GAZETA wyborcza
wyborcza.pl
NIE MA WOLNOŚCI BEZ SOLIDARNOŚCI

Czwartek, 24 września 2026 | Redaktorka prowadząca **Alina Janusz** | Cena gazety **7,99 zł** (w tym 8% VAT) | nr 223.11322, 1

Nakład 32 tys. + **298,5 tys. prenumerat cyfrowych**

Temat dnia

Kulisy odwołania komisji aborcyjnej

Sejmowa komisja aborcyjna miała się zebrać po dwóch latach przerwy, posiedzenie zostało jednak niespodziewanie odwołane. Od polityczek słyszymy: „Ktoś nam wywalił w kosmos całą układankę” ▶ **4-5**

Świat

Rasizm we Włoszech

Nauczycielka uratowana przez Kongijczyka nadal chce odsyłania „obcych”, lekarzy pomagających migrantom uznano za grupę przestępczą. Co się dzieje z włoskim społeczeństwem? ▶ **8-9**

Kultura

Bez hedonizmu nie ma wolności



FOT. DAWID ŻUCHOWICZ

Nie wyobrażam sobie pisać i jednocześnie myśleć, co inni o tym powiedzą – mówi Zyta Rudzka, której powieść znalazła się w finale Nike ▶ **16-17**

Sport

Następcy Świątek i Chwalińskiej

Z pomocą fachowców próbujemy przewidzieć, dla kogo za 10 lat możemy zarywać noce, śledząc Australian Open i US Open, oraz za kim jeździć do Paryża na korty Rolanda Garrosa i do Londynu na Wimbledon ▶ **23**

Wydaje Wyborcza Sp. z o. o.
nr indeksu 348198

ISSN 0860-908X 39>
9 770860 908143

1 RP



FOT. ROBERT KOWALEWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

50-lecie KOR

JESTEŚMY WASZYMI DŁUŻNIKAMI

Z inicjatywy Donalda Tuska uroczystość z okazji 50-lecia KOR miała charakter państwowy. – Wszyscy jesteśmy waszymi dłużnikami, bo podjęliście się działań wtedy, kiedy to było naprawdę trudne – mówił premier (na zdjęciu z Ewą Milewicz). Podkreślał, że aktualna jest lekcja KOR, że „trzeba być przyzwoitym, kiedy nieprzyzwoitość tryumfuje”. – Kiedyś Jacek Kuroń mówił , że gdy jest antysemityzm, każdy uczciwy człowiek musi powiedzieć, że jest Żydem. Dziś musimy powiedzieć: jesteśmy Ukraińcami – stwierdził Adam Michnik, redaktor naczelny „Wyborczej”.
• **Więcej ▶ wyborcza.pl**

Śledztwo w sprawie Polskiej Fundacji Narodowej

CBA zatrzymało piarowy duet PiS

Wpływowy piarowy duet z Nowogrodzkiej, przez lata stojący za kampaniami PiS, został zatrzymany przez CBA. Chodzi o śledztwo dotyczące Polskiej Fundacji Narodowej i jej akcję szkalującą sędziów. PiS już szykuje front obrony.

Agata Kondzińska, Iwona Szpala

Anna P. i Piotr M. wczoraj rano zostali przewiezieni do Prokuratury Regionalnej w Rzeszowie. To tam prowadzone jest śledztwo dotyczące nieprawidłowości w Polskiej Fundacji Narodowej. W czasach PiS za jej pieniądze powstała słynna kampania szkalująca sędziów. Za jej przygotowaniem stali właśnie P. i M.

Dziś P. jest szefową Biura Wydarzeń Prezydenta w kancelarii Karola Nawrockiego. M. jako publicysta występuje w Telewizji Republika.

PFN, czyli miliony na partyjny przekaz

– To jest bardzo poważna sprawa kryminalna. Te osoby podejrzewane są o popełnienie przestępstw kryminalnych, dlatego zostały zatrzymane – mówił Jacek Dobrzyński, rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych.

PiS widzi tę sprawę dokładnie odwrotnie: że zatrzymania to zemsta Donalda Tuska. Bo Anna P. i Piotr M. to ludzie partii Jarosława Kaczyńskiego. Swoje wpływy budowali na zapleczu, byli skuteczni i cenieni. Przeszli przez sejmowe biuro PiS, pracowali przy kampaniach wyborczych.

M. wchodził na partyjne salony z opinią człowieka Zbigniewa Ziobry. Gdy ten powoływał Solidarną Polskę, M. postawił jednak na PiS. Po 2015 r. awansował na szefa Centrum Informacyjnego Rządu. Rozkręcała się też kariera Anny P. W kancelarii premier Beaty Szydło dostała departament obsługi medialnej. Wiosną 2017 r. tandem zarejestrował spółkę Solvere, Anna P. i Piotr M. złożyli wypowiedzenia z państwowych posad. Wynajęli biuro w reprezentacyjnej kamienicy w centrum Warszawy, pod tym samym adresem co kancelaria adwokacka, która od lat obsługiwała PiS i samego Kaczyńskiego. I tam przyszło zlecenie od Polskiej Fundacji Narodowej.

To był sztandarowy projekt PiS, z wielomilionowym budżetem od państwowych spółek na promocję marki Polska.

Szefowie fundcji nie ujawniali wydatków

Na czele PFN stanęli Cezary J., radny PiS, który na co dzień odpowiadał za ochronę smoleńskich marszów, i Maciej Ś., człowiek Piotra Glińskiego, jego doradca z resortu kultury, twórca Reduty Dobrego Imienia, późniejszy szef Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji. A PFN bardzo szybko zajęła czołówki gazet.

Szefowie fundacji nie ujawniali jej wydatków, szczegółów projektów ani ich kryteriów. W PFN praktycznie wszystko było tajne. Skończyły się też międzynarodowe ambicje. Fundacja dołączyła do machiny propagandowej rządu PiS, a jej debiutem była kampania „Sprawiedliwe sądy” realizowana jesienią 2017 roku za 8,4 mln zł.

Była prowadzona z rozmachem – na billboardach, w telewizji i internecie. „Czy wiesz, że ponad 80 proc. Polaków popiera reformę sądownictwa? A zrobiła się z tego niezła awantura i odwrócono kota ogonem. A właściwie dlaczego denerwują nas sądy?” – pytał w spocie młody mężczyzna w kraciastej koszuli. Na billboardach dominowało hasło „Niech zostanie tak jak było”.

Potem wyszło, że autorzy kampanii nie sprawdzili dokładnie faktów, które miały opisywać patologię wśród sędziów. Okazało się, że korzystali z materiałów przygotowanych w resorcie sprawiedliwości Zbigniewa Ziobry.

Weryfikowały to wtedy „Wyborcza” oraz „Wirtualna Polska”.

Taki przykład: „Sędzia z Tarnobrzega pod koniec 2006 r. wpadł na kradzieży kiełbasy w stalowowolskim markecie. Następnego dnia jechał do Tarnobrzega, by swoim przełożonym wytłumaczyć tę sprawę, lecz nie dojechał. Wpadł do rowu, uciekając przed policyjną kontrolą. We krwi sędziego wykryto 2,36 promila alkoholu”.

W rzeczywistości po kradzieży i wypadku sędzia odszedł z zawodu i nie orzekał od 2006 r. Co więcej, cztery lata później został skazany na rok więzienia w zawieszeniu na dwa lata, a w 2015 r. zmarł. ▶ **7**

eprasa.pl 1d493a40cf

Prawicowy populizm zbiera żniwo

Karol Nawrocki milczy, kiedy w Polsce pojawiają się nastoletni terroryści

Gruszczyński



We wtorek minister sprawiedliwości i rzecznik koordynatora służb specjalnych poinformowali, że funkcjonariusze zatrzymali 17-letniego Pawła G., który przygotowywał atak terrorystyczny na szkołę i meczet. W jego domu znaleziono noże, bagnet do karabinka typu AKM oraz książki, naszywki i inne materiały z symboliką faszystowską i nazistowską. W połowie września funkcjonariusze zatrzymali dwóch innych nastolatków związanych ze środowiskiem neonazistowskim.

Nastoletni terroryści w Polsce

Radykalizacja młodych ludzi w Polsce nie dzieje się w próżni. Na YouTubie, który stał się jednym z najważniejszych źródeł informacji dla nastolatków, działają samozwańczy liderzy opinii. Przekonują, że Polską rządzą Żydzi, Unia Europejska ogranicza prawa prawdziwych Polaków, liberałowie i lewica z koalicji rządzącej są zwolennikami wymiany społecznej, a więc teorii spiskowej, która zakłada zastąpienie Polaków uchodźcami. Internetowi twórcy bez żadnej kontroli państwa propagują idee faszystowskie, antysemickie, antyunijne i antydemokratyczne.

Niektórzy młodzi traktują tę część internetu nieufnie, inni wsiąkają, codziennie słuchają swoich idoli, kształtują światopogląd, szukają potwierdzenia swoich lęków – bo w ich świecie migranci i kobiety zabiorą im dobre miejsca pracy, a Unia ograniczy wolność słowa, zamykając YouTube'a.

Widzą na socjalach i w tradycyjnych mediach Grzegorza Brauna, posła do Parlamentu Europejskiego i lidera Konfederacji Korony Polskiej, czyli partii zajmującej w sondażach czwarte miejsce, który powiela kłamstwo oświęcimskie, zaprzeczając istnieniu komór gazowych w obozie koncentracyjnym Auschwitz, nazywa Unię Europejską „Eurokołchozem", szczuje na Ukraińców, kobiety, mniejszości seksualne i Żydów. Braun jest naturalnym przedłużeniem internetowych liderów opinii, którzy wmawiają młodym, że Polska ich dyskryminuje. Lider Korony mówi to samo co Bracia Kamraci, twórcy mediów narodowych czy Marcin Rola.

W tej układance ważne miejsce zajmuje Karol Nawrocki, który został prezydentem dzięki głosom młodych: 53 proc. wyborców w grupie wiekowej 18-29 lat zagłosowało na kandydata Prawa i Sprawiedliwości. Skrajnie konserwatywny prezydent, który manifestuje przywiązanie do religii, tradycyjnego modelu rodziny, krytykuje wspólnotę europejską i liberalizm, jest wzorem dla wielu nastolatków.

Dlaczego Nawrocki milczy?

Czy twierdzę, że Braun i Nawrocki wprost odpowiadają za decyzje młodych ludzi planujących zamachy terrorystyczne? Nie, takie skojarzenie byłoby nieuczciwe. Chodzi o atmosferę polityczną, firmowanie postaw, powtarzanie konkretnej opowieści o wspólnocie i wymowne milczenie prezydenta. Nawrocki do tej pory nie skrytykował antyukraińskich postaw części polskiego społeczeństwa, nie potępił aktów przemocy wobec Ukraińców mieszkających w Polsce, nie stanął po stronie prawdy historycznej, której zaprzecza Braun, nie wykonał żadnego gestu w stronę atakowanych mniejszości, choć jako prezydent reprezentuje w domyśle całe społeczeństwo.

Milczenie prezydenta jest niebezpieczne i zagraża spójności społecznej.

Obrońcy Nawrockiego przypominają, że rzecznik prezydenta potępił ataki przemocy wobec Ukraińców. To za mało: odpowiedzialność za spokój społeczny biorą politycy, a rola Nawrockiego – idola połowy społeczeństwa – jest kluczowa. Nie jestem naiwny i zdaję sobie sprawę, że obecny prezydent ma skrajnie nacjonalistyczne poglądy. Pierwszy rok tej prezydentury pokazał wyraźnie, że Nawrockiego interesuje nie służba społeczeństwu, tylko wzmacnianie pozycji po prawej stronie sceny politycznej. Nie wykonuje żadnych gestów, których oczekiwaliby ludzie wrażliwi na przemoc, nie odcina się od antysemityzmu, czego wymaga się od prezydenta, nie współpracuje z rządem nad ustawą kontrolującą internet.

Winę za radykalizację części młodzieży ponosi także Ministerstwo Edukacji Narodowej. Rząd dopiero od tego roku szkolnego wprowadził do podstawy nauczania lekcje odróżniania informacji od fake newsów.

Potrzebna rzeczowa rozmowa

I jeszcze jedna sprawa: prawica straszy Polaków, że przyjmowanie uchodźców z krajów objętych wojnami stwarza realne zagrożenie dla naszego kraju. Prawicowi politycy twierdzą, że wśród imigrantów na pewno znajdują się terroryści. Cóż, 17-letni Paweł G. jest Polakiem podobnie jak pozostałe nastolatki zatrzymane przez służby.

Wnioski są jasne: prezydent powinien zaprosić rząd do rzeczowej rozmowy o ustawie ograniczającej działalność radykałów w internecie.

Ministerstwo Edukacji może przeznaczyć jeszcze więcej pieniędzy na warsztaty dla dzieci i młodzieży o zagrożeniach wynikających z radykalizacji i ekstremizmów.

Ale te działania nie będą skuteczne, jeśli państwo polskie będzie tolerować działalność takich ludzi jak Grzegorz Braun i takich organizacji jak jego partia, którą należy zdelegalizować. ●

Arkadiusz Gruszczyński

Rzeszów
Ostatnie tygodnie znanego pomnika



FOT. PATRYK OGÓRZAŁEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

Rzeszów, 23 września 2026 roku. Trwają prace przy rozbiórce Pomnika Wdzięczności Armii Radzieckiej. Monument, który został postawiony w 1951 roku, ma zniknąć do końca listopada. Rzeźba ze szczytu trafi do Muzeum Techniki i Militariów, a płaskorzeźby i urny z ziemią z pól bitewnych na cmentarze.

Sylwester w Zakopanem

89

PROCENT

Tyle miejsc noclegowych na sylwestra w Zakopanem i okolicach jest już zarezerwowanych, wynika z danych serwisu Booking.com. Najtańsze propozycje zaczynają się od 750 zł za osobę, najdroższe to ponad 66 tys. za trzy noce dla dwóch osób.

Więcej ▶ zakopane.wyborcza.pl

Finaliści Nagrody Bookera
Jest jeden główny faworyt



Marlon James (**na zdjęciu**) wyrasta na jednego z głównych faworytów tegorocznego Bookera. Kto jeszcze znalazł się w finale najważniejszej po Noblu nagrody literackiej?

