs. Odświętnie udekorowanym składem przyjechało 400 zaproszonych gości, a wydarzeniu przygrywała orkiestra. Kolej była wówczas sensacją – symbolem nowej epoki.
Jak widzimy, historia polskiej kolei jest znacznie starsza niż PKP. Należąca do Kolei Górnośląskiej trasa Wrocław–Oława to pierwszy odcinek kolei, jaki uruchomiono na terenie dzisiejszej Polski. W Oławie mieści się najstarszy w Polsce czynny dworzec kolejowy. Kamień węgielny pod jego budowę położono w 1841 roku, a gotowy obiekt oddano do użytku rok później. Dziś zabytkowy budynek przechodzi metamorfozę – ma zachować swój historyczny charakter, a jednocześnie odpowiadać współczesnym standardom i potrzebom pasażerów.

Największe dworce i zmiana na wielką skalę

O tym, jak bardzo kolej stała się częścią codziennego życia, najlepiej świadczą największe stacje. Według danych Urzędu Transportu Kolejowego za 2025 rok liderem pod względem wymiany pasażerskiej został Kraków Główny, z którego skorzystało niemal 31 mln pasażerów. Na drugim miejscu znalazł się Poznań Główny, a na trzecim Wrocław Główny. Łącznie na polskich stacjach wsiadło i wysiadło w ubiegłym roku ponad 873 mln osób.
Te dworce są przy tym czymś więcej niż punktami na kolejowej mapie. Każdy z nich ma własny charakter i historię. Są bramami do miast, miejscami spotkań. Współczesny dworzec musi sprostać znacznie większej liczbie zadań niż jego poprzednicy. Ma być wygodny, dostępny, dobrze skomunikowany z transportem miejskim. Jest też punktem lokalnych usług, biznesu i kultury.

Nowa architektura na kolejowej mapie Polski

Zmiana nie polega wyłącznie na odnawianiu starych budynków. PKP buduje także zupełnie nowe dworce. W Olsztynie nowy Dworzec Główny otrzymał lekką, przeszkloną bryłę nawiązującą kształtem do żagla. Modernizacja objęła również stację i perony, a nowy tunel pod dworcem połączył dwie części miasta wcześniej rozdzielone torami. To dobry przykład tego, że dworzec może być i elementem infrastruktury kolejowej, i częścią miejskiej przestrzeni.



Gdańsk Główny

MAT. PKP S.A.

Z kolei Łódź Kaliska pokazuje, jak współczesna architektura może „rozmawiać" z historią. W budynku zachowano trójnawowy charakter dworca, a we wnętrzu wykorzystano między innymi miedziane elementy i duży świetlik. Podczas prac odkryto fragmenty ceramicznych posadzek pochodzących z pierwszego Dworca Kaliskiego z początku XX wieku. Zamiast je ukrywać, wyeksponowano je w tunelu, tworząc małą lekcję historii dla kolejnych pokoleń podróżnych.
Ale kolej nie kończy się na największych miastach. W małych miejscowościach nowe lub odnowione dworce często zyskują dodatkowe funkcje i stają się sercem życia lokalnego – jak chociażby w Łomnicy w Dolinie Popradu.
W 2026 roku na dworcach PKP trwa intensywny program inwestycyjny. W pierwszej połowie roku zakończono trzy projekty modernizacyjne o łącznej wartości 124 mln zł, ogłoszono 27 nowych przetargów i podpisano 14 umów dotyczących prac projektowych, budowlanych oraz zadań realizowanych w formule „projektuj i buduj". Na remonty i doposażenie istniejących obiektów przeznaczono ponad 100 mln zł, a PKP pozyskały również ponad 280 mln zł środków unijnych na realizowane przedsięwzięcia.
W tym roku pasażerom udostępniono już kolejne przebudowane obiekty, między innymi dworce w Brwinowie i Czechowicach-Dziedzicach, a następne inwestycje są w toku. W planach są między innymi dalsze prace w Oławie, Oleśnicy, Łukowie, Chełmie czy Szczecinie Dąbiu.

Kolejowe dziedzictwo

Wraz z rozwojem kolei rośnie zainteresowanie jej dziedzictwem. Jednym z miejsc, w których ta pamięć jest szczególnie żywa, jest Chabówka. W lipcu 2026 roku PKP S.A. i PKP Intercity powołały Fundację „Parowozownia Chabówka", która ma przejąć opiekę nad dawnym skansenem. To kolejny sposób na zachowanie materialnych śladów kolejowej historii – lokomotyw, wagonów, urządzeń i miejsc związanych z pracą kolejnych pokoleń.
W pobliżu, w Rabce-Zdroju, znajduje się natomiast zabytkowy dworzec, który przypomina, że kolej przez dziesięciolecia była nie tylko środkiem transportu. Budowała miasta, wpływała na rozwój miejscowości, zmieniała sposób podróżowania i postrzegania odległości. To właśnie dzięki kolei miejsca wcześniej oddalone od siebie o wiele godzin podróży zaczęły funkcjonować jak elementy jednego organizmu.

Sto lat – i jedziemy dalej

Sto lat PKP to opowieść o ciągłości i zmianie. O tym, że kolej potrafi zachować ślady dawnych epok, a jednocześnie nieustannie dostosowywać się do nowych czasów.
W 1842 roku pociąg był czymś, co przyciągnęło tłumy ciekawskich. Dziś pociągi przewożą setki milionów pasażerów rocznie, a na największych dworcach każdego dnia pojawiają się dziesiątki tysięcy ludzi. Kolejne inwestycje zmieniają sposób, w jaki korzystamy z kolei. Wszystko to z myślą o pasażerach, bo kolej od stuleci niezmiennie łączy ludzi, miejsca i historie.

Materiał opublikowany w ramach akcji jubileuszowej 100-lecia Polskich Kolei Państwowych.
Więcej informacji na stronie: 100.pkp.pl

eprasa.pl 0bd268d27c

SCHODY

Gdy walczysz o życie swojego dziecka, nie ma już czasu na lęk. Nie możesz pozwolić sobie na rozpacz

Rozmowa z Anną Tocką, mamą 9-letniego Maksa, dla którego Łatwogang zebrał ponad 12 mln zł na terapię genową dystrofii mięśniowej Duchenne'a.

Marlena Bogdan – Marut



FOT. BARBARA GALAS

Nie ma czasu na strach. Trzeba podjąć walkę. Zwłaszcza, że obok jest dziecko, które widzi, że coś się dzieje

Zacznijmy od akcji Łatwoganga. To był fenomen na całą Polskę. To on was znalazł czy wy jego?

To był zbieg różnych okoliczności, których do końca tak naprawdę nie poznaliśmy. Mama Piotrka (Piotr Hancke – przyp. red.), która jest jego menadżerką, powiedziała nam, że Piotrek codziennie dostaje tysiące maili z prośbą o pomoc. Dlaczego spośród nich wszystkich zdecydował się pomóc akurat Maksowi? Tego nie wiem. Co ciekawe, to nawet nie my wysłaliśmy do niego maila, tylko ktoś z naszych znajomych.

Można powiedzieć: siła wyższa?

Tak. Tak miało być. W sumie można mówić, że to cud.

Uporządkujmy trochę informacje. Choroba Maksa to dystrofia mięśniowa Duchenne'a. Jego organizm nie produkuje dystrofiny, czyli takiego „rusztowania" dla mięśni. Przez to mięśnie słabną i z czasem przestają działać – to najprostsze wyjaśnienie tej skomplikowanej choroby. A przecież serce to mięsień, płuca do pracy również potrzebują mięśni... To postępująca choroba genetyczna, która dotyka przede wszystkim chłopców. Terapia genowa kosztuje około 16 milionów złotych.

Około, bo tak naprawdę cena jest różna w zależności od stanu dziecka. Każda terapia jest opracowywana dla konkretnego pacjenta. Kwota zależy też od liczby badań, które dziecko musi mieć wykonane przed podaniem terapii i później. Dlatego koszt może się różnić i w poszczególnych zbiórkach być inny.

To terapia celowana?

Tak, pod konkretny organizm. Ma sprowokować organizm do tego, żeby zaczął tworzyć coś, co przypomina krótszy łańcuch dystrofiny, tzw.mikrodystrofine. Lekarze mówią, że w najlepszym przypadku organizm może wyprodukować nawet do 70 procent składnika, który przypomina dystrofinę. To już może wystarczyć, żeby organizm mógł normalnie funkcjonować.

Cofnijmy się do początku. Dostajecie diagnozę, że Maks jest chory. Co się wtedy czuje?

Przede wszystkim niedowierzanie. Ja bardzo długo nie mogłam pogodzić się z tą diagnozą. Myślałam, że to jakaś pomyłka. Powtarzaliśmy badania, bo nie mogliśmy uwierzyć, że to naprawdę dotyczy naszego dziecka.

Nigdy wcześniej nie słyszałam o tej chorobie. Zaczęłam więc szperać w internecie, czytać, dowiadywać się wszystkiego na jej temat. I im więcej wiedziałam, tym było trudniej. Bo kiedy dowiedzieliśmy się, że Maks jest chory, nie było jeszcze tej terapii. Nie było żadnej nadziei.

Najgorsze było chyba to, że żaden lekarz, u którego byliśmy – ani w Polsce, ani za granicą – nie powiedział nam: „Słuchajcie, da się z tym jakoś żyć". Słyszeliśmy tylko, że możemy ćwiczyć, korzystać z rehabilitacji robić wszystko, żeby Maks jak najdłużej pozostał sprawny.

To bardzo okrutna, powolna choroba, która krok po kroku zabiera dziecku sprawność. A jeśli dziecko dożyje dorosłości, jest zdane na pomoc drugiej osoby, najczęściej rodziców. I jako rodzic masz świadomość, że właśnie taka przyszłość może czekać twoje dziecko.

Myślę sobie, że wy nawet nie mieliście czasu na to, żeby pozwolić sobie na chwilę strachu, bo trzeba było działać.

Nie mogliśmy sobie pozwolić na rozpacz. Wiedzieliśmy, że chorobę wykryliśmy późno – Maks miał już pięć lat – i że musimy jak najszybciej zacząć rehabilitację, jeździć do lekarzy, konsultować się ze specjalistami, kardiologami, pulmonologami. Robić wszystko, żeby jak najbardziej spowolnić chorobę.

Oczywiście był moment, kiedy wypłakaliśmy się i byliśmy obrażeni na cały świat, na Pana Boga i na wszystkich dookoła. Pytaliśmy: dlaczego my? Ale szybko zebraliśmy się do kupy. Powiedzieliśmy sobie, że nie ma na co czekać, trzeba działać.

Jeździliśmy wszędzie, gdzie się dało, i robiliśmy wszystko, co mogliśmy, żeby mu pomóc.

Czyli przełączyliście się w tryb działania?

Tak. Nie ma czasu na strach. Trzeba po prostu podjąć walkę. Tym bardziej że cały czas obok jest dziecko, które widzi, że coś się dzieje.

Maks wcześniej był okazem zdrowia. Nagle widział, że jeździmy po lekarzach, że wychodzimy z wizyt zapłakani. Widział

eprasa.pl 0bd268d27c

i rozumiał, że coś jest nie tak. Dlatego dla niego też musieliśmy być silni. Kiedy był z nami, staraliśmy się być uśmiechnięci, żeby nie pokazywać mu naszego strachu.

Przyznam, że Maks bardzo długo nie znał całej diagnozy. Nie powiedzieliśmy mu, co się dzieje, praktycznie do założenia zbiórki w październiku ubiegłego roku. Wiedział, że coś jest nie tak, ale wyszliśmy z założenia – nie wiem słusznie, czy nie – że nie chcemy zabierać Maksowi dzieciństwa. Cały czas wierzyliśmy, że znajdzie się coś, co uchroni go przed konsekwencjami tej choroby.

Dziś Maks ma 9 lat i dostęp do internetu. Podczas zbiórki dowiedział się bardzo dużo o tej chorobie, pewnie więcej, niż byśmy chcieli. Ale cały czas mu mówimy: „Maks, udało się zebrać pieniądze, dostaniesz tą terapię, będzie dobrze”.

Jak właściwie doszło do tego, że zaczęliście robić Maksowi badania?

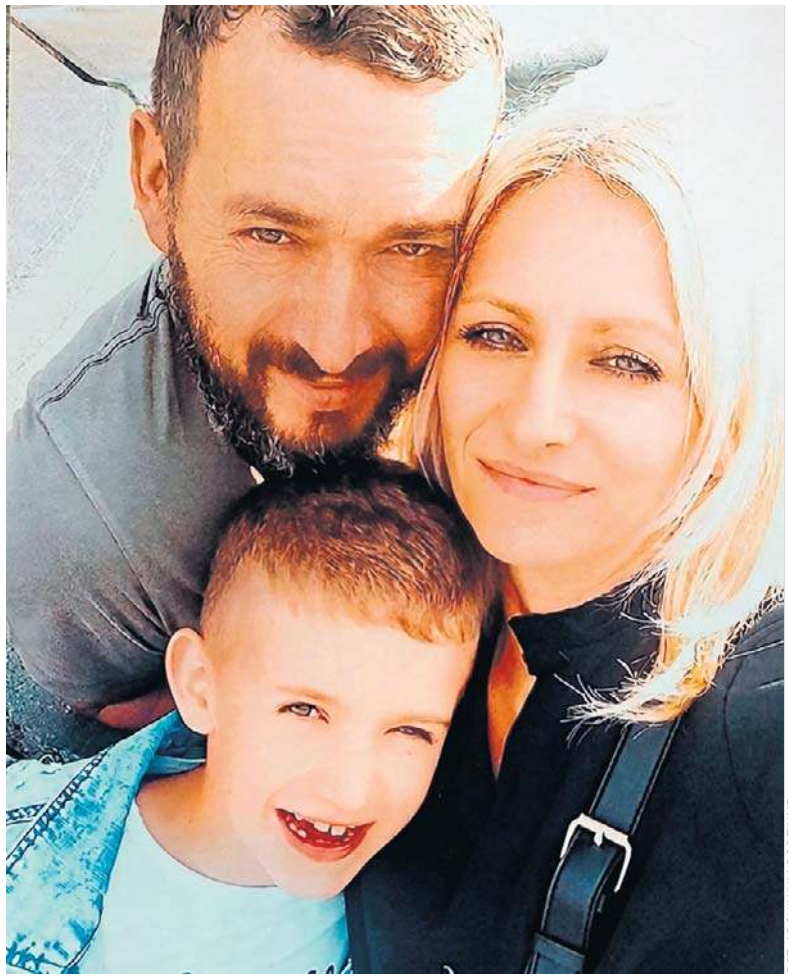
Trafiliśmy do lekarza zupełnie przypadkowo. Maks zaczął mieć koślawe stopy. Lekarz stwierdził, że ma przykurcze, czego my jako rodzice nie widzieliśmy. W międzyczasie Maks dostał zapalenia płuc i trafiliśmy do szpitala. Tam wykonano szczegółowe badania. Wyszły bardzo podniesione próby wątrobowe i kinaza sercowa. To dało lekarzom sygnał, że trzeba rozszerzyć diagnostykę. Z tymi wynikami trafiliśmy do neurologa i wtedy po raz pierwszy pojawiło się podejrzenie dystrofii mięśniowej. Na badanie genetyczne czekaliśmy trzy miesiące.

Wyniku nigdy nie zapomnę. Dostaliśmy go tuż przed świętami Bożego Narodzenia. To były chyba najgorsze święta, jakie można sobie wyobrazić.

W dodatku dowiadujecie się, że jest terapia, która może wyhamować rozwój choroby, ale kosztuje 16 mln zł. Ruszyła zbiórka, ludzie się nią interesowali, byli aktywni, ale z czasem zainteresowanie malało i w końcu licznik się zatrzymał. Co się wtedy czuje?

Zwątpienie. Myślę, że mieliśmy szczęście w nieszczęściu, można tak powiedzieć, że mieszkamy w powiecie leskim, w takich „małych Bieszczadach”, bo całe Bieszczady zaangażowały się w naszą zbiórkę. W ciągu czterech miesięcy zebraliśmy 3,5 miliona złotych. To ogromna kwota. Ale możliwości naszej lokalnej społeczności też zaczęły się wyczerpywać. Organizowano przeróżne imprezy, robiono wszystko, co tylko można było zrobić. A jednak licznik stanął.

Nie mieliśmy pomysłu, jak wybić się dalej, poza Podkarpacie.



FOT. ARCHIWUM RODZINNE

Nagle dezwała się mama Piotrka: Piotrek wybrał Waszego Maksa

Rzeszów również bardzo dużo dla nas zrobił, ale potrzeba było czegoś więcej. Zastanawialiśmy się, gdzie możemy uderzyć. Pisaliśmy do różnych dużych fundacji, do telewizji, ale takich zbiórek jak nasza w całej Polsce jest naprawdę bardzo dużo. Przebić się gdzieś graniczyłoby z cudem.

I właśnie w czasie naszego największego zwątpienia pojawił się Piotrek. To był początek maja. Wtedy naprawdę trochę już się poddawaliśmy. Zastanawialiśmy się, co jeszcze możemy zrobić. A czas nas gonił, bo w dystrofii odgrywa on ogromną rolę. Terapię trzeba podać w określonym czasie, nie można czekać długo.

Maks ma 9 lat. Niektórzy chłopcy w jego wieku już siedzą na wózku, a Maks jeszcze chodzi. Zdawaliśmy sobie z tego sprawę. To nie jest choroba, przy której można powiedzieć: „Spokojnie, uda się za rok, za pięć czy za dziesięć lat. Mamy czas”.

Dlatego kiedy nagle odezwała się mama Piotrka i powiedziała: „Piotrek wybrał Waszego Maksa, chcemy Wam pomóc”, było to dla nas ogromnym szokiem i niedowierzaniem.

Wasza historia może być też iskierką nadziei dla innych rodziców, którzy zbierają pieniądze na leczenie swoich dzieci. Co powiedziałabyś rodzicom, którzy mają właśnie taki moment zwątpienia, kiedy licznik się zatrzymuje?

Powiedziałabym, żeby się nigdy nie poddawali i nie przestawali wierzyć. Wiem, co mówię. My też mieliśmy takie chwile. Nagle może się wydarzyć coś, może pojawić się ktoś, kto wszystko zmieni. I to jest najważniejsze.

Trzeba pukać, gdzie się da, przecierać wszystkie możliwe ścieżki. Dla nas też było to trudne. Nie było nam łatwo prosić o pieniądze. To jest przecież normalne, że człowiek nie chce prosić innych o pomoc. Ale podczas tej zbiórki nie patrzyliśmy na to przez pryzmat tego, że prosimy o coś dla siebie. Prosiliśmy dla naszego dziecka. I właśnie to powiedziałabym rodzicom: nie wolno się poddawać, bo robi się to dla swojego dziecka, a nie dla siebie.

Taka zbiórka i wystawienie się na ocenę publiczną musi być bardzo trudne. Pokazujesz nie tylko swój ból, ale też cierpienie swojego dziecka. Jak ludzie reagowali?

Podczas zbiórki spotykaliśmy się właściwie z samymi dobrymi komentarzami i opiniami. Maks był z nami wszędzie i ludzie zawsze bardzo dobrze go przyjmowali. Byli dla niego mili.

Słowa krytyki pojawiły się właściwie dopiero po zakończeniu zbiórki, kiedy nagłośniona została choroba i terapia, która nie jest dopuszczona w Europie. Nagle zaczęły pojawiać się pytania: dlaczego tyle pieniędzy, dlaczego w Stanach, dlaczego terapia nie jest dopuszczona w Europie czy w Polsce.

Czytanie takich komentarzy jest dla mnie jako rodzica bardzo trudne. Przede wszystkim dlatego, że dotyczą mojego dziecka. Zawsze powtarzam: my nie mamy możliwości wyboru. Ja nie mogę wybierać pomiędzy tym czy tamtym lekiem. My mamy to i tyle. Na chwilę obecną nie mamy czasu, żeby czekać. Mogę zrobić tylko to, co jest dostępne teraz i w co święcie wierzę, jest dobre dla mojego dziecka. I to robię.

Pojawiały się też komentarze, że po zakończeniu zbiórki zniknęliśmy. To nieprawda. Rzeczywiście trochę się wyciszyliśmy, ale po takiej zbiórce potrzebowaliśmy też odpocząć. Podczas niej byłam bardzo aktywna w mediach społecznościowych, ciągle pisałam, dziękowałam za każdą pomoc. Teraz musiałam trochę odpocząć i dać odpocząć Maksowi.

To nie znaczy, że się ukrywamy. Cały czas informujemy i będziemy informować o tym, co się dzieje. Wiemy, że ogrom ludzi przyczyniło się do tego, żeby Maks mógł przyjąć tę terapię.

Zakończenie zbiórki nie oznacza też końca walki. Teraz przed Wami kolejny etap – terapia w Stanach Zjednoczonych.

Tak. Jeden etap się zakończył, bo na szczęście udało nam się zebrać pieniądze. Ale teraz mamy kolejny: podanie terapii, tysiące badań, tysiące telefonów wykonanych do kliniki.

W Chicago Maks będzie miał podaną terapię. Jest ogrom stresu i ogrom niepewności. To nie jest tak, że po zakończeniu zbiórki wszystko się skończyło. Maks będzie musiał przechodzić badania jeszcze długo po podaniu terapii. Będzie musiał przyjąć nowy lek, który na chwilę obecną nie jest refundowany w Polsce. Liczymy na to, że się to zmieni. Będzie musiał być pod stałą opieką lekarzy, jeszcze przez bardzo długi czas . Na chwilę obecną po prostu robimy to, co możemy.

Wróćmy jeszcze do samych zbiórek. Na początku jest ogromne zainteresowanie, działa efekt kuli śnieżnej, media społecznościowe i algorytmy. Potem uwaga ludzi spada. Co powiedziałabyś osobom, które myślą: „Co zmieni moje 5 czy 10 złotych, skoro do celu jest jeszcze tak daleko”?

Powiem tak: jeżeli każda osoba, która widzi zbiórkę, wpłaci 5 czy 10 złotych, a takich osób będzie dziesięć tysięcy, sto tysięcy czy milion, to robi się z tego ogromna kwota. My cieszyliśmy się z każdej wpłaty, bo to właśnie te niewielkie kwoty robiły dużą różnicę. Nie liczyliśmy na to, że nagle pojawi się ktoś, kto wpłaci kilka tysięcy. To mało realne. To właśnie wiele pojedynczych wpłat złożyło się na całość. Warto o tym pamiętać, kiedy widzimy apel o pomoc.

A jeżeli nie możesz wpłacić, to chociaż podaj zbiórkę dalej. Ktoś, kto ją zobaczy, może wpłacić, a potem przekazać ją kolejnym osobom. To działa lawinowo.

Wyjaśnijmy jeszcze jedną rzecz. Ludziom może się wydawać, że zebrane na terapię miliony po prostu trafiły na Wasze konto. Jak to wygląda w praktyce?

Nie, absolutnie tak się nie dzieje. Wszystkie pieniądze trafiły na zrzutkę. Od początku zbieraliśmy na leczenie Maksa pieniądze przez Siepomaga.

Po zamknięciu zbiórki i zaksięgowaniu pieniędzy Siepomaga opłaca wszystkie faktury i wysyła pieniądze do Chicago. Przez nasze ręce nie przechodzi nic.

Wszystko musi być udokumentowane, na wszystko musimy mieć fakturę. Pieniądze trafiają bezpośrednio do danego szpitala czy instytucji za konkretne leczenie albo badanie. Tak to działa.

Co teraz? Jesteście już na ostatniej prostej przed wylotem.

Mamy bilet na 4 października do Chicago. 6 października pierwsza wizyta w szpitalu. Będą badania i jeśli wszystko dobrze pójdzie, miejmy nadzieję, że około dwóch–trzech tygodni po przylocie do Chicago Maks będzie miał podaną terapię.

Zostajemy w Chicago od 3,5 do 4 miesięcy, bo takie są wymogi szpitala. Wszystko jest monitorowane. I właściwie bardzo się cieszę, że to tak długo trwa, bo będziemy mogli wrócić do Polski z poczuciem, że wszystko jest dobrze. Później oczywiście będziemy musieli dalej konsultować stan zdrowia Maksa z lekarzami w Polsce i robić badania.

Ale najważniejszy krok, spełnienie naszego marzenia, jest już blisko. To jeszcze nie minął rok od momentu, kiedy założyliśmy zbiórkę. Wtedy wydawało nam się to niemożliwe. A dziś stało się realne. Ogromnie się z tego cieszymy, chociaż cały czas jest lęk i niepewność. To nasze dziecko, chodzi o jego zdrowie i życie. Każdy rodzic chyba rozumie, o czym mówię.

Aniu, dziękuję Ci za tę rozmowę. Trzymamy za Was kciuki i życzymy, żeby kolejny rozdział tej historii przyniósł już tylko dobre wiadomości.

Dziękuję bardzo. ©℗

eprasa.pl 0bd268d27c

PASJE

Krzemień pasiasty to kamień optymizmu. Zdobi i dodaje energii

Ewa Bednarz od 20 lat zajmuje się tworzeniem biżuterii z krzemienia pasiastego. Tarnobrzeżanka pochodząca z Sandomierza rękodzielniczą pasję przejęła od ojca.

Wioletta Wojtkowiak

Na giełdzie minerałów i skamieniałości w Tarnobrzegu jej stoisko przyciąga wzrok. Kolczyki, bransoletki, wisiorki i różnego rodzaju zawieszki. Łączy je krzemień pasiasty. Jego jasne i ciemne pasy układają się w charakterystyczne wzory. Po oszlifowaniu kamień nabiera zupełnie innego wyglądu.

- Każdy kamień jest inny. Właśnie to mnie w nim najbardziej fascynuje - mówi Ewa Bednarz, mieszkanka Tarnobrzega, która prezentuje swoje prace przed Zamkiem Tarnowskich.

Jej zainteresowanie krzemieniem to także powrót do miejsca, z którego pochodzi. Ziemia Sandomierska jest mocno związana z tym niezwykłym surowcem, nazywanym „polskim diamentem". Krzemień pasiasty był wykorzystywany już w pradziejach, a w XX wieku trafił również do pracowni jubilerskich. W 1972 roku sandomierski złotnik Cezary Łutowicz rozpoczął wykorzystywanie go w biżuterii.