Finalistów ogłoszono we wtorek wieczorem podczas uroczystej gali w Londynie. Są to:

- **M. John Harrison,** „The End of Everything". Ponuro satyryczna i dystopijna powieść jednego z najważniejszych brytyjskich pisarzy fantasy. Jurorzy Bookera opisali ją jako „książkę nie tylko o wszystkim, lecz także o teraźniejszości".
- **Marlon James,** „The Disappearers". Kanwą książki jest prawdziwa historia homofobicznego ataku na gejowską trupę teatralną, która działała na Jamajce w latach osiemdziesiątych. Jurorzy Bookera określili powieść jako „napisaną z pełną złożonością i miłością przez kogoś, kto doskonale zna miejsce akcji i jego sprzeczności".
- **Luke Kennard,** „Black Bag". Zainspirowana prawdziwą historią powieść o aktorze, który przyjmuje rolę w eksperymencie prowadzonym na uniwersytecie. Zadanie brzmi: ma zostać ukryty w czarnej torbie, która będzie towarzyszyć studentom podczas zajęć.
- **Rebecca Perry,** „May We Feed the King". To jej debiutancka powieść: „W średniowiecznym pałacu nieznany król zmaga się z ciężarem władzy. Jego niepewny los rozgrywa się we współczesnej wyobraźni anonimowego kuratora zatrudnionego do udekorowania części jego pomieszczeń na potrzeby publicznej ekspozycji". Jurorzy Bookera opisują książkę jako „cudownie kuszącą i otwierającą oczy kombinację tematów, utkaną z niezwykłą delikatnością".
- **Elizabeth Strout,** „The Things We Never Say". *Polski przekład: „To o czym nie mówimy"*. Strout, w swojej nowej książce zaprasza do poznania Artiego Dama, zwykłego nauczyciela z Massachusetts, który prowadzi pozornie wygodne życie, a w rzeczywistości jest ogarnięty poczuciem izolacji i rozpaczą. Jurorzy Bookera uznali, że powieść jest „genialnie stonowana i dzięki temu wybrzmiewa jeszcze mocniej".
- **Douglas Stuart,** „John of John". *Polski przekład: „John, syn Johna". Główny bohater* to młody mężczyzna, który tuż po studiach wraca do rodzinnego domu na wyspach u wybrzeży Szkocji. Na miejscu spotyka się z ojcem, który ukrywa przed nim pewną tajemnicę. Ale syn też ma swoje sekrety.

Laureata Nagrody Bookera poznamy 9 listopada. ●

Wojciech Szot

FOT. TIM P. WHITBY

eprasa.pl 1d493a40cf

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

W SPRZEDAŻY

wysokieobcasy extra

TEMAT NUMERU:
100 OBJAWÓW PERIMENOPAUZY

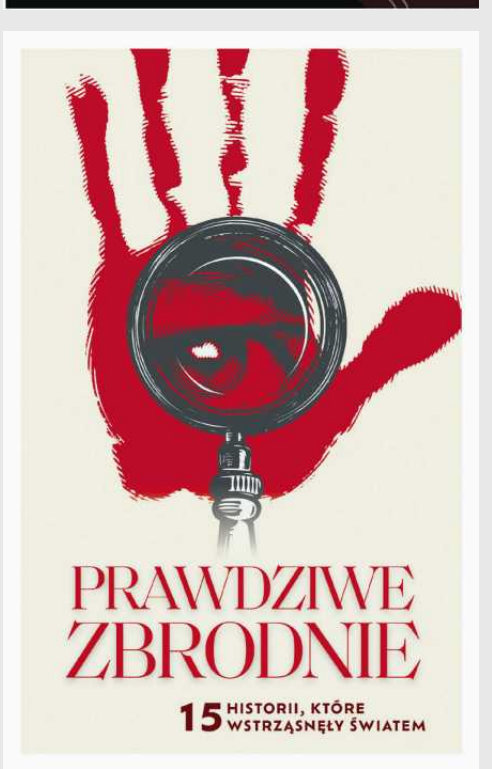
AGATA KULESZA:
SZCZĘŚCIE POJAWIA SIĘ NA CHWILĘ

TRENDY W MODZIE I W KOLORZE JESIEŃ/ZIMA 2026

PSYCHOLOGIA: CUDZY SUKCES.
DLACZEGO SIĘ PORÓWNUJEMY?







Numer dostępny z książką "Prawdziwe zbrodnie.
15 historii, które wstrząsnęły światem"
lub magazynem "Psychologia dla rodziców"

eprasa.pl 1d493a40cf

Kulisy odwołania komisji aborcyjnej

Morawiecki zabrał swoje posłanki

Sejmowa komisja aborcyjna miała się zebrać po dwóch latach przerwy, posiedzenie zostało jednak niespodziewanie odwołane. Od polityczek słyszymy, że otrzymały „telefon z Kancelarii Premiera". „Ktoś nam wywalił w kosmos całą układankę" – mówią.

Paulina Nodzyńska

Nadzwyczajna komisja ds. projektów aborcyjnych formowała się wiosną 2024 r. w świetle kamer. Jej obrady śledziła cała Polska. Wyborczynie pokładały w niej nadzieje, wyczekując obiecanych w kampanii zmian. Premier Donald Tusk zapowiadał, że nie wpisze na listy KO nikogo, kto zamierzałby głosować przeciwko liberalizacji prawa aborcyjnego.

Przewodniczącą komisji została Dorota Łoboda, posłanka progresywnej frakcji w KO. Prawicowi politycy obawiali się, czy będzie obiektywna, bo wcześniej zasiadała w radzie konsultacyjnej Strajku Kobiet. Dziś ten sam Strajk publikuje memy z jej podobizną, zarzucając opieszałość, marazm i brak sprawczości. Bo przez dwa lata w sprawie nie ruszyło nic, a po fiasku głosowania nad „depenalizacją" w harmonogramie prac komisji zapadła głucha cisza.

Łoboda nie idzie z tym sama. Identyczne zarzuty aktywistki proaborcyjne formułują pod adresem pozostałych posłanek, które zasiadają w prezydium komisji. Wytykają, że choć komisja nie obraduje, Łoboda i jej zastępczynie wciąż pobierają uposażenie. Jak ustalił „Fakt", to w sumie 277 tys. zł brutto:

- Dorota Łoboda (KO, przewodnicząca): 74 tys. zł,
- Ewa Szymanowska (Centrum): 55 tys. zł,
- Urszula Nowogórska (PSL) – 55 tys. zł,
- Karina Bosak (Konfederacja) – 55 tys. zł,
- Anna Maria Żukowska (Nowa Lewica, zastępczyni przewodniczącej) – 37 tys. zł.

Komisja dostała do rozpatrzenia cztery projekty: depenalizujący pomoc w aborcji (Lewicy; teraz także KO), dwa dopuszczające usunięcie ciąży do 12. tygodnia (Lewicy i KO, bardzo podobne) oraz projekt ex-Trzeciej Drogi, przywracający stan sprzed wyroku TK.

Prace komisji zaczęły się od 11-godzinnego wysłuchania publicznego, podczas którego głos zabierali głównie „obrońcy" życia. Proaborcyjne organizacje biły na alarm, że to „danie platformy mizoginom, by mogli publicznie snuć swoje chore fantazje". Posłanki z komisji tłumaczyły z kolei, że był to świadomy zabieg – „prolajferzy" mieli się „wygadać", a potem już więcej nie odzywać.

Kolejne posiedzenia zostały poświęcone szczegółowym prawnym analizom projektów. Na straży, by tworzone przepisy nie poszły w zbyt „kompromisową" stronę, stały m.in. aktywistki Aborcyjnego Dream Teamu. W końcu zrezygnowały, uznając, że i tak nic nie wskórają.

W czerwcu 2024 r. komisja ogłosiła swój pierwszy sukces: przekazała Sejmowi do dalszych prac projekt zniesienia kar za pomoc w aborcji. Okrojony, bardziej rygorystyczny od swojej pierwszej wersji. Wciąż mówił jednak o tym, by partnerzy, ojcowie i matki kobiet, które robią aborcje, nie musieli odpowiadać karnie za to, że im pomogli (dziś najwyższa przewidywana w kodeksie kara to trzy lata więzienia). Projekt ten przepadł jednak w lipcowym głosowaniu, a do większości zabrakło mu czterech głosów. Premier ukarał trzech posłów KO, których nie było tego dnia w Sejmie bądź nie zagłosowali. PSL w większości zagłosował tak, jak PiS i Konfederacja, a więc przeciw.

„Ktoś nam wywalił w kosmos całą układankę"

Posłanki KO i Lewicy deklarowały, że nie zamierzają się poddawać. Projekt złożyły ponownie, tym razem jako wspólny. Zapowiadały, że będą przekonywać nieprzekonanych ludowców. Po raz ostatni spotkały się w komisji aborcyjnej 9 lipca 2024 r. W październiku „Wyborcza" dowiedziała się, że nie zrobią tego przynajmniej do wyborów prezydenckich. Liczyły, że wygra je Rafał Trzaskowski i wtedy będą mogły wrócić do pracy bez obaw o weto.

– A premier za bardzo bał się kolejnej porażki w głosowaniu – powiedziała nam jedna z polityczek. Czy rzeczywiście tak by się potoczyło? Nie wiadomo, bo ponoć w koalicji „wszystko było dogadane".

Lewica miała poprzeć projekt Trzeciej Drogi, choć wcześniej o powrocie do „kompromisu" nie chciała słyszeć, a Trzecia Droga „depenalizację". Projekt nie wrócił już pod obrady, a porażka nastąpiła, ale w wyborach prezydenckich.



• **Posiedzenie nadzwyczajnej komisji ds. projektów aborcyjnych. Na zdjęciu: Dorota Łoboda, przewodnicząca komisji, posłanka KO i jej zastępczynie: Anna Maria Żukowska (Lewica) oraz Ewa Szymanowska (obecnie Centrum). Warszawa, Sejm, czerwiec 2024 r.**

FOT. SŁAWOMIR KAMIŃSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Komisja miała wrócić po ponad dwóch latach przerwy w poniedziałek, 14 września. – Wszystko było już dopięte. Wcześniej miałyśmy długie, merytoryczne spotkanie na Zoomie. Ustaliłyśmy, jakie poprawki wnosimy do „depenalizacji". Jeszcze tego dnia projekt miał wyjść z komisji, razem z „powrotem do kompromisu" – mówi nam jedna z polityczek koalicji.

Dodaje: – Dogadałyśmy nawet to, że te przeciwne aborcji posłanki – Urszula Nowogórska z PSL oraz Anna Kwiecień i Olga Semeniuk-Patkowska z Rozwój Plus – miały nie zjawić się na posiedzeniu. Wszystko było tak policzone, aby mieć pewną większość. A Morawiecki w ogóle miał zabrać z komisji swoje posłanki.

Ktoś nam wywalił w kosmos tę bardzo delikatną układankę – mówi.

I dodaje: – A co mamy teraz? Dalsze zarzuty o marazm i przewodniczące, które muszą się tłumaczyć z pobieranej kasy.

Uważam, że to decyzja polityczna i jest ona błędna. Chciałabym, żeby wszyscy koalicjanci zrozumieli, że nie możemy sto razy obiecywać kobietom prawa do aborcji. To niepoważne. Musimy spełnić to, co już obiecaliśmy

KATARZYNA KOTULA
pełnomocniczka rządu ds. równości z Nowej Lewicy

Szłapka: KPRM nie zajmuje się kalendarzem komisji

W piątek Sejm przegłosował zmiany w składzie komisji. I rzeczywiście nie będą już w niej zasiadały Anna Kwiecień i Olga Semeniuk-Patkowska, dawniej w PiS, obecnie w nowym klubie Mateusza Morawieckiego Rozwój Plus. Obie same zagłosowały za swoim odejściem. Ta druga wielokrotnie podkreślała, że jest zwolenniczką „kompromisu". Tak deklaruje się też dziś Morawiecki, który niedawno zapozował do zdjęć w koszulce z napisem „Wspieram Kobiety".

Decyzją Sejmu do komisji dołączyła zaś posłanka Centrum Aleksandra Leo. – Taka konstelacja zapewni nam spokój o większość. Przypomnijmy, że ludowcy często pokazują swoje konserwatywne oblicze, głosowali nawet przeciwko tabletce „dzień po" – podkreśla jedna z naszych rozmówczyń.

I wraca do spotkania na Zoomie przed posiedzeniem komisji, która w końcu się nie odbyła. Jak mówi, posłanki ustaliły wtedy nawet to, ile czasu otrzymają osoby zgłoszone do głosu.

Opowiada: – Aż tu nagle telefon z Kancelarii Premiera, że mamy odwołać posiedzenie. Podobno premier wystraszył się, że zabraknie koalicyjnej jedności. Bo nigdy nie wiadomo, czy lewica finalnie poprze „kompromis", a ludowcy „depenalizację". Każdy gra na siebie. KO też, więc wolała odwołać.

Inna posłanka, z którą rozmawiamy, wskazuje jeszcze inny powód: – W KPRM panowała też obawa, że jeśli wypuścimy „kompromis", aktywistki proaborcyj-

eprasa.pl 1d493a40cf

Kulisy odwołania komisji aborcyjnej



ne zakrzyczą nas, że to za mało, nazwą „konserwami".

Pełnomocniczka rządu ds. równości Katarzyna Kotula z Nowej Lewicy dla „Wyborczej": – Uważam, że to decyzja polityczna i jest ona błędna. Chciałabym, żeby wszyscy koalicjanci zrozumieli, że nie możemy sto razy obiecywać kobietom prawa do aborcji. To niepoważne. Musimy spełnić to, co już obiecaliśmy.

Poprosiliśmy rzecznika rządu Adama Szłapkę o potwierdzenie, czy decyzja o odwołaniu posiedzenia komisji aborcyjnej została podjęta w KPRM, a jeśli tak, to jaki był jej powód. – KPRM nie zajmuje się kalendarzem posiedzeń komisji – odpowiedział.

Tłumy „obrońców" życia? Łoboda: Zgłosiła się Kaja Godek

„Obrońcy" życia odtrąbili sukces. Sugerując jeszcze inny powód odwołania komisji: – Prawda jest taka, że w obliczu mobilizacji środowisk pro-life zwolennicy zabijania poczętych dzieci skapitulowali przed obrońcami życia – ogłosiła Fundacja Życie i Rodzina Kai Godek. Narrację tę podchwyciły prawicowe i katolickie media. Portal „pch24.pl" napisał także, że „według nieoficjalnych informacji" do przemówień szykowało się bardzo wiele osób, głównie sprzeciwiających się „mordom niewinnych dzieci".

– To nieprawda. Do piątku po południu, kiedy odwoływałam komisję, do głosu zgłosiły się tylko dwie przedstawicielki organizacji „pro-life", a jedną z nich była Kaja Godek – mówi „Wyborczej" przewodnicząca komisji Dorota Łoboda.

Oficjalny powód odwołania komisji, zamieszczony na sejmowej stronie komisji, to brak stanowiska Ministerstwa Zdrowia. – Miał dotyczyć projektu Trzeciej Drogi. To, że resort zdrowia zwleka z tą opinią, to akurat prawda – mówi nam jeden z polityków.

Marszałek Sejmu i lider Nowej Lewicy Włodzimierz Czarzasty przekonywał podczas konferencji prasowej, że wszystko idzie zgodnie z planem: najpierw projekty dotyczące statusu osoby najbliższej, później aborcja. Zapewniał, że jego ugrupowanie na pewno zadba o to, by temat praw kobiet wrócił na sejmową agendę, i to jak najszybciej.

O ile Dorota Łoboda czy Anka Żukowska faktycznie coś wokół komisji robią, to na przykład Karina Bosak jest tam jak kwiatek do kożucha. Nie robi nic. Podczas posiedzeń prawie w ogóle nie zabierała głosu. Paradoksalnie, Karina Bosak zarabia na aborcji – mówi nam jedna z posłanek

– I my to zrobimy. Jak nie ta ustawa, to ja przyniosę nowy projekt poselski. Liczę na rozsądek i mądrość naszej koalicji. Ale my nie odpuścimy – podkreśla w rozmowie z „Wyborczą" Katarzyna Kotula.

Szymanowska: Tych pieniędzy nie da się zrzec

– Byłam już gotowa na poniedziałkową komisję. Bardzo mnie zaskoczyło, że została odwołana – mówi „Wyborczej" jedna z wiceprzewodniczących komisji aborcyjnej, posłanka Ewa Szymanowska (Centrum).

Jej zdaniem stało się źle. – Komisja powinna pracować i jak najszybciej wypuścić projekty do Sejmu, mimo że prezydent Karol Nawrocki nie podpisze żadnego z nich. A 12. tydzień najpewniej nawet nie wyjdzie z Sejmu. Ale niech wyborcy zobaczą, kto jak głosuje – zaznacza.

Przypomina, że do polityki szła z postulatem „Aborcja do 12. tygodnia". Projekt Trzeciej Drogi początkowo popierała, bo stawką nie powinny być kobiety, które wciąż cierpią w polskich szpitalach. – Ale kiedy i ten został okrojony, skreśliłam swój podpis – mówi.

Co z uposażeniem, które pobiera za pracę w prezydium komisji? – Nawet nie wiedziałam, że to aż 55 tys., bo wypłata przychodzi łącznie. Kiedy się o tym dowiedziałam, zapytałam w Kancelarii Sejmu, czy mogę się tych pieniędzy zrzec. Okazuje się, że nie, bo to wynika z ustawy.

Łoboda: Pracy komisji nie widać

– Praca prezydium komisji to nie tylko posiedzenia. Nie zliczę, ile godzin poświęciłam na spotkania kuluarowe, ustalenia telefoniczne, przygotowania, analizy dokumentów. Cały czas ustalamy ostateczne wersje projektów. To niewidoczna praca – tłumaczy „Wyborczej" Dorota Łoboda. Dodaje: – To tak, jakby powiedzieć prawnikowi, że pracuje tylko podczas rozprawy, aktorowi, że jedynie gdy gra spektakl, a dziennikarzowi, że gdy nagrywa podcast.

Jak mówi, jej praca w związku z komisją obecnie koncentruje się na poszukiwaniu porozumienia dla jakiejkolwiek wersji liberalizacji prawa aborcyjnego. – Zwołanie komisji bez uzgodnionej większości oznaczać będzie, że projekty przepadną w głosowaniu i tym samym nie będzie już nadziei na zmianę – podkreśla. – A kiedy nie podejmuję żadnych działań jako przewodnicząca, przelewam pieniądze na organizacje kobiece. W sumie to już ponad 21 tys. zł m.in. dla Federy, Feminoteki czy Rodzić po Ludzku, a także SOS Wioski Dziecięce – dodaje.

Zaznacza, że jej wynagrodzenie (20 proc. uposażenia, a w przypadku wiceprzewodniczących – od 10 do 15 proc.) wynika z ustawy o wykonywaniu mandatu posła i senatora.

Przepalana kasa? „Bosak się prawie w ogóle nie odzywa"

– O ile Dorota czy Anka Żukowska faktycznie coś wokół komisji robią, to na przykład Karina Bosak jest tam jak kwiatek do kożucha. Nie robi nic. Podczas posiedzeń prawie w ogóle nie zabierała głosu.

Paradoksalnie Karina Bosak zarabia na aborcji – mówi nam jedna z posłanek.

Posłanka Karina Bosak nie odebrała telefonu ani nie odpisała na SMS-a z pytaniem o uposażenie za pracę w komisji. Podobnie jak Anna Maria Żukowska z Nowej Lewicy. Nie udało nam się porozmawiać z piątą posłanką z prezydium, Urszulą Nowogórską (PSL) – odsyła nas do swojego biura poselskiego.

Na profilach społecznościowych organizacji proaborcyjnych od tygodni wrze. Aktywistki Aborcyjnego Dream Teamu piszą: – Polityczki za bycie w komisji aborcyjnej, która niczego nie zrobiła od 2 lat wzięły łącznie 277 tys. zł. Nic nie mogą? Mogą. Nawet niewielki procent ich wynagrodzenia za bycie w niedziałającej komisji pozwoliłby nam pomóc sfinansować zabiegi Weronice, Marlenie, Edycie, Ani i Kasi, którym w tej chwili organizujemy wyjazdy do zagranicznych klinik. To my każdego dnia zastanawiamy się, ilu kobietom będziemy w stanie pomóc, czy starczy nam pieniędzy na zabieg dla kolejnej osoby.

Kiedy komisja zbierze się ponownie? Nie wiadomo, rozmowy trwają. Na sejmowej stronie komisji aborcyjnej w zakładce „planowane posiedzenia" widnieje informacja: „w najbliższym czasie nie są planowane posiedzenia komisji". ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY
34454011

W sprzedaży!

SPONSOR WYDANIA
MÖLLER'S OMEGA-3



TEMAT NUMERU:
JAK SIĘ DOGADAĆ Z DORASTAJĄCYM DZIECKIEM
oraz:
• Agresja nastolatka. Co za nią stoi
• Matki z ADHD
• Orzeczenia i opinie. Sprawdź, co należy się w szkole

żyć lepiej
psychologia codziennie
Więcej o psychologii czytaj na
wysokieobcasy.pl/zyclepiej

1 RP

eprasa.pl 1d493a40cf

Hołownia w rządzie Tuska?

Szymon Hołownia został szefem klubu Polska 2050 i na tym się raczej nie zatrzyma, bo aspiracje ma bardzo duże. Możliwy jest jego powrót na fotel lidera partii, który teraz zajmuje Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz. Zmiany wspiera PSL.

Iwona Szpala, Agata Kondzińska



• **11.06.2025 roku, Sejm. Ówczesny marszałek Szymon Hołownia i premier Donald Tusk po zwycięskim głosowaniu nad wotum zaufania dla rządu**
FOT. KUBA ATYS / AGENCJA WYBORCZA.PL

Polityk Partii Centrum: – Będziemy jeszcze świadkami różnych zwrotów akcji. Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz wie, że jeśli będzie musiała ustąpić miejsca w rządzie Szymonowi Hołowni, to oznacza jej koniec w polityce. Nie jest osobą, która łatwo się poddaje – podkreśla.

Kosiniak-Kamysz wspiera Hołownię. „Wierzy w niego"

Hołownia, który ponownie ma duże polityczne ambicje, nie działa sam. Z niebytu wyciągnął go Władysław Kosiniak-Kamysz. Uczynił to z dwóch powodów: ze względu na lojalność wobec Hołowni, z którym w 2023 roku zbudowali udany projekt polityczny Trzecią Drogę, oraz sytuacji sondażowej Polskiego Stronnictwa Ludowego. Partia od wielu miesięcy jest pod wyborczym progiem, a jednocześnie jej przedstawiciele deklarują, że w wyborach nie chcą startować na wspólnej liście z Donaldem Tuskiem. Dlatego PSL szuka alternatywy, czyli partnerów, z którymi powalczą o centrowych wyborców.

Hołownia wraca do gry, gdyż Kosiniak-Kamysz ciągle w niego wierzy. Wśród entuzjastów odbudowania współpracy z 2023 roku panuje przekonanie, że były lider Polski 2050, to wciąż rozpoznawalne nazwisko, polityk z potencjałem.

– Ma pozycję, kiedy tylko wchodzi do Sejmu otaczają go dziennikarze, gdyż są ciekawi opinii marszałka, chętnie go słuchają – tłumaczy „Wyborczej" jeden z sojuszników Hołowni.

PSL chce, aby Hołownia znów został liderem Polski 2050

Plan – podobno wielkiego – powrotu rozpisano na kilka etapów. Pierwszym było przejęcie klubu Polska 2050, co zajęło kilka tygodni. Bo Hołownia chciał mieć po swojej stronie 100 proc. posłów. Były więc namowy, listy poparcia krążące wśród posłów Polski 2050, wahania Pawła Śliza – jego poprzednika, potem nieoficjalne doniesienia, że klub odrzucił Hołownię, co miało zakończyć jego starania.

Jednak niedługo potem klub Polska 2050 ogłosił, że ma nowego szefa i został nim Szymon Hołownia. Taki scenariusz został bardzo pozytywnie przyjęty przez PSL. Politycy tego ugrupowania podkreślali, że Hołownia wraca do grona liderów koalicji 15 października, a ludowcy bardzo się z tego cieszą. Komplementowali jego powrót i podkreślali, że klub Polska 2050 wreszcie będzie miał silnego przywódcę. Przekonywali również, że Hołownia bardzo wzmocnił się politycznie, a PSL ma partnera do rozmów.

W tej narracji wicepremier Kosiak-Kamysz zrobił z Hołowni bohatera pierwszego planu. Tego, który miał pomysł na siebie, bo w 2020 roku wystartował w wyborach na prezydenta, a później przedstawił autorski pomysł na swoją partię. A po wyborczym sukcesie Polski 2050, Hołownia miał mieć – zdaniem Kosiniaka-Kamysza – duży wpływ na na kariery polityków, którzy jego rekomendacji zawdzięczają miejsca w rządzie. To wszystko powoduje, że właśnie Hołownia ma największe prawo do wyboru politycznej drogi, którą pójdzie teraz Polska 2050.

Jednocześnie zaczęło się „gumkowanie" Katarzyny Pełczyńskiej-Nałęcz, która jako główna doradczyni Hołowni, praktycznie od początku odpowiadała za linię polityczną Polski 2050.

Teraz Pełczyńska-Nałęcz wyraźnie przeszkadza działaczom PSL-u. W rządzie też nie ma zbyt wielu zwolenników.

Uchodzi za polityczną singielkę, osobę, która łatwo wchodzi w konflikty. Polski 2050 była nazywana opozycją w koalicji, bo na takim właśnie wizerunku zarówno Pełczyńska-Nałęcz, ale też i Hołownia chcieli zbudować się politycznie. Niczego jednak nie ugrali – Polska 2050 traciła w sondażach i dziś ma w okolicach 1 proc. poparcia.

Teraz protektorzy Hołowni z PSL-u zapewniają, że przemyślał wiele rzeczy i się zmienił. I podpowiadają, co ma robić dalej. Najwięcej mówi wicemarszałek Sejmu Piotr Zgorzelski.

– Uważam, że Szymon Hołownia, który zrobił pierwszy krok i został szefem klubu, powinien zostać szefem partii – argumentował we wtorek w Radiu Zet. Znowu wyliczał polityczne zasługi kolegi, mówił, że posłowie Polski 2050 i Centrum zawdzięczają Hołowni kariery publiczne. Więc wszyscy „powinni być mu wdzięczni i podporządkować temu swoje działania polityczne".

Ludowcy z Pełczyńską-Nałęcz nie są w najlepszych relacjach. Liderka Polski 2050 jest przeciwniczką sztandarowego projektu PSL – zniesienia dwukadencyjności w samorządach i publicznie stoczyła spór o regulację rynku najmu krótkoterminowego. Projekt firmował Ireneusz Raś, wiceminister sportu z PSL-u. Najnowsza awantura dotyczy zdjęcia z porządku obrad Sejmu projektu ustawy, która zakazuje reklam alkoholu i ogranicza jego sprzedaż. W tym kontekście Pełczyńska-Nałęcz pisała o zaniepokojonym lobby i interwencji polityków PSL-u u marszałka Sejmu Włodzimierza Czarzastego.

Na zaczepki PSL-u, który kreuje Pełczyńskiej-Nałęcz polityczne scenariusze, liderka Polski 2050 na razie nie odpowiada. Twierdzi, że ma zapewnienie od premiera Donalda Tuska, iż zostaje w rządzie. To jej reakcja na ewentualny scenariusz, że zostanie zastąpiona w rządowej ekipie.

Od zwolenników Hołowni „Wyborcza" usłyszała, że jeśli będzie tylko chciał wejść do rządu, to stanowisko dostanie

Co Hołownia mógłby robić w rządzie Tuska?

Od zwolenników Hołowni „Wyborcza" usłyszała, że jeśli będzie tylko chciał wejść do rządu, to stanowisko dostanie.

– Chyba nikt sobie nie wyobraża, że premier odmówi politykowi, który ma za sobą piętnastkę posłów zapewniających większość rządowi – zaznacza.

I przekonuje, że wszystko zależy tylko Hołowni – czy i kiedy zrobi kolejny krok. Już teraz bierze udział w koalicyjnych naradach, do których Pełczyńska-Nałęcz nigdy nie była dopuszczona.