Sandomierz od lat buduje swoją markę właśnie wokół tego geologicznego unikatu, od 2007 miasto jest Światową Stolicą Krzemienia Pasiastego.

Od ojca przejęła pasję

Z krzemieniem i biżuterią Ewa Bednarz związana jest od dwóch dekad. Sama nie jest jednak jubilerem z wykształcenia. Z zawodu jest dietetykiem. Rękodzieła nauczyła się od ojca.

Jej tata również wykonywał biżuterię. Nie prowadził zakładu, robił ją w domu, a później sprzedawał w Sandomierzu. Dwadzieścia lat temu sama mocniej zainteresowała się krzemieniem pasiastym. Pasja została do dziś.

- Bardzo lubię nosić biżuterię i bardzo lubię ją wytwarzać - mówi.

Nie tylko pierścionki

Krzemień daje sporo możliwości. Kamienie różnią się kształtem, fakturą i układem charakterystycznych pasów. W biżuterii mogą być zestawiane nie tylko ze srebrem, ale również ze złotem czy innymi kamieniami naturalnymi.

Na stoisku Ewy są kolczyki, bransoletki, wisiorki i zawieszki. Krzemień może mieć klasyczną, prostą formę, ale równie dobrze sprawdza się w bardziej ozdobnych projektach.

– Krzemień ma różne kształty i faktury. Może przypominać słoje, może być pięknie pasiasty. Natura daje nam bardzo dużo i później przekłada się to na piękną biżuterię - mówi.

Jej zdaniem, właśnie w tej naturalności tkwi jego urok. Szarości i stonowane barwy nie są krzykliwe, ale po oszlifowaniu kamień pokazuje swój rysunek.

- Warto go nosić. W połączeniu z innymi kamieniami jego szarość trochę ożywa. Mam nadzieję, że ten optymizm krzemienia pasiastego zaraża na co dzień - mówi.

Biżuteria dodaje uroku, może być talizmanem

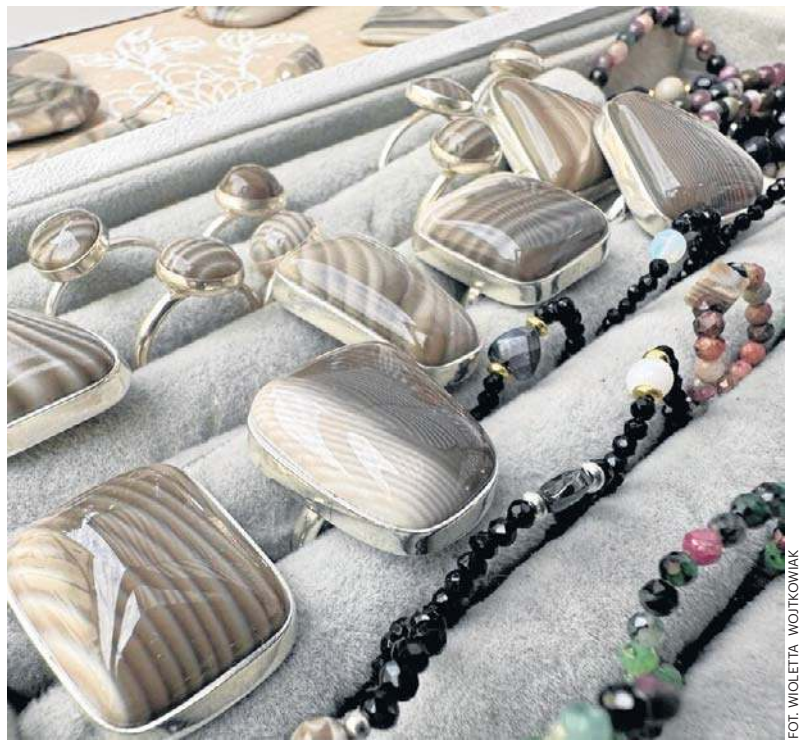
Ewa nie ma wątpliwości, że biżuteria nadal ma swoje miejsce w codziennym stroju. Nie musi być wielka ani kosztowna, a dodaje smaku i uroku. Czasem wystarczy niewielka zawieszka, para kolczyków czy bransoletka.

W swojej pracy lubi też łączyć krzemień z innymi kamieniami szlachetnymi. A jeśli ktoś lubi historie o kamieniach, może potraktować krzemień jak osobisty talizman. W przekazach krzemieniowi pasiastemu przypisuje się między innymi właściwości ochronne i energetyzujące. Usuwa stres, pomaga przezwyciężać zmęczenie.

- Można połączyć krzemień z turmalinem, który ponoć odstrasza złowieszczych ludzi, albo z ametystem, który ma dawać siłę. Są też inne kamienie naturalne, którym przypisuje się różne właściwości. Uważam, że naprawdę mają moc sprawczą - mówi rękodzielniczka

Przekonuje, że biżuteria z krzemieniem nie powinna być odkładana do szkatułki i wyciągana wyłącznie przy specjalnej okazji.

- Nośmy biżuterię. Nie bójmy się jej - zachęca. - Każdy człowiek może znaleźć taką ozdobę, która po prostu mu się podoba i dobrze się z nią czuje.



FOT. WIOLETTA WOJTKOWIAK

Nazywany kamieniem optymizmu może być efektowną ozdobą na co dzień.



FOT. WIOLETTA WOJTKOWIAK

Ewa Bednarz jest zafascynowana krzemieniem pasiastym zwanym „polskim diamentem"z Sandomierza

eprasa.pl 0bd268d27c

MATERIAŁ INFORMACYJNY POWIATU RZESZOWSKIEGO

0011587382

Rada Powiatu – półmetek w dobrym stylu



Przewodniczący Rady Powiatu Rzeszowskiego Tomasz Wojton w rozmowie z Tomaszem Pajeckim

24 września odbędzie się XXVIII sesja Rady Powiatu Rzeszowskiego. To dobry moment na podsumowanie pierwszej części obecnej kadencji, współpracy Rady z Zarządem Powiatu oraz najważniejszych decyzji podejmowanych przez radnych. O pracy Rady rozmawia Tomasz Pajęcki z Tomaszem Wojtonem, Przewodniczącym Rady Powiatu Rzeszowskiego.

- Panie Przewodniczący, 24 września odbędzie się XXVIII sesja Rady Powiatu. Jak podsumowałby Pan dotychczasową pracę Rady?

- To był bardzo intensywny okres. Od rozpoczęcia kadencji w maju 2024 roku Rada odbyła 27 sesji, a 24 września spotkamy się po raz 28. Za każdą z tych sesji stoją konkretne uchwały, których podjęto aż 266 i decyzje dotyczące funkcjonowania powiatu – od budżetu i inwestycji, przez drogi i oświatę, po ochronę zdrowia i bezpieczeństwo. Sama liczba sesji nie jest jednak najważniejsza. Liczy się przede wszystkim to, jakie decyzje podejmujemy i jakie przynoszą one efekty mieszkańcom. Podkreślenia wymaga fakt wysokiej frekwencji radnych w posiedzeniach sesji – ponad 95%. Świadczy to o pełnym zaangażowaniu wszystkich radnych w pracę na rzecz mieszkańców powiatu.

- Jak układa się współpraca Rady z Zarządem Powiatu?

- Rada i Zarząd mają różne, określone ustawowo kompetencje, ale wspólny cel – rozwój powiatu i realizację potrzeb mieszkańców. Dobra współpraca nie oznacza braku pytań, wątpliwości czy dyskusji. Radni mają prawo i obowiązek analizować propozycje Zarządu, zgłaszać uwagi i przedstawiać własne stanowisko. Ważne, aby ta dyskusja była merytoryczna i prowadziła do dobrych decyzji. Dodam, że zdecydowana większość uchwał jest podejmowana jednogłośnie, co jest efektem dobrze prowadzonej polityki Zarządu Powiatu i merytorycznego konsensusu wszystkich 29 radnych, mimo różnych poglądów, potrzeb i pomysłów.

- Jednym z najważniejszych wydarzeń w pracy Rady była sesja absolutoryjna. Jak należy rozumieć udzielenie Zarządowi absolutorium?

- Absolutorium dotyczy przede wszystkim wykonania budżetu za konkretny rok. 18 czerwca Rada udzieliła Zarządowi wotum zaufania, zatwierdziła sprawozdanie finansowe wraz ze sprawozdaniem z wykonania budżetu za 2025 rok, a następnie udzieliła absolutorium. Była to ważna sesja podsumowująca realizację budżetu i zadań zaplanowanych na 2025 rok. Jednym słowem – udzielenie absolutorium prawie jednogłośnie to potwierdzenie, że Zarząd wykonał bardzo dobrą i rzetelną robotę.

- Czy inwestycje są jednym z najważniejszych tematów pracy Rady?

- Zdecydowanie. Powiat ma rozległą sieć dróg, szkoły, placówki ochrony zdrowia i inne jednostki. Dlatego Rada regularnie podejmuje decyzje dotyczące inwestycji, budżetu i Wieloletniej Prognozy Finansowej. Niezmiernie ważne jest także pozyskiwanie środków zewnętrznych, dzięki którym możemy realizować większe przedsięwzięcia. W tej kwestii Zarząd ma pełne wsparcie radnych, a dzięki wielu staraniom i zabiegom Pana starosty, zarządu, pracowników i innych osób, tych środków udaje się pozyskać coraz to więcej.

- Podczas XXVIII sesji pojawi się także temat ochrony zdrowia.

- Tak. Radni zapoznają się z informacjami dyrektorów zakładów opieki zdrowotnej. To ważny element naszej pracy, ponieważ powiat odpowiada za funkcjonowanie dwu istotnych podmiotów leczniczych. Szpitala Chorób Płuc i Opieki Długoterminowej w Górnie, oraz ZOZ nr 2 w Rzeszowie. To istotne podmioty lecznicze na mapie całego województwa. Wiemy, że pojawiają się problemy z płatnościami NFZ za wykonane świadczenia, chcemy poznać sytuację, zagrożenia, potrzeby i plany rozwojowe.

- Praca Rady to jednak nie tylko sesje. Co dzieje się pomiędzy nimi?

- Bardzo dużo pracy odbywa się w komisjach. To tam radni szczegółowo analizują projekty uchwał, omawiają poszczególne problemy i podejmują opinię. Funkcjonują między innymi komisje: rewizyjna, budżetowo-finansowa, gospodarcza i transportu, spraw społecznych i bezpieczeństwa, strategii rozwoju oraz skarg, wniosków i petycji. Sesja jest więc właściwie zwieńczeniem wcześniejszej pracy. Radni uczestniczą też w posiedzeniach rad gmin na terenie powiatu. Współpraca Naszych samorządów daje pozytywne efekty wspólnych realizacjach wielu inwestycji, zwłaszcza drogowych.

- Jakie zadania będą najważniejsze w drugiej części kadencji?

- Przede wszystkim kontynuacja rozpoczętych przedsięwzięć i odpowiedzialne planowanie kolejnych lat. Ważnym zadaniem będzie przygotowanie Strategii Rozwoju Powiatu Rzeszowskiego na lata 2027–2035, a także realizacja kolejnych inwestycji. Chciałbym, aby Rada nadal była miejscem merytorycznej debaty, a podejmowane decyzje przekładały się na konkretne efekty dla mieszkańców.

Turza – miejsce pamięci o tragicznej historii ziemi rzeszowskiej

Las Turzański w gminie Sokołów Małopolski to jedno z najważniejszych miejsc pamięci Powiatu Rzeszowskiego.



Delegacja Powiatu Rzeszowskiego pod przewodnictwem wicestarosty Jerzego Bednarza oddaje hołd ofiarom zbrodni NKWD w Turzy

W 1944 roku, po wkroczeniu Armii Czerwonej, NKWD utworzyło w pobliskiej Trzebusce obóz, do którego trafiali żołnierze Armii Krajowej i innych polskich organizacji niepodległościowych oraz osoby cywilne. Obóz działał od sierpnia do listopada 1944 roku. Według materiałów IPN przeszło przez niego co najmniej 1700 osób. Więźniów poddawano śledztwom, a część skazywano na śmierć. Egzekucji dokonywano w okolicznych lasach, m.in. w Turzy, gdzie – według szacunków – zamordowano około 250 osób.

W 1990 roku odnaleziono tu szczątki 17 ofiar, w tym trzech żołnierzy AK z placówki w Ropczycach. Turza zyskała miano „Małego Katynia Ziemi Sokołowskiej" i do dziś pozostaje symbolem pamięci o ofiarach sowieckich represji.

20 września odbyły się tu coroczne uroczystości upamiętniające pomordowanych, w których uczestniczyła delegacja Powiatu Rzeszowskiego z wicestarostą Jerzym Bednarzem.

Bieg Jagiellonów po raz pierwszy w Niechobrzu!

W niedzielę, 13 września, w Niechobrzu odbył się I Bieg Jagiellonów. Wydarzenie połączyło sport, lokalną historię i integrację mieszkańców. W biegu głównym na dystansie 4 km wystartował również Starosta Rzeszowski dr Krzysztof Jarosz, który objął zawody swoim patronatem.

Rywalizację rozpoczęły dzieci, a następnie na trasę ruszyli dorośli. Najszybsi okazali się Andrzej Szpunar (14:26) i Paulina Lis (18:37). Nazwa biegu nawiązuje do patronów dwóch lokalnych szkół z Niechobrza – Szkoły Podstawowej nr 1 i Szkoły Podstawowej nr 2 – których patroni wywodzą się z dynastii Jagiellonów. To właśnie ten wyjątkowy lokalny związek z historią stał się inspiracją do stworzenia wydarzenia, które łączy aktywność sportową z dziedzictwem Niechobrza.

Pierwsza edycja biegu spotkała się z dużym zainteresowaniem uczestników i mieszkańców. Sportowa rywalizacja, udział dzieci i dorosłych oraz lokalny charakter wydarzenia stworzyły atmosferę wspólnego święta. I Bieg Jagiellonów ma więc szansę na stałe wpisać się w kalendarz wydarzeń Niechobrza i stać się jego nową sportową tradycją.



Sportowa rywalizacja, najmłodsi zawodnicy na starcie i czterokilometrowa trasa dla dorosłych - I Bieg Jagiellonów

Media w sytuacji kryzysowej. Wiedza, odpowiedzialność i praktyka na Strzelnicy „DYCHA"

Co dzieje się z informacją, gdy pojawia się realne zagrożenie? Jak odróżnić potwierdzony komunikat od szumu informacyjnego i jaką rolę mają wtedy media?

O tym rozmawialiśmy podczas szkolenia dla przedstawicieli środowiska dziennikarskiego, które odbyło się na **Strzelnicy Powiatu Rzeszowskiego „DYCHA" im. mjr. Józefa Rzepki**. Tematem spotkania była **rola środowiska dziennikarskiego w budowaniu odporności społecznej w ramach ochrony ludności i obrony cywilnej**. Dziennikarze są ważnym ogniwem komunikacji z mieszkańcami. W sytuacji zagrożenia liczą się szybkość, wiarygodność i precyzja przekazu. Dlatego szkolenie łączyło część merytoryczną z praktyką – uczestnicy pracowali w grupach, zdobywali wiedzę, wymieniali doświadczenia, a także poznawali zasady bezpieczeństwa i sprawdzali swoje umiejętności na osi strzeleckiej.

Cel jest prosty: być przygotowanym, zanim przygotowanie stanie się koniecznością.



Starosta rzeszowski Krzysztof Jarosz na szkoleniu dla rzeszowskich mediów

eprasa.pl 0bd268d27c

MUZYKA

Stanisław Domarski: Mój muzyczny świat. Jak oswajaliśmy jazz w Rzeszowie

Znakomity rzeszowski muzyk: saksofonista, flecista, nauczyciel, przede wszystkim jazzman, przez długie lata gospodarz Czwartków Jazzowych w klubie Bohema Wojewódzkiego Domu Kultury. Grał z największymi sławami polskiego jazzu, miał na swoim koncie setki koncertów klubowych i tych w największych halach widowiskowych z kapelami rockowymi.

Janusz Pawlak

Mógł się pochwalić pracą przy spektaklach teatralnych i współpracą z Filharmonią Podkarpacką. Zaliczył zarabianie pieniędzy graniem na ulicach w Bawarii i występ dla Papieża Jana Pawła II. A w swoim dorobku odnotował również udział w nagraniu ponad 40 płyt. Niestety, Stanisław Domarski nie zagra już na saksofonie, na flecie. Zmarł 15 czerwca br. po długiej walce z chorobą. Książka pt. „Cały mój muzyczny świat. Jak oswajaliśmy jazz w Rzeszowie", autorstwa Janusza Pawlaka, jest próbą opisania barwnej, zawsze uśmiechniętej, postaci Stanisława Domarskiego. Składa się nań zapis wielu rozmów przeprowadzonych z wybitnym muzykiem. Uzupełnieniem lektury książki „Cały mój muzyczny..." jest dołączona do niej płyta CD, zawierająca 16 kompozycji (w tym 4 autorstwa S. Domarskiego), pochodzących z różnego okresu pracy artysty. Publikujemy wybrany fragment tej interesującej książki, która trafiła już do księgarń.



FOT. MICHAŁ DROŻD

Stanisław Domarski zmarł 15 czerwca br. po długiej walce z chorobą

– Powróćmy do jazzu i miasta nad Wisłokiem...

– Grałem w bardzo wielu klubach w Rzeszowie, które swego czasu preferowały jazz. Niestety, praktycznie wszystkie po pewnym czasie zaprzestawały działalności. Oprócz Bohemy najdłużej byłem związany z Gramofonem. Bodaj najbardziej profesjonalnym klubem jazzowym w historii Rzeszowa, funkcjonującym przy ul. 3 Maja. Dokładnie w podziemiach budynku, w którym kiedyś mieściły się Delikatesy pachnące kawą. Właściciel klubu postawił na pełny profesjonalizm. Zaczął od tego, że zaprosił na casting muzyków z Rzeszowa i okolic uprawiających jazz. Przebrnięcie castingu miało być przepustką do grania w Gramofonie. Zobaczyłem wtedy po raz pierwszy wszystkich jazzmanów z regionu w jednym miejscu...

– Ilu ich było?

– Na pewno kilkunastu. Znałem ich z wcześniejszych, rozmaitych kontaktów.

– Jak Ci poszło w staraniach o prawo gry w Gramofonie?

– Zacząłem rozmowę z właścicielem od próby przedstawienia własnego dorobku. Jego to jednak nie interesowało. Prosił o zagranie jakiegoś utworu. Wybrałem, nie pamiętam już dzisiaj jaki, standard jazzowy. Zostałem zaproszony do współpracy. Sądzę jednak, że właściciel klubu przekonał się do mnie w dramatycznych dla niego okolicznościach. Otóż poprosił, abym skrzyknął muzyków i zagrał na cmentarzu na pogrzebie jego brata. Nie bardzo wiedział, jaka to ma być muzyka. Podzwoniłem po znajomych z Filharmonii Podkarpackiej i czekałem na wieści od szefa Gramofonu, kiedy odbędą się uroczystości. Przez kilka dni nie miałem z nim kontaktu. Telefon nie odpowiadał. Gdy się odezwał stwierdziłem, że muzycy z filharmonii muszą z wyprzedzeniem wiedzieć, kiedy będą musieli pojawić się na cmentarzu. Odpowiedział, że w takiej sytuacji mogę zagrać sam. Nie byłem zachwycony. Nigdy tego wcześniej nie robiłem. Ale spróbowałem. Wykonałem m. in. utwory „Gdy wszyscy święci idą do nieba" i „My Way" spopularyzowany przez Franka Sinatrę. Po tym graniu jedna z pań biorących udział w pogrzebie poprosiła męża, aby zaprosił mnie do grania na jej pogrzebie... Ten mój cmentarny popis spowodował, że właściciel klubu jazzowego przekonał się do mnie. Nawet witał się ze mną, tylko ze mną, gdy byłem w gronie kilku muzyków, gdy przychodziłem grać w lokalu. A nigdy wcześniej tego nie robił.

W Gramofonie, jak to się mówi, były trzy dni do grania: we wtorki latino, w czwartki jazz tradycyjny i w soboty standardy muzyki jazzowej. W odróżnieniu od np. Bohemy nie było tu jam session. Trzeba podkreślić, iż był to klub jazzowy zorganizowany na profesjonalnym poziomie. Zaczynając od tego, że nie można było tam wchodzić osobom poniżej 21 roku życia, a bramkarze nie wpuszczali gości w nieodpowiednim stroju. Pamiętam, że nawet jeden z muzyków miał problem z pokonaniem bramki, bo przyszedł w trampkach. W Gramofonie zawsze był komplet gości. Niektórzy pojawiali się tam dlatego, że kochali jazz, inni chcieli się tylko otrzeć o atmosferę klubu. Rzeszowskiej śmietance towarzyskiej nie wypadało nie bywać w tym miejscu.

Gramofon mógł się także poszczycić tym, że występowały w nim gwiazdy jazzu światowego formatu. Wspominam lata współpracy z klubem bardzo sympatycznie. Szkoda, że on również przeszedł do historii. Muszę odnotować, że Gramofon miał znakomitą reklamę swoich poczynań. Za pomocą wielu nośników. Nie tylko plakaty i ulotki. Tak skuteczną, że po ukazaniu się informacji o moich koncertach w klubie przy ul. 3 Maja, odnalazła mnie daleka rodzina z USA.

– Mogłeś polecieć do Stanów, by zagrać w kolebce jazzu?

– Nie poleciałem...Domarscy z Ameryki wysłali do mnie nawet specjalny próbnik, za pomocą którego zamierzali sprawdzić moje DNA. Chcieli się upewnić, że jestem z tych Domarskich. Mojej śliny do nich nie wysłałem, bo... napisał do USA mój syn Filip, który akurat wtedy studiował, że z ochotą odwiedziłby Amerykę, zagrał tam, zarobił parę dolarów. I wtedy kontakt się urwał. Nie ciągnęło mnie do Ameryki. Ja zresztą miałem mnóstwo propozycji grania gdzieś w kraju, za granicą, na statkach itd. Zdawałem sobie sprawę, że za jedną taką turę grania można było wtedy dom zbudować. Saksofoniści grający dodatkowo na flecie, tacy jak ja, to rzadkość, są wszędzie poszukiwani. W sumie nigdzie nie pojechałem. Jestem domatorem. Cenię sobie rodzinę. Lubię spać w swoim łóżku. Z perspektywy czasu widzę, jak wielu z muzyków, którzy zdecydowali się na zagraniczne kontrakty, potraciło rodziny, znalazło się na starość w nieciekawej sytuacji życiowej. Najczęściej klepią biedę.

– Nie pojechałeś grać na statkach, w klubach zachodniej Europy a jednak największe pieniądze za granie zarobiłeś na ulicach w Niemczech.

– Dokładnie w niemieckiej Bawarii i w Szwajcarii. W latach dziewięćdziesiątych zaprosił mnie do wspólnego grania na ulicy, znajomy Rzeszowianin, który mieszkał w Niemczech już 17 lat. Znał tamtejsze klimaty i wiedział, że grając dobrą muzykę na ulicy można zarobić znacznie więcej niż w jakimkolwiek zakładzie pracy. Na jego zaproszenie trafiłem do zespołu przygrywającego Bawarczykom. Mogłem tam grać tylko w czasie wakacji lub ferii, bo pracowałem przecież w Rzeszowie w ognisku muzycznym. Postawiono mi wręcz warunek, że muszę wybierać albo pracę w ognisku, bez opuszczania zajęć lub grę za marki. Na głowie miałem też Czwartki Jazzowe.

Granie na ulicach w uroczych bawarskich miasteczkach było czymś cudownym. Do dzisiaj pamiętam tamtejszą klimatyczną zieleń. Podobno była tak mocno zabarwiona, bo podlewana naturalną gnojówką W ulicznym zespole obowiązkowo musiał być akordeon. Do tego saksofon, gitara...Miejscowi okazali się wielkimi znawcami muzyki. Gdy zagraliśmy coś Duke'a Ellingtona byli wniebowzięci. Pisała o nas

eprasa.pl 0bd268d27c



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Coś o mnie

Przygodę z wymarzoną profesją rozpocząłem w szkolnej gazecie „Scholar". A wszystko za sprawą polonisty Jana Borowca z Zespołu Szkół Technicznych w Rzeszowie. Potem był Klub Dziennikarzy Studenckich i redakcja jednodniówki „Dwukropek". Zawodowo w dziennikarstwie wystartowałem w Magazynie Młodzieżowym „Prometej". Po likwidacji pisma, za sprawą stanu wojennego, wylądowałem w „Nowinach". Byłem m.in. reporterem działu miejskiego i redaktorem naczelnym. Zaliczyłem również przygodę z TVP Rzeszów, przygotowując Magazyn Motoryzacyjny „Koło" wspólnie z śp. red. Januszem Majką z Radia Rzeszów. W swoim dorobku mam dwie pozycje książkowe „Rzeszowskie piekiełko. ABC powojennych i PRL-owskich lokali" (wspólnie z Agnieszką Skowron - Wilusz) oraz „Doktor Wrzesiek". W czasie wolnym lubię wszelkie formy aktywności ruchowej i lekturę książek o historii ukochanego miasta (oczywiście Rzeszowa), regionu, kraju i świata. Prywatnie jestem mężem Barbary, ojcem Idalii oraz dziadkiem Natalii i Fabiana. **JANUSZ PAWLAK**

miejscowa prasa. Przynosili nam nawet kanapki. Wrzucali też chętnie pieniądze do futerału jednego z instrumentów. Aby zachęcić ich do tego, nasz szef na początku sam wrzucał do futerału „grube" marki. Grę zaczynaliśmy o godz. 10. Co dwie godziny przemieszczaliśmy się do innej miejscowości. Musieliśmy się podobać, bo na wieczór zapraszano nas do najlepszych hoteli. Pamiętam, że raz graliśmy nawet na balu sylwestrowym w jednym z hoteli. Zdziwieni byliśmy ogromnie, że po złożeniu życzeń noworocznych impreza dobiegła końca. A my tak jeszcze chcieliśmy gości bawić... Za dwa tygodnie grania otrzymywałem w Niemczech 5 tys. marek. Była to zawrotna kwota na tamte czasy. Nie przeszkadzało mi to, że mieszkaliśmy w jednym pokoiku w kilka osób, że czasem trzeba było spać w samochodzie. A podczas naszych zimowych – świątecznych wypadów do zachodnich sąsiadów człowiek czasem solidnie zmarzł grając na ulicy. Robiliśmy też króciutkie, 2-dniowe wypady do Szwajcarii. Oj, tam nad Jeziorem Bodeńskim były jeszcze większe pieniądze. Nie było przypadku, aby któryś z przechodniów nie wrzucił pieniędzy do futerału. Graliśmy oczywiście standardy jazzowe. Pewną niedogodnością było to, że trzeba się było zjawić tam bardzo wcześnie rano, aby uzyskać w miejscowym magistracie dokument – zgodę na grę na ulicy. Byłem wtedy w bardzo dobrej formie jazzowej, więc grało mi się znakomicie z równie dobrymi muzykami z Rzeszowa. (...).