Sam Hołownia nie deklaruje, co właściwie mógłby robić w rządzie. Raz widział się w roli „lidera przekazu", potem łącznika z prezydentem Nawrockim, bo panowie mają dobre relacje i dzwonią do siebie w różnych porach dnia. Podpowiedział też Tuskowi, żeby rządowe projekty ustaw konsultował z Kancelarią Prezydenta. To pomogłoby uniknąć późniejszego rozczarowania wetem.

„Wyborcza" od polityków koalicji usłyszała, że w rządzie pomysł Hołowni nie spodobał się, zebrał krytyczne komentarze. W kuluarach politycy przekonują, że ta sytuacja opóźniła jego ewentualny rządowy awans. Nie do końca też wiadomo, jak Hołownia w nowej roli miałby odbudować markę Polski 2050 i razem z Kosiniakiem-Kamyszem wprowadzić obydwa ugrupowania ponad wyborczy próg 5 proc.

Bo równocześnie do współpracy nie spieszy się przedstawicielom Unii Centrum, czyli byłym posłom Polski 2050, którzy po rozłamie poszli na swoje. – Hołownia pytał naszą liderkę Paulinę Hennig-Kloskę o ewentualną współpracę, ale usłyszał, że u nas nie ma na to chętnych – tłumaczy nam polityk Unii Centrum.

Wśród zwolenników Hołowni krąży już teoria, że to robota Tuska, który posłom Unii Centrum miał przedstawić perspektywę miejsc na listach wyborczych KO.

W scenariuszu dotyczącym przejęcia Polski 2050 jest jeszcze jeden argument – pieniądze. Bo Hołownia szefuje klubowi, ale to Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz – jako liderka – ma partię, która co roku dostaje z budżetu ponad 7 mln zł dotacji.

eprasa.pl 1d493a40cf

Pieniądze fundacji na reklamę reformy

W kampanii „Sprawiedliwe sądy" nie było przypadku. Materiały promowały zmiany w sądach forsowane przez PiS.

Agata Kondzińska
Iwona Szpala

Partia przepychała je w lipcu 2017 r. w ekspresowym tempie przy potężnych protestach ulicznych. Impet powstrzymał prezydent Andrzej Duda. Sięgnął po weto, czym naraził się ekipie rządzącej.

Kampania „Sprawiedliwie sądy" od początku zbierała fatalne recenzje. Politycy ówczesnej opozycji zadawali publiczne pytania o podstawy finansowania. Fundacyjne pieniądze sponsorowały PiS-owski przekaz o oczyszczającej sędziowskie szeregi reformie, która podważała niezależność sądownictwa. Solvere zlecenie na 280 tys. zł dostała bez przetargu.

Cezary J. tłumaczył „Wyborczej", że fundacja wybrała Solvere, bo to „ludzie, którzy prowadzili dwie ostatnie kampanie PiS i obie wygrane". Politycy obozu rządzącego kluczyli, gdy padały pytania o obecność PFN w kampanii politycznej. Nie ujawnili, kto zlecił fundacji całą kampanię.

Za PiS prokuratura odmawiała zajęcia się sprawą

Ale działał prezydent Warszawy. Jako nadzorca fundacji zarejestrowanych w stolicy pytał w sądzie, czy wydatki na kampanię są zgodne ze statutem. W 2020 roku Sąd Okręgowy w Warszawie nakazał prokuraturze wznowić śledztwo. Ale znów była odmowa. Sprawa wróciła po zmianie ekipy rządzącej.

Mimo że oficjalnie za czasów PiS tematu nie było, piarowy duet nie wytrzymał zbyt długo na swoim. Anna P. i Piotr M. wrócili na rządowe zaplecze. Do Kancelarii Premiera ściągnął ich Mateusz Morawiecki. I jak niesie kuluarowa wieść, nie tyle z własnej potrzeby, ale na polecenie Nowogrodzkiej. Po 2023 r. o duecie zrobiło się ciszej. On odnalazł się w Republice, ona – w Kancelarii Prezydenta.

PFN zainteresowała się jednak prokuratura. Do pierwszego zatrzymania doszło latem, gdy po byłych szefów fundacji – Cezarego J. i Macieja Ś. – przyszło CBA. Sprawa dotyczy 8 mln zł wpompowanych w „Sprawiedliwe Sądy". W dniu zatrzymań żona Macieja Ś. wystąpiła w TV Republika: – Dziś, o 6 rano, w naszej chatce, którą mamy od 30 lat na Suwalszczyźnie, rozległo się pukanie (...). Zapytałam „kto tam" i usłyszałam: „CBA". Wydawało mi się, że to jakiś dowcip. Mąż wpuścił funkcjonariuszy. I okazało się, że przyjechali zatrzymać męża.

Stacja miała też odręczne oświadczenie Ś. Pisał w nim, że to działania represyjne, a obecne rządy nazwał dyktaturą. Zapewnił, że jest niewinny.

Cezarego J. CBA zatrzymało w Warszawie. Wstawiła się za nim Małgorzata Gosiewska posłanka PiS do PE. Pisała, że to ojciec ośmiorga dzieci, człowiek bezinteresowny, całkowicie oddany Polsce i Polonii na kresach. Wspominała pielgrzymkę wołyńską i wspólną modlitwę w intencji ofiar ludobójstwa. Brał udział w uroczystościach upamiętniających powstańców warszawskich wraz z żołnierzami NATO.

Minister sprawiedliwości napisał, że oba zatrzymania „to jasny sygnał: mechanizmy wyprowadzania publicznych pieniędzy na partyjną propagandę są skrupulatnie rozliczane"

W sprawie byłych szefów PFN prokurator sięgnął po artykuł kodeksu karnego o wyrządzeniu strat majątkowych wielkich rozmiarów. Jest zagrożony karą do 10 lat więzienia.

Przekaz PiS: Zemsta reżimu Tuska

Już wtedy, przy okazji tamtych zatrzymań, agenci przeszukali mieszkania Anny P. i Piotra M. A teraz prokuratura zdecydowała się na zatrzymanie. Choć nie ogłosiła jeszcze szczegółów, najnowsze wydarzenia osądził już Tomasz Sakiewicz z TV Republika. Wprawdzie nie jest prawnikiem, ale wie, że to ostatni moment. Bo sprawa sprzed dziewięciu lat zaraz by się przedawniła, nawet gdyby był tam jakiś zarzut. Ale zarzutu nie ma, bo kampania była niezwykle potrzebna społecznie. Według niego odpowiadała na powszechne żądania, by PiS zreformował wymiar sprawiedliwości.

Sakiewicz wie jeszcze jedno: zatrzymanie komentatora jego stacji i jednej z kluczowych urzędniczek prezydenta, która odpowiada za wszystkie sukcesy PR-owe Karola Nawrockiego, to efekt zastraszania. Przyznaje, że w szczegółach prokuratorskiego śledztwa nie jest zbyt dobrze zorientowany. Ale jeśli nawet są jakieś zarzuty wobec Piotra M. to należało go wezwać, a nie demonstrować siłę. Publicysta stacji ma nieletnie dzieci, a agenci wchodzą mu do domu i fundują rodzinie nieprawdopodobny stres. I to nie pierwszy raz.

W jego stacji rozszyfrowali grę rządzących: Kancelaria Prezydenta i Telewizja Republika to wspólny schemat, który przerabia ta władza. – Powodem zatrzymania jest zemsta polityczna reżimu Donalda Tuska za kampanię informacyjną pokazującą patologie w polskich sądach – ocenił na X Jarosław Olechowski z Republiki.

Za Anną P. wstawił się poseł PiS Andrzej Śliwka. Napisał, że jest najlepszą w Polsce ekspertką od komunikacji politycznej, autorką zwycięskich kampanii PiS i prezydenckich. Jest też autorką najważniejszych wystąpień czołowych osób w państwie". I teraz prokuratura Żurka atakuje kobietę, która lata temu legalnie i zgodnie z prawem zrobiła kampanię informacyjną o polskich sądach. Poseł Śliwka wrzucił też fragment z wydania specjalnego programu TV Republiki, która pilnuje losów swojego publicysty. Ocenił, że to zatrzymanie polityczne, a Waldemar Żurek oszalał, bo „Sprawiedliwe sądy" były legalne.

Sam minister sprawiedliwości napisał, że oba zatrzymania „to jasny sygnał: mechanizmy wyprowadzania publicznych pieniędzy na partyjną propagandę są skrupulatnie rozliczane".

wyborcza.pl

ZAPISZ SIĘ NA CODZIENNY NEWSLETTER

• **Wyborcza.pl/newslettery**

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453689

Rada Nadzorcza
Lesznowolskiego Przedsiębiorstwa Komunalnego Sp. z o.o.
z siedzibą w Lesznowoli

ZAPRASZA

do składania ofert na przeprowadzenie badań sprawozdań finansowych spółki za lata obrotowe 2026 i 2027.

szczegóły znajdują się na stronie internetowej spółki
www.lpk-lesznowola.pl
w zakładce „przetargi i zamówienia".

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453670

PREZYDENT MIASTA RACIBÓRZ

ogłasza publiczny przetarg ustny, nieograniczony na sprzedaż nieruchomości zabudowanej, położonej w Raciborzu przy ul. Londzina nr 49

lp.	WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU	
1.	Położenie i opis nieruchomości	Częścią składową nieruchomości jest wybudowany w roku 1880 budynek dwukondygnacyjny, z poddaszem użytkowym, częściowo podpiwniczony, o łącznej powierzchni 541,39 m^2 . Znajdują się w nim 4 lokale pozostające pustostanami oraz dobudówka. Na terenie nieruchomości zlokalizowane jest także pomieszczenie gospodarcze (kwalifikujące się do rozbiórki). Obiekt wykonany jest w konstrukcji murowanej, ze stropami drewnianymi, kryty blachodachówką. Ślusarka okienna jest wykonana z PCV i drewniana, stolarka drzwiowa - drewniana. W większej części kondygnacji piwnicznej zalega gruz. Nieruchomość nie posiada ogrodzenia, znajduje się w zabudowie zwartej, w bezpośrednim otoczeniu zabudowy wielorodzinnej z lokalami użytkowymi na parterze. Dojazd do budynku zapewniony jest od strony ulicy Londzina oraz od zaplecza, gdzie zabezpieczony jest służebnością gruntową, szczegółowo opisaną w dziale I-SP księgi wieczystej prowadzonej dla nieruchomości. Budynek wyposażony jest w instalacje : elektryczną, wodnokanalizacyjną, gazową, ogrzewanie piecowe, etażowe gazowe, lokale na parterze nie posiadają ogrzewania. Ogólny stan techniczny zabudowań, określa się jako zły. Budynek figuruje w gminnej ewidencji zabytków. Nabywca nieruchomości odpowiada za samodzielne zapoznanie się ze stanem prawnym i faktycznym nieruchomości oraz jej aktualnym sposobem zagospodarowania. Rozpoznanie wszelkich warunków faktycznych i prawnych niezbędnych do realizacji planowanego zagospodarowania nieruchomości, leży w całości po stronie nabywcy i stanowi obszar jego ryzyka. Na nieruchomości mogą się znajdować sieci lub strefy ochronne sieci zlokalizowanych na nieruchomościach przyległych, a nie opisane przez gestorów. Nabywca winien dokonać identyfikacji sieci lub stref ochronnych we własnym zakresie, zaś ewentualne ograniczenia, utrudnienia lub koszty mogące wyniknąć dla nabywcy z istnienia tych sieci lub stref ochronnych, obciążają ryzyko nabywcy i nie stanowią wady nieruchomości. Nabywca nieruchomości zobowiąże się do jej zagospodarowania zgodnie z wytycznymi obowiązującego dla obszaru nieruchomości planu zagospodarowania przestrzennego miasta Racibórz.
2.	Oznaczenie geodezyjne	Nieruchomość gruntowa zabudowana, oznaczona ewidencyjnie: **nr 5140/11 i nr 5143/11** k.m. 4 obręb Racibórz o powierzchni łącznej **0,0442 ha**
3.	Numer księgi wieczystej	**GL1R/00039492/4**
4.	Forma zbycia nieruchomości	trzeci, publiczny przetarg ustny, nieograniczony.
5.	Cena wywoławcza netto	**490 000,00 zł**
6.	Termin i miejsce przetargu	**25 listopada 2026 r., godz. 10^{00}**, w sali nr 125 Urzędu Miasta Racibórz, ul. Króla Stefana Batorego 6.
7.	Wadium	**49 000 zł**, winno być uznane na rachunku gminy **do 18 listopada 2026r.**
8.	Przeznaczenie w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego	Teren zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej oraz we fragmencie , teren dróg publicznych klasy dojazdowa. Na działkach wrysowano granicę strefy B ingerencji konserwatorskiej . Ustalenia ogólne i szczegółowe, zawarte są w powołanej uchwale o planie miejscowym.
9.	Miejsce wywieszenia ogłoszenia o przetargu	Tablica ogłoszeń Wydziału Gospodarki Nieruchomościami, usytuowana w budynku Urzędu Miasta Racibórz, II piętro
10.	Miejsce publikacji ogłoszenia o przetargu	Biuletyn Informacji Publicznej Urzędu Miasta Racibórz pod adresem www.bipraciborz.pl, zakładka Rejestry/Rejestr przetargów nieruchomości/Ogłoszenia o przetargach/Sprzedaż; strona internetowa Urzędu Miasta Racibórz www.raciborz.pl, podstrona Urząd, zakładka Baza nieruchomości
11.	Dane teleadresowe, pod którymi można uzyskać szczegółowe informacje dotyczące przetargu	Urząd Miasta Racibórz, ul. Króla Stefana Batorego 6, Wydział Gospodarki Nieruchomościami, pokój 217, tel. 32 755 06 70, e-mail: gn4@um.raciborz.pl

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453763

W Sądzie Rejonowym Gdańsk-Południe w Gdańsku toczy się pod sygn. XII Ns 112/23 postępowanie w sprawie z wniosku Open Retail Niestandaryzowanego Funduszu Inwestycyjnego Zamkniętego Wierzytelności o stwierdzenie nabycia spadku po Krzysztofie Marku Rylskim zmarłym w dniu 26 września 2020 r. w Gdańsku, mającym ostatnie miejsce zwykłego pobytu w Gdańsku Sąd wzywa spadkobierców Krzysztofa Marka Rylskiego, aby w ciągu 3 miesięcy od dnia publikacji ogłoszenia zgłosili i udowodnili nabycie spadku, gdyż w przeciwnym razie mogą być pominięci w postanowieniu o stwierdzeniu nabycia spadku.