– Porozmawiajmy może wreszcie o Twoim ukochanym instrumencie – saksofonie. Czytelnicy miesięcznika „Jazz Forum" dwukrotnie umieścili Cię w gronie najlepszych polskich saksofonistów?

– To była ogromna satysfakcja i radość z docenienia moich poczynań. W wydaniu „Jazz Forum" z lutego 1996 roku znalazłem się na 11. miejscu wśród instrumentalistów grających na saksofonie tenorowym (oraz na 7. wśród flecistów). Kilka lat później, a dokładnie w roku 2001, uplasowałem się na 12. miejscu wśród saksofonistów sopranowych (oraz na 9. wśród flecistów). Nigdy nie myślałem, że pojawię się w zestawieniach najlepszych z najlepszych polskiego jazu, obok takich tuzów jak chociażby Zbigniew Namysłowski, Tomasz Szukalski, Jan Ptaszyn Wróblewski czy Henryk Miśkiewicz.

– Masz jeden czy dwa saksofony?

– Dokładnie 15... I są to najlepsze instrumenty w swojej klasie na rynku. Takimi samymi dysponują moi synowie.

– Jeśli to nie jest tajemnicą – ile trzeba wyłożyć na zakup dobrego saksofonu?

– Jeden z moich ulubionych kosztował... Dużo dolarów! To ręcznie robiony instrument z 1938 roku. Cóż, jedni wydają pieniądze na samochody, a ja na saksofony. A tak na marginesie, syn Karol ma o dwa lata starszy saksofon.

– Za takie pieniądze to saksofon pewnie sam gra?

– Tak, wystarczy tylko do ust przyłożyć (śmiech)! ©℗

Książka

Janusz Pawlak
Cały mój muzyczny świat. Jak oswajaliśmy jazz w Rzeszowie
wyd. KMSTUDIO 2026
- Drukarnia

MATERIAŁ INFORMACYJNY PLANETA ENERGII

0011586268

PLANETA ENERGII PO RAZ 15. INSPIRUJE DZIECI

Retencja, zjawisko „ukrytej wody" i ochrona miejskiej bioróżnorodności. Na te tematy wiedzę będą zgłębiać dzieci w ramach „Planety Energii", programu edukacyjnego realizowanego przez Energę z Grupy ORLEN. To już 15. edycja programu łączącego naukę na żywo i inspirujące warsztaty, nie tylko dla uczniów.

Inauguracja jubileuszowej, 15. edycji ogólnopolskiego programu edukacyjnego „Planeta Energii" odbyła się 21 września 2026 roku w przestrzeni HUBAxENERGA na terenie gdańskiej 100czni.

Kilkudziesięciu najmłodszych uczniów szkół podstawowych i ich nauczycieli miało okazję uczestniczyć w inspirujących zajęciach.

Ogólnopolski zasięg

Program „Planeta Energii" co roku dostarcza nowe materiały i wprowadza nowe tematy, pomagając edukatorom uczyć w ciekawy sposób o otaczającym nas świecie i kształtować prośrodowiskowe postawy wśród dzieci.

O jego zasięgu świadczą liczby. Do tej pory w programie wzięło udział już ponad 300 tysięcy dzieci. Tylko do poprzedniej, 14. edycji zgłosiło się ponad 600 nauczycieli, a aktywny udział w programie wzięło 14 tys. uczniów z 529 grup szkolnych i przedszkolnych z całej Polski.

Woda, źródło życia

Program stale ewoluując, stara się odpowiadać na wyzwania współczesności. Tegoroczna edycja skupia się na wodzie, stawiając na budowanie szacunku do świata wokół nas, ochrony zasobów naturalnych i wspierania małej retencji.

- Opowiadamy dzieciom o wodzie. O tym, jak oszczędzać wodę, jak oszczędzać zasoby naturalne. Widzimy jak zmiany klimatu dotykają także nasz kraj. Z jednej strony mamy suszę, a z drugiej strony podtopienia. Warto aby nasze najmłodsze pokolenie dowiedziało się, skąd to się bierze i jak można temu zaradzić w prostych działaniach, codziennych nawykach - powiedziała Magdalena Marszałkowska, dyr. Departamentu Marketingu Energi SA.

Zajęcia są także inspirujące dla nauczycieli. Do dyspozycji mają nowe scenariusze zajęć, materiały wideo oraz karty pracy opracowane przez ekspertów.



FOT. ENERGA SA

Joanna Jabłczyńska i inni ambasadorzy wspierają edukacyjny program Energi

Akcję co roku wspierają ambasadorzy. W tym roku w projekt zaangażowała się Joanna Jabłczyńska - aktorka, prawniczka, promotorka ekologicznego stylu życia i gospodarki obiegu zamkniętego.

- Czuję się zaszczycona, że zostałam zaproszona do 15. jubileuszowej edycji Planety Energii. Dzieciaki są naszą przyszłością i tylko ucząc dzieci dobrych nawyków, dobrych zwyczajów, mamy szansę, aby w przyszłości całe nasze społeczeństwo na tym skorzystało. Planeta Energii to akcja, która uczy dzieci ekologicznych rozwiązań, bioróżnorodności, wykorzystywania ponownie rzeczy. To wspaniała akcja - powiedziała Joanna Jabłczyńska, ambasadorka Planety Energii, na inauguracji w Gdańsku.

Wśród grona ekspertów zaangażowanych w projekt są Krystian Hanke i Liliana Zajbert, którzy przybliżyli tematykę retencji, bioróżnorodności, ekologicznych wyborów.

Planeta Energii zaprasza

Do akcji warto i można dołączyć. Udział w projekcie jest całkowicie bezpłatny. Zaproszone są wszystkie szkoły podstawowe (klasy 1–3) oraz oddziały zerówkowe ze szkół i przedszkoli z całego kraju.

Organizatorzy przygotowali dla najbardziej zaangażowanych uczestników wyjątkowe nagrody i wyróżnienia, min.: 3 nagrody główne: vouchery o wartości 15 000 zł na stworzenie Strefy Bioróżnorodności, 100 Pakietów „Przyjaciela Wody" o wartości 750 zł każdy (wyróżnienia dla 100 placówek), 20 najbardziej zaangażowanych pedagogów weźmie udział w bezpłatnej, dwudniowej Akademii Planety Energii - warsztatach i wykładach z ekspertami podnoszących kompetencje zawodowe.

- Zapraszamy na naszą stronę Planeta Energii i do zobaczenia na Planecie - zachęca Magdalena Marszałkowska.

Informacje o programie oraz formularze zgłoszeniowe można znaleźć na stronie internetowej: www.Planeta-Energii.pl.

eprasa.pl 0bd268d27c

NASZA AKCJA

Kto zdobędzie prestiżowy tytuł „Nasze Dobre Podkarpackie - Znak Jakości Nowin”? Laureatów poznamy już w środę

Mamy się czym chwalić! Tegoroczna edycja konkursu „Nasze Dobre Podkarpackie” cieszyła się bardzo dużym zainteresowaniem. Swoje produkty, usługi i inicjatywy zgłosiły firmy, instytucje oraz samorządy z całego regionu.

Redakcja

Konkurs Nasze Dobre Podkarpackie organizowany jest już od ponad 20 lat i niezmiennie cieszy się ogromnym zainteresowaniem.

Celem tego wydarzenia jest promowanie najlepszych produktów, usług i inicjatyw podkarpackich przedsiębiorstw, samorządów i stowarzyszeń.

Zwycięzców konkursu wyłoniła kapituła konkursowa

Spośród zgłoszonych produktów kapituła konkursu nominowała do tegorocznej edycji 33 wyroby i usługi. Natomiast o zaszczytne tytuły ubiegały się 32 firmy. Jedna z nich zgłosiła dwa rodzaje wędlin, które pod względem smaku konkurowały ze sobą.

Poziom tegorocznej edycji był wysoki i kapituła miała wiele dylematów, które produkty, usługi i przedsięwzięcia nagrodzić.

Wszystkie były znakomite

Właściwie już po prezentacji zalet i charakterystyki nominowanych produktów, usług i przedsięwzięć zdobyły one uznanie kapituły, a wcześniej także mieszkańców regionu, którzy je kupują lub z nich korzystają. Dlatego wybór kapituły był trudny. Dopiero po wielu dyskusjach zdecydowano o przyznaniu zaszczytnych tytułów Nasze Dobre Podkarpackie – Znak Jakości „Nowin”. Tytuły przyznano w kilku kategoriach: Edukacja, kultura i rozrywka, Zdrowie i uroda, Produkty przemysłowe, Inwestycje i usługi, Produkty spożywcze, Pieczywo i wyroby cukiernicze, Wędliny.

Laureatów konkursu poznamy na uroczystej gali w Rzeszowie już w środę, 30 września.

Partnerem wydarzenia jest Województwo Podkarpackie.



FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS

30 września poznamy laureatów tegorocznej edycji NDP

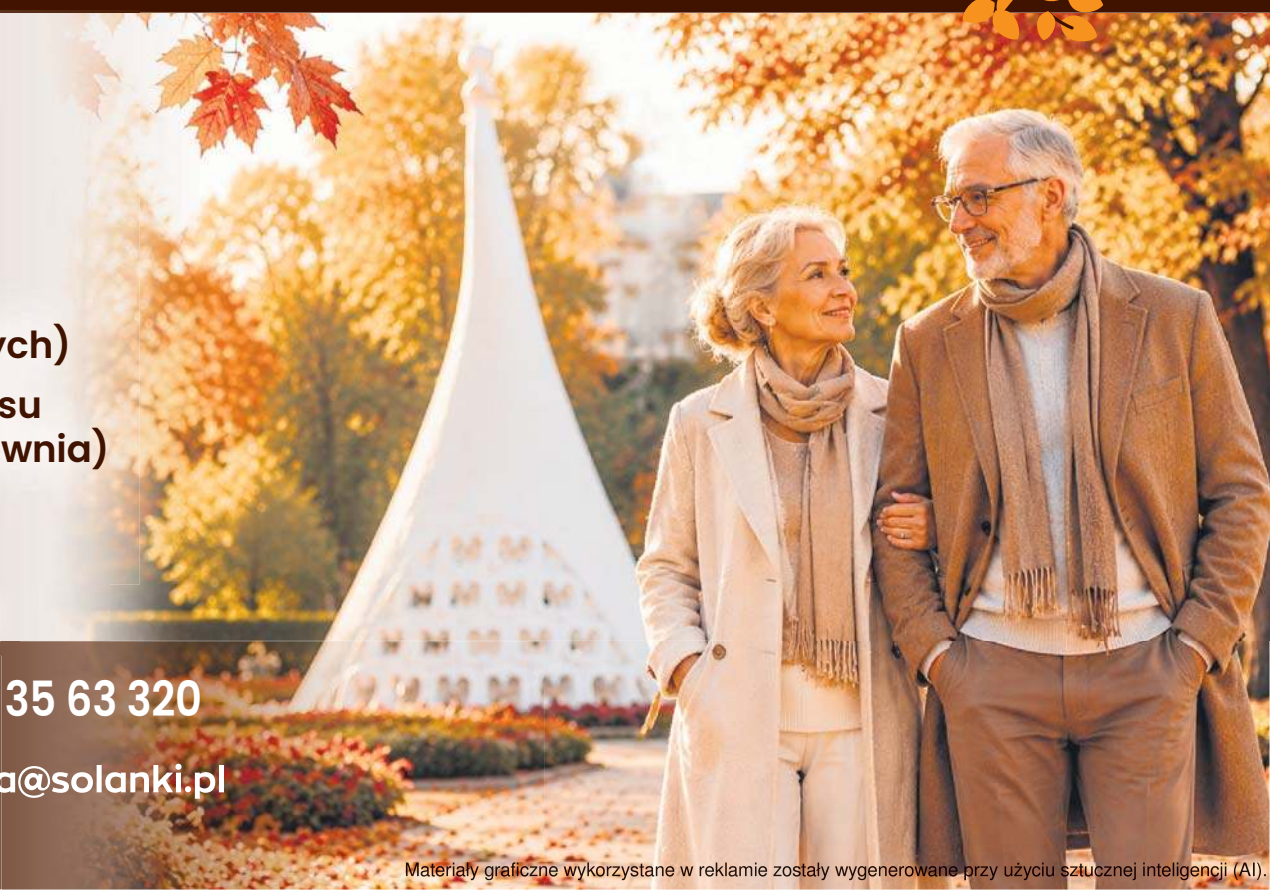
ORGANIZATOR: nowiny, NOWINY24
PARTNER: PODKARPACKIE
PATRONAT HONOROWY: WOJEWODA PODKARPACKI; MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO; Konrad Fijołek Prezydent Miasta Rzeszowa; STAROSTA RZESZOWSKI
PATRONAT MEDIALNY: TVP3 RZESZÓW; TVP info; Polskie Radio RZESZÓW

REKLAMA 0111586919

SOLANKI 18 75 Uzdrowisko Inowrocław

Jesienią Czas na zdrowie

- Zakwaterowanie
- 3 posiłki dziennie w formie bufetu szwedzkiego
- Konsultacja lekarska
- 2 lub 4 zabiegi dziennie (oprócz niedziel i dni świątecznych)
- 90 min. dziennie w Strefie Relaksu (sauna, jacuzzi, grota solna, siłownia)
- Voucher do Integracja Cafe
- Minimum 7 osobodni w terminie 11.10.2026-23.12.2026



52 35 63 101, 52 35 63 100, 52 35 63 320
medicalspa@solanki.pl, recepcja@solanki.pl
www.solanki.pl

Materiały graficzne wykorzystane w reklamie zostały wygenerowane przy użyciu sztucznej inteligencji (AI).

eprasa.pl 0bd268d27c

AUTOREKLAMA 0011580583

Polskie firmy i wielkie inwestycje. Forum „Energia z Polski – Local First" wraca do Warszawy



Już 28 września w Warszawie kolejna odsłona Forum Polskich Dostawców „Energia z Polski – Local First". **Wydarzenie zgromadzi przedstawicieli wszystkich sektorów gospodarki, w których państwo i spółki Skarbu Państwa odgrywają istotną rolę inwestora i zamawiającego. Dyskusje będą dotyczyć zamówień oraz inwestycji realizowanych w obszarach infrastruktury, energetyki, transportu, obronności, samorządu i cyfryzacji.**

Forum odbywa się pod honorowym patronatem Wiceprezesa Rady Ministrów Władysława Kosiniaka-Kamysza, Ministerstwa Aktywów Państwowych, Ministerstwa Energii, Ministerstwa Infrastruktury, a także Wicemarszałka Województwa Mazowieckiego.

Partnerami konferencji są: ORLEN, ENEA, PGE, PKO Bank Polski, PZU, TAURON, Totalizator Sportowy, Agencja Rozwoju Przemysłu, ORLEN Neptun, POLREGIO, Polska Spółka Gazownictwa, ASSECO, WB Electronics, Budimex.

To kolejne spotkanie z całego cyklu kongresów „Energia z Polski – Local First", który organizuje Polska Press Grupa. Pierwsze odbyło się 15 września 2025 roku w Warszawie. Podpisano wtedy **„Deklarację na rzecz zwiększenia udziału polskich firm w realizacji drugiej fazy projektów morskiej energetyki wiatrowej na Morzu Bałtyckim"**.

Premier Donald Tusk zapowiedział wtedy, że w ciągu 10 lat Polska będzie wydawać biliony złotych na polską energetykę.

– *To są nasze pieniądze. Pieniądze polskiego podatnika, polskich firm, polskiego budżetu. Musimy zrobić wszystko, i nie ma w tym słowa przesady, aby te pieniądze w skali maksymalnej trafiały do polskich firm – podkreślił Premier, otwierając cykl spotkań.*

Kolejne edycje odbyły się w Szczecinie i Rzeszowie. Zgromadziły najważniejsze postaci polskiej polityki, gospodarki i sektora energetycznego. W sumie uczestniczyło w nich ponad 2000 gości. Debaty i warsztaty koncentrują się wokół pojęcia „local content", czyli strategii zwiększania udziału krajowych dostawców i podwykonawców w wielkoskalowych projektach infrastrukturalnych.

– *W czasach rosnącej konkurencji wczesne zaangażowanie w budowę krajowego łańcucha dostaw może zadecydować o pozycji rynkowej lokalnych firm w kolejnych dekadach – podkreślają uczestnicy kongresowych debat.*

Minister Aktywów Państwowych Wojciech Balczun podkreśla, że Polska zaczyna dekadę wielkich projektów inwestycyjnych.

– *Mówimy o energetyce, przemyśle obronnym, infrastrukturze, przemyśle jądrowym. To są wszystko wielkie programy, które w ciągu najbliższej dekady będą oznaczały biliony złotych inwestycji. W dużej części będą to inwestycje państwa bądź spółek skarbu państwa.*

Najważniejsze tematy edycji 28 września

Forum adresowane jest do polskich przedsiębiorstw, które – dzięki specjalistycznym kompetencjom i zdolności szybkiego reagowania – mogą stać się istotnymi partnerami dla Skarbu Państwa, innych dużych inwestorów publicznych i największych polskich firm państwowych.

W programie znajdą się warsztaty, sesje networkingowe i panele tematyczne:

- Strategiczny wymiar local content – jak zatrzymać kapitał w Polsce i budować suwerenność gospodarczą
- OZE i zielona rewolucja – morska wiatrakowa, fotowoltaika i biogazownie
- Energetyka konwencjonalna i ciepłownictwo – modernizacja, stabilność i nowa rola w systemie
- Drogi, koleje i tabor – wyzwania wykonawcze oraz potencjał rodzimego przemysłu
- Finansowanie inwestycji i Prawo zamówień publicznych
- Przemysł obronny – budowanie potencjału i niezależności dostaw
- Porty i lotniska – bramy do świata i infrastruktura krytyczna polskiej gospodarki
- Pełnomocnicy ds. Local Content – operacjonalizacja doktryny i budowanie mostów z rynkiem
- Praktyczne warsztaty: Współpraca i partnerstwo z Dostawcami Grupy ORLEN

Korzyści dla polskich firm i wzmocnienie łańcucha dostaw

- Nowe możliwości biznesowe
- Specjalistyczna wiedza
- Kontakty z inwestorami
- Wsparcie w procesach ofertowych

Angażowanie lokalnych dostawców w realizację inwestycji może przynieść podwójną korzyść: wesprzeć rozwój przedsiębiorstw i jednocześnie wzmocnić odporność oraz konkurencyjność krajowej gospodarki.

Kolejna edycja Forum Polskich Dostawców „Energia z Polski – Local First" potwierdza rolę tego wydarzenia jako ważnej platformy dialogu i współpracy między administracją państwową, sektorem prywatnym oraz przedsiębiorstwami MŚP. Poprzez wymianę wiedzy, praktyczne warsztaty oraz możliwość bezpośrednich kontaktów z kluczowymi graczami rynku Forum wspiera transformację polskiej gospodarki oraz budowę silnego, konkurencyjnego łańcucha dostaw.

Forum „Energia z Polski – Local First" to unikalna okazja, by spotkać się z ludźmi decydującymi o największych zamówieniach w kraju. To miejsce na networking, promocję własnych rozwiązań i bezpośredni dialog biznesu z administracją.

Szczegóły i rejestracja: www.energiazpolski.pl

- Udział w wydarzeniu jest **bezpłatny**.
- Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc, zachęcamy do szybkiego zapisywania.

Masz pytania lub potrzebujesz pomocy? Napisz do nas: energiazpolski@polskapress.pl

Organizator

Patronat Honorowy

Partner Strategiczny

Partnerzy Główni

Partnerzy

Partnerzy Wspierający

Patroni Medialni

eprasa.pl 0bd268d27c

BEZPIECZEŃSTWO POLSKI

Gen. Stanisław Koziej: Stała baza USA w Polsce zmieni rosyjskie kalkulacje, ale nie zatrzyma wojny hybrydowej

Stała baza nie będzie miała większego znaczenia operacyjnego w przeciwdziałaniu agresji hybrydowej. Ma znaczenie strategiczne: wzmacnia odstraszanie Rosji przed jawną agresją zbrojną na Polskę. Najważniejszą wartością Sojuszu jest niedopuszczenie do wybuchu wojny – mówi gen. Stanisław Koziej

Anita Czupryn

Stała amerykańska baza w Polsce jest już sprawą przesądzoną? Donald Trump mówił o „znaczących postępach", ale dodał, że „jeśli do tego dojdzie". Jak to rozumieć?

Oczywiście, nie jest przesądzona. To wciąż szansa, ale nie pewnik. Na sprawę bazy w Polsce musimy spojrzeć szerzej, w kontekście amerykańskich planów dotyczących obecności wojskowej w całej Europie. Polska baza jest tylko małym elementem większej układanki. Jej przyszłość zależy od strategicznego przeglądu, który Amerykanie mają zakończyć przed końcem roku, być może w listopadzie lub grudniu. Jego wyniki, wnioski i rekomendacje zostaną przedstawione prezydentowi Trumpowi, który będzie musiał je zatwierdzić. To także wymaga czasu. Dlatego nie sądzę, aby ostateczna decyzja w sprawie bazy zapadła jeszcze w tym roku.

Co więc zdecyduje o tym, czy baza powstanie i jaki będzie miała charakter?

Musimy pamiętać, że będzie ona pochodną szerszego amerykańskiego planu redukcji i redyslokacji sił w Europie. Na ten plan wpłyną przede wszystkim trzy czynniki. Pierwszym są Chiny, które stanowią główny punkt odniesienia w globalnej strategii Stanów Zjednoczonych. Możemy być niemal pewni, że liczebność amerykańskich wojsk w Europie zostanie zmniejszona, ponieważ USA potrzebują części tych sił do realizacji swojego priorytetowego zadania, jakim jest rywalizacja z Chinami. Drugi czynnik wynika z polityki Donalda Trumpa. Prezydent wielokrotnie wyrażał niezadowolenie z postawy niektórych państw europejskich, między innymi z powodu ich niewystarczającego wsparcia dla Stanów Zjednoczonych w wojnie z Iranem. Można się zatem liczyć z tym, że część sił stacjonujących obecnie w Niemczech lub Hiszpanii zostanie stamtąd wycofana. Niektóre z tych jednostek mogą zostać przeniesione na wschodnią flankę NATO. Jeśli powstanie baza w Polsce, być może trafi do niej właśnie część wojsk stacjonujących dotychczas w Europie Zachodniej. Trzecim czynnikiem jest Rosja. Kształt bazy w Polsce będzie w dużej mierze zależał od tego, jak Amerykanie zechcą układać swoje stosunki z Moskwą w globalnej grze. My patrzymy na Rosję przede wszystkim przez pryzmat regionalnego zagrożenia i jej agresji na Ukrainę. Waszyngton patrzy szerzej. Dlatego sądzę, że ewentualna baza będzie z jednej strony sygnalizowała Rosji amerykańskie zainteresowanie naszym regionem, z drugiej zaś nie będzie jej nadmiernie drażniła i zostawi Stanom Zjednoczonym możliwość prowadzenia elastycznej polityki wobec Moskwy. Te trzy czynniki zdecydują, czy baza powstanie, kiedy to nastąpi i jakie wojska zostaną w niej ulokowane.

Skupmy się na tym, czego potrzebuje Polska. Mamy już amerykański garnizon, wysunięte dowództwo V Korpusu i około dziesięciu tysięcy żołnierzy USA, przede wszystkim rotacyjnych. Czego nadal brakuje? I co właściwie zmienia to słowo „stała", jeśli chodzi o amerykańską bazę?

Odpowiedź na drugą część pytania jest łatwiejsza. Stała baza jest korzystniejsza i z punktu widzenia Polski, i całej strategii NATO, bezpieczeństwa Sojuszu i odstraszania Rosji. Taka obecność ma trwały charakter i trudno ją zmienić w krótkim czasie. Znacznie łatwiej wycofać wojska stacjonujące rotacyjnie: jeden oddział przyjeżdża na określony czas, później wraca, a zastępuje go następny. Na podobnej zasadzie Polska wysyłała swoje kontyngenty do Afganistanu. Taką rotację można przerwać, po prostu nie przysyłając kolejnego oddziału. Niedawno wstrzymano przyjazd kilku tysięcy amerykańskich żołnierzy i do tej pory do Polski nie dotarli. Bardziej złożona jest odpowiedź na pytanie, czego chciałaby Polska i czego rzeczywiście potrzebuje. Stała baza oznacza natomiast, że są tu nie tylko żołnierze, którzy mogą spakować plecaki i odlecieć, ale również są ich rodziny, które mieszkają, pracują, a ich dzieci chodzą do szkół. Wycofanie całego kontyngentu wojskowo-cywilnego jest znacznie trudniejsze. Nie można tego zrobić z dnia na dzień. Pamiętamy, że Donald Trump chciał szybko wycofać część żołnierzy z Niemiec, aby w ten sposób ukarać ten kraj. Ostatecznie do tego nie doszło, między innymi dlatego, że Amerykanie stacjonują tam na stałe. Istnienie stałej bazy musi być uwzględnione w kalkulacjach potencjalnego agresora. Rosja, rozważając atak na Polskę, wiedziałaby, że na naszym terytorium na pewno znajdują się amerykańscy żołnierze. Musiałaby brać pod uwagę, że uderzy także w nich. Właśnie dlatego zależy nam, aby jak najwięcej sił USA stacjonowało tutaj na stałe. Ewentualna agresja na terytorium Polski oznaczałaby, że rosyjskie wojska spotkają tutaj Amerykanów albo będą musiały zaatakować ich rakietami czy bombami. Dla Rosji byłby to trwały element sytuacji, którego nie mogłaby pominąć w swoich kalkulacjach. Dobrym przykładem jest baza w Redzikowie. Została trwale osadzona w terenie wraz z żołnierzami, instalacjami i urządzeniami. Nie da się jej w kilka dni załadować na okręt i wywieźć. Taki stopień zakorzenienia ma bardzo duże znaczenie dla odstraszania.

Skoro żołnierze przyjechaliby z rodzinami, potrzebne byłyby mieszkania, szkoły, przedszkola, przychodnie i sklepy. Czy wokół bazy powstałoby całe amerykańskie miasteczko? Gdzie uczyłyby się dzieci żołnierzy?

Na tym właśnie polega istota stałej obecności. Nie chodzi tylko o bazę, lecz o amerykański garnizon: o instalacje wojskowe, sprzęt, uzbrojenie i żołnierzy, a także całe zaplecze, które w normalnych warunkach towarzyszy zawodowej armii. Żołnierze i ich rodziny muszą żyć, normalnie funkcjonować. W naszym interesie leży jednak to, aby taki garnizon był silnie związany z lokalną społecznością. Dobrze byłoby, gdyby w mieście położonym w pobliżu bazy jedna lub dwie polskie szkoły prowadziły również nauczanie w języku angielskim. Wtedy amerykańskie dzieci mogłyby uczyć się w naszych placówkach, zamiast w szkołach przeznaczonych wyłącznie dla nich. Jeszcze mocniej wiązałoby to amerykański garnizon z Polską. Byłaby to inwestycja nie tylko w koszary, magazyny, w infrastrukturę wojskową, lecz także w organizację życia społecznego całego regionu. Wokół garnizonu pojawiłyby się przecież rozmaite instytucje i usługi potrzebne zarówno żołnierzom, jak i towarzyszącym im cywilom. Skala tego przedsięwzięcia wykraczałaby daleko poza samo ogrodzenie bazy.

W doniesieniach medialnych pojawiają się Wrocław i Oleśnica. Dlaczego baza, która ma wzmacniać wschodnią flankę NATO, miałaby powstać na zachodzie Polski?

Spróbujmy spojrzeć na to analitycznie. Amerykanie mówią, że chcą stopniowo przekazać Europejczykom odpowiedzialność za konwencjonalną obronę kontynentu, zachowując dla siebie przede wszystkim wsparcie strategiczne w tych dziedzinach, w których państwa europejskie nie mają jeszcze wystarczających zdolności. Ciężar tradycyjnej obrony lądowej mają w coraz większym stopniu przejmować europejscy członkowie NATO. W Sojuszu przyjęto wizję określaną jako NATO 3.0. Europejczycy mają odpowiadać w większym stopniu za konwencjonalną obronę Europy, a Amerykanie zapewniać między innymi odstraszanie nuklearne oraz wsparcie powietrzne, wywiadowcze i satelitarne. Jeśli tak spojrzymy na przyszłą bazę, trudno zakładać, że Stany Zjednoczone rozmieszczą w niej przede wszystkim duże siły lądowe, na przykład brygadę pancerną. Nie jest to wykluczone; jeżeli jakaś jednostka zmechanizowana lub pancerna zostanie wycofana z Niemiec, może trafić do Polski. Ale bardziej prawdopodobne wydaje się ulokowanie u nas zdolności o znaczeniu strategicznym. Z polskiego punktu widzenia najlepszym rozwiązaniem byłaby amerykańska brygada pancerna rozmieszczona w rejonie przesmyku suwalskiego. Korzystny byłby również batalion rakiet dalekiego zasięgu, na przykład z pociskami Tomahawk, ulokowany w głębi kraju. Jeszcze większe znaczenie odstraszające miałyby środki zdolne do przenoszenia broni jądrowej. Nie wiem jednak, czy polskie władze przedstawiają Amerykanom tego rodzaju oczekiwania. Gdybym doradzał negocjatorom, sugerowałbym rozpoczęcie rozmów od wysokiego poziomu ambicji. Nie twierdzę, że wszystkie te oczekiwania da się spełnić dosłownie. W negocjacjach warto jednak zaczynać od wysokiego C i przedstawiać rozwiązania, które z polskiego punktu widzenia maksymalnie wzmacniałyby odstraszanie. Musimy jednocześnie mieć świadomość, że rozmieszczenie brygady pancernej bezpośrednio przy przesmyku suwalskim nie musi leżeć w interesie Stanów Zjednoczonych. Dlatego nie wiemy jeszcze, jaki rodzaj wojsk mógłby znaleźć się w nowej bazie. Mogłyby to być siły pancerne lub zmechanizowane, ale równie dobrze jednostka logistyczna, lotnicza, rakietowa albo pułk śmigłowców. Z polskiego punktu widzenia szczególnie wartościowa byłaby obecność systemów dalekiego zasięgu lub samolotów przystosowanych do przenoszenia amerykańskiej broni jądrowej. Dopóki Stany Zjednoczone nie zakończą przeglądu i nie zdecydują, które jednostki wycofają z Europy, a które tutaj pozostawią, trudno odpowiedzialnie przesądzać, co może trafić na wschodnią flankę.

eprasa.pl 0bd268d27c

Pojawiają się różne liczby: pięć tysięcy żołnierzy w samej bazie, od 11 do 15 tysięcy Amerykanów w całej Polsce, a wraz z rodzinami nawet 25 tysięcy osób. Które z tych szacunków uważa pan za wiarygodne?

Nie mam podstaw, aby to rozstrzygnąć. Na obecnym etapie byłoby to wróżenie z fusów. Jeżeli takie liczby podaje wiceminister obrony narodowej, zapewne opiera się na jakiejś wiedzy, choć mogą one równie dobrze opisywać polskie oczekiwania, a nie ustalenia ze stroną amerykańską. Można przeprowadzić proste wyliczenie. Dotychczas w Polsce rotacyjnie stacjonowało około dziesięciu tysięcy Amerykanów. Jeżeli dołączyłaby do nich nowa jednostka wielkości brygady, a więc kolejne kilka tysięcy wojskowych, otrzymalibyśmy w najbardziej korzystnym dla nas wariancie około 15 tysięcy żołnierzy. Do tego trzeba doliczyć rodziny oraz personel cywilny związany z funkcjonowaniem garnizonu. Łącznie mogłoby to oznaczać kilkanaście tysięcy wojskowych i dodatkowo kilka tysięcy amerykańskich cywilów. Dziś jest to jednak jedynie możliwy scenariusz.

Kto dowodziłby bazą w czasie pokoju, a kto w chwili kryzysu lub wojny? Polskie władze miałyby wpływ na to, jakie jednostki i uzbrojenie u nas stacjonują oraz do jakich operacji są wykorzystywane?

Jednostką amerykańską mogą dowodzić wyłącznie Amerykanie. Tak zorganizowany jest również system dowodzenia siłami NATO: amerykański dowódca nie podlega dowódcy innego państwa, lecz pozostaje w amerykańskim łańcuchu dowodzenia aż do najwyższego szczebla. Podobnie byłoby z bazą w Polsce. Stacjonująca w niej jednostka działałaby w ramach systemu dowodzenia Stanów Zjednoczonych. Decyzje dotyczące jej użycia w czasie wojny, albo nieużycia, należałyby do strony amerykańskiej. Polska może natomiast uzyskać taki wpływ na zasady funkcjonowania bazy, jaki wynegocjuje przed jej utworzeniem. Już zadeklarowaliśmy, że jesteśmy gotowi ją zbudować. To mogło być dla Donalda Trumpa ważną zachętą: Amerykanie otrzymaliby infrastrukturę i ponosiliby później przede wszystkim koszty własnej obecności.

Polska ma przeznaczyć na budowę 15–17 miliardów złotych.

Uważam, że warto zainwestować takie pieniądze, jeśli rzeczywiście doprowadzi to do trwałej obecności amerykańskiej. Trzeba jednak bardzo twardo wynegocjować prawne zasady pobytu żołnierzy USA w Polsce. Mamy już doświadczenia z rozmów dotyczących bazy w Redzikowie. Trzeba ustalić między innymi reguły jurysdykcji: co się dzieje, kiedy amerykański żołnierz popełnia na terytorium Polski wykroczenie lub przestępstwo, choćby przekracza prędkość; kiedy może zatrzymać go polska policja i przed jakim sądem powinien odpowiadać. Amerykanie zwykle starają się o to, aby ich żołnierze podlegali przede wszystkim amerykańskiemu wymiarowi sprawiedliwości. Przy negocjacjach dotyczących Redzikowa właśnie takie kwestie były przedmiotem wielu trudnych rozmów i sporów. Nie jestem specjalistą od wszystkich prawnych i logistycznych aspektów funkcjonowania zagranicznych baz, ale jedno jest pewne: warunki obecności musimy negocjować stanowczo. Nie może być tak, że zapraszamy Amerykanów, finansujemy bazę, a później pozostawiamy im pełną swobodę działania na terytorium Polski.



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

Gen. Koziej: Kształt bazy w Polsce będzie w dużej mierze zależał od tego, jak Amerykanie zechcą układać swoje stosunki z Moskwą w globalnej grze

Spotkałam się z określeniem, że w Polsce może powstać „drugi Ramstein". Czy takie porównanie ma sens? Ramstein jest wielkim węzłem lotniczym i centrum dowodzenia, a tutaj mówimy o bazie wojsk lądowych USA.

Ramstein jest miejscem wyjątkowym w skali Europy, potężną bazą oraz centrum lotniczym, logistycznym i dowódczym. Obiekt równie wielki na pewno w Polsce nie powstanie. Nie można jednak wykluczyć, że polska baza będzie miała charakter lotniczy. Jeżeli zostałaby ulokowana w rejonie Wrocławia, mogłaby być dużym zapleczem logistycznym albo właśnie bazą lotniczą. Na odpowiedź wciąż musimy poczekać do zakończenia amerykańskiego przeglądu strategicznego. Warto przy tym jasno powiedzieć, czego taka baza nie zmieni. Najbardziej palącym zagrożeniem dla Polski jest dziś rosyjska agresja hybrydowa. Stała baza amerykańska nie zwiększy w sposób bezpośredni naszej odporności na działania prowadzone poniżej progu otwartej wojny.

I to już nie są tylko rosyjskie prowokacje.

Coraz częściej mamy do czynienia z celowo organizowanymi atakami. Rosja nie uderza z rozwiniętymi sztandarami. Działa poniżej progu otwartej agresji, a potem przekonuje, że coś wydarzyło się przypadkowo albo że nie ma z tym nic wspólnego. Takie operacje stają się coraz bardziej dokuczliwe i prawdopodobnie pozostaną najpoważniejszym bieżącym wyzwaniem w najbliższych latach. Stała baza nie będzie miała większego znaczenia operacyjnego w przeciwdziałaniu większości takich działań. Ma natomiast ogromne znaczenie strategiczne: wzmacnia odstraszanie Rosji przed podjęciem decyzji o jawnej agresji zbrojnej na Polskę. A najważniejszą wartością Sojuszu jest właśnie odstraszanie, czyli niedopuszczenie do wybuchu wojny. Do tego trwała obecność amerykańska z pewnością może się przyczynić.

Rosyjska FSB zamknęła po zmroku pięciokilometrowy pas przy granicy z Estonią. Nad Narwą rosną obawy przed kolejną prowokacją. Eksperci spodziewają się incydentów z udziałem dronów, niektórzy nie wykluczają operacji „zielonych ludzików". Czy Moskwa może przygotowywać uderzenie na państwo NATO?

Rosja już teraz prowadzi agresję hybrydową i prawdopodobnie będzie ją intensyfikowała. Będzie unikała jawnego przekroczenia progu, który mógłby uruchomić artykuł 5 traktatu północnoatlantyckiego, ale jednocześnie działała coraz bliżej tej granicy. Możemy mieć do czynienia z atakami dronowymi lub rakietowymi, po których Moskwa będzie tłumaczyła, że był to przypadek, że urządzenie nie należało do Rosji albo zostało elektronicznie przejęte i skierowane nad terytorium NATO przez Ukraińców. Nie musimy już zresztą tylko przewidywać takich operacji; one się dzieją i musimy być gotowi przeciwstawiać się im na coraz większą skalę. Scenariusz dotyczący Estonii jest analizowany od dawna. W Narwie i jej okolicach mieszka liczna mniejszość rosyjskojęzyczna, co tworzy warunki, które Rosja może próbować wykorzystać do organizowania różnego rodzaju operacji, wysyłając agentów albo werbując miejscowych wykonawców. Warunki są tam pod pewnymi względami podobne do tych, które Rosja wykorzystywała we wschodnim Donbasie i na Krymie. Może wysyłać swoich agentów albo wynajmować miejscowych ludzi gotowych uczestniczyć w takich działaniach.

Podobny mechanizm obserwujemy w Polsce. Nie mamy rosyjskich „zielonych ludzików", ale pojawiają się, jak ich nazywam, „szare ludziki". Czyli miejscowi przestępcy, awanturnicy albo ludzie skuszeni łatwym zarobkiem, których rosyjskie służby wynajmują do przeprowadzania sabotażu czy podpaleń. Na pograniczu estońsko-rosyjskim takie działania mogą być jeszcze łatwiejsze do zorganizowania. Możliwe są więc intensywne incydenty dronowe, naruszenia przestrzeni powietrznej, a nawet wkroczenie niewielkiej grupy żołnierzy, którzy później będą twierdzili, że przypadkowo przekroczyli granicę. Rosja może wywołać zamieszanie, sprawdzić reakcję Estonii i NATO, a następnie się wycofać. Za znacznie mniej prawdopodobną uważam dziś otwartą agresję, w której Rosja oficjalnie atakuje terytorium NATO, czy to Estonię, czy rejon przesmyku suwalskiego. Taki scenariusz stałby się bardziej realny, gdyby Rosja zwyciężyła w wojnie przeciwko Ukrainie, między innymi zastraszając państwa NATO i skłaniając je do ograniczenia pomocy dla Kijowa. Wtedy mogłaby zdecydować się na kolejny krok. Dopóki jest związana wojną w Ukrainie, bezpośredni atak na NATO pozostaje mniej prawdopodobny. Intensyfikacja agresji hybrydowej jest natomiast niemal pewna, a jej odpieranie pozostaje bardzo trudne. Nie mamy wypracowanej spójnej doktryny obrony przed działaniami hybrydowymi. Niełatwo uruchomić artykuł 5, jeśli nie można jednoznacznie wykazać, że za danym atakiem stoi państwo rosyjskie i że doszło do agresji zbrojnej w rozumieniu prawa międzynarodowego. W takich warunkach trudno byłoby również uzyskać jednomyślność sojuszników. NATO nie ma dostatecznie rozwiniętej doktryny reagowania poniżej progu artykułu 5. Dlatego w dużej mierze musimy radzić sobie z tą agresją samodzielnie, w wymiarze krajowym. Sojusz może nas wspierać, na przykład w obronie powietrznej, ale to nadal za mało. Od dawna opowiadam się za tym, aby NATO ustanowiło wysuniętą strefę obrony powietrznej. Rakiety i drony lecące w stronę naszej granicy powinny być zwalczane jeszcze nad ukraińskim teatrem wojny, zanim naruszą polską przestrzeń powietrzną. Musimy także dostosować polskie prawo do realiów zagrożenia hybrydowego, tak aby wojsko mogło skutecznie uczestniczyć w jego zwalczaniu bez konieczności wprowadzania stanu wojennego. Dziś może pomagać Straży Granicznej lub policji, ale reguły użycia sił zbrojnych w sytuacji, która nie jest jeszcze wojną, pozostają nie dość jasne. Tymczasem przeciwnik już wykorzystuje środki przemocy, niekiedy także przemocy zbrojnej.

eprasa.pl 0bd268d27c

PAMIĘĆ



FOT. ŁUKASZ SOLSKI

Na Cmentarzu Głównym w Przemyślu w tym tygodniu odbyło się przekazanie odnowionego grobu Teofili Kic

Teofila Kic - bohaterka, o której Przemyśl nie może zapomnieć

W czasie niemieckiej okupacji kobieta zdecydowała się pomóc Marii Orwid oraz jej matce Klarze Pfeffer, które były Żydówkami i uciekły z getta. Ryzykowała życiem . Po wojnie ocalona przed śmiercią Maria Orwid została wybitną psychiatrą.

Łukasz Solski

Teofila Kic była krawcową w Przemyślu. Obie kobiety znalazły schronienie w jej mieszkaniu przy ulicy Matejki 10. Ukrywanie ich wymagało ogromnej ostrożności. Za pomoc Żydom groziły bardzo surowe represje, włącznie z karą śmierci.

Kobiety mieszkały na piętrze budynku. Ich obecność musiała pozostać tajemnicą nie tylko przed sąsiadami i osobami z zewnątrz, ale również przed rodziną Teofili Kic, która zajmowała parter.

Dzięki jej pomocy Maria Orwid i jej matka przeżyły okupację. Po wojnie Maria Orwid została wybitną psychiatrą i jedną z najważniejszych postaci polskiej psychiatrii dzieci i młodzieży.

Grób Teofili Kic był zagrożony likwidacją

Teofila Kic nie miała dzieci. Po jej śmierci przez wiele lat nikt nie zajmował się jej grobem. Z czasem pojawiło się realne zagrożenie, że miejsce pochówku może zostać usunięte.

Informacja o problemie z grobem pojawiła się podczas pracy nad książką „Krakowianki. Twarze polskiej historii". Jej autorka, krakowska przewodniczka i badaczka historii kobiet Alicja Zioło, zajmowała się postacią Marii Orwid.

W 2021 roku, dzięki jej staraniom, jedna z krakowskich ulic otrzymała imię profesor Marii Orwid. Psychiatra została również przedstawiona w jednym z rozdziałów wspomnianej książki.

Podczas pracy nad publikacją Alicja Zioło dotarła do informacji dotyczących Teofili Kic. Okazało się, że grób kobiety znajduje się na Cmentarzu Głównym w Przemyślu, ale nie ma dysponenta. Ponieważ Teofilia Kic nie miała dzieci, przez dziesięciolecia nie były regulowane opłaty związane z miejscem pochówku.

To oznaczało, że w przyszłości grób dzielnej kobiety mógł zostać usunięty.

Autorka książki zwróciła się o pomoc do Katarzyny Kosteckiej, która w ramach działalności Muzeum Narodowego Ziemi Przemyskiej zajmuje się dziedzictwem żydowskim. Rozpoczęto poszukiwania osób, które mogły potwierdzić historię Teofili Kic i pomóc w ocaleniu jej grobu.

Udało się odnaleźć krewną Teofili Kic

Poszukiwania przyniosły rezultat. Udało się odnaleźć żyjącą krewną Teofili, Barbarę Eberle-Kaznowską. W rozmowie z pracownicą Muzeum Narodowego Ziemi Przemyskiej potwierdziła ona historię dotyczącą Teofilii Kic. Dzięki temu możliwe było podjęcie dalszych działań zmierzających do zachowania grobu i godnego upamiętnienia kobiety.

W sprawę zaangażowało się Muzeum Narodowe Ziemi Przemyskiej. Prezydent Przemyśla wyraził zgodę na wspólne działania dotyczące miejsca pochówku Teofili Kic.

Muzeum rozpoczęło współpracę z krakowskimi współpracownikami i osobami związanymi z dorobkiem Marii Orwid. Do przedsięwzięcia dołączyło również Towarzystwo Przyjaciół Przemyśla i Regionu.

To właśnie dzięki współpracy kilku środowisk udało się przeprowadzić całą procedurę, a następnie zebrać pieniądze potrzebne do wykonania prac przy grobie.

Zebrano 14 960 zł na ratowanie grobu

Przez ponad rok Muzeum Narodowe Ziemi Przemyskiej podejmowało działania, których celem było godne upamiętnienie Teofili Kic. Realizacja przedsięwzięcia wymagała załatwienia wielu formalności.

Muzeum, ze względów statutowych, nie mogło samodzielnie przeprowadzić zbiórki pieniędzy. Pomoc zaoferował Zarząd Towarzystwa Przyjaciół Przemyśla i Regionu.

Towarzystwo od lat angażuje się w ochronę zabytkowych nekropolii oraz miejsc pamięci narodowej. Dzięki jego zaangażowaniu możliwe było przeprowadzenie zbiórki pod egidą organizacji.

Jej celem było zebranie pieniędzy na kilka działań. Środki miały zostać przeznaczone na wykonanie tablicy pamiątkowej, niezbędne prace konserwatorskie przy nagrobku oraz uregulowanie zaległych opłat związanych z utrzymaniem miejsca na Cmentarzu Głównym w Przemyślu.

Ostatecznie zbiórka zakończyła się wynikiem 14 960 zł.

Zebrane pieniądze pozwoliły zadbać o miejsce pochówku Teofili Kic i zachować pamięć o jej postawie podczas okupacji.

Nagrobek przekazano pod opiekę uczniom Zespołu Szkół Elektronicznych i Ogólnokształcących w Przemyślu.

Nadwyżka pomoże ocalić pamięć o zamordowanym Michale Kruku

Na tym jednak nie zakończyły się działania związane ze zbiórką. Po wykonaniu prac przy grobie Teofili Kic pozostała nadwyżka środków.

Zdecydowano, że pieniądze zostaną przeznaczone na zadbanie o grób Michała Kruka. Był on emerytowanym kolejarzem, który podczas niemieckiej okupacji również pomagał osobom prześladowanym przez Niemców.

Michał Kruk mieszkał przez płot z przemyskim gettem. Wykorzystywał swoje położenie, aby umożliwiać ucieczkę osobom uwięzionym w getcie. Za swoją działalność zapłacił najwyższą cenę. Został zamordowany.

Jego historia do dziś nie jest jednak tak szeroko znana jak historia Teofilii Kic. Michał Kruk nie został również dotąd wyróżniony przez Yad Vashem tytułem „Sprawiedliwy wśród Narodów Świata", choć istnieją liczne świadectwa dotyczące jego działalności i pomocy udzielanej Żydom.

Maria Orwid przeżyła dzięki pomocy Teofili

Historia Teofili Kic nierozerwalnie łączy się z Marią Orwid. Pochodząca z Przemyśla kobieta po wojnie zapisała się w historii polskiej psychiatrii.

Jej działalność miała charakter pionierski nie tylko w Polsce. Profesor Maria Orwid była założycielką pierwszej w kraju kliniki psychiatrii dzieci i młodzieży. W swojej pracy zajmowała się między innymi terapią rodzin i przyczyniła się do wprowadzenia jej za żelazną kurtynę.

W latach 50. rozpoczęła badania z udziałem byłych więźniów KL Auschwitz-Birkenau. Na podstawie tych badań opisała tzw. syndrom K-Z, który obecnie powszechnie określany jest jako zespół stresu pourazowego.

Po 1989 roku Maria Orwid była inicjatorką prowadzenia psychoterapii Ocalałych z Holokaustu.

Jej dorobek naukowy i terapeutyczny był ogromny. Pod koniec życia profesor często wracała pamięcią do Przemyśla, przedwojennej społeczności żydowskiej oraz szczęśliwego dzieciństwa spędzonego w tym mieście. Wspominała także wojenne doświadczenia. Wiedziała, że przeżycie jej i matki było możliwe dzięki pomocy Teofilii Kic.

Maria Orwid nie zapomniała o kobiecie, która podczas okupacji udzieliła jej i Klarze Pfeffer schronienia. Dzięki jej staraniom Teofilia Kic została przed śmiercią uhonorowana przez izraelski Instytut Yad Vashem medalem „Sprawiedliwy wśród Narodów Świata".

To wyróżnienie przyznawane jest osobom niebędącym Żydami, które podczas Zagłady pomagały Żydom, często narażając własne życie.

W przypadku Teofilii Kic pomoc nie ograniczała się do jednorazowego działania. Kobieta przez dłuższy czas ukrywała Marię Orwid i jej matkę we własnym mieszkaniu.

Musieli zachować szczególną ostrożność. Kobiety przebywały w ukryciu w budynku, w którym mieszkali także bliscy Teofilii Kic. O ich obecności nie mogli dowiedzieć się nawet członkowie jej rodziny.

Historia ta pokazuje, jak ogromne ryzyko wiązało się z każdą próbą pomocy Żydom prześladowanym podczas okupacji. W Polsce za taką pomoc Niemcy rozstrzeliwali Polaków. Mordowano całe rodziny. Tak zginęła rodzina Ulmów w Markowej. ©℗

eprasa.pl 0bd268d27c

MISTRZOWIE AGRO 2026

Oto pierwsi liderzy głosowania w największym plebiscycie rolniczym

Na zwycięzców Mistrzów Agro - największego w Polsce plebiscytu wiejskiego i rolniczego - czekają wspaniałe nagrody, tytuły i emocje. - Nie ukrywam, że to była olbrzymia promocja dla naszego koła gospodyń wiejskich. Uważam, że udział w Mistrzach Agro był bardzo fajnym doświadczeniem - mówi jedna z ubiegłorocznych laureatek Kornelia Zając.

- Po wygranej spłynęły do mnie gratulacje ze strony ludzi, którzy mi kibicowali, co bardzo doceniam. Czułem dużą mobilizację, żeby pokazać innym, często nieprzychylnym mi osobom, że da się, że można. Bardzo miłym wydarzeniem okazało się wręczenie nagród laureatom ogólnopolskim. Do Kielc, gdzie była gala, pojechało ze mną kilka bliskich osób. Bardzo dobrze wspominam tamten dzień. Poczułem się doceniony. Było super - opisuje ubiegłoroczną edycję Rafał Kaleciński - nasz Rolnik Roku 2025 Polski. W tym roku zwycięzcy też będą uhonorowani na gali podczas XXXII Międzynarodowych Targów Techniki Rolniczej AGROTECH w Kielcach.