1 RP

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453786

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGACH NA SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI

BURMISTRZ PRUDNIKA

ogłasza przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż n/w nieruchomości, który odbędzie się w dniu **02 grudnia 2026 r. o godzinie 10^{00}** w Urzędzie Miejskim w Prudniku przy ul. Kościuszki 3, pokój nr 117.

I. Przetarg po raz pierwszy:
1. Nieruchomość niezabudowana położona w Prudniku przy ul. gen. Stanisława Maczka:
1) Nieruchomość oznaczona w ewidencji gruntów i budynków jako działka nr **4370** – obręb Prudnik (Bp, RIIIa), KW OP1P/00009191/4 – właściciel Gmina Prudnik.
2) Powierzchnia nieruchomości: **0,6832 ha**.
3) Cena wywoławcza nieruchomości wynosi: **950.000,00 zł brutto**.
4) Wysokość wadium: 95.000,00 zł, termin wpłaty: do dnia 25 listopada 2026 r.

Za datę wniesienia wadium uważa się datę wpływu środków pieniężnych na rachunek Gminy Prudnik: **Nr 46 8905 0000 2001 0000 0215 0108 Bank Spółdzielczy w Prudniku**. Ogłoszenie o wymienionym w niniejszym wyciągu przetargu zostało wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Prudniku, ul. Kościuszki nr 3, 48-200 Prudnik i opublikowane na stronie Biuletynu Informacji Publicznej (BIP) www.bip.prudnik.pl, oraz w serwisie internetowym www.otoprzetargi.pl.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargów można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Prudniku ul. Kościuszki nr 3, 48-200 Prudnik, w Wydziale Mienia Gminy i Gospodarki Przestrzennej, pok. nr 23, tel. 77/4066249.

eprasa.pl 1d493a40cf



• **17 września 2023 roku, Lampedusa. Migranci gromadzą się w punkcie recepcyjnym przed wizytą przewodniczącej Komisji Europejskiej Ursuli von der Leyen i premier Włoch Giorgii Meloni** FOT. REUTERS / YARA NARDI

Włosi: Migranci to zagrożenie

Nauczycielka uratowana przez Kongijczyka nadal chce odsyłania „obcych", lekarzy pomagających migrantom uznano za grupę przestępczą, rząd zapowiada limit dzieci cudzoziemskich w szkołach i zakaz noszenia burek, których nikt nie nosi.

Bartosz Hlebowicz

Rzym, 18 września. Trzynastolatek wszedł rano do klasy, prysnął nauczycielce w twarz gazem pieprzowym i zaatakował trzy razy nożem o długości 20 cm. Na głowie miał kask rowerowy z przytwierdzonym smartfonem, którym nagrywał całe zdarzenie. Przed zadaniem kolejnych ciosów chłopaka powstrzymał inny uczeń, prawdopodobnie ratując nauczycielce życie.

Napastnikiem był Włoch, uchodzący za spokojnego chłopaka, z na pozór dobrej rodziny, wybawcą – imigrant z Konga, mieszkający w rodzinie zastępczej. Ofiarą – 66-letnia nauczycielka włoskiego, historii i geografii, która po całym zajściu bardziej przejęła się napastnikiem i nadal uważa, że imigrantów należy wyrzucać z kraju.

Napastnika i ofiarę łączy nienawiść do „kolorowych"

– Powiedziałabym mu, że go kocham i ogromnie mi przykro, że dopiero teraz zdałam sobie sprawę, jak silne i głębokie było jego cierpienie. Bardzo mi przykro, jeśli odebrał moje rady jako oskarżenia lub kary – mówiła nauczycielka Isabella Marsilio w wywiadzie dla „Repubbliki", dodając, że chciałaby przytulić ucznia, który ją zaatakował.

Wyjaśniła, że tego dnia chłopak miał zaliczać poprawkowo jeden z przedmiotów. Swój czyn zapowiedział w nocy na TikToku, umieszczając swoje zdjęcie w rynsztunku bojowym i podpisem: „Jeszcze pięć godzin".

Według niektórych świadków napastnik miał na sobie koszulkę z napisem „TMD", co oznacza „total muslim death", „śmierć wszystkim muzułmanom". Jak podaje „Repubblica", jedna z hipotez śledczych jest taka, że uczeń działał pod wpływem ideologii suprematystycznej i kontaktom na Telegramie z osobami z zagranicy o podobnych poglądach. W chwili ataku miał przy sobie dwa noże.

W istocie poglądy napastnika i zaatakowanej nauczycielki nie są odległe. Jako zdjęcie profilowe na Facebooku Marsilio ustawiła portret Giorgio Almirantego, jednego z głównych funkcjonariuszy Republiki Salo. Faszyści utworzyli ją na północy kraju z polecenia Hitlera, po tym, jak Italia oficjalnie przeszła na stronę aliantów w 1943 r.

Po wojnie Almirante założył neofaszystowską partię Włoski Ruch Socjalny, z którego wywodzi się dzisiejsze ugrupowanie Bracia Włoscy obecnej premierki Giorgii Meloni. Zmarł w 1988 roku, a kilka miesięcy temu, w rocznicę jego śmierci, Meloni powiedziała o nim: „Postać, która głęboko naznaczyła historię włoskiej prawicy. Zostaną po nim charakter, siła jego przekonań, miłość do Włoch".

Nauczycielka już skasowała konto na FB, ale w sieci krążą zrzuty ekranu z jej wpisami. Na przykład „nostalgia tak ogromna, że chciałoby się żyć tylko wspomnieniami o przeszłości" – to w odpowiedzi na czyjś wpis: „Jakie piękne były Włochy bez imigrantów: społeczeństwo wieloetniczne jest ohydne".

Zwycięstwo AfD w Saksonii-Anhalt komentowała: „Nadzwyczajny wynik".

Zaatakowana nauczycielka podbija posty o „fałszywych uchodźcach"

Tak jak skrajna prawica w Niemczech (we Włoszech zresztą też), Marsilio jest zwolenniczką „reemigracji" – tym sloganem skrajna prawica szerzy nienawiść do obcych, których chce „odesłać do domu". Marsilio podbija posty innych o „fałszywych uchodźcach", którzy „z arogancją żądają wiktu i opierunku, internetu, pieniędzy i kościołów do modlenia się".

„Repubblica" zapytała ją, czy po tym, co się wydarzyło, nie zmieniła swoich poglądów. Nie. Nadal chce odsyłania imigrantów. Jednocześnie powiedziała, że Kongijczyk jest przecież we Włoszech legalnie i należy mu się medal. „Co innego ci, którzy przyjeżdżają tu, by popełniać przestępstwa".

Na pytanie, jak zareagowałaby, gdyby życie uratował jej imigrant bez dokumentów pozwalających na legalny pobyt, odpowiedziała: „Nie byłby moim uczniem, właśnie dlatego, że przebywa nielegalnie".

Nauczycielka mija się tu z prawdą. Według włoskiego prawa wszyscy nieletni, niezależnie od statusu pobytowego, mają obowiązek kształcenia się.

Jednocześnie atak na nauczycielkę jest tragiczny i każe myśleć o kolejnym elemencie „wydarzenia epitomizującego": porażki państwowego systemu edukacji i wychowania obywatelskiego.

To, że osoba o rasistowskich poglądach, marząca o powrocie do czasów Mussoliniego, zajmuje się edukowaniem nastolatków, jest częścią tego samego problemu. Faszyzm we włoskim prawnie nie jest po prostu jedną z równorzędnych idei światopoglądowych, a jego apologia jest zakazana. W przypadku edukatorów antyfaszyzm powinien wręcz być kwestią przyzwoitości.

Włoski rząd zarzuca lekarzom udział w grupie przestępczej

Prawicowy rząd skupiony jest jednak na „walce z imigracją", od lat wmawiając Włochom, że łączy się ona z zagrożeniem. W innym niż bezpieczeństwo kontekście włoska prawica nie potrafi mówić o tym zjawisku. Kryzys imigracyjny w Ceucie wykorzystała do siania paniki, sugerując, że mogą oni dotrzeć na Półwysep Apeniński, w niewyjaśniony sposób przedostając się najpierw do Hiszpanii.

15 września rząd Meloni kolejny raz przedłużył zawieszenie – w stosunku do osób przybywających z Hiszpanii – traktatu z Schengen gwarantującego swobodny przepływ ludności. Na razie ma obowiązywać do końca września – upłyną wtedy dwa miesiące od wybuchu kryzysu, który w żaden sposób nie dotyka Włoch.

Unia Europejska potwierdziła, że żadna z osób, które pod koniec lipca przedostały się do hiszpańskiej eksklawy w Afryce, nie została wpuszczona na kontynent europejski, ale włoskie MSW i tak obawia się „infiltracji terrorystycznych".

Włoski rząd tak bardzo „boi się" migrantów, że prokuratura w Rawennie wszczęła śledztwo w sprawie rzekomej grupy przestępczej wśród lekarzy. Zdaniem śledczych wystawiali oni fałszywe zaświadczenia imigrantom o stanie zdrowia niepozwalającym na pobyt w ośrodkach deportacyjnych (CPR).

Przeprowadzono przeszukania w domach 23 medyków, a czterem zarzuca się udział w siatce przestępczej. „Hersztem" ma być 43-letni Nicola Cocco, lekarz chorób zakaźnych i członek Włoskiego Towarzystwa Medycyny Migrantów. W wywiadzie dla „Domani" opowiada, że „przyszli o świcie, przeszukiwali dom przez 48 godzin". – Nie miałem niczego do ukrycia. 1RP

eprasa.pl 1d493a40cf

Znaleźli to, co powtarzamy od lat: ośrodki CPR są patogenne – mówi Cocco.

Dodaje, że kampania lekarzy przeciw ośrodkom deportacyjnym, uznanym przez różne organizacje za miejsca nieodpowiednie dla ludzi, trwa od dwóch lat i jest publiczna. Wyraża się m.in. w postaci kongresów oraz wykładów na uniwersytetach. Nie potrzebują spiskować potajemnie.

Włochy: Ośrodki detencji to nieformalne więzienia

W opublikowanym na początku tego roku raporcie TAI – Okrągłego Stołu ds. Azylu i Imigracji, czyli sieci organizacji społeczeństwa obywatelskiego zajmującej się ochroną praw migrantów, uchodźców i osób ubiegających się o azyl, włoskie ośrodki deportacyjne „są przestrzeniami zawieszenia podstawowych praw osób migrujących, które muszą zmagać się z systematycznymi warunkami izolacji, przemocy, materialnego upadku, cierpienia fizycznego i psychicznego. Ponadto ich nieefektywność w wykonywaniu nakazów deportacji, do czego miałyby służyć, jest rażąco oczywista".

Rasizmu we Włoszech nie tylko się nie zwalcza, ale niewiele się o nim wie, ponieważ nigdy nie potraktowano go jako poważnego problemu

W takich ośrodkach, do których migranci są kierowani na mocy decyzji administracyjnych, a nie sądowych, niejednokrotnie zdarzają się przypadki samookaleczeń i samobójstw. Przebywające w nich osoby są jak więźniowie – z tą różnicą, że zdecydowana większość nie ma żadnego wyroku. Po prostu oczekują na odesłanie, a kiedy (w ponad 50 proc. przypadków) nie jest ono możliwe, zostają zwolnione.

W „Domani" Cocco mówi, że on i inni lekarze zwyczajnie „ujawniają fakt, że istnieją ośrodki detencyjne dla migrantów, które w międzynarodowej literaturze naukowej określa się jako miejsca stosowania tortur i wywołujące zaburzenia psychiczne".

Wicepremier Matteo Salvini już zażądał wykreślenia z rejestru lekarzy osób, przeciw którym prowadzone jest śledztwo.

Meloni i Salvini walczą z „islamizacją Włoch"

W niedzielę główne partie prawicy przypuściły szturm. W Orvieto, na zjeździe sympatyków Roberto Vannacciego i jego partii Futuro Nazionale głównym gościem był Marc Jongen z AfD, który zapowiedział, że obie bratnie partie za kilka lat będą wspólnie rządzić Europą.

Vannacci chwalił „patriarchat śródziemnomorski" ze swego programu. Jego patronem uczynił postać nieistniejącą, bo mityczną: Odyseusza, bo „pojechał walczyć z obcymi za ojczyznę, nie uległ czarowi Circe i śpiewowi syren, a po powrocie do żony wymordował wszystkich jej zalotników".

Publiczność w Orvieto witała na stojąco i oklaskami niejakiego Gajusza Juliusza Cezara Mussoliniego, urodzonego w Argentynie prawnuka Duce. Wcześniej reprezentował Braci Włoskich, ale ocenił, że partia już nie reprezentuje prawdziwej prawicy, zaś Vannacci jest „świeżym wiosennym powiewem".

Tego samego dnia w Rzymie, na zjeździe Gioventù Nazionale, młodzieżowej przybudówki Braci Włoskich, premier Giorgia Meloni zapowiedziała wprowadzenie dekretu o limicie obcokrajowców w szkołach (maks. 30 proc., „gdy w klasie większość dzieci nie rozumie języka włoskiego, to nie jest to integracja, lecz porzucenie [dziecka]") oraz zakazie noszenie burek przez uczennice.

Burek we włoskich szkołach prawie nikt nie nosi, ale w ogłoszeniu rozprawy z islamizmem to nie przeszkodziło. Meloni nie wyjaśniła, co miałoby się stać z dziećmi wyrzuconymi ze szkół w dzielnicach zdominowanych przez osoby imigranckie.

Równolegle na zjeździe Ligi w Pontidzie, w Lombardii, wicepremier Matteo Salvini zapowiedział „nie" dla nowych meczetów oraz nakaz modlenia się po włosku w już istniejących. – Zagrożeniem nie są czołgi sowieckie, lecz fanatyzm i ekstremizm islamski – perorował.

Włoski rząd nie prowadzi statystyk na temat dyskryminacji rasowej

W 2013 r. kolega partyjny Salviniego Roberto Calderoli porównał ówczesną minister ds. integracji, czarnoskórą Cécile Kyenge, do orangutana. Dzisiaj Calderoli jest ministrem w rządzie Meloni. Rasistowskie grepsy nie niszczą nikomu kariery politycznej we Włoszech.