I tradycyjnie, redakcyjnym podsumowaniem plebiscytu będzie dodatek przedstawiający zwycięzców w skali całego naszego województwa, byśmy wszyscy mogli poznać ich bliżej, a także książka. - Bo plebiscyt Mistrzowie Agro ma też swoje kulinarne podsumowanie, a mianowicie po zakończeniu każdej edycji wydawana jest książka „Swojskie smaki, czyli najlepsze przepisy najlepszych kół gospodyń wiejskich z całego kraju" - mówi Katarzyna Adamczyk, która opiekuje się całą akcją od strony redakcyjnej.

- Jeśli chodzi o książkę, to fantastyczna sprawa. Przede wszystkim przepięknie wydana, w świetnej oprawie a w środku oczywiście wspaniała treść. W środku było mnóstwo interesujących przepisów. Krótko mówiąc, fantastyczna. Świetna pamiątka na lata. Mieliśmy okazję wręczyć kilka egzemplarzy burmistrzowi i osobom związanym z naszą społecznością, każdy był zachwycony. Oczywiście wszyscy członkowie koła także otrzymali swoje wydania i naprawdę im się podobało to, co jest w środku - opisuje Jadwiga Adamska, której koło miało swój przepis w tym wydawnictwie w ubiegłym roku.

- Książka dumnie stoi na półce. Dostałyśmy dużo egzemplarzy, wszystkie rozdałyśmy naszym członkiniom i sympatykom koła - dodaje Kornelia Zając. Anna Szelągiewicz-Białecka też nie może się nachwalić tej nagrody w plebiscycie. - Wszystkie dziewczyny z koła są zadowolone z książki. Każda z niej korzysta. Wiem, że inspirują się przepisami innych kół. Dziewczyny są bardzo zadowolone, że mogą mieć ją na swoich półkach - wyjawia ubiegłoroczna laureatka Mistrzów Agro.



Koło Gospodyń Wiejskich Roku
Stowarzyszenie KGW w Gogołowie, gmina Frysztak



Koło Gospodyń Wiejskich Roku
KGW Trześń, gmina Gorzyce



Lider Roku
Iwona Frączek, Cieklin, KGW Cieklin



Lider Roku
Mariusz Godek, Krasna, Parafia Krasna pw. Niepokalanego Serca NMP



Wypoczynek Blisko Natury Roku
Domek Szept Rzeki, Chołowice

AKTUALNI LIDERZY GŁOSOWANIA W POSZCZEGÓLNYCH KATEGORIACH PLEBISCYTU

Więcej na: nowiny24.pl/mistrzowie-smaku

SOŁTYS ROKU

1. **Mariusz Pietruszka,** Sołectwo Hucisko, gmina Leżajsk
2. **Henryk Paryła,** Sołectwo Wola Roźwienicka, gmina Roźwienica
3. **Jerzy Stachula,** Sołectwo Orliska, gmina Gorzyce

ROLNIK ROKU

1. **Łukasz Gortad,** Czekaj
2. **Tomasz Karaś,** Rudnik nad Sanem
3. **Andrzej Skoczylas,** Nienowice

LIDER ROKU

1. **Iwona Frączek,** Cieklin, KGW Cieklin
2. **Bartłomiej Pięta,** Ropczyce
3. **Mariusz Godek,** Krasna, Parafia Krasna pw. Niepokalanego Serca NMP

LEŚNICZY ROKU

1. **Stanisław Kotulski,** Brzyska Wola
2. **Natalia Dubaj,** Leśnictwo Grochowce
3. **Mariusz Matyga,** Folusz

SOŁECTWO ROKU

1. **Sołectwo Zagórze,** gmina Jodłowa
2. **Sołectwo Chlebna,** gmina Jedlicze
3. **Sołectwo Chłopice,** gmina Chłopice

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ROKU

1. **KGW Nehrybka,** gmina Przemyśl
2. **Stowarzyszenie KGW w Gogołowie,** gmina Frysztak
3. **KGW Trześń,** gmina Gorzyce

WYPOCZYNEK BLISKO NATURY ROKU

1. **Siedlisko Janczar,** Pstrągowa
2. **Alpacze - Rzeszowskie Alpaki,** Wola Rafałowska
3. **Domek Szept Rzeki,** Chołowice

Patroni honorowi:
Ministerstwo Rolnictwa i Rozwoju Wsi
Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi Stefan Krajewski
ARiMR Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa
Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa

Partnerzy plebiscytu:
Targi Kielce exhibition & congress centre
agrotech

Patronat regionalny:
Marszałek Województwa Podkarpackiego
Jerzy Borcz Przewodniczący Sejmiku Województwa Podkarpackiego
Starosta Rzeszowski
Wojewoda Podkarpacki
Kurus
ARiMR Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa
Podkarpacka Izba Rolnicza PIR

eprasa.pl 0bd268d27c

ODCHUDZANIE

Ozempic i Mounjaro. Cała prawda o lekach, które zmieniają ciało i apetyt

Dopiero od niedawna otyłość jest traktowana jako zupełnie oddzielna choroba. Wcześniej się mówiło, że jest następstwem innych chorób – mówi dr n. med. Adam Parfieńczyk, ordynator Klinicznego Oddziału Chorób Wewnętrznych i Endokrynologii Szpitala Wolskiego w Warszawie

Anita Czupryn

To jest bohaterka naszej dzisiejszej rozmowy.

Jaszczurka?!

Od niej wszystko się zaczęło. W ślinie tej jadowitej jaszczurki, nazywanej Helodermą arizońską, znajduje się substancja, która doprowadziła do stworzenia pierwszego leku działającego podobnie do ludzkiego GLP-1. Heloderma arizońska, jak nazwa wskazuje, żyje na pustyni w Arizonie i potrafi bardzo długo nie jeść. Amerykański endokrynolog Dr John Eng, zaczął ją badać około 1990 roku. Po sześciu latach potencjał tego odkrycia dostrzegły koncerny farmaceutyczne i rozpoczęły się badania nad lekiem. Pierwszy preparat pojawił się w Stanach Zjednoczonych już w 2005 roku. W Europie mniej więcej pięć lat później. Ja zetknąłem się z nim wcześniej, ponieważ przez pewien czas pracowałem w Anglii.

W Polsce w 2010 roku krążyły zaledwie pogłoski. Jeśli ktoś chciał schudnąć, przechodził zwykle na restrykcyjną dietę. Dziś niemal każdy, z kim rozmawiam, albo sam przyjmuje Ozempic czy Mounjaro, albo zna kogoś, kto je stosuje. Podobno są już również tabletki.

Od pewnego czasu mamy już tabletki – Rybelsus. Od dawna zastrzyki: Victozę, Saxendę (do iniekcji codziennych). Pojawiło się również Wegovy, które zawiera tę samą substancję co Ozempic, czyli semaglutyd, ale stosowaną w leczeniu otyłości w większych dawkach (do iniekcji co 7 dni). Ozempic podaje się w dawkach do 1 mg, a Wegovy w dawce 1,7 lub 2,4 mg. Od przyszłego roku będzie dostępna także dawka 7,2 mg. Najnowsze badania wskazują, że większa dawka semaglutydu działa jeszcze skuteczniej.

Panie doktorze, proszę o szczerość: czy to jest nowa moda, czy rzeczywiście przełom w leczeniu otyłości?

Proszę pani, to jest rewolucja. Mechanizm działania tych preparatów wyrasta z badań nad receptorami sprzężonymi z białkiem G, za które przyznano Nagrodę Nobla. Nie możemy powiedzieć, że są to leki służące wyłącznie odchudzaniu. Działają ogólnoustrojowo i pozwalają wyrównać zaburzony metabolizm. Moja nauczycielka, pani profesor, zawsze powtarzała, że przy tych lekach chudnięcie jest skutkiem ubocznym. Podstawą jest naprawa metabolizmu i przywrócenie organizmowi równowagi. Dopiero od niedawna otyłość traktujemy jako samodzielną chorobę, którą należy oddzielnie leczyć, a nie jedynie następstwo innych chorób. Kardiolodzy również mówią o rewolucji. Badania pokazują spadek liczby ostrych zdarzeń sercowo-naczyniowych i zgonów z ich powodu. Nie są to więc leki wpływające tylko na gospodarkę węglowodanową. Absolutnie nie.

Wyprzedził Pan moje pytanie, bo właśnie chciałam zapytać, co te leki robią z człowiekiem. Dlaczego ktoś, kto wcześniej przez cały dzień myślał o jedzeniu, po rozpoczęciu terapii może niemal o nim zapomnieć?

To kwestia tak zwanego „szumu jedzeniowego". W skrócie, w mózgu działają ośrodki nagrody, a my tej nagrody potrzebujemy. Na podobnej zasadzie funkcjonują pewne uzależnienia. Jeśli chodzi o jedzenie, człowiek przestaje mieć natrętne myśli, ponieważ odczuwa sytość. Lek trochę oszukuje mózg: nie trzeba już koniecznie dostarczać mu rozrywki w postaci jedzenia. Mechanizm działa na dwóch poziomach. Po pierwsze, bezpośrednio na mózg, nasze zachowania żywieniowe i ośrodek sytości. Po drugie, pokarm dłużej pozostaje w żołądku, więc płynie z niego do mózgu sygnał: „Jesteś najedzony, po co masz dojadać?". Człowiek je częściej, ale mniej. Jest jeszcze coś... co nazywam karą. Wiele osób prowadzących nieregularny tryb życia zjada jeden ogromny posiłek wieczorem. Po takim posiłku może pojawić się silny ból brzucha, rozpieranie i człowiek nie zaśnie. Niektóre osoby prowokują wtedy wymioty; to straszne i szkodliwe. Ponieważ lek powinien być stosowany przez dłuższy czas – minimum 12 miesięcy, może on pomóc organizmowi przestawić się na nowy tryb życia.

Istnieje obiegowa opinia, że kiedy człowiek zacznie przyjmować tego rodzaju leki, będzie już musiał brać je do końca życia, bo po odstawieniu pojawi się efekt jo-jo. Jak jest naprawdę?

Jeżeli człowiek nie zmieni sposobu życia i swoich złych nawyków: nie nauczy się prawidłowo jeść, nadal będzie prowadził siedzący tryb życia, przyjmował dużo kalorii albo nadużywał alkoholu, siłą rzeczy może nawet w ciągu 6 miesięcy, wrócić do wcześniejszej wagi. Niektóre osoby przez strach, właśnie z tego powodu przyjmują lek latami, przewlekle, nawet do końca życia. Oczywiście można tak robić, jeżeli nadal istnieją wskazania, preparat działa i jest dobrze tolerowany.

Wspomniał Pan o ośrodku nagrody w mózgu. Kiedy jemy ciastko, pojawia się wyrzut dopaminy, a lek ogranicza potrzebę sięgania po tę nagrodę. Co w zamian? Jak nauczyć się nagradzać inaczej i poradzić sobie z dawnym nawykiem?

Świetne pytanie, bardzo za nie dziękuję, bo pojawia się ono w szerokiej, interdyscyplinarnej dyskusji. Są tu dwa aspekty. Po pierwsze, lek nie odbiera całkowicie możliwości zaspokajania potrzeb kulinarnych. Człowiek po prostu je mniej. Szczególnie na początku terapii apetyt wyraźnie spada, nie można zjeść dużo naraz, a czasem w ogóle nie chce się jeść. Dla smakosza może to być początkowo problem. Podglądam czasem fora pacjentów, choć z wieloma publikowanymi tam rewelacjami absolutnie się nie zgadzam. Trzeba odwrócić uwagę mózgu od „szumu jedzeniowego". Kiedyś palaczom radzono, żeby zajęli czymś dłonie i nie sięgali po papierosa. Tu chodzi o coś podobnego – trzeba zająć mózg czymś innym. Z czasem zmieniają się również smaki. Wielu pacjentów mówi, że dawniej lubili określone potrawy, a dziś już za nimi nie przepadają. Mają mniejszy apetyt na słodycze, jedzą je rzadziej i w mniejszych ilościach, czasem bardziej ciągnie ich do potraw słonych. Zmienia się również odczuwanie zapachów. Znam wiele pań, które podczas terapii zmieniły nawet perfumy, bo dotychczasowy zapach przestał im odpowiadać.

Jednym słowem, nowa ja! Wrócę do tego, co powiedział Pan na początku: że chudnięcie jest właściwie skutkiem ubocznym poprawy metabolizmu. Czy te leki pomagają również przy stanie przedcukrzycowym, insulinooporności oraz problemach metabolicznych towarzyszących menopauzie albo Hashimoto?

Zdecydowanie mogą pomóc. Część lekarzy dyskutuje nawet o tym, jak definiować insulinooporność, ale sam mechanizm jest logiczny: w odpowiedzi na pokarm i podwyższenie poziomu glukozy organizm wydziela zbyt dużo insuliny. Te leki pomagają wyrównać gospodarkę cukrową i insulinową. Metformina nadal pozostaje świetnym lekiem i złotym standardem. Nowe preparaty działają inaczej chociaż również poprawiają wrażliwość organizmu na insulinę. Jeżeli zmniejsza się stężenie insuliny, słabnie też patologiczny mechanizm sprzyjający odkładaniu tkanki tłuszczowej. Leki te mogą również zmniejszać stłuszczenie wątroby. To bardzo ważne, bo Polacy, a szerzej Słowianie, mają skłonność do stłuszczenia wątroby, nie tylko z powodu nadużywania alkoholu.

Gdzie przebiega granica między leczeniem choroby a odchudzaniem osoby, która chce po prostu wyglądać jeszcze szczuplej? Może to tylko moje wrażenie, ale na premierach filmowych spotykam znane polskie aktorki i wydaje mi się, że nigdy nie były tak chude jak teraz.

Pierwszym kryterium jest BMI, czyli wskaźnik uwzględniający masę ciała i wzrost, ale samo BMI nie wystarczy. Np. u kobiet bierzemy pod uwagę stosunek obwodu talii do bioder, zawartość i rozmieszczenie tkanki tłuszczowej w organizmie, które różni się od tego u mężczyzn. U panów częściej występuje otyłość brzuszna. Jeżeli ktoś ma prawidłową masę ciała, a przyjmuje lek wyłącznie po to, by stać się jeszcze szczuplejszym, to jest to nadużycie. Mam tylko nadzieję, że takie osoby nie zdobywają preparatów z czarnego rynku, bo tego również jest w internecie bardzo dużo. Przy BMI powyżej 30 mówimy o chorobie otyłościowej. Przy nadwadze (BMI powyżej 25) lek można rozważyć, jeśli współistnieją problemy zdrowotne związane z nadmierną masą ciała. Liczy się ogólny stan metaboliczny organizmu (na przykład stłuszczenie wątroby, autoimmunologiczne zapalenia jak choroba Hashimoto czy obecność niedokrwistości). Nadmierna tkanka tłuszczowa jest bardzo aktywna metabolicznie. Podtrzymuje permanentny stan zapalny w organizmie. Szczególnie aktywna metabolicznie jest tkanka gromadząca się wokół narządów, w tym serca, dlatego wiąże się ona z większym ryzykiem zawału i innych zdarzeń sercowo-naczyniowych. Zmniejszenie jej ilości wyraźnie obniża to zagrożenie. Jestem zwolennikiem indywidualnego doboru terapii i bardzo dokładnego określenia celu. Nie chodzi wyłącznie o chudnięcie. Chodzi o nauczenie organizmu, jak ma później funkcjonować, potencjalnie także bez leku.

Co lekarz powinien wiedzieć o pacjencie, zanim wypisze pierwszą receptę? Czy wystarczy krótka konsultacja przez internet?

Absolutnie nie. Nigdy nie byłem zwolennikiem leczenia online. Pacjenta trzeba zbadać: przeprowadzić dokładny wywiad i badanie fizykalne. Musimy wiedzieć, jaki prowadzi tryb życia. Inaczej traktujemy osobę aktywną, która mimo ruchu nie może schudnąć, a inaczej kogoś pracującego zdalnie w domu, kto właściwie się nie rusza i zamawia jedzenie przez internet. Uruchomienie pacjenta i nauczenie go odpowiedniego sposobu odżywiania jest procesem. Lekarz musi znać zawód pacjenta, jego codzienność i współ-

eprasa.pl 0bd268d27c

istniejące choroby przewlekłe. Powinien przeprowadzić dokładny wywiad rodzinny. Wiedzieć o przebytym zapaleniu trzustki, kamicy, problemach z przewodem pokarmowym i występowaniu określonych nowotworów tarczycy w rodzinie. Nie wyobrażam sobie, że da się to odpowiedzialnie sprawdzić w formularzu wypełnianym przez internet w ciągu 15 minut. Musimy również znać stan wyjściowy pacjenta i wiedzieć, co potem kontrolować. Nie można podać leku ot tak, bez diagnostyki.

Moja znajoma powiedziała mi, że aby otrzymać receptę, musi zrobić następujące badania: z krwi glukoza, kreatynina, ALT, TSH, AST, lipidogram, morfologia. Co Pan na to?

To zdecydowanie za mało. W naszej klinice zawsze najpierw kwalifikujemy pacjenta. Nie podajemy leku tylko dlatego, że ktoś go chce przyjmować. Wykonujemy: morfologię, ALT, AST, GGTP – żeby ocenić wątrobę i drogi żółciowe, a także lipazę i amylazę, które mówią nam o trzustce. Sprawdzamy gospodarkę węglowodanową – cukrową; wykonujemy doustny test obciążenia glukozą (OGTT) z oznaczeniem nie tylko glukozy, lecz także insuliny. Sama krzywa cukrowa, bez badania insuliny, nie daje żadnej informacji o jej wydzielaniu. Badamy też lipidogram, stężenie witaminy D3, żelaza, ferrytyny, kwasu foliowego, CRP, sodu, potasu, magnezu, wapnia i fosforu. Sprawdzamy również hormony tarczycy i TSH, a w razie potrzeby przeciwciała przeciwtarczycowe w trzech klasach. Wiele osób nie wie, że ma chorą tarczycę. Człowiek jest całością, nie można wyjąć jednego narządu i leczyć go w oderwaniu od reszty. Kiedyś usłyszałem od pewnego lekarza specjalisty, że interesuje go pacjent tylko od pasa w górę, bo wyłącznie tę część leczy. Absolutnie się z takim podejściem nie zgadzam.

Kto w ogóle nie powinien przyjmować tych leków, a kto wymaga szczególnej ostrożności?

U 10 procent pacjentów te leki po prostu nie działają. Znaczenie mogą mieć między innymi uwarunkowania biologiczne i oporność genetyczna. Nie powinno się również męczyć leczeniem osób, które mają zaznaczone skutki uboczne np.: niepowstrzymane wymioty, silne nudności albo bóle brzucha. Szczególnej ostrożności wymagają pacjenci cierpiący na przewlekłe zaparcia. Leki te spowalniają pracę jelit i mogą problem nasilać. Ostrożnie podchodzi się także do osób uzależnionych i nadużywających alkoholu. Nie znaczy to, że lek u nich nie działa, ale sytuacja wymaga szczególnego nadzoru.



FOT. GETTY IMAGES

Dr Adam Parfieńczyk: Nigdy nie byłem zwolennikiem leczenia online. Pacjenta trzeba zbadać: przeprowadzić dokładny wywiad i badanie fizykalne. Musimy wiedzieć, jaki prowadzi tryb życia

Jak chudnąć prawidłowo?

Średnio około kilograma tygodniowo, czyli mniej więcej cztery kilogramy miesięcznie. Szybsze tempo może być niebezpieczne. Największym zagrożeniem, o którym wszyscy dziś mówią, jest spadek masy mięśniowej. Mięśnie odbudować jest bardzo trudno. Kiedy ludzie sami zwiększają dawki, mogą tracić nie tylko tłuszcz, ale również mięśnie. Powstaje zjawisko „człowiek grubychudy". Osoba waży mniej, lecz nadal ma dużo tkanki tłuszczowej a o wiele za mało mięśni. Kolejnym typowym błędem jest zwiększanie dawki leku połączone z głodzeniem się. Nie wolno tego robić.

Jak często pacjent powinien kontaktować się z lekarzem? Czy comiesięczne wystawianie kolejnej recepty można już nazwać prowadzeniem leczenia?

Mogę opowiedzieć o schemacie, który wypracowaliśmy. Pierwsza wizyta nie może trwać 15 minut online. Musimy dokładnie porozmawiać z pacjentem, wyjaśnić mu wszystkie aspekty i powiedzieć, kiedy powinien zgłaszać: „Houston, mamy problem". Jeśli człowiek zostanie dobrze przygotowany, będzie wiedział, jak reagować. Po rozpoczęciu leczenia pierwszy miesiąc służy przestawieniu organizmu. Wykonujemy badanie lekarskie i badania dodatkowe, dobieramy lek, a po miesiącu prosimy o kontakt telefoniczny, żeby sprawdzić, czy wszystko jest w porządku. Pacjent mierzy obwody talii i bioder i mówi nam, jak się zmieniły. Drugi miesiąc służy obserwacji, jak organizm funkcjonuje na nowym poziomie metabolicznym. Około trzeciego miesiąca chcemy ponownie zobaczyć pacjenta. Kontrolujemy wówczas cholesterol, witaminę D, stężenie żelaza i inne wcześniej nieprawidłowe wyniki. Utajony niedobór żelaza jest u pacjentów z otyłością dość częsty. Trzeba także uzupełniać elektrolity i witaminy, jeśli rzeczywiście ich brakuje. Szczególnie kobiety zauważają osłabienie i nadmierne wypadanie włosów, gdy zaczynają jeść mniej. Po co mają się z tym męczyć i źle czuć we własnej skórze, skoro można temu przeciwdziałać?

Jeśli już Pan o tym wspomniał, to powiedzmy o tych działaniach niepożądanych. Na co trzeba by się przygotować?

Przede wszystkim trzeba się przygotować na dolegliwości ze strony przewodu pokarmowego: nudności, czasem wymioty, zgagę i niewielkie bóle brzucha. Wynika to z tego, że przejście pokarmu przez żołądek i jelita jest wolniejsze, więc jedzenie dłużej zalega.

Jeżeli zadbamy o odpowiednią ilość białka i ruch, możemy ochronić mięśnie?

Tak, potrzebne są zarówno odpowiednia ilość białka, jak i właściwie dobrany ruch. Naszym celem jest zmniejszenie masy tkanki tłuszczowej, a nie mięśni. Pacjenci prowadzeni prawidłowo wcale nie muszą zmagać się z sarkopenią.

Życie uczy, że za wszystko w jakiś sposób płacimy. Działania niepożądane są ceną, którą trzeba zapłacić za skuteczne leczenie?

Niekoniecznie i zdecydowanie nie u wszystkich. Pozwolę sobie na żart, że czasem jedyną ceną, jaką płacimy w ciągu roku za leczenie, są pieniądze – od dziesięciu do nawet trzydziestu tysięcy złotych za kurację. Jeżeli leczenie jest prowadzone prawidłowo to, nie spotkałem się z tym, żeby musiało ono w perspektywie źle wpływać na funkcjonowanie organizmu. Czytam czasem w internecie, że te leki powodują nowotwory... To bzdura. Jedyny wyjątek to rdzeniasty rak tarczycy. Tak samo mówi się o nasilaniu depresji. Nie potwierdzają tego dotychczasowe analizy; niektóre badania pokazują wręcz przeciwny kierunek.

Czytam jednak również o obniżeniu nastroju podczas terapii.

Spadek nastroju może mieć związek z utratą dotychczasowej nagrody. Jeżeli człowiekowi uzależnionemu od alkoholu odbierzemy butelkę, również może mieć obniżony nastrój. Tutaj zmniejsza się ilość jedzenia, czyli czegoś, co wcześniej sprawiało radość. To może być przejściowe. Trzeba jednak obserwować pacjenta, sprawdzić także jego ogólny stan zdrowia i ewentualne niedobory, między innymi witaminy D.

Nowoczesne leczenie otyłości stanie się przywilejem zamożnych? Elita będzie szczupła i zdrowa, a ludzie, których nie stać na leki, pozostaną ze swoją chorobą?

Takie głosy pojawiają się w internecie. Istnieje jednak zjawisko „klifu patentowego". Kiedy wygasa patent na substancję, mogą wejść odpowiedniki, zwykle znacznie tańsze od leku oryginalnego. Taki proces zaczyna obejmować starsze preparaty, na przykład liraglutyd. W przypadku semaglutydu również trwa już walka patentowa i pojawiają się konkurencyjne produkty, między innymi w Chinach. Jeśli na rynek wejdą odpowiedniki, ceny powinny spaść. Nie dotyczy to od razu najnowszych leków. Jeżeli nowy preparat świetnie działa, firma chce na nim jak najwięcej zarobić. Tak było z tirzepatydem i podobnie zapewne będzie z retatrutydem. Jestem jednak optymistą. Kiedy pojawią się kolejne, skuteczniejsze substancje, producenci starszych leków będą musieli obniżać ceny, żeby nadal je sprzedawać. Oczywiście zawsze będzie tak, że jeden pacjent „ pojedzie szybciej Ferrari, a drugi wolniej Syreną Bosto" byleby skutecznie. Zapewne pozostanie grupa osób, których nie będzie stać na terapię. Analogi GLP-1 nie muszą jednak wiecznie kosztować tyle co dziś.

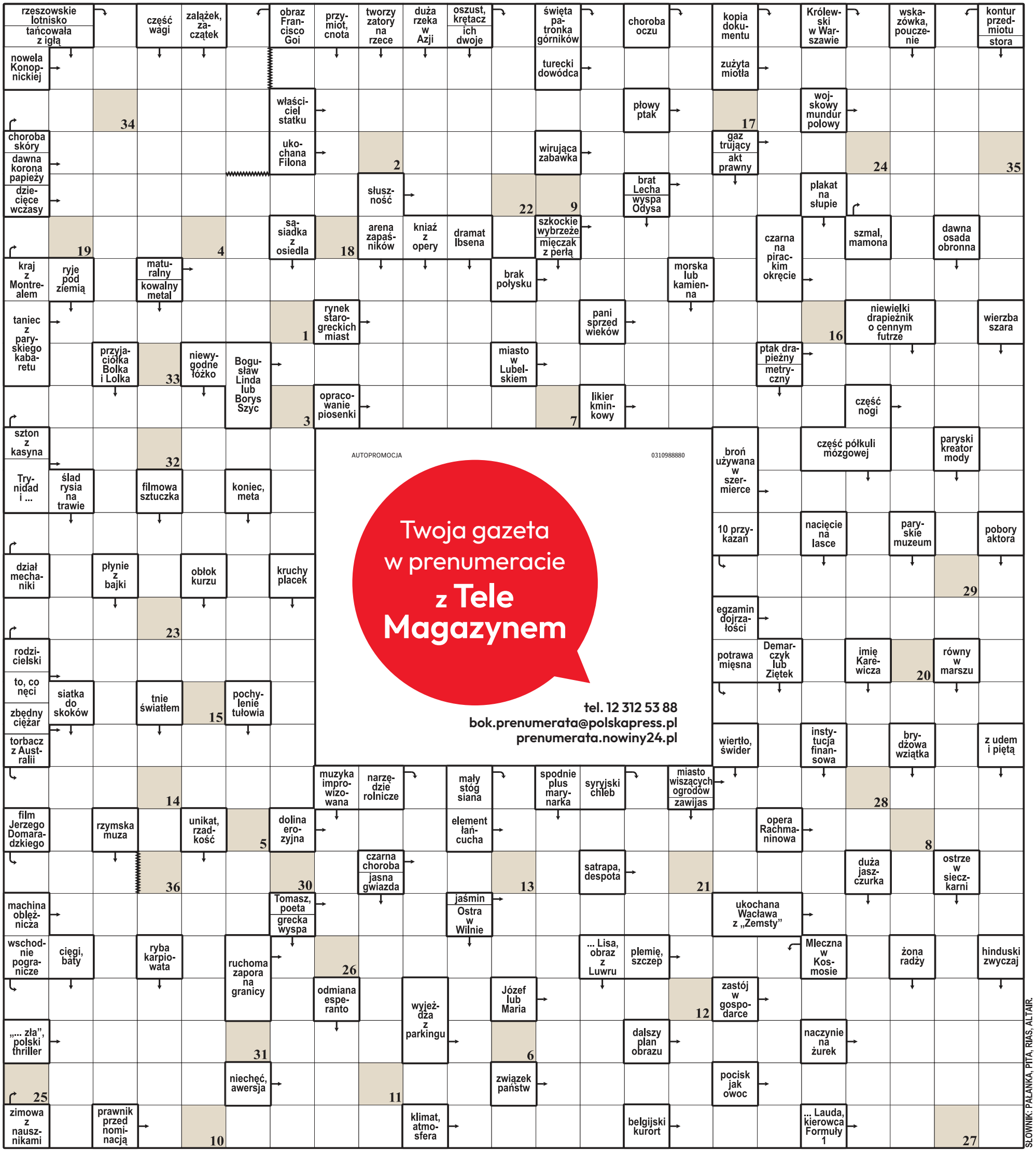


FOT. ADAM JANKOWSKI

Dr n. med. Adam Parfieńczyk

Specjalista chorób wewnętrznych i medycyny nuklearnej, ordynator Klinicznego Oddziału Chorób Wewnętrznych i Endokrynologii Szpitala Wolskiego w Warszawie. Adiunkt Uczelni Łazarskiego. Doktor nauk medycznych z dziedziny hematologii. Autor ponad 76 publikacji naukowych.

eprasa.pl 0bd268d27c



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36

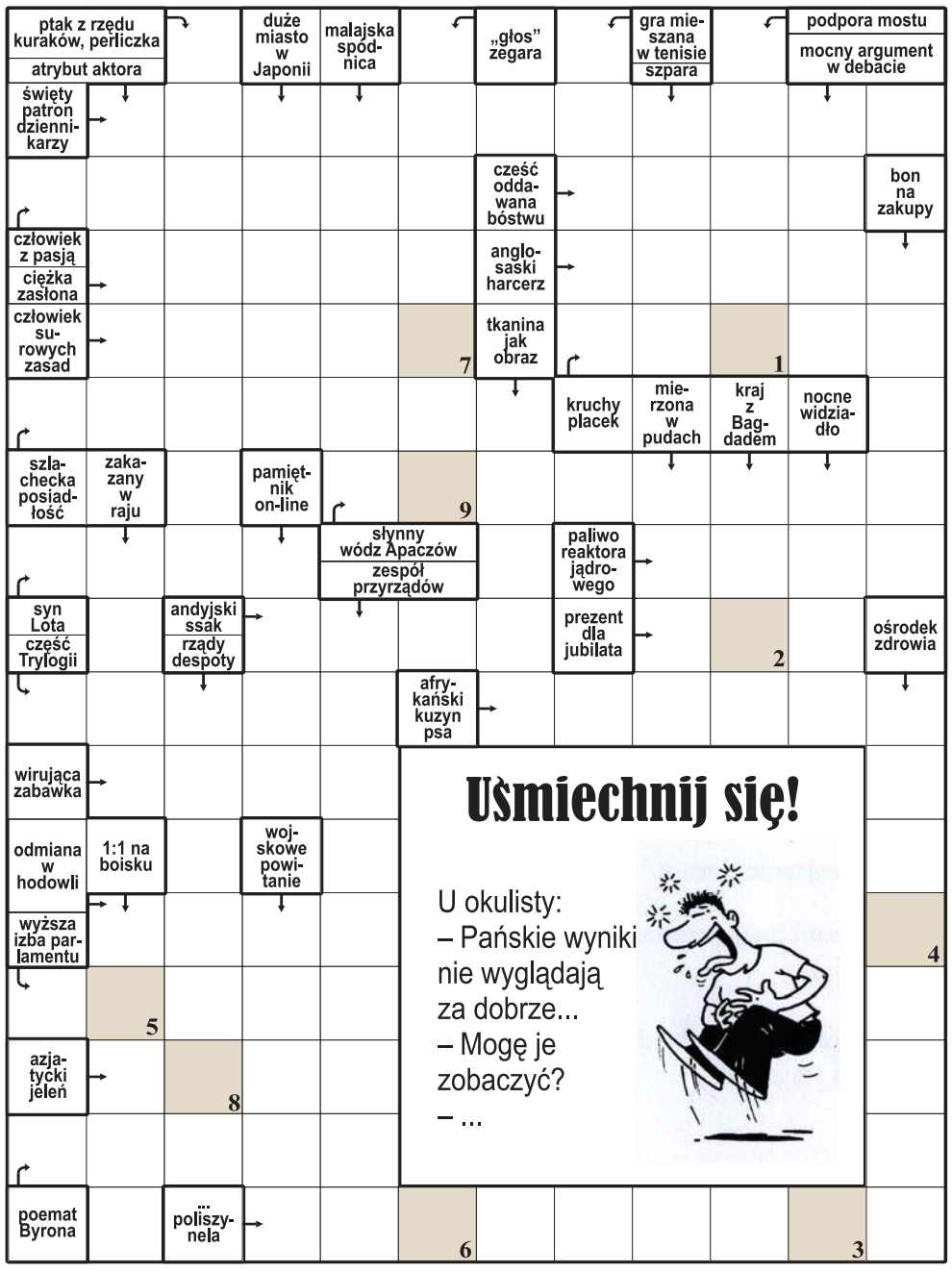
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 36 utworzą rozwiązanie: myśl Roberta Karpacza.

SŁOWNIK: PAŁANKA, PITA, RIAS, ALTAIR.

ROZWIĄZANIE: NAJDŁUŻEJ SIĘ PAMIĘTA WYCIECZKI OSOBISTE.

eprasa.pl 0bd268d27c

Krzyżówka panoramiczna



Uśmiechnij się!

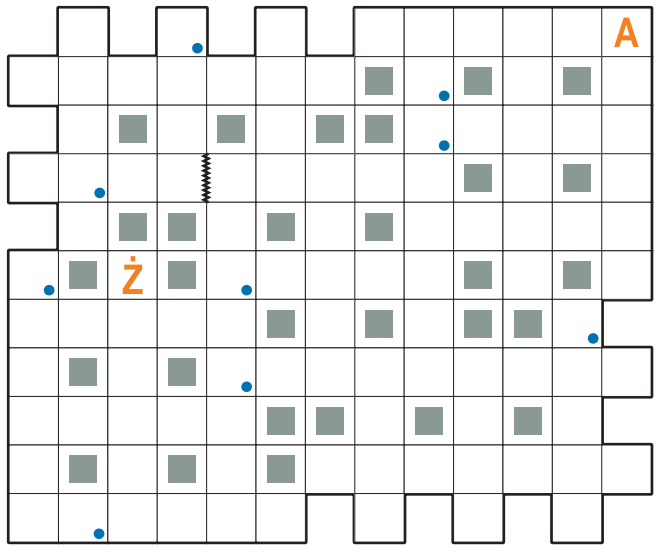
U okulisty:
– Pańskie wyniki nie wyglądają za dobrze...
– Mogę je zobaczyć?
– ...

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 9 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

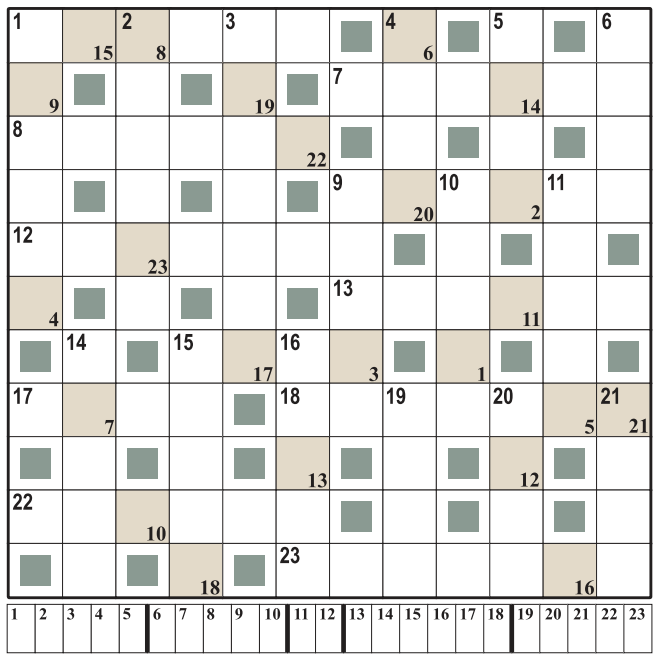
Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) dawniej dokument, załącznik (6).
B) dolna część twarzy (5).
C) bryka za krasulą po łące (6).
D) aktorka z filmu „Uwierz w ducha" (4,5).
E) król przed koronacją (5).
F) bezgranicznie utożsamia się z jakąś ideą (7).
G) maruda, grzebalski (8).
H) strunowy instrument szarpany (5).
I) Kwiatkowska, grała w „Czterdziestolatku" (5).
J) ... Robak z „Pana Tadeusza" (5).
K) ilasta skała osadowa o barwie białej (6).
L) mama Simby z kreskówki Disneya (5).



Ł) włóknista tkanka drzew i krzewów (4).
M) żona hinduskiego dostojnika (8).
N) gdy siła nas opuściła (6).
O) nakrycie na stół (5).
P) Walewska lub Bovary (4).
R) Szota, autor epopei „Rycerz w tygrysiej skórze" (9).
S) ludowe święto obchodzone w czasie letniego przesilenia Słońca (7).
T) ryba z rodziny łososiowatych (4).
U) państwo w Arfyce, na równiku (6).
W) działa na naszą szkodę (4).
Z) „... na kraterze", powieść Wańkowicza (5).
Ż) stop odlewniczy (6).

Krzyżówka z hasłem



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 23 utworzą rozwiązanie: myśl Eurypidesa.

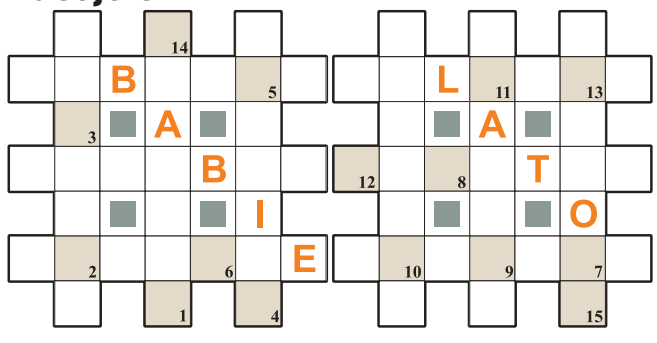
Poziomo:
1) ziemniaczana lub rybna,
7) na pewno krzepi?,
8) ciężki koń pociągowy,
9) elegant, modniś,
12) jądrowy z prętami,
13) wybitny mówca,
15) sopran lub baryton,
17) łatwo topliwy metal,
18) narzędzie kopacza,
22) praktyczna lub teoretyczna,
23) rozsądek, roztropność.

Pionowo:
1) osoba godna naśladowania,
2) waga bagażu,
3) trzy miesiące,
4) dawna kopalnia soli,
5) gruby, mocny sznur,
6) ostrze włóczni,
9) wdowia moneta,
10) egzotyczne pnącze,
11) mityczna córka Tantala,
14) bania w ogrodzie,
15) zasłona w boksie,
16) słynna nagroda filmowa,
19) dokuczliwy chwast,
20) dawny wenecki VIP,
21) część karabinu.



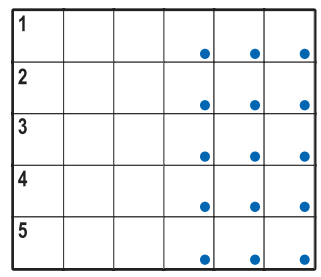
Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.

Duet jolek



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 15 utworzą rozwiązanie. W przypadkowej kolejności:
– imię Narutowicza
– dostojni obywatele miasta
– beza lub eklerka
– tatarski oddział zbrojny
– mieszkańcy pustyni
– krewniak, powinowaty
– hiszpańskie wino czerwone
– przysmak z zająca
– Paul, francuski malarz
– stateczne, szanowane kobiety
– „... zwany pożądaniem"
– znakomity muzyk

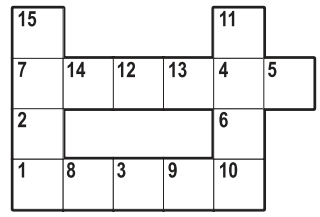
Logogryf



1	2	3	4	5

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktorki.
1) artystyczny gatunek grafiki użytkowej,
2) człowiek o wielkiej sile fizycznej, atleta,
3) biegłość nabyta przez lata praktyki,
4) turystyczna kuchenka spirytusowa,
5) siedzi na koźle.

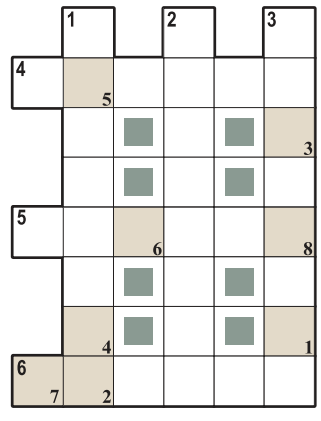
Szyfr



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

Litery z pól od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktora.
Poziomo:
7) niewielki - wypity z butelki,
1) pysk psa lub krowy.
Pionowo:
15) nieprawda, łgarstwo (dawniej),
11) podwodny wał piasku.

Krzyżówka



1	2	3
4	5	
		3
5	6	8
	4	1
6 7	2	

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 8, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4, 5, 6) powóz konny.
Pionowo:
1) kraj z Ułan Bator,
2) hiszpański taniec ludowy z kastanietami,
3) wskazuje kierunek.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: Raczej nie; **krzyżówka z hasłem:** Nasze życie to ciągła przeczera; **krzyżówka A-Ż:** **wirówka panoramiczna:** Ufaj, bez baz komu; **duet jolek:** Jesienne klimaty; **logogryf:** Katarzyna Herman; **szyfr:** Marek Włodarczyk; **krzyżówka:** kariolka.

eprasa.pl 0bd268d27c

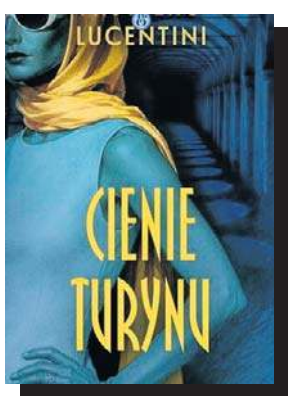
CZYTELNIA

Czym zapełnić pustkę w życiu?

Duet autorski Fruttero & Lucentini istnieje od lat 50. To wówczas dwaj pisarze, tłumacze i redaktorzy – Carlo Fruttero i Franco Lucentini – zaczęli prowadzić popularną serię fantastycznonaukową „Urania", a z czasem pisać felietony i powieści. Wyrobili sobie niepodrabialny, oryginalny styl, widoczny już na stronach pierwszej wydanej wspólnie powieści – „Cieniach Turynu" z 1972 r.

To przede wszystkim kryminał, ale z elementami obyczajówki i wycieczkami w stronę analizy społecznej. W centrum misternie utkanej fabuły poznajemy Annę Carlę i Massima – małżeństwo, które, choć opływa w luksusy i zdaje się prowadzić idealne życie, w rzeczywistości dusi się w sidłach wszechogarniającej nudy i egzystencjalnej pustki. To typowe liberalne stadło, szukające ekscytacji w czasach nadciągającego końca historii.

Anna Carla i Massimo uciechę znajdują w dość niezwykłych okolicznościach – ich ucieczką stają się snobistyczne gry towarzyskie, cynicznie wyreżyserowany „teatrzyk", w którym niczego nieświadomi mieszkańcy miasta stają się obiektami ich bezlitosnych kpin. Ale czy kpiąc, można uciec od wewnętrznej pustki?



Fruttero & Lucentini, „Cienie Turynu", wyd. Noir Sur Blanc, Warszawa 2026, cena 69 zł

WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

Filip Chajzer

W ostatniej chwili uratował własny ślub

W minioną sobotę celebryta wziął ślub ze swą ukochaną Bianką w kościele Matki Boskiej Nieustającej Pomocy w Krakowie. Zygmunt i Dorota Chajzerowie stawili się na uroczystości, podobnie jak ojciec panny młodej. Zabrakło natomiast jej matki, która od początku nie akceptuje związku swej córki z celebrytą. Tuż po zakończeniu uroczystości pod krakowskim kościołem pojawiła się młodzież, która przy akompaniamencie gitary wykonała dla pary młodej ponadczasowy przebój grupy The Beatles „All You Need Is Love". Potem wszyscy goście przenieśli się na przyjęcie weselne. Nowożeńcy ograniczyli liczbę zaproszonych wyłącznie do najbliższej rodziny i przyjaciół. Kilka dni po uroczystości Filip i Bianka zdradzili w swym autorskim podcaście, że ślub o mały włos nie doszedł do skutku ze względu na zamieszanie z dokumentami w Urzędzie Stanu Cywilnego. Znajomości pana młodego uratowały jednak sytuację.

Maciej Stuhr

Nie chce zgrywać twardziela

Popularny aktor był ostatnio gościem RFM FM. W trakcie wywiadu opowiedział o hejcie, skierowanym wobec niego i jego najbliższych. Zdradził, że był taki moment, kiedy pogróżki pod jego adresem zaczęły przychodzić do ich domowej skrzynki pocztowej, zdewastowano również grobowiec rodzinny Stuhrów. Aktor czytał nieraz przykre rzeczy na swój temat w internecie, ale z czasem uodpornił się na to. – Oczywiście jestem też kruchym człowiekiem. Nie będę zgrywał jakiegoś twardziela, bo czasem proste rzeczy mnie wytrącają z jakiegoś dobrostanu, jest mi czasami w życiu po prostu smutno i źle, jak każdemu człowiekowi. No, ale myślę, że jestem takim dowodem na to, że hejt można przetrwać i można go mieć w sobie głęboko w d***e – podsumował.

Kinga Duda

Nie dostała mandatu, została tylko pouczona

W niedzielny wieczór w miejscowości Szewce pod Kielcami doszło do groźnie wyglądającego zdarzenia drogowego. Córka byłego prezydenta Andrzeja Dudy, jadąc swoim Jaguarem w kierunku Warszawy, straciła panowanie nad pojazdem na śliskiej od ulewnego deszczu nawierzchni. Samochód z impetem uderzył w bariery energochłonne. 31-latka podróżowała sama. Choć na miejsce natychmiast wezwano służby i ratowników medycznych, a kierująca trafiła na konsultację do szpitala, po badaniach szybko go opuściła. Jej życiu i zdrowiu nie zagrażało bowiem niebezpieczeństwo. Kielecka policja oficjalnie potwierdziła, że odstąpiono od nałożenia na kierującą mandatu za stworzenie zagrożenia na drodze szybkiego ruchu, decydując się jedynie na pouczenie.



FOT. SYLWIA DABROWA

Influencerka Maffashion podczas spektakularnej imprezy z okazji swoich 39. urodzin włożyła suknię ślubną

Maffashion

Podczas imprezy udawała pannę młodą

W miniony weekend celebrytka zorganizowała spektakularną imprezę z okazji swoich 39. urodzin. Ponieważ urodziła się w ostatni dzień kalendarzowej Panny, na ten wyjątkowy wieczór włożyła białą suknię ślubną z głębokim dekoltem i bogato zdobionym gorsetem. Dopełnieniem tej stylizacji był okazały bukiet kwiatów, który w pewnym momencie rzuciła w stronę zgromadzonych gości, niczym prawdziwa panna młoda na oczepinach. Kulminacyjnym punktem wieczoru był niespodziewany występ umięśnionego striptizera, który wkroczył na parkiet, by wykonać prywatny taniec dla Maffashion. Na opublikowanych w sieci nagraniach widać, jak rozbawiona celebrytka siedzi na krześle na środku sali, podczas gdy zaproszony tancerz rozgrzewa atmosferę do czerwoności.

Maryla Rodowicz

Raz się odważyła być tą złą jurorką

W minioną niedzielę piosenkarka zasiadła za jurorskim stołem w trzecim odcinku „Tańca z Gwiazdami". Niemal wszystkim parom z parkietu przyznała najwyższą notę – dziesięć punktów. Wyjątek zrobiła dla influencera Dominika Rupińskiego. Popularny wśród młodzieży tiktoker dostał „tylko" dziewięć punktów. Natychmiast wywołało to oburzenie jego armii fanów i prawdziwą burzę w internecie. Rodowicz musiała więc zabrać głos i wyjaśnić sytuację. – Chciałam bardzo różnicować moje oceny, ale powiedziano mi, że mam być „tą dobrą", która ma otulać wszystkich, a nie być surowa. No, dziesiątki, ewentualnie dziewiątka. No więc raz się odważyłam i dałam dziewiątkę – powiedziała „Faktowi".

Joanna Krupa

Mieszka w „hiszpańskiej hacjendzie"

Celebrytka dzieli swoje życie i karierę między dwa kontynenty. W USA ma dom i wychowuje córkę, a w Polsce pracuje na planie programu „Top Model". Choć gwiazda bardzo ceni sobie prywatność i rzadko zaprasza media do swej posiadłości, ostatnio postanowiła zrobić wyjątek i oprowadzić fanów po swych włościach. Okazją do wirtualnej wycieczki były odwiedziny Miłosza Kuleszy, który odpowiada w „Top Model" za social media. Dzięki temu dowiedzieliśmy się, że Krupa mieszka w „hiszpańskiej hacjendzie", wybudowanej w 1930 roku. Jej centrum stanowi ogromny salon, w którym królują masywne kanapy, duży stół jadalniany i stylowe, drewniane meble. Na półkach stoją liczne zdjęcia i nagrody za obronę praw zwierząt. Przy domu znajduje się prywatny kort tenisowy oraz wielki ogród, w którym oprócz pokaźnego basenu znalazło się miejsce na plac zabaw i domek na drzewie dla córki celebrytki – Ashy.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj śmiało, lecz słuchaj intuicji. Horoskop dzienny mówi, że mały krok może otworzyć ważne drzwi.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokój pomoże Ci podjąć dobrą decyzję. W finansach horoskop na dziś radzi zachować zdrowy rozsądek.

Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowa przyniesie Ci inspirację. Horoskop dzienny na piątek to wskazówka, by nie odkładać na później ważnego zadania.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj o własne granice oraz odpoczynek. Horoskop dzienny zapowiada, że ciepłe słowo bliskiej osoby poprawi Ci humor.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja energia przyciąga uwagę. Horoskop na dziś radzi pochwalić się pomysłami, ale zostawić też przestrzeń innym.

Rak (22.06 - 22.07)
Plan dnia może się zmienić – zachowaj elastyczność. Horoskop dzienny na piątek radzi wieczorem znaleźć czas dla siebie.

Lew (23.07 - 22.08)
Intuicja podpowie Ci właściwy kierunek. Horoskop dzienny sugeruje nie zdradzać wszystkich planów.

Panna (23.08 - 22.09)
Czeka Cię ciekawa okazja. Przed powiedzeniem „tak", horoskop na dziś radzi sprawdzić wszystkie szczegóły!