W 2023 r. wtedy jeszcze szerzej nieznany gen. Vannacci napisał w wydanej własnym sumptem książce, że czarnoskóra siatkarka Paola Egonu „nie reprezentuje włoskości" i jej „cechy somatyczne nie są włoskie".

Zachwycony „przemyśleniami" Vannacciego Salvini natychmiast wciągnął go do swojej partii, Ligi. Dzisiaj Vannacci popularnością przebił Salviniego i ma własną partię, w której bez żenady głosi slogany faszystowskie i rasistowskie. Powtarza, jak Salvini, że Włochom i Europie zagraża nie inwazja rosyjska, lecz imigrantów.

Gdy Egonu (urodzona we Włoszech, rodzice pochodzą z Nigerii) publicznie oświadczyła, że Włochy są krajem rasistowskim, internet zalały tysiące komentarzy włoskich „patriotów". „Jeśli nie podoba ci się ten kraj, zmień go", „Skopałabym jej tyłek", „Wygląda jak koń. A nie, jest tylko czarna", „Supermistrzyni w pluciu do talerza, z którego jest karmiona", „Małpa!"...

Na stronie rządowego Biura ds. Przeciwdziałania Dyskryminacji Rasowej nie ma żadnych statystyk dotyczących przypadków rasizmu i dyskryminacji we Włoszech. Raport Europejskiej Komisji przeciwko Rasizmowi i Nietolerancji z 2024 r. podkreślał, że Włochy nie dysponują skutecznym systemem prewencji, rejestrowania i ścigania przestępstw na tle nienawiści rasowej.

Rasizmu we Włoszech nie tylko się nie zwalcza, ale niewiele się o nim wie, ponieważ nigdy nie potraktowano go jako poważnego problemu".

Socjologowie i psycholodzy od lat próbują wyjaśnić zjawisko strachu przed imigrantami, przypominając, że budowanie łatwych dychotomii jest fałszywą drogą budowania narodowej tożsamości, podsycaną przez media i polityków.

Napastnik nie pójdzie siedzieć

Lekarze są kolejną grupą, którą jako wroga wskazał rząd Meloni. Wcześniej zbiorowym wrogiem premier i jej ministrów byli sędziowie, którzy odmawiali zatwierdzania wysyłania imigrantów od ośrodków w Albanii.

Dziś potomkowie ideologiczni Mussoliniego już nie negują demokracji, ale wciąż mogą liczyć na sojuszników we włoskim społeczeństwie, bo wzbudzanie strachu przed obcymi cały czas jest tutaj skutecznym narzędziem walki politycznej.

Napastnik z rzymskiej szkoły nie pójdzie do więzienia – minimalny wiek karalności we Włoszech to 13 lat. Możliwe, że zostanie umieszczony w placówce wychowawczej.

Chłopak z Konga siedział w ostatniej ławce w klasie, ale jako pierwszy rzucił się na pomoc nauczycielce. Gdy zablokował rękę napastnika, do akcji ratunkowej przyłączyli się inni uczniowie. Rzymski dziennik „Messaggero" ustalił, że chłopak przybył do Włoch dwa lata temu na łodzi, przez Morze Śródziemne, prawdopodobnie wyruszając z innymi imigrantami z Libii. Do szkoły średniej w Rzymie chodzi od roku. Gdy zaczął naukę, poprosił o dodatkowe książki – poza podręcznikami – do nauki włoskiego. Jego średnia ocen u nauczycielki, która została zaatakowana, to 8 (w szkołach włoskich najwyższa ocena to 10).

Program walki z uczniami obcego pochodzenia Meloni ogłosiła dwa dni po wypadkach w rzymskiej szkole. ●

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453452

WYCIAG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Burmistrz Polic

ogłasza pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości zabudowanej, położonej przy ul. Wojska Polskiego 83 w Policach

POŁOŻENIE NIERUCHOMOŚCI	NUMERY DZIAŁEK	POWIERZCHNIA	CENA WYWOŁAWCZA (sprzedaż zwolniona z podatku VAT)	WADIUM	MIN. POSTĄPIENIE
obręb nr 10-Police gmina Police	**3039/1 3039/3**	0,3135 ha	720 000,00 zł	36 000,00 zł	10 000,00 zł

Dla ww. nieruchomości prowadzona jest księga wieczysta nr SZ2S/00034718/2.

1. Opis nieruchomości:

Nieruchomość składa się z dwóch działek: nr 3039/1 o powierzchni 0,2032 ha, oznaczonej klasoużytkiem – Bi, tj. inne tereny zabudowane i nr 3039/3 o powierzchni 0,1103 ha, oznaczonej klasoużytkiem – Bp, tj. zurbanizowane tereny niezabudowane lub w trakcie zabudowy. Działki o korzystnym, foremnym kształcie, teren płaski, ogrodzony, częściowo utwardzony przy budynkach. Nieruchomość, w części o funkcji zieleni, porośnięta jest starodrzewem, samosiejkami krzewów oraz naturalną zielenią niską. Na terenie nieruchomości przebiega instalacja wody, elektroenergetyczna, kanalizacyjna i telefoniczna. W najbliższym otoczeniu dominuje zabudowa mieszkaniowa wielorodzinna, uzupełniona budynkami jednorodzinnymi i usługowymi. Nieruchomość posiada bezpośredni dostęp do drogi publicznej oznaczonej w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego symbolem 01 KG – ulica główna, istniejącą droga powiatowa.

W południowo-zachodniej części nieruchomości usytuowany jest wolnostojący, dwukondygnacyjny z częściowo użytkowym poddaszem i częściowo podpiwniczony, budynek dawnego kina, ostatnio pełniący funkcję klubu rozrywkowego, od 2010 r. nieużytkowany. Budynek wybudowany w technologii tradycyjnej w 1920 r. Obecnie budynek oznaczony jest w ewidencji gruntów jako pozostały budynek niemieszkalny, ujęty w Gminnej Ewidencji Zabytków pod numerem GEZ-481. W obiekcie znajduje się duże pomieszczenie o wysokości dwóch kondygnacji z antresolami po trzech stronach i położoną centralnie sceną z zapleczem technicznym. Obiekt posiadał także pomieszczenia przystosowane do funkcji gastronomicznej, pomieszczenia biurowe, magazynowe oraz kilka węzłów sanitarnych. Konstrukcja: fundamenty – ławy żelbetowe, ściany z cegły pełnej, działowe z płyt g-k, strop nad piwnicą odcinkowy na belkach stalowych, pozostałe stropy drewniane, dach – konstrukcji drewnianej, w części frontowej kryty dachówką, w pozostałej części kryty papą; schody drewniane, elewacja: tynk cementowo-wapienny; instalacje: elektryczna, wodociągowa, kanalizacji sanitarnej, centralnego ogrzewanie – wszystkie odcięte. Stan techniczny budynku pogorszony, wymaga pilnego remontu. Powierzchnia użytkowa budynku, bez piwnic i poddasza wynosi: 814,55 m^2.

W północnej części działki nr ewid. 3039/1 usytuowany jest wolnostojący, parterowy, niepodpiwniczony budynek gospodarczy, o powierzchni użytkowej 62,08 m^2, wybudowany w technologii tradycyjnej w 1920 r., obecnie oznaczony w ewidencji jako budynek usługowo-handlowy, stan techniczny budynku pogorszony.

1. Przeznaczenie nieruchomości i sposób zagospodarowania:

Zgodnie z Uchwałą Nr XXXIX/301/01 Rady Miejskiej w Policach z dnia 28 czerwca 2001 r. w sprawie zmian w planie miejscowym zagospodarowania przestrzennego miasta Police, dla obszaru położonego na południe od ulic: Grunwaldzka, Goleniowska i na wschód od linii kolejowej Szczecin – Trzebież, tzw. „Police – Wschód" (Dz. Urzęd. Woj. Zachodniopomorskiego z 2001 r. Nr 28, poz. 600), działki znajdują się:

- działka nr **3039/1 (o powierzchni 0,2032 ha)** znajduje się w obrębie terenu elementarnego oznaczonego na planie symbolem **0 1 U, MN – podwydzielenie 1.2 i 1.4**, tj.: zabudowa mieszkaniowa w typie zabudowy istniejącej (w rozumieniu planu) z zabudową usługową nieuciążliwą o charakterze publicznym oraz w części jako zieleń parkowa;
- działka nr **3039/3 (o powierzchni 0,1103 ha)** znajduje się w obrębie terenu elementarnego oznaczonego na planie symbolem **0 1 U, MN – podwydzielenie 1.4**, tj.: zieleń parkowa.

Teren objęty strefą „W III" ograniczonej ochrony konserwatorskiej.

Przetarg odbędzie się w dniu 2 grudnia 2026 r. o godzinie 10^{00} w siedzibie Urzędu Miejskiego w Policach, ul. Stefana Batorego 3 (I piętro, sala konferencyjna – pok. nr 32).

Ogłoszenie wywieszono na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Policach przy ul. Stefana Batorego 3 i ul. Bankowej 18.

Pełna treść ogłoszenia dostępna jest również na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Policach (www.police.pl) i Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Police.

Informacje na temat przetargu i zbywanej nieruchomości można uzyskać w Wydziale Gospodarki Gruntami Urzędu Miejskiego w Policach przy ul. Bankowej 18, pok. 216, 211 lub telefonicznie pod numerami 91-43-118-96, 91-43-118-91.

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453513

Burmistrz Brzeska

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Brzesku przy ul. Głowackiego 51, a także w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Brzesko, zostało podane do publicznej wiadomości

ogłoszenie o organizowanym pierwszym publicznym nieograniczonym przetargu ustnym

na zbycie prawa użytkowania wieczystego nieruchomości gruntowej położonej w Brzesku na „Pomianowskim Stoku", objętej księgą wieczystą numer TR1B/00065482/4, będącej do dnia 26.09.2089 r. w użytkowaniu wieczystym Gminy Brzesko oraz prawo własności nieruchomości gruntowej położonej w Brzesku na „Pomianowskim Stoku", objętej księgą wieczystą numer TR1B/00051588/6, oznaczonych numerami ewidencyjnymi działek według poniższego wykazu:

Lp.	Numer działki ewidencyjnej	Powierzchnia działki [ha]	**Łączna cena wywoławcza gruntu netto [zł]**	Wysokość wadium wniesionego w pieniądzu [zł]
1.	1411/438	1,0425	2 620 800,00 zł	350 000,00 zł
2.	1411/436	0,0466		
3.	1411/443	0,0029		
Do ceny osiągniętej w przetargu doliczony zostanie podatek VAT według stawki obowiązującej w dacie sprzedaży. Obecna stawka podatku VAT wynosi 23 %.				

Przetarg odbędzie się w dniu 27 listopada 2026 r. o godz. 10.00 w siedzibie Urzędu Miejskiego w Brzesku, powiat brzeski, woj. małopolskie, przy ul Głowackiego 51 w sali obrad.

Wadium należy wpłacić w takim terminie, aby w dniu 19 listopada 2026 r. cała kwota znajdowała się na rachunku bankowym Urzędu Miejskiego w Brzesku numer 18 85910007 0100 0902 1786 0006 prowadzonym przez Krakowski Bank Spółdzielczy Oddział Szczurowa. Przy dokonywaniu wpłaty należy podać numer działki ewidencyjnej na którą wpłacono wadium. Brak tej informacji będzie skutkować niedopuszczeniem oferenta do przetargu. Przedmiotowe działki zostały przeznaczone do zbycia Zarządzeniem Burmistrza Brzeska numer 181/2026 z dnia 9 lipca 2026 r.

Szczegółowe informacje na temat przetargu i regulaminu przetargu można uzyskać w Wydziale Geodezji i Zarządzania Mieniem Urzędu Miejskiego w Brzesku, ul. Głowackiego 51, woj. małopolskie, w godz. 7^{30} do 15^{30} pokój 119, tel. 14 68 65 155 wew. 255. Ponadto treść ogłoszenia, oświadczenia i regulaminu przetargu są udostępnione na stronie internetowej pod adresem www.brzesko.pl.

eprasa.pl 1d493a40cf



• **Do sezonu grzewczego przygotowuje się 2,8 mln Polaków korzystających z węgla**
FOT. JAKUB PORZYCKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Polacy kupują węgiel na zimę. Z Kazachstanu i Kolumbii

– Mamy tylko węgiel z Kazachstanu – 2,1 tys. zł za tonę. Byłby tańszy, ale droga ropa podnosi ceny dowozu – słyszymy w składzie opału niedaleko Warszawy. Węgiel trafił do Gdańska z rosyjskiego portu Ust-Ługa, bo w sankcjach na Rosję zrobiono wyjątek.

Ireneusz Sudak

Karolinka Błękitny węgiel groszek 5 – brak. Węgiel orzech – Murcki-Staszic – brak. Węgiel kostka – Sośnica – brak. To komunikaty ze strony Polskiej Grupy Górniczej, gdzie za opał można płacić w ratach.

Choć innych sortymentów nie brakuje, to krajowe kopalnie nie byłyby w stanie zaspokoić popytu na węgiel dla gospodarstw domowych. Zadzwoniliśmy do kilku składów węgla w różnych częściach Polski. Okazuje się, że dominuje węgiel z Kazachstanu, sprowadzany dzięki transportom z... Rosji.

Węgiel z Kazachstanu płynie do nas z Rosji

Do sezonu grzewczego przygotowuje się 2,8 mln Polaków korzystających z węgla. Wraz z pierwszymi chłodami w składach zrobiło się tłoczno. Opału na razie nie brakuje, ale ceny wyraźnie rosną, a w koszty transportu uderza droga ropa naftowa.

– Aktualnie mamy ceny 2,1 tys. zł za orzech luzem. 2,5 tys. zł za pakowany. Kazachstan, u nas innego nie ma. Ceny rosną i niedawno przekroczyły te 2 tys. zł – mówi sprzedawca na składzie opału w okolicach Bartoszyc.

Skąd takie ceny? Czy węgla nie zabraknie, słyszałem, że niektórzy ostrzegają, że może być ciężko – dopytuję. – Poprzednia zima była mroźna i prawda jest taka, że ludzie powypalali zapasy, więc teraz faktycznie kupują więcej. Także węgiel jest, ale drożeje. To, co podnosi ceny, to transport. Przy cenie diesla 9 zł koszty jednak rosną i to widać. – słyszę.

Wykręcam numer do kolejnego składu, tym razem do podwarszawskich Otrębusów. – Mamy węgiel z Kazachstanu. Cena za kostkę 2 tys. zł za tonę, taki trochę grubszy jak mandarynka – 1,9 tys. zł za tonę. Raczej nie zabraknie – wymienia sprzedawca. Zapytany o jakość opału uspokaja: – Jest bardzo dobry, klienci w ogóle się nie skarżą.

Dzwonię w okolice Nowego Sącza. Tutaj sytuacja jest już inna, bo oprócz węgla z Kazachstanu jest też krajowy. – Węgiel jest, różne rodzaje. Mamy orzech w cenie 1,65 tys. zł za tonę, kostkę za 1,7 tys. zł z tonę – to krajowy węgiel z Janiny – mówi mi sprzedawczyni.

Janina to kopalnia węgla w Libiążu niedaleko Chrzanowa należąca do Południowego Koncernu Węglowego, który został wyodrębniony z energetycznej grupy Tauron.

A węgiel z Kazachstanu? – Z Kazachstanu też mamy, ale mniejszy, groszek – 1,7 tys. zł za tonę.

Padają rekordy importu węgla

Widać, że tak jak w latach poprzednich, na rynku węgla dla gospodarstw domowych są duże różnice: centrum i północ kraju korzysta z węgla z importu, południe ma dostęp do węgla krajowego – jak pokazał przykład, węgiel krajowy może być tańszy niż ten kazachski, ale to zależy od konkretnej oferty na składzie.

Ponieważ nierentowne polskie kopalnie nie są w stanie zaspokoić krajowego popytu, do czasu wybuchu wojny w Ukrainie Polacy kupowali węgiel importowany z Rosji. Tuż po wybuchu wojny rząd PiS wprowadził zakaz importu, a z czasem w miejsce rosyjskiego pojawił się kazachski – który jednak i tak musi przejechać przez Rosję.

W pierwszym półroczu importerzy sprowadzili do Polski 3,06 mln ton węgla energetycznego – to o 168 proc. więcej niż w pierwszych sześciu miesiącach 2025 roku

Jak wynika z danych Agencji Rozwoju Przemysłu, w pierwszym półroczu importerzy sprowadzili do Polski 3,06 mln ton węgla energetycznego – to o 168 proc. więcej niż w pierwszych sześciu miesiącach 2025 roku. Dominują dwa kierunki: węgiel z Kazachstanu (1,9 mln ton) i Kolumbii (1 mln ton).

Jak ten węgiel trafia do Polski? Kazachstan korzysta z rosyjskiej infrastruktury kolejowej. Urobek np. z zagłębia karagandyjskiego trafia do węglarek, a stamtąd koleją przez całą Rosję aż do portu Ust-Ługa nad Bałtykiem albo do Noworosyjska nad Morzem Czarnym, a stamtąd już prosto do Unii Europejskiej. Do Gdańska przypływają statki z kazachskim węglem odprawianym w rosyjskim porcie Ust-Ługa.

Węgiel z Kazachstanu ma wyjątek w rosyjskich portach

Jest to możliwe dzięki wyłomowi w sankcjach. Unia Europejska zgodziła się na wyjątek w sankcjach, umożliwiając Kazachstanowi eksport węgla przez rosyjskie porty. Decyzja ta ma na celu wsparcie handlu z Kazachstanem, który jest jednym z głównych dostawców węgla do UE.

W lutym 2025 roku szesnasty pakiet sankcji UE wprowadził zakaz transakcji obejmujących określone rosyjskie porty, np. Primorsk w obwodzie królewieckim, Ust-Ługę czy Noworosyjsk nad Morzem Czarnym.

Szybko się jednak zorientowano, że Europa potrzebuje jednak węgla – jeśli nie z Rosji to z Kazachstanu – i trzeba umożliwić jego import.

Dlatego Kazachstan w porozumieniu z Komisją Europejską rozwodnił przepisy, tak by dopuszczono transporty z wybranych rosyjskich portów. To wyraźny ukłon w stronę Polski i Niemiec – to jedyne w UE kraje, które na dużą skalę importują węgiel – Niemcy (według danych organizacji Euracoal) sprowadziły go w ubiegłym roku 24,8 mln ton.

Import węgla z rosyjskich portów jest możliwy, ale tylko jeśli ów węgiel jest faktycznie z Kazachstanu, właścicielem ładunku musi być podmiot niebędący rezydentem kraju objętego sankcjami, a porty mogą być wykorzystywane wyłącznie do celów tranzytu, załadunku lub wysyłki – bez dokonywania zakupu ani produkcji towarów na ich terenie.

– W okresie od stycznia do lipca 2026 r. odnotowano znaczny wzrost przeładunku kazachskiego węgla w rosyjskich portach, co było możliwe dzięki porozumieniom kolejowym oraz wyłączeniom spod sankcji dla transportu tranzytowego – potwierdza kazachskie Ministerstwo Handlu.

Według rządu w Astanie do sierpnia tego roku przeładunek węgla z Kazachstanu w rosyjskich portach wzrósł do 7,9 mln ton, czyli o 26 proc. licząc rok do roku.

Co z węglem na zimę? Prezes ostrzega, minister uspokaja

Według Forum Energii gospodarstwa domowe zużywają rocznie ok. 5,7 mln ton węgla – nie wiadomo, ile z tych ton to węgiel zagraniczny.

Jak wynika ze statystyk, importerami są niezależne przedsiębiorstwa handlowe – nie jest to ani energetyka zawodowa, ani żadne spółki Skarbu Państwa. Od lat firmy kupują tylko węgiel polski – ale odbiorcy indywidualni to co innego.

Jeśli chodzi o zapotrzebowanie na węgiel w kraju, rok 2026 jest trochę inny niż poprzednie i taka sytuacja powtarza się cyklicznie co kilka lat. Jeszcze w grudniu rozmowy z energetyką przebiegały w duchu, że nie będzie potrzeba aż tyle węgla, jak wcześniej zaplanowano. Jednak dzisiaj okazuje się, że potrzeba go dużo więcej. Nastąpiła zatem diametralna zmiana zapotrzebowania. W Polskiej Grupie Górniczej wydobędziemy o ponad 1 mln t węgla energetycznego więcej niż planowano, mimo iż spółka jest w procesie restrukturyzacji – mówił w swoim wystąpieniu prezes PGG.

Dla porównania polskie kopalnie wydobyły w ubiegłym roku nieco ponad 42 mln ton i nie byłyby w stanie zaspokoić popytu krajowego: zużycie węgla w Polsce jest o ok. 8-10 mln ton wyższe niż krajowa produkcja..

– Czy tej zimy zabraknie nam węgla? Moim zdaniem podczas mroźnej zimy zabraknie lub będzie niedobór surowca – powiedział podczas XXX Forum Ciepłowników w Międzyzdrojach prezes Orlen Termiki Andrzej Gajewski. – Będziemy jechać po dnie – dodał. Forum odbywało się w dniach od 13 do 16 września 2026 r. w Międzyzdrojach i wkrótce potem Gajewski stracił swoje stanowisko.

– Analizy nie wskazują obecnie na ryzyko niedoboru węgla w sezonie zimowym – poinformował we wtorek minister aktywów państwowych Wojciech Balczun. ●

1 RP

eprasa.pl 1d493a40cf

UE chce rozszerzyć ETS

Nie o taką reformę ETS chodziło europejskiemu przemysłowi i energetyce. UE chce objąć opłatami nową kategorię instalacji – tych, które produkują ciepło z miejskich odpadów.

Ireneusz Sudak



• **Rzeszów, spalarnia śmieci** FOT. GRZEGORZ BUKALA / AGENCJA WYBORCZA.PL

Pieluchy, środki higieniczne, fusy po kawie i wszystko to, czego nie da się poddać recyklingowi (np. tłusty papier), składowane było kiedyś na wysypiskach śmieci. Odpady te można zamienić w energię. Jednak ciepłownicy i samorządowcy ostrzegają, że produkcja energii z odpadów miejskich będzie oznaczać podwyżki cen ciepła. Wszystko za sprawą propozycji Komisji Europejskiej.

Reforma ETS – nowe propozycje Komisji

System ETS, czyli opłaty za emisję CO2, podnosi ceny energii i produktów wytwarzanych z paliw kopalnych. To bodziec finansowy, który ma zachęcać całe gałęzie gospodarki do transformacji energetycznej i odchodzenia od węgla i gazu. Nie chcesz płacić za CO2? Korzystaj z wiatru czy fotowoltaiki.

Pieniądze płacone za CO2 wracają do gospodarki i zasilają budżet państwa. Bilans, jak podał Instytut Reform, jest jednak ujemny – polskie firmy zapłaciły za uprawnienia do emisji 13-27 mld zł więcej, niż bezpośrednio wróciło do kraju.

Dlatego przemysł i politycy głośno krytykują ETS, w którym cena jednej tony CO2 to 80 euro. Namawiają do reformy w imię ochrony europejskiego przemysłu. Propozycje nie są rewolucyjne (nie ma mowy o zawieszeniu czy likwidacji ETS), ale mają rozszerzyć system: od 2028 r. ma wejść w życie ETS2, czyli opłaty za paliwa i ogrzewanie domów paliwami kopalnymi.

Ale to nie koniec, ponieważ Komisja Europejska chce stopniowo, od 2031 r., obejmować ETS-em nową kategorię: instalacje termicznego przetwarzania z odzyskiem energii, zwane potocznie spalarniami śmieci.

Ceny wzrosną?

O tym, że to zły kierunek, alarmuje Związek Województw RP.

– Zarząd Związku Województw Rzeczypospolitej Polskiej sprzeciwia się planowanemu objęciu instalacji termicznego przekształcania odpadów komunalnych systemem EU ETS. Samorządy województw wskazują, że rozwiązanie może doprowadzić do wzrostu kosztów zagospodarowania odpadów i cen ciepła systemowego, a ostatecznie zwiększyć wydatki ponoszone przez mieszkańców – ostrzegają samorządowcy.

– Nie kwestionujemy potrzeby prowadzenia ambitnej polityki klimatycznej. Musi ona jednak uwzględniać realne skutki społeczne i ekonomiczne podejmowanych decyzji. Objęcie spalarni odpadów systemem ETS oznacza dodatkowe koszty, które ostatecznie mogą ponieść mieszkańcy – zarówno w opłatach za odpady, jak i rachunkach za ciepło. Koszty polityki klimatycznej nie mogą być przerzucane na gospodarstwa domowe – mówi Olgierd Geblewicz, prezes Związku Województw RP.

Wcześniej przed rozszerzeniem ETS ostrzegała Krajowa Izba Gospodarki Odpadami (KIGO). Wskazywała, że ETS może podnieść opłaty za odbiór śmieci i cen ciepła (ze spalarni) nawet o ponad 50 proc., co uderzy w mieszkańców i samorządy.

Samorządy zwracają uwagę, że problem jest szczególnie istotny w sytuacji, gdy już obecnie rosną koszty odbioru, transportu i zagospodarowania odpadów komunalnych.

Jak wynika z danych GUS, tylko w 2025 r. opłaty za wywóz śmieci wzrosły średnio o 11,6 proc.

Polskie miasta inwestowały w spalarnie

Jeszcze kilka lat temu w Polsce 43 proc. odpadów trafiało na wysypiska. W Niemczech, Szwecji czy Holandii był to zaledwie 1 proc. Teraz zaczynamy zarządzać tymi odpadami.

KIGO ostrzega też, że to, czego spalarnie nie spalą, zgnije na wysypiskach, jeszcze bardziej zatruwając środowisko i wydzielając metan, który dużo bardziej przyczynia się do ocieplenia klimatu niż CO2. Samorządy apelują, aby przy podejmowaniu decyzji uwzględniono nie tylko cele klimatyczne, lecz także społeczne i ekonomiczne skutki zmian.

Co z tym zrobić? Zarząd Związku Województw RP wnosi o podjęcie działań w trwającym procesie legislacyjnym. Wezwano do wykreślenia regulacji przewidujących objęcie instalacji termicznego przekształcania odpadów komunalnych systemem ETS.

Jak podaje PAP, wiceminister klimatu Krzysztof Bolesta zapowiedział, że Polska będzie się sprzeciwiać objęciu spalarni systemem ETS, ale nie wiadomo, czy Warszawie uda się zablokować przepisy.

W Polsce działa 11 spalarni i współspalarni odpadów, m.in. w Rzeszowie, Krakowie, Koninie, Szczecinie, a od niedawna też w Warszawie. To bardzo nowoczesne instalacje wyposażone w najwyższej klasy filtry, dzięki czemu nie emitują dymu ani odoru. ●

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453501

W Sądzie Rejonowym w Raciborzu w sprawie **I Ns 173/26** z wniosku Gminy Racibórz toczy się postępowanie o stwierdzenie na jej rzecz zasiedzenia nieruchomości położonej w Raciborzu, składającej się z działek nr 107 i 108,dla której Sąd Rejonowy w Raciborzu prowadził wykaz nr 596 Ostróg.

Sąd wzywa osoby zainteresowane aby w terminie 3 miesięcy od daty publikacji ogłoszenia zgłosili i udowodnili swoje uprawnienia do nieruchomości, gdyż w przeciwnym razie Sąd stwierdzi zasiedzenie, o ile zostanie udowodnione.