Waga (23.09 - 22.10)
Konsekwencja i cierpliwość przyniosą efekty. Horoskop dzienny na piątek sugeruje nie przyspieszać spraw, które potrzebują czasu.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Nowy pomysł może odmienić rutynę. Zapisz inspirację i wróć do niej, gdy znajdziesz czas na jej realizację.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Emocje będą silniejsze niż zwykle, ale nie muszą Cię prowadzić. Horoskop na dziś radzi wybrać ciszę i własne potrzeby.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Warto postawić na zgodę. Horoskop dzienny na piątek mówi, że szczera rozmowa pomoże wyjaśnić problemy.

eprasa.pl 0bd268d27c

WAŻNE DLA RODZICÓW

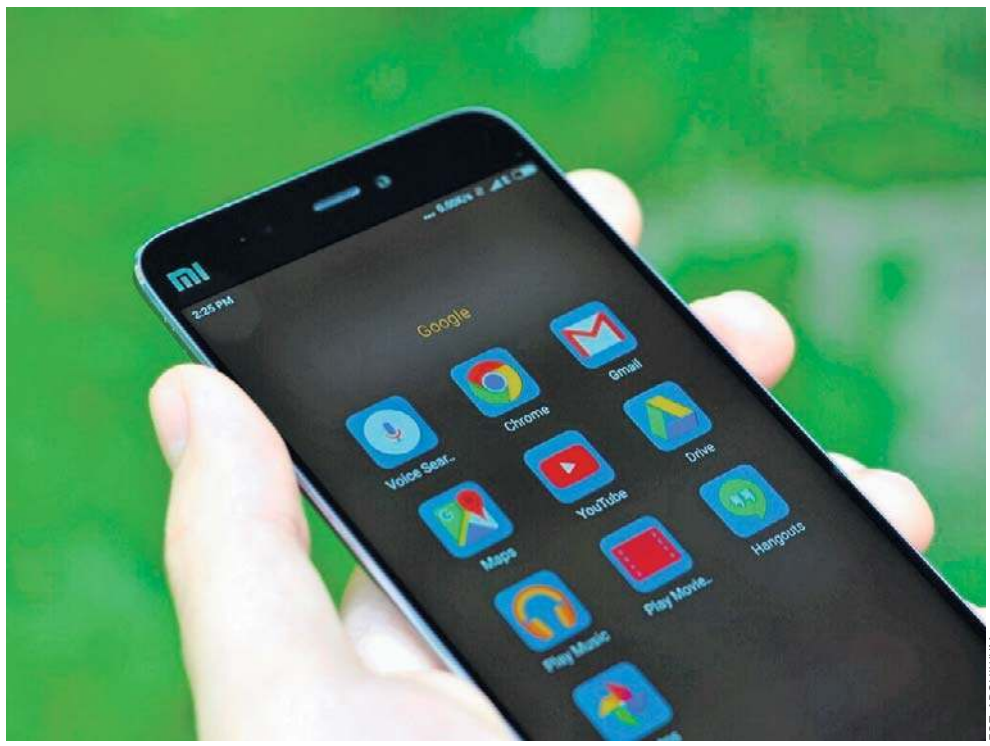
Telefon, TikTok, AI , oszuści i cyberprzemoc. Bezpłatne materiały dla dzieci i rodziców

Jak rozmawiać z dziećmi o telefonach,cyberprzemocy, sztucznej inteligencji, nie sprowadzając edukacji do zakazów i limitów czasu przed ekranem?

kod

Na te pytania odpowiada nowa seria edukacyjna „Mój cyfrowy świat", przygotowana przez dr. Jarosława Kinala i wydana przez Rzeszowskie Towarzystwo Naukowe. Wszystkie materiały można bezpłatnie pobrać z internetu.

Seria składa się z sześciu bezpłatnych publikacji elektronicznych: trzech podręczników i zeszytów ćwiczeń przeznaczonych dla uczniów klas I-III, IV-VI oraz VII-VIII, a także trzech odpowiadających im przewodników dla rodziców i opiekunów.



FOT. ARCHIWUM

Seria podręczników „Mój cyfrowy świat" dostępna bezpłatnie - do pobrania ze strony: www.towarzystwonaukowe.rzeszow.pl/higienacyfrowa

Higiena cyfrowa zamiast wojny z ekranem

Punktem wyjścia serii jest założenie, że urządzenia cyfrowe nie są same w sobie „dobre" ani „złe". Znacznie ważniejsze jest nauczenie dzieci i młodzieży świadomego korzystania z technologii, rozumienia mechanizmów działania aplikacji i platform oraz podejmowania bezpiecznych decyzji.

W tomie przeznaczonym dla najmłodszych uczniowie uczą się m.in. rozpoznawać, po co korzystają z ekranu, dbać o sen, ruch, uwagę, emocje i prywatność oraz reagować w sytuacjach, które budzą niepokój. Materiał opiera się na krótkich historiach, prostych zasadach, ćwiczeniach i zadaniach dostosowanych do dzieci z klas I-III.

Tom dla klas IV-VI idzie krok dalej. Pojawiają się w nim zagadnienia związane z mechanizmami przyciągania uwagi, czasem online i offline, grami, komunikatorami, cyberprzemocą, śladem cyfrowym, prywatnością, oszustwami internetowymi, manipulacją informacją oraz sztuczną inteligencją. Autor podkreśla, że w tym wieku sama lista zakazów przestaje wystarczać. Potrzebne stają się umiejętności podejmowania samodzielnych decyzji.

Najbardziej zaawansowany tom, przeznaczony dla klas VII-VIII, koncentruje się m.in. na ekonomii uwagi, algorytmach rekomendacyjnych, FOMO, wizerunku cyfrowym, prywatności, relacjach i granicach online, cyberprzemocy, deepfake'ach i dezinformacji, sztucznej inteligencji, mikropłatnościach, phishingu oraz projektowaniu własnego systemu równowagi cyfrowej.

Założeniem materiału jest nie tylko przekazywanie wiedzy, lecz także zachęcanie uczniów do obserwowania własnych zachowań i świadomego projektowania swoich cyfrowych nawyków.

Osobna ścieżka dla rodziców

Integralną częścią projektu są trzy przewodniki „Rodzic w cyfrowym świecie dziecka", dopasowane do poszczególnych etapów edukacyjnych. Nie są one instrukcjami kontroli telefonu dziecka. Ich głównym tematem jest stopniowe przechodzenie od bezpośredniego nadzoru do rozmowy, wspólnego ustalania zasad i budowania odpowiedzialności.

W przewodniku dla rodziców dzieci z klas I-III nacisk położono na tworzenie przewidywalnych rodzinnych rytuałów, wspólne korzystanie z technologii oraz budowanie pierwszych zasad dotyczących snu, aplikacji, prywatności i bezpieczeństwa.

Na etapie klas IV-VI rola rodzica zaczyna zmieniać się z bezpośredniego sterowania w kierunku wspólnego ustalania reguł i stopniowego przekazywania dziecku odpowiedzialności. Przewodnik odnosi się m.in. do gier sieciowych, pierwszych kont społecznościowych, zakupów w aplikacjach, presji rówieśniczej i samodzielnych eksperymentów z AI.

W przypadku nastolatków z klas VII-VIII najważniejszym zabezpieczeniem stają się natomiast relacja, kompetencje i gotowość młodego człowieka do zgłoszenia problemu. Publikacja podejmuje tematy mediów społecznościowych, AI, budowania wizerunku, presji wyglądu, treści seksualnych, oszustw oraz coraz bardziej samodzielnych decyzji podejmowanych online.

- Celem nie jest wychowanie dziecka, które boi się technologii. Celem jest dziecko, które rozumie mechanizmy cyfrowego świata, potrafi stawiać granice i wie, że w trudnej sytuacji może zwrócić się do dorosłego.

To zdanie, powtarzające się w przewodnikach dla rodziców, dobrze oddaje ideę całej serii.

Autorem wszystkich sześciu publikacji jest dr Jarosław Kinal, a wydawcą Rzeszowskie Towarzystwo Naukowe. Publikacje ukazały się jako pierwsze wydanie w Rzeszowie w 2026 roku. Każdy tom posiada indywidualny numer ISBN, a wersja elektroniczna została wskazana jako podstawowa wersja referencyjna publikacji.

Materiały są dostępne w modelu Open Access i można je bezpłatnie pobrać ze strony Rzeszowskiego Towarzystwa Naukowego.

©℗

DROBNE

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM



Toyota AygoX, 2023r. Salon Toyota Rzeszów, dakar-toyota.otomoto.pl, 539964467.



TOYOTA C-HR, 2022r. Salon Toyota Rzeszów, dakar-toyota.otomoto.pl, 539964467.



TOYOTA Corolla, 2023r. Salon Toyota Rzeszów, dakar-toyota.otomoto.pl, 539964467.



TOYOTA Proace Verso, 2023r. Salon Toyota Rzeszów, dakar-toyota.otomoto.pl, 539964467.

Praca

ZATRUDNIĘ

W stolarstwie, 608-502-044

ZATRUDNIĘ kierowców C+E w transporcie międzynarodowym
System 2/1, 12/3 dni
Wynagrodzenie pakiet mobilności- 510 zł doba
ZUS płacony od 9420 zł
Nowa flota pojazdów, naczepy izotermy
tel. 731 091 399

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów montaż wkładów i nasad - 17 8623831

MALOWANIE-DACHÓW i elewacji mycie, czyszczenie, długoletnie doświadczenie, wycena gratis + gwarancja. tel. 786 344 700

Turystyka

KRAJ - GÓRY

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

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

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

Skup pras belujących. 512-709-001

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

eprasa.pl 0bd268d27c

PIŁKA NOŻNA

Kadra Urbana musi pokonać Bośnię i Hercegowinę

W dziwnej atmosferze, po ujawnieniu, że sekretarz generalny PZPN potajemnie nagrywał prezesa związku Cezarego Kuleszę, reprezentacja Polski pod wodzą Jana Urbana przystąpi dziś do rozgrywek Dywizji B w Lidze Narodów UEFA

Adam Godlewski

Po spadku z Dywizji A w UEFA Nations League – co miało miejsce jeszcze podczas selekcjonerskiej kadencji Michała Probierza – wcale łatwiej być nie musi. Tymczasem stawka jest wysoka, bo nikt nie ma wątpliwości, że podczas obecnego zgrupowania Jan Urban powalczy o posadę. Zatem w grę wchodzi tylko zwycięstwo z Bośnią i Hercegowiną.

Rywale mieli udane turnieje

Co prawda, Biało-Czerwoni są notowani najwyżej w rankingu FIFA spośród zespołów, które znalazły się w naszej grupie (Polska 36. miejsce, Szwecja – 37., Rumunia – 52., Bośnia i Hercegowina – 61.), ale raptem 25 lokat dzieli pierwszą od ostatniej drużyny w tym koszyku. A zatem - to tyle co nic.

A warto pamiętać, że Szwecja i Bośnia wystąpiły na mundialu w Ameryce Północnej, i solidarnie rozegrały po 4 mecze, kwalifikując się do fazy pucharowej World Cup. Natomiast Rumunia, której podobnie jak reprezentacji Urbana zabrakło na mistrzostwach świata, z grupy wyszła podczas Euro 2024 (co naszej drużynie się nie udało) i dopiero w 1/8 finału uległa Holandii.

Pocieszające jest zatem, że z dość dużym optymizmem do rozpoczynającej się rywalizacji w Lidze Narodów podchodzi Robert Lewandowski: – Myślę, iż to są zespoły na naszym poziomie. OK., wcześniej występowaliśmy w Dywizji A, ale nie ma się sensu oszukiwać – to było ponad stan – ocenił kapitan polskiej drużyny podczas pierwszej na nietypowym (ponad 2-tygodniowym) zgrupowaniu konferencji prasowej. – Terminarz jest trudny, po raz pierwszy w tak krótkim okresie rozegramy aż cztery mecze. Dla wielu reprezentacji to będzie egzamin, jak wszystko zorganizować i zarządzać minutami. Dla nas też to będzie wyzwanie, ale mam nadzieję, że damy radę. I pokażemy, że nie tylko fajnie gramy w piłkę, ale też wygrywamy i punktujemy.

Martwi natomiast „szpital" w naszej kadrze, który szczególnie dotknął bramkarzy – najpierw przymierzanego do bluzy z numerem jeden Kamila Grabarę zastąpił dowołany w trybie awaryjnym Bartłomiej Drągowski, ale i on miał kłopoty zdrowotne, więc ostatecznie sztab kadry zaprosił Sławomira Abramowicza z młodzieżówki.

Bułka „jedynką" bez walki?

Co de facto oznacza, że w zasadzie bez walki miejsce między słupkami powinien dostać Marcin Bułka – trzecim golkiperem obecnym na zgrupowaniu jest bowiem Mateusz Kochalski, obecnie przywdziewający barwy Wieczystej Kraków, który był już powoływany na zgrupowania reprezentacji, ale jeszcze nie zdążył zadebiutować. Zatem zmaga się – podobnie jak Abramowicz – z największym w ocenie szkoleniowca bramkarzy w kadrze Andrzeja Dawidziuka deficytem. Mianowicie, z brakiem doświadczenia niezbędnego na tej pozycji...

Nasi dzisiejsi rywale na mundialu wstydu sobie i kibicom nie przynieśli. Choć wyniki rewelacyjne nie były - zremisowali z Kanadą 1:1, ulegli Szwajcarom 1:4, pokonali Katar 3:1, a w fazie pucharowej przegrali z USA 0:2 – przeżyli fantastyczną przygodę. Na tyle satysfakcjonującą, że 40-letni już Edin Dzeko przyjechał na trwające zgrupowanie tylko po to, aby – konkretnie w domowym spotkaniu ze Szwecją 2 października – pożegnać się z kolegami oraz kibicami i zakończyć trwającą blisko 20 lat reprezentacyjną karierę. Od 2007 roku w narodowych barwach rozegrał 151 meczów, w których zdobył 72 gole. Zastąpić legendarnego gracza będzie bardzo trudno, ale postara się o to także gracz z klubu PKO Ekstraklasy. W kadrze ogłoszonej przez Sergeja Barbareza Ajdin Hasić znalazł się co prawda pierwotnie tylko na liście rezerwowej, ale pech kontuzjowanego kolegi okazał się przepustką dla ofensywnego gracza Cracovii.

To Grek sędziuje ten mecz

Arbitrem spotkania inaugurującego udział reprezentacji Polski w Lidze Narodów UEFA w sezonie 2026-27 będzie Anastasios Papapetrou. Grek dotąd nie sędziował jeszcze meczów z udziałem Biało-Czerwonych, prowadził natomiast starcia polskich klubów w europejskich pucharach – Legii Warszawa (wygrana) i Rakowa Częstochowa (remis). Początek dzisiejszego meczu na Stadionie Narodowym zaplanowano na godzinę 20.45. Transmisja telewizyjna w TVP 1 i TVP Sport oraz online na sport.tvp.pl.

Eksperci z serwisu Gol24 za optymalny na konfrontację z Bośniakami uznali następujący skład:
Bułka - Mońka, Bednarek, Kiwior - Cash, Zieliński, Urbański, Zalewski - Kamiński, Szymański - Lewandowski.

SIATKÓWKA

Polska – Słowenia. Biało-Czerwoni grają dziś o finał mistrzostw Europy

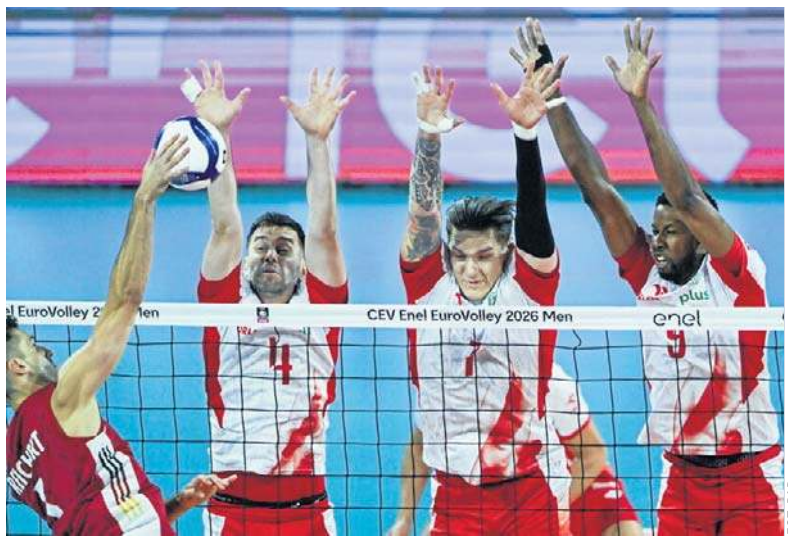
Zbigniew Czyż

Przed półfinałem ze Słowenią rozmawiamy z Piotrem Gackiem, wicemistrzem świata z 2006 roku oraz mistrzem Europy z 2009 roku, prezesem zarządu i dyrektorem sportowym Projektu Warszawa.

Finlandia niespodziewanie awansowała do półfinału mistrzostw Europy, pokonując w ćwierćfinale mistrzów świata, Włochów. Sensacja?

Wielkie zaskoczenie, ale niektóre mecze na tych mistrzostwach wszystkich mocno zdziwiły. Zarówno wyniki, jak i sam przebieg spotkań. Większość ekspertów stawiała, że dojdzie do finału Polska-Włochy, tak wskazywała na to zresztą drabinka turnieju, ale okazuje się, że zawsze podczas takiego turnieju musi być wielka niespodzianka, musi się trafić perełka.

W przypadku awansu do finału rywalem Polaków będą Finowie lub Francuzi. Złoty medal jest już blisko, czy należy tonować nastroje?



FOT. PAP

Wicemistrz świata z 2006 roku Piotr Gacek uważa, że Polacy w półfinale muszą skupić się na sobie. To klucz do awansu

Na pewno nie powiem, że wywalczymy złoty medal, bo za dużo przeżyłem w siatkówce i reprezentacji Polski, by przedwcześnie obwieszczać wygraną czy wieszać na szyi medale. Włosi też nie zakładali takiego scenariusza, że już na ćwierćfinale zakończą rywalizację. W półfinale nasz zespół musi zagrać w pełni skoncentrowany.

Gramy dziś ze Słowenią, z którą mamy różne wspomnienia. W tym roku graliśmy z tą reprezentacją już trzy razy, dwa mecze wygraliśmy.

Słowenia potrafi grać nieobliczalnie i wygrywać z reprezentacją Polski. Musimy zagrać na sto procent swoich możliwości, a wtedy znajdziemy się w finale. Trzymam kciuki i liczę na to, że nasza drużyna obroni tytuł mistrzów Europy.

Jaką siłę prezentuje aktualnie Słowenia?

Wszystko wskazuje na to, że przeciwko nam nie zagra kapitan Słowenii Tine Urnaut, który doznał poważnego złamania kości w stopie w meczu z Czechami. I to będzie bardzo duże osłabienie. Jest jednak kilku młodych, ciekawych i ambitnych siatkarzy, dlatego nasz zespół musi być czujny. Ale przede wszystkim musimy znać swoją siłę i skupiać się na sobie. Oczywiście, rywala trzeba szanować i przeanalizować, ale dziś polska siatkówka jest na tyle mocna, że musimy się skoncentrować, aby nie zejść poniżej poziomu, do którego wszystkich przyzwyczajamy. Jeśli wykorzystamy atuty, to ciężko aktualnie znaleźć rywala, który jest w stanie nasz zespół pokonać. Liczę, że Polacy będą odpowiednio przygotowani do półfinału.

W EuroVolley Polacy rozegrali 7 spotkań, przegrali tylko z Bułgarią 2:3, gdy byli już pewni pierwszego miejsca w grupie. Można się do czegoś przyczepić?

Gramy dobrze, poprawnie. Uważam, że należy utrzymać ten poziom. To jest długi turniej. Należy też pamiętać, że jesteśmy po długim sezonie w Lidze Narodów i siłami trzeba odpowiednio zarządzać. Czasami przekalkulować, czy warto ryzykować chociażby kontuzję, dlatego do meczu z Bułgarami nie przykładałbym większego znaczenia. Pewnie wkradło się rozluźnienie, stąd porażka, która nie miała większych konsekwencji. Jesteśmy tak silni jako zespół, ale mamy też wielkie indywidualności, że trudno znaleźć na nas sposób. Najwięcej zależy od naszego podejścia do meczu.

Siła polskiej kadry jest pewnie jeszcze większa, bo przecież nie gra na mistrzostwach w najmocniejszym składzie.

Ja bardzo nie lubię takiego określenia. Na dziś to jest nasz najmocniejszy zespół i tak należy do tego podchodzić. Na mistrzostwach Europy gramy w pełnym składzie, takim, jakim aktualnie dysponujemy. I każdy z zawodników daje z siebie wszystko, aby wygrywać mecze i zdobyć złoty medal.

Kto byłby wygodniejszym rywalem w ewentualnym finale - Francja czy Finlandia?

To jest taki etap turnieju, że nie ma większego znaczenia. Trzeba wygrać z każdym, choć klocki w tej układance po odpadnięciu Włochów niewątpliwie trochę się poprzestawiały.

eprasa.pl 0bd268d27c

SIATKÓWKA

Sprawdziany w Stali i DevelopResie. Debiut Marby

3 października startuje Tauron Liga Kobiet. ITA TOOLS Stal Mielec na tydzień przed premierą sprawdzi formę w Turnieju o Puchar Prezydenta swojego miasta, a DevelopRes w Gigantach Siatkówki. W 1 lidze zadebiutuje Marba Sędziszów Młp.

Marek Bluj

W piątek i sobotę, 25 i 26 września, w Mielcu odbędzie się Turniej o Puchar Prezydenta Miasta. Kibice będą mieli okazję zobaczyć w akcji w komplecie, po kilku tygodniach przygotowań do sezonu 2026/2027 swoją nową ITA TOOLS Stal. Podczas tych tradycyjnych zawodów na ważne pytania dotyczące dyspozycji swojej drużyny i poszczególnych siatkarek przed startem ligi szukał będzie odpowiedzi razem ze sztabem trener Jakub Głuszak.

Rywalizował będzie kwartet wyrównanych zespołów. Stal w półfinale



FOT. KS DEVELOPRES/FACEBOOK

Alicja Grabka jest nowym kapitanem DevelopResu. W tej roli nowa rozgrywająca Rysic zadebiutuje dziś w meczu Gigantów Siatkówki

zmierzy się z ekipą Nowel LoS Nowy Dwór Mazowiecki, a MOYA Radomka Radom z Netland MKS Kalisz Volleyball, beniaminkiem ekstraklasy. Zwycięzcy zagrają o pierwsze, a pokonani o 3. miejsce.

DevelopRes w Twardogórze, gdzie będzie bronił wywalczonego rok temu głównego trofeum Gigantów Siatkówki, powalczy już z nową kapitan drużyny, którą jest Alicja Grabka, nowa rozgrywająca . To zawodniczka z charakterem, potrafiąca prowadzić zespół w trudnych momentach. Kibice przyjęli jej nominację bardzo przychylnie. W piątkowym półfinale Gigantów Rysice zmierzą się z HAOK Mladost Zagrzeb (godz. 16.30), mistrzem Chorwacji, a w drugim (g. 14) ŁKS Commercecon Łódź z tureckim Zeren Spor Kulübü Ankara. W sobotę godz. 15.30 – mecz o trzecie miejsce; godz. 18 – finał z udziałem zwycięzców. Wszystkie spotkania turnieju będą transmitowane przez TVP Sport.

Sędziszów Małp. czeka na sobotni (g. 18) debiut w Tauron 1. Lidze Kobiet swojej Marby. Beniaminek 1. ligi stanie przed trudnym zadaniem, ale w swojej hali, przy wsparciu kibiców stać go na korzystny wynik z Enea KS Piła. Drużyna po zmianach i sparingach jest gotowa do walki o punkty.

SPORTOWY ROZKŁAD JAZDY

BIEGI:
W LATOSZYNIE: X Bieg Partyzant (s. 9, Uzdrowisko Latoszyn Zdrój). **W CZUDCU:** 5. Czudec Cross Run (s. 10).
W RZESZOWIE: Festiwal Biegowy Pratt@Whitney (n. 10). **W BRZOSTKU:** IX Bieg Uliczny (n. 10).
W RZESZOWIE: Dzień Serca - bieg duetów (n. 15.40).

FUTSAL
Fogo Futsal Ekstraklasa: Reiter Toruń - Texom Eurobus Przemyśl (n.18)

KOSZYKÓWKA:
1 liga kobiet: GMM Inox Merger Logistics Pantery Łańcut - Brother MUKS Poznań (n. 16). **1 liga męska:** Solvera Sokół Łańcut - Fulimpex Starogard Gdański (s. 15), Qemetica Noteć Inowrocław - OPTeam Resovia (s. 15), Miasto Szkła Krosno - Enea Basket Poznań (s. 18). **2 liga męska:** pempaVita Resovia - Siarka Tarnobrzeg (s. 18), GMS KKS Tarnowskie Góry - Stal Stalowa Wola (n. 18), Miners Katowice - AZS Jarosław (n. 18)

PIŁKA NOŻNA
Orlen 1 liga kobiet: Resovia – Stomilanki Olsztyn (s. 12.30). **2 liga kobiet:** MOSiR Lubartów – Sokół Kolbuszowa Dolna (n. 12).**3 liga kobiet**: DAP Dębica - Avia Świdnik (s. 16), Izolator Boguchwała - Iskra Brzezinka (n. 14.30), Stal Łańcut - FSA Kraków (s. 16), Beniaminek Krosno - Puszcza Niepołomice (s. 15).
Betclic 3. liga: Wiślanie Skawina - Wisłoka Dębica (pt. 19), Star Starachowice - Siarka Tarnobrzeg (s. 15), Pogoń-Sokół Lubaczów - Sokół Kolbuszowa Dolna (s. 15), Moravia Morawica - JKS Jarosław (n. 15). **4. liga:** Stal II Rzeszów - Igloopol Dębica (s. 11), Radomyślanka Radomyśl Wielki - Pogoń-Sokół II Lubaczów (s. 11), Polonia Przemyśl - Górnik Strachocina (s. 15), Wisłok Wiśniowa - Stal Łańcut (s. 16), Legion Pilzno - Ekoball Sanok (s. 16), Pogoń Leżajsk - KS Wiązownica (s. 16), Czarni 1910 Jasło - Sokół Nisko (s. 16), Izolator Boguchwała - Sokół Sieniawa (n. 11), Strug Tyczyn - Błękitni Ropczyce (n. 16).
KLASY O - Dębica: Stal II Mielec - Piast Wadowice Górne (s. 12), LKS Pustków - Atut Podborze (s. 15), LKS Głowaczowa - Igloopol II Dębica (s. 16), Brzostowianka Brzostek - Chemik Pustków (s. 16), Florian Ostrowy Tuszowskie - Smoczanka Mielec (s. 16), Kamieniarz Golemki - Inter Gnojnica (s. 11), Dąbrówka Stara Jastrząbka - Victoria Czermin (n. 15), Kolbuszowianka - Lechia Sędziszów Małopolski (s. 16). **Jarosław:** KS Arłamów - Sanoczanka Święte (s. 16), Czuwaj Przemyśl - Zdrój Horyniec (pt. 19.30), Wiraż Chłopice - Czarni Pawłosiów (pt. 16.30), Gorliczanka Gorliczyna - MKS Kańczuga (n. 16), Piast Tuczempy - Wólczanka Wólka Pełkińska (s. 15), Płomień Morawsko - Orzeł Przeworsk przeł. na środę (30.09, g. 19, w Przeworsku), Start Pruchnik - Promyk Urzejowice (n. 13.30), Start Lisie Jamy - Orzeł Torki (n. 16). **Krosno:** Zamczysko Odrzykoń - Nafta Jedlicze (n. 11), Tempo Nienaszów - Partyzant Targowiska (n. 16), Strzelec Frysztak - Przełom Besko (n. 16), Bieszczady Ustrzyki Dolne - Brzozovia Brzozów (n. 16), Ekoball II Sanok - Ostoja Kołaczyce (n. 13), Zamczysko Mrukowa - Wiki Sanok (n. 13), Iwonka Iwonicz - Zgoda Zarszyn (s. 16), Start Rymanów - Przełęcz Dukla (n. 15). **Rzeszów**: Jedność Niechobrz - Zorza Trzeboś (s. 13), LKS Jasionka - Włókniarz Rakszawa (n. 13), Błękit Żołynia - Orzeł Wólka Niedźwiedzka (n. 13), Herkules Trzebuska - Sokół Sokołów Małopolski (n. 15), KS Zaczernie - Głogovia Głogów Małopolski (s. 12), GKS Trzebownisko - Błażowianka Błażowa (s. 16), KS Przybyszówka - Rzemieślnik Strażów (s. 16), Strumyk Malawa - Iskra Zgłobień (n. 12). **Stalowa Wola:** LZS Ździary - Stal II Stalowa Wola (s. 11), Łęg Stany - Podlesianka Kamień (s. 11), LZS Kotowa Wola - ŁKS Łowisko (s. 12.30), Słowianin Grębów - Dolina-Tanew Wólka Tanewska (s. 15), Unia Nowa Sarzyna - Olimpia Pysznica (s. 16), Sokół Kamień - Sparta Jeżowe (n. 16), Czarni Lipa - Siarka II Tarnobrzeg (n. 16), Stal Nowa Dęba - Stal Gorzyce (n. 16).
KLASY A - Dębica: Legion II Pilzno - DAP Dębica (n. 11), Team Przecław - Paszczyniak Paszczyna (s. 16), Victoria Ocieka - Borowiec Straszęcin (s. 16), LKS Łopuchowa - Kaskada Kamionka (n. 15), Korona Góra Ropczycka - Czarnovia Czarna (n. 11), LKS Żyraków - Pogórze Wielopole Skrzyńskie (s. 16.30), Progres Kawęczyn - LKS Nagoszyn (n. 14). **Jarosław**:Hetman Laszki - Santos Piwoda (n. 16), Korona Tuchla - Piast II Tuczempy (n. 16), Pogórze Rokietnica - Dąb Dobkowice (n. 16), Wisznia Nienowice - LKS Skołoszów (n. 16), Fredro Surochów - KS Szówsko (n. 16), MKS Radymno - LKS Manasterz (s. 16), Łęg Łowce - Łęk Ostrów (n. 16). **Lubaczów:** Huragan Basznia Dolna - Juwenia Cieszanów (n. 15), LKS Miękisz Nowy - Zalew Stary Lubliniec (s. 16), Czarni Oleszyce - Victoria Stary Dzików (n. 16), Zryw Młodów - Ursus Dachnów (n. 16), Roztocze Narol - Piast Antoniki (n. 16), Gwiazda Wielkie Oczy - Rolnik Wólka Krowicka (n. 16). Pauza: Krowica.**Przemyśl:** Ujkowice - Żurawianka Żurawica (n. 12), Czarni Bolestraszyce - GKS Orły (s. 16), Tęcza Kosienice - Grom Wyszatyce (n. 12), Korona Olszany - Granica Stubno (n. 16), Biało-Czerwoni Kaszyce - Bizon Medyka (n. 16), Pogórze Dubiecko - Fenix Leszno (n. 16). Pauza: Nakło.**Przeworsk**:Błyskawica Rozbórz - Start Mirocin (s. 16), Strumyk Hawłowice - Cresovia Krzeczowice (s. 16), Błękitni Grzęska - GKS Majdan Sieniawski (n. 16), Wisełka Siennów - GKS Zarzecze (n. 16), San Gorzyce - Huragan Gniewczyna (s. 16), Błyskawica Rożniatów - Orzeł II Przeworsk (n. 16), Nafta Gaz Jodłówka - Alabaster Łopuszka Wielka (n. 16). **Krosno 1:** Victoria Pakoszówka - LKS Izdebki (n. 16), Sanovia Lesko - LKS Długie (n. 16), LKS Pisarowce - LKS Tarnawa (s. 16), Szarotka Uherce - Cosmos Nowotaniec (s. 16), Grabowianka Grabówka - LKS Płowce/Stróże Małe (n. 15), Górnik Grabownica Starzeńska - Orion Pielnia (n. 16), Lotniarz Bezmiechowa - Remix Niebieszczany (n. 16). Pauza: Nowosielce. **Krosno 2:** LKS Lubatowa - Burza Rogi (n. 15), LKS Górki - Sokół Domaradz (n. 15), Beskid Posada Górna - LKS Głowienka (n. 14), LKS Lubatówka - Karpaty Krosno (n. 13), Karpaty Klimkówka - Płomień Zmiennica (s. 16), Tęcza Zręcin - LKS Wzdów (s. 16), Kotwica Korczyna - Iskra Przysietnica (n. 15). Pauza: Haczów. **Krosno 3:** Guzikówka Krosno - Sparta Osobnica (n. 16.30), Jasiołka Świerzowa - Polonia Kopytowa (n. 16.30), Czarni 1910 II Jasło - Orzeł Lubla (n. 15), Czardasz Osiek Jasielski - Wisłoka Nowy Żmigród (n. 15), Orzeł Bieździedza - Sobniów Jasło (n. 15.30), KS Zarzecze - LKS Skołyszyn (n. 11). Pauza: Łęki Dukielskie. **Rzeszów 1:** Diament Pstrągowa - Korona Rzeszów (n. 11.30), Trzcianka Trzciana - Junak Słocina (n. 11), GKS Niebylec - Resovia II (n. 15.30), LKS Trzebownisko - Zimowit Rzeszów (s. 16), Czarni Czudec - Victoria Budy Głogowskie (s. 14), Orzeł Wysoka Głogowska - Novi Nosówka (n. 14), .Płomyk Lutoryż - Grunwald Budziwój (n. 14). **Rzeszów 2:**Polonia Hyżne - Jawor Krzemienica (n. 12), Markovia Markowa - KS Dąbrówki (s. 16), Grodziszczanka Grodzisko Dolne - Iskra Jawornik Polski (s. 16), Grom Handlówka - Stobierna-Krzywe Stobierna (s. 16), Astra Medynia Głogowska - Dynovia Dynów (n. 14), Crasnovia Krasne - Sawa Sonina (s. 15), Stal II Łańcut - KS Pawłokoma (n. 16). Pauza: Plantator Nienadówka. **Rzeszów 3**: ASERTO Trześń - Kolorado Wola Chorzelowska (n. 11), Dromader Chrząstów - Start Wola Mielecka (n. 15.30), Czarni Trześń - Tempo Cmolas (n. 14), Błękitni Siedlanka - Strażak Grochowe (n. 16), Werynianka Werynia - LKS Babicha (n. 14), LKS Dębiaki - Radomyślanka II Radomyśl Wielki (s. 16), Potok Dobrynin - Złotniczanka Złotniki (n. 14). **Stalowa Wola 1:** San Rozwadów - LZS Żabno (n. 16), Wisan Skopanie - Bukowa Jastkowice (s. 16), Junior Zakrzów-Jeziorak Chwałowice (s. 16), KS Żupawa - LZS Tarnowska Wola (s. 16), KP Zarzecze - Koniczynka Ocice (n. 16), LZS Jadachy - San Kłyżów (n. 16), Płomień Trześń - OKS Wielowieś (s. 16). **Stalowa Wola 2:**LKS Brzyska Wola - Pogoń II Leżajsk (n. 16), Azalia Wola Zarczycka - Rotunda Krzeszów (n. 16), Retman Ulanów - Victoria Giedlarowa (s. 16), Milenium Bieliny - Czarni Sójkowa (s. 16), GKS Groble - Sokół Hucisko (n. 16), Grabniak Hucisko - Jodła Przychojec (s. 16), LZS Podwolina - Górnovia Górno (s. 16.30).
KLASY B - Dębica 1: Bystrzyca - Mała (n. 14), Brzeźnica - Lechia II Sędziszów Młp. (s. 16), Krzywa - Lubzina (n. 14), Wolica Piaskowa - Klęczany (n. 14), Nockowa - Borek Wielki (n. 14). **Dębica 2:** Jodłowa - Zawada (s. 16), Wiewiórka - Żdżary (n. 11), Korzeniów - Kamieniarz II Golemki (n. 13), Zasów-Mokre - LKS II Pustków (n. 11), Łęki Górne - Stasiówka (n. 14). **Jarosław**: Zadąbrowie - Munina (n. 13), Łazy - Duńkowice (s. 15), Michałówka - Roźwienica (n. 13), Węgierka - Przedmieście Jarosław (n. 16), Sośnica - Kidałowice (n. 13), Boratyn - Wietlin (n. 13), Jankowice - Młyny (n. 13). **Lubaczów:** Łukawiec - Płazów (n. 13), Zalesie - Futory (n. 13), Opaka - Korzenica (n. 13), Młodycz - Ruda Różaniecka (n. 13). Pauza: Wola Wielka.**Przemyśl:** Batycze - Czuwaj II Przemyśl (n. 13), Niziny - Kalników (s. 16), Olszynka - Hurko/Hureczko (s. 14), Walawa - Huwniki (s. 16), Pikulice - KS II Arłamów (n. 13), Trójczyce - Sierakośce (n. 13), Orzechowce - Fredropol (n. 13). **Przeworsk**: Maćkówka - Jagiełła (n. 14), Żurawiczki - Gać (s. 14), Rozbórz Długi - Cieszacin Wielki (n. 13), Tryńcza - Kisielów (n. 13), Świętoniowa - Nowosielce (s. 15), Kramarzówka - Babice (n. 13), Pełnatycze - Wierzbna (n. 13). **Krosno 1:** Lutowiska - Łukowe (s. 16), Polańczyk - Czaszyn (n. 13), Poraż - Mrzygłód (s. 15), Srogów Górny - Jankowce (n. 14), Czerteż - Baligród (n. 14), Zagórz - Myczkowce (n. 16.30). **Krosno 2**: Jabłonka - Górnik II Strachocina (n. 11), Hłudno - Markowce (n. 13), Bażanówka - Golcowa (n. 15), Dydnia - Bukowsko (n. 11), Jaćmierz - Konieczkowa (n. 14), Odrzechowa - Zgoda II Zarszyn (n. 12), Wesoła - Niebocko (n. 13). **Krosno 3**: Milcza - Iskrzynia (n. 13), Jabłonica Polska - Rymanów Zdrój (n. 11), Wróblik Szlachecki - Kombornia (s. 16), Jaśliska - Krościenko Wyżne (n. 12), Jasienica Rosielna - Trześniów (n. 11), Jasionów - Głębokie (n. 14). Pauza: Pustyny. **Krosno 4:** Wojaszówka - Kobylany (n. 11), Węglówka - Chorkówka (n. 10), Faliszówka - Miejsce Piastowe (s. 15), Potok - Pasja Krosno (n. 11), Brzezówka - Iwla (n. 11), Jasionka -Łęki Strzyżowskie (n. 16). Pauza: Iwonka II Iwonicz. **Krosno 5:** Pstrągówka - Błażkowa (s. 16), Warzyce - Brzyska (n. 11), KS II Zarzecze - Święcany (n. 14.30), Łubno Szlacheckie - Hankówka-Brzyszczki (n. 13), Łubienko - Łężyny (n. 11), Szebnie - Nowy Glinik (n. 11). **Rzeszów 1**: Korona II Rzeszów - Bratkowice (n. 16), Rudna Wielka - Dąbrowa (n. 14), Świlcza - Biała (n. 14), Rudna Mała - Hermanowa (n. 16), Borek Stary - KS II Przybyszówka (s. 14), Mrowla - Strug II Tyczyn (s. 16). **Rzeszów 2:** Szufnarowa - Lubenia (n. 11, w Wiśniowej), Mogielnica - Strzyżów (n. 10), Wysoka Strzyżowska - Grodzisko (n. 11), Dobrzechów - Połomia (n. 11), AP Wisłok Strzyżów - Kozłówek (n. 17). **Rzeszów 3:** HALO Hyżne - Husów (n. 16), Albigowa - Kraczkowa (n. 14), Harta - Błażowianka II Błażowa (s. 16). Pauza: Chmielnik. **Rzeszów 4**: Włókniarz II Rakszawa - Białobrzegi (n. 11), Wysoka - Budy Łańcuckie (s. 16), Wólka Podleśna - GKS II Trzebownisko (s. 16), Łukawiec - Wola Dalsza (s. 16), Kosina - Brzóza Stadnicka (n. 14), Palikówka - Czarna (n. 14). Pauza: Rogóżno. **Rzeszów 5**: Krzemienica - Strażak II Grochowe (n. 14), Rzędzianowice - Gliny Małe (n. 11), Ławnica - Trzciana (n. 14), Górki - Borowa (n. 11), Padew Narodowa - Victoria II Czermin (n. 14), Jaślany - Malinie (n. 14).
Rzeszów 6: Atut II Podborze - Wierzchowiny (n. 17), Tuszyma - Piast II Wadowice Górne (n. 17), Dulcza Wielka - Żarówka (n. 14), Dulcza Mała - Pień (n. 13), Dąbrówka Wisłocka - Goleszów (n. 11), Janowiec - Zgórsko (n. 13). **Rzeszów 7:** Hadykówka - Ostrowy Bar. (n. 14), Krzątka - Trzęsówka (n. 14), Kolbuszowianka II - Widełka (n. 16), Komorów - Raniżów (s. 16), Przedbórz - Przyłęk (s. 16), Majdan Królewski - Hucina (s. 16). Pauza: Dzikowiec. **Stalowa Wola 1:** Wrzawy - Sokolniki (s. 16), Chmielów - Sobów (n. 13), Słowianin II Grębów - Serbinów (n. 13), Stale - GAS Baranów Sand. (n. 13), Knapy - Skowierzyn (s. 16), Dąbrowica - Kopcie (n. 13). Pauza: Cygany. **Stalowa Wola 2:** Turbia - Przędzel (n. 13), Zaklików - Kopki (s. 16.30), Wola Rzecycka - Bojanów (n. 13), Kurzyna - Jarocin (s. 16), Olimpia II Pysznica - Rzeczyca Długa (n. 13), Krzaki-Słomiana - Zdziechowice (n. 16), Glinianka - Rudnik nad Sanem (n. 13). **Stalowa Wola 3:** Kuryłówka - Wierzawice (n. 11), Sarzyna - Dębno (n. 13), Jelna - Tarnogóra (n. 13), Chałupki Dębniańskie - Harasiuki (n. 15.30), Brzóza Królewska - Łukowa (n. 14.30), Łętownia - Biedaczów (n. 13).
Pauza: Stare Miasto.

PIŁKA RĘCZNA
Lotto Superliga: Handball Stal Mielec - ORLEN Wisła Płock (pn. 18). **1 liga mężczyzn:** SPR Orzeł Przeworsk - KSZO Ostrowiec Świętokrzyski (n.15). **2 liga mężczyzn**: SMS ZPRP III Kielce - SRS Przemyśl (s.18). **1 liga kobiet:** ChKS PŁ Łódź - JKS San Jarosław (n.15); SPR Handball Rzeszów - SMS ZPRP I Lublin (n.16)

SIATKÓWKA:
W MIELCU: Turniej o Puchar Prezydenta: ITA TOOLS Stal Mielec – Nowel LOS Nowy Dwór Mazowiecki (pt. 16), Moya Radomka Radom – Netland MKS Kalisz (pt. 18), mecz o 3. miejsce (s. 13), mecz o 1. miejsce (s. 15).
Tauron 1. liga kobiet: Marba Sędziszów Młp. – ENEA KS Piła (s. 18). ©℗

eprasa.pl 0bd268d27c

SPORT

• **Piłkarze Stali Mielec zaliczą obóz w Sanoku.** Pracować tam mają od 29 września do 2 października, mają też rozegrać sparing. W najbliższą sobotę Stal zagra sparing w Przeworsku (g. 17, z miejscowym Orłem) w ramach otwarcia nowego stadionu.

KOSZYKÓWKA | 1 LIGA MĘŻCZYZN I KOBIET

Sokoły i Miasto Szkła pierwszy raz u siebie. Startują też Pantery

Tomasz Ryzner

Solvera Sokół Łańcut i Miasto Szkła Krosno rozegrają w sobotę pierwsze w sezonie mecze w roli gospodarzy. Z kolei pierwszym wyjazdem OPTeam Resovii będzie mecz w Inowrocławiu. W niedzielę do Łańcuta, na inaugurację 1. ligi kobiet, zapraszają koszykarki miejscowych Panter.



FOT. MIASTO SZKŁA KROSNO/FACEBOOK

Ekipy z Krosna i Łańcuta liczą na pierwsze zwycięstwa. Nz. Jaylen Murray, rozgrywający Miasta Szkła, obok Bartosz Mońko z Sokoła

Na inaugurację sezonu w męskiej 1 lidze żadna z podkarpackich ekip nie posmakowała zwycięstwa. W zespołach z Łańcuta i Krosna nie brak sportowej złości, bo wygrane były blisko. Sokoły, które, jakby nie patrzeć, dokonały w Warszawie dużej rzeczy (odrobienie 32 punktów i wyjście na plus 9) podejmą w swej hali SKS Starogard Gdański, który w 1. kolejce pauzował.

- To drużyna na etapie budowy, ale z ambicjami. Mają mocny obwód, a wróble ćwierkają, że na pozycji numer pięć wzmocni ich lada chwila Łotysz Ilja Gromows, center obyty w lidze - mówi Dariusz Kaszowski, coach łańcucian. - Tak naprawdę mają trzech obcokrajowców, bo obok Amerykanina Jikariego jest Urbaniak-Dornstauder, wysoki Kanadyjczyk z polskim paszportem. Będzie z kim powalczyć, ale bardzo chcemy sobie poprawić nastroje po meczu z Polonią.

Po meczu w Bytomiu w brody pluli sobie koszykarze Miasta Szkła, bo mieli w 39. minucie 77:73, ale przegrali z beniaminkiem po dogrywce. W hali przy Bursaki krośnianie zmierzą się teraz Eneą Poznań. - Porażka mocno mi dopiekła, mieliśmy wszystkie karty w rękach. Nastroje są słabe, bo po przegranych sparingach przyszło niepowodzenie w lidze - mówi Robert Witka, trener zespołu z Krosna. - Musimy podnieść grę na wyższy poziom, ponieważ czeka nas mecz z zespołem lepszym od tego z Bytomia. Poznaniacy grają twardy, agresywny basket. Nie będzie lekko.

Oczywistego smaczku rywalizacji doda osoba Edmundsa Valeiko, coacha gości, który prowadził Miasto Szkła na przestrzeni 4 sezonów, awansował z nim do PLK, ale został tam dość szybko zwolniony.

Zdziesiątkowany kontuzjami OPTeam Resovia powalczył u siebie z Kotwicą Kołobrzeg, teraz spróbuje tego samego w Inowrocławiu. - Jest szansa, że zagra Sasza Miszula i to tyle. Noteć ma szeroki skład, kilku strzelców, więc trzeba zagrać lepszą obronę niż ostatnio - mówi Przemysław Łuszczewski, coach resoviaków i były trener Noteci.

Domowym meczem z MUKS-em rozpoczną sezon Pantery Łańcut. W sparingu ograły poznanianki na ich terenie 83:77. - Materiał poglądowy się przyda, ale to tylko sparing. Możliwe, że MUKS zagra z nową centerką - mówi Agata Grabowiecka, która w niedzielę zadebiutuje jako trenerka Panter (a też jako coach seniorek). ©℗

FOGO FUTSAL EKSTRALIGA

Eurobus chce posmakować toruńskich pierników

Grzegorz Kostka

Po ciężkim meczu we Wrocławiu, przychodzi kolej na wyjazd do Torunia, by zgarnąć trzy punkty i zasmakować pierników.

Tak jak się spodziewano mecz we Wrocławiu był zacięty a jeden wywalczony tam punkt trzeba w pełni szanować. Meczem ze Śląskiem, Eurobus zakończył ciężki okres trzech meczów w osiem dni.

W niedzielę Eurobus czeka kolejny daleki wyjazd, z którego trzeba przywieźć komplet punktów. Najbliższy rywal Eurobusu, Reiter Toruń, jak do tej pory w pięciu meczach zgromadził trzy punkty. W ostatniej kolejce po zaciętym meczu przegrał w Katowicach. Bilans bezpośrednich spotkań na linii Toruń-Przemyśl jest korzystny dla ekipy z miasta nad Sanem. Z sześciu rozegranych meczów, 4 padły łupem Eurobusu, choć bilans bramkowy jest remisowy 14:14, a to dlatego iż Torunianie w sezonie 2023/24 dwa razy wysoko wygrali. - Czeka nas niezwykle zacięte starcie z drużyną imponującą warunkami fizycznymi. Wiemy, że dysponują bardzo silnymi zawodnikami grającymi pod bramką, a ponieważ gracze zazwyczaj broniący na tej pozycji są obecnie kontuzjowani, będzie to bardzo trudny mecz – mówi trener Eurobusu, Marcos Sorato.

Początek meczu w niedzielę o 18. Transmisja na oficjalnym kanale YouTube FOGO FE.©℗

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA PODKARPACKA

Mocno osłabiona „Izolacja" nie straciła na wartości. W niedzielę sprawdzi Sokoła

Tomasz Paryś

Chociaż niewielu wskazywało Izolatora Boguchwała jako czołową drużynę nowego rozdania w 4. lidze podkarpackiej, podopieczni Krzysztofa Szponda znowu pokazują się z bardzo dobrej strony.

Co prawda Izolator Boguchwała poprzedni sezon 4. ligi zakończył na wysokim drugim miejscu, więc z automatu powinien być zaliczony do czołowych drużyn nowej kampanii. Tak pewnie byłoby, gdyby nie fakt, że drużyna straciła kilku podstawowych zawodników jak Bieniek, Marciniec, którzy razem strzelili 40 goli w poprzednich rozgrywkach czy dwóch defensywnych graczy: Maca i Majchera.

- Gdyby nie było zmian, to naszym celem w tym sezonie byłby awans i mogę to otwarcie powiedzieć. Chcieliśmy wszystkich zawodników zatrzymać i włączyć się w walkę o trzecią ligę. Nie udało się, zawodnicy wybrali inne kluby, mają do tego pełne prawo i oczywiście nikt nie ma do nich pretensji. W zamian przyszli inni zawodnicy i myślę, że na rynku transferowym znowu zagraliśmy wszystkim na nosie, pozyskując takich zawodników, których pewnie każdy klub chciałby mieć u siebie i przy których nasi młodzi chłopcy też się uczą i jest to wartość nieoceniona. Mamy młody zespół, który chcemy stale rozwijać i pewnie po sezonie wypuścić dalej, do ligi wyżej - zaznaczył trener Izolatora, Krzysztof Szpond.

Przed trenerem „Izolacji" po sporych zmianach personalnych w kadrze, stało nie lada wyzwanie, aby szybko poukładać drużynę, wdrożyć system i zasady gry. Drużyna miała powoli wchodzić na swój odpowiedni poziom, tymczasem w trzeciej kolejce nastąpił przełom (wygrana ze Stalą Sanok) i w pięciu kolejnych meczach boguchwalanie zainkasowali 12 punktów.

- Każdy jest świadomy tego, że stworzyć drużynę z tyloma nowym zawodnikami, którzy przyszli z różnych środowisk, z różnych poziomów, bo dołączyli młodzi chłopcy z ligi okręgowej, dołączyli też bardzo doświadczeni Mazurek czy Mikrut, wiec byliśmy świadomi tego, że będziemy potrzebować czasu na to, żeby to wszystko ze sobą grało. I nikt nie zakładał tego, że od samego początku będziemy tak dobrze punktować. Raczej zakładaliśmy, że to będzie etapami, a mimo tych zmian personalnych, na boisku wyglądamy piłkarsko bardzo ciekawie i nowi zawodnicy bardzo szybko złapali system, w którym chcemy grać oraz zasady, które obowiązują. Duże słowa uznania dla wszystkich zawodników, że tak szybko potrafili się zaadaptować do panujących warunków - mówi zadowolony szkoleniowiec.

Izolator Boguchwała po 8. kolejkach zajmuje czwarte miejsce w tabeli, ustępując Stali Sanok jedynie gorszym bilansem bramkowym, mimo że w bezpośrednim pojedynku lepsza była „Izolacja". Dobra postawa na początku ligi kreuje w głowie pytania o cel drużyny na bieżącą kampanię.

- Do naszych celów podchodzimy tak samo jak w zeszłym sezonie, gdzie nikt nas nie widział nawet w pierwszej piątce drużyn 4. ligi, a realnie potrafiliśmy zaskoczyć wszystkich i sam udział w barażach był dla nas zwieńczeniem naprawdę świetnego sezonu, po świetnie wykonanej przez chłopców pracy na treningach. W tym sezonie jest podobnie i wewnątrz drużyny mamy jakieś swoje małe cele krótkoterminowe. Mamy 16 punktów i ogromnie je szanujem. Im dłużej ta grupa ludzi będzie ze sobą przebywać, im więcej będziemy trenować, to jako drużyna będziemy jeszcze lepsi - zakończył opiekun Izolatora.

W najbliższej 9. kolejce na Izo Arenę przyjedzie beniaminek Sokół Sieniawa. Nie będzie to łatwy mecz, ale jak trener Szpond wspomniał, żaden wcześniejszy nie był. Podrażniona pierwszą porażką Polonia podejmować będzie Górnika Strachocina. To starcie beniaminków. Do podobnego pojedynku dojdzie w Woli Chorzelowskiej, gdzie swoje mecze rozgrywać będzie Radomyślanka. Ciekawie powinno być w Wiśniowej, gdzie zagości Stal Łańcut. Mecze między tymi drużynami zawsze dostarczają wielu emocji i bramek. W Jaśle Czarni powalczą o przełamanie nie tylko złej serii w lidze, ale także niekorzystnych historycznych spotkań z Sokołem Nisko. ©℗

eprasa.pl 0bd268d27c