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY 34453866

GAZETA wyborcza

DLA FIRM, URZĘDÓW I INSTYTUCJI

Przetargi,
licytacje,
zamówienia publiczne

Ogłoszenia
sądowe i rekrutacyjne

Nekrologi,
kondolencje,
wspomnienia

KONTAKT:
kontakt_komunikaty@wyborcza.pl,
tel. 507 094 232
nekrologi@wyborcza.pl,
tel. 22 555 55 55

Komunikaty.pl

nekrologi.wyborcza.pl

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453175

WYCIAG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Burmistrz Polic

ogłasza pierwszy przetarg ustny nieograniczony na **sprzedaż** zabudowanej części nieruchomości gruntowej położonej przy ulicy Polnej nr 42 w Trzebieży, w obrębie ewidencyjnym Trzebież 2, gmina Police:

NUMER DZIAŁKI	POWIERZCHNIA	CENA WYWOŁAWCZA	WADIUM	MINIMALNE POSTĄPIENIE
210/4	1058 m²	520 000,00 zł *(sprzedaż zwolniona z podatku VAT)*	26 000,00 zł	6 000,00 zł

Dla ww. działki prowadzona jest księga wieczysta numer **SZ2S/0002987/5.**

Opis nieruchomości:
Działka nr ewid. 210/4 z obrębu Trzebież 2 położona jest przy ul. Polnej nr 42 w Trzebieży, przy drodze urządzonej z pełnym dostępem do infrastruktury. Najbliższe sąsiedztwo stanowią budynki mieszkalne jednorodzinne, tereny leśne, tereny zagospodarowane i w trakcie zagospodarowywania. Teren jest płaski o kształcie zbliżonym do prostokąta. Nieruchomość posiada bezpośredni dostęp do drogi publicznej, tj. ul. Polnej. W ewidencji gruntów i budynków działka oznaczona jest symbolem klasoużytku Br-RV, tj. grunty rolne zabudowane.
Budynek podłączony jest do miejskiej sieci kanalizacji sanitarnej z przyłączem zlokalizowanym na działce sąsiedniej oznaczonej nr 210/3 z obrębu Trzebież 2. Właścicielem działki nr 210/3 jest Gmina Police i działka przeznaczona jest do sprzedaży. Nowy nabywca działki nr 210/3 zobowiązany będzie ustanowić na rzecz każdoczesnego właściciela działki nr 210/4 bezpłatną służebność gruntową polegająca na prawie dostępu i obsługi urządzenia znajdującego się na działce nr 210/3 w części nieruchomości, która stanowi drogę dojazdową.
Działka zabudowana jest następującymi budynkami:
1) Budynkiem mieszkalnym wolnostojącym, dwurodzinnym, dwukondygnacyjnym o powierzchni zabudowy 95 m², powierzchnia użytkowa 163,76 m². Dostęp do infrastruktury pełen, ekspozycja wschód-zachód.
Stan techniczny średnio korzystny – wymienione okna oraz dach, orynnowanie, więźba dachowa poprawiona. Budynek obecnie niezamieszkany, nieogrzewany, nieużytkowany. Składa się z dwóch osobnych mieszkań zlokalizowanych na parterze i I piętrze o bliźniaczym układzie izb, tj. 4 izby (pokoje i kuchnia), pomieszczenie o dawnej funkcji łazienki, schowek, pokoje przechodnie. Fundamenty i ściany murowane z cegły. Budynek nieocieplony, ściany zewnętrzne – tynk cementowo wapienny o wysokim stopniu zużycia. Stropy drewniane. Obecnie brak instalacji grzewczej, piece kaflowe zlokalizowane w budynku. Dach czterospadowy, konstrukcji drewnianej, kryty dachówką ceramiczną. Ściany wewnętrzne w pokojach częściowo pomalowane i tapetowane, sufity malowane. Podłogi częściowo drewniane, częściowo pokryte panelami i linoleum. Na obiekcie widoczne zacieki, zawilgocenia i spękania budynku, odchodzące fragmenty elewacji, tynków. Budynek wymaga remontu.
2) budynkiem gospodarczym wolnostojącym jednokondygnacyjnym o powierzchni zabudowy 40 m². Ściany murowane z cegły w złym stanie technicznym. Stan budynku do gruntowego remontu, widoczne ślady pęknięć murów.
Przeznaczenie nieruchomości i sposób zagospodarowania:
– Zgodnie z Uchwałą Nr XLII/430/2022 Rady Miejskiej w Policach z dnia 26 kwietnia 2022 r. w sprawie uchwalenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego w części dotyczącej gminy Police, pn.: „Gmina Północ" (Dz.Urz.Woj. Zachodniopomorskiego poz. 2105 z dnia 9 maja 2022 r.) część działki znajduje się w obrębie terenu elementarnego oznaczonego w planie symbolem **F.01.MN,U,** tj. teren zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej z dopuszczalną funkcją usługową,
– Zgodnie z Uchwałą Nr XLV/345/01 Rady Miejskiej w Policach z dnia 20 grudnia 2001 r. w sprawie zmian w planie miejscowym zagospodarowania przestrzennego gminy Police, w części dotyczącej obszaru miejscowości Trzebież (Dz.Urz.Woj. Zachodniopomorskiego z dnia 05.04.2022 r. Nr 14 poz. 256) część działki znajduje się w obrębie terenu elementarnego oznaczonego w planie zagospodarowania przestrzennego symbolem **7/1 MJ,U,** tj. Zabudowa mieszkalno – usługowa jednorodzinna. Teren działki nr 210/4 z obrębu Trzebież 2, znajduje się w granicach obszaru specjalnej ochrony ptaków Natura 2000 – Zalew Szczeciński (PLB320009).

Przetarg odbędzie się w dniu 26 listopada 2026 r. o godzinie 10^{00} w siedzibie Urzędu Miejskiego w Policach, ul. Stefana Batorego 3 (I piętro, sala konferencyjna – pok. nr 32).

Ogłoszenie wywieszono na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miejskim w Policach przy ul. Stefana Batorego 3 i ul. Bankowej 18.
Pełna treść ogłoszenia dostępna jest również na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Policach (www.police.pl) i Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Police.
Informacje na temat zbywanej nieruchomości można uzyskać w Wydziale Gospodarki Gruntami Urzędu Miejskiego w Policach przy ul. Bankowej 18, pok. 215, 211 lub telefonicznie pod numerami 91-43-118-95, 91-43-118-91.

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY Kraj/34452941

W PONIEDZIAŁEK DODATEK SPECJALNY

FRANCZYZA
– pomysł na biznes

• Co jest potrzebne, by przystąpić do sieci i rozwijać biznes na własny rachunek
• Branże, w których rośnie udział franczyzy



OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453901

Wyciąg z ogłoszenia o przetargu

BURMISTRZ ŁASKU

OGŁASZA

III przetarg ustny nieograniczony
na sprzedaż nieruchomości gruntowej niezabudowanej, położonej w Anielinie

Teren, na którym znajduje się nieruchomość stanowiąca przedmiot przetargu, nie jest objęty miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego. Zgodnie z wydaną decyzją o warunkach zabudowy nieruchomość przeznaczona jest pod zabudowę usługowo-produkcyjno-magazynową.

Dla nieruchomości jest urządzona księga wieczysta KW nr SR1L/00032827/4.

Nieruchomość oznaczona jest działką:
- nr 196/4 o pow. 9165 m2, cena wywoławcza 488.000 zł, wadium w wysokości – 48.800 zł;
Cena wylicytowana działki zostanie powiększona o należny podatek VAT wynoszący 23%.
Przetarg odbędzie się w dniu 26 listopada 2026r. o godz. 12.00 w siedzibie Urzędu Miejskiego w Łasku, ul. Warszawska 14, w sali konferencyjnej.

Nabywca przejmuje nieruchomość w stanie istniejącym faktycznym i prawnym.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wpłacenie wadium na powyższą nieruchomość. **Wadium należy wpłacać w pieniądzu na konto Gminy Łask Bank PEKAO S. A. O/Łask Nr 84 12403288 1111 0000 2807 7394 w taki sposób, aby najpóźniej w dniu 18 listopada 2026r. wadium znajdowało się na rachunku bankowym Gminy Łask. Datą dokonania wpłaty wadium jest data uznania rachunku bankowego gminy.**

Bliższych informacji udziela się w Urzędzie Miejskim w Łasku ul. Warszawska 14, pok. nr 40 i 54 lub telefonicznie tel. 43 676-83-40 lub 43 676-83-54. Burmistrz Łasku zastrzega sobie prawo odstąpienia od przetargu.

Pełna treść ogłoszenia o przetargu, z którą powinien zapoznać się zainteresowany nabyciem nieruchomości, znajduje się na tablicach ogłoszeniowych Urzędu Miejskiego w Łasku, stronie internetowej www.lask.pl oraz Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.lask.pl.

eprasa.pl 1d493a40cf

Zabłudów, dnia 21 września 2026r.

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Zgodnie z § 6 ust.5a Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004r.
w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów
oraz rokowań na zbycie nieruchomości (t.j. Dz. U. z 2021r. poz.2213)

BURMISTRZ ZABŁUDOWA
ogłasza przetarg nieograniczony ustny na sprzedaż nieruchomości:

1. **oznaczenie nieruchomości**: **udział 4/6** w nieruchomości położonej w obrębie **Nowosady** gm. Zabłudów**,** oznaczonej **numerem geodezyjnym 336/2 o powierzchni 0,2983 ha** (ŁV-0,0424 ha, RIVa-0,2260 ha, RIVb-0,0287 ha, W-ŁV-0,0012 ha), posiadającej urządzoną księgę wieczystą nr BI1B/00059409/3, nie posiadającej miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego , dla terenu której decyzją Burmistrza Zabłudowa nr RUN.6730.1139.2025 z dnia 12 stycznia 2026r. ustalono warunki zabudowy dla inwestycji polegającej na budowie budynku mieszkalnego w zabudowie jednorodzinnej wraz z infrastrukturą techniczną.
2. **cena wywoławcza: netto 73 382,10 zł, brutto 90 259,98zł (23%VAT).**
3. **termin i miejsce przetargu: 28 października 2026r**. **(środa), godz. 11^{oo}**, sala konferencyjna Urzędu Miejskiego w Zabłudowie.
4. **wysokość wadium: 9 030,00 zł.**
5. **obciążaenia – umowa dzierżawy do 30.09.2031r.**
6. **informacja o miejscu wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu:** tablice ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Zabłudowie, we wsi Nowosady oraz Biuletyn Informacji Publicznej zakładki „przetargi na sprzedaż i dzierżawę nieruchomości”.
7. **dane teleadresowe, pod którymi można uzyskać szczegółowe informacje:** Referat Urbanistyki i Nieruchomości w Urzędzie Miejskim w Zabłudowie, tel. 85 7188 100, 85 7188 122, 85 7188 189 wew. 53.

Burmistrz
Adam Tomanek

Białystok/34453595

PREZYDENT MIASTA LUBLIN

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 399 z późn. zm.) podaje do publicznej wiadomości informację o wywieszeniu

wykazu dotyczącego nieruchomości stanowiących własność Skarbu Państwa przeznaczonych do oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym,

oznaczonych jako: część o powierzchni 0,0383 ha i część o powierzchni 0,0159 ha działki nr 57/4 (obr. 43, ark. 29), położonej w Lublinie w pobliżu ul. Nałkowskich oraz część o powierzchni 0,0635 ha działki nr 54/1 (obr. 9 – Dziesiąta II, ark. 18), położonej w Lublinie przy ul. Zemborzyckiej.

Wykaz został umieszczony od dnia 24 września 2026 r. na okres 21 dni,na elektronicznej tablicy ogłoszeń w siedzibie Prezydenta Miasta Lublin – Ratusz, Plac Króla Władysława Łokietka 1 oraz na tablicy ogłoszeń w Wydziale Gospodarowania Mieniem i Energią Urzędu Miasta Lublin, ul. Wieniawska 14, VII i VIII piętro, a także na stronach internetowych Urzędu Miasta Lublin.

Wykaz jest także publikowany na stronie Wojewody Lubelskiego w Biuletynie Informacji Publicznej przez okres 21 dni.

Lublin/34453467

OBWIESZCZENIE
WOJEWODY PODLASKIEGO

Na podstawie art. 11f ust. 3 i 6 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. *o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych* (Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. *Kodeks postępowania administracyjnego* (Dz. U. z 2025 r. poz. 1691) **zawiadamiam, że Wojewoda Podlaski, po przeprowadzeniu postępowania odwoławczego, dnia 21 września 2026 r. wydał decyzję znak: AB-II.7821.3.2026.KG uchylającą w części i w tej części orzekającą, a w pozostałej części utrzymującą w mocy decyzję Starosty Powiatu Białostockiego z dnia 24 listopada 2025 r., znak: AR.6740.3.18.2025**, udzielającą Zarządowi Powiatu Białostockiego zezwolenia na realizację inwestycji drogowej obejmującej rozbudowę drogi powiatowej Nr 1393B na odcinku Jurowce-Wasilków w zakresie budowy drogi dla pieszych i rowerów, kładki nad rzeką Czarną, budowy i przebudowy przepustów oraz infrastruktury technicznej.

Z treścią decyzji można zapoznać się w:
– Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim w Białymstoku, ul. Mickiewicza 3, po uprzednim telefonicznym ustaleniu daty i godziny wizyty pod nr tel. 85 74 39 267,
– Starostwie Powiatowym Białymstoku w Wydziale Architektury, ul. Borsucza 2 (budynek B, III piętro), w godz. 8^{00}-14^{00}.

Niniejsza decyzja Wojewody Podlaskiego jest decyzją ostateczną. Na niniejszą decyzję przysługuje stronom prawo wniesienia skargi pod zarzutem naruszenia prawa do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Białymstoku za pośrednictwem Wojewody Podlaskiego, ul. Mickiewicza 3, 15-213 Białystok, w terminie 30 dni od daty doręczenia decyzji. Informuję, że doręczenie decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej w stosunku do innych stron postępowania niż wnioskodawca uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publicznego ogłoszenia w drodze obwieszczeń w Podlaskim Urzędzie Wojewódzkim w Białymstoku, Starostwie Powiatowym w Białymstoku, Urzędzie Miejskim w Wasilkowie, na stronie internetowej BIP tych urzędów, a także w prasie lokalnej (zgodnie z art. 49 *Kodeksu postępowania administracyjnego*, art. 11f ust. 3 ustawy *o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych* oraz uchwałą Naczelnego Sądu Administracyjnego z 27 lutego 2017 r. o sygn. akt II OPS 2/16).

Dzień publicznego ogłoszenia w drodze obwieszczeń: **24 września 2026 r.**

Białystok/34453611

Warszawa, 21.09.2026 roku

OGŁOSZENIE

SBM „TORWAR” w Warszawie
ogłasza przetarg na ustanowienie odrębnej własności lokalu mieszkalnego nr 13 położonego w budynku przy ul. Okrąg 6 w Warszawie

Opis lokalu:
Przedmiotowy lokal o pow. użytkowej 26,17 m^2 usytuowany jest na I piętrze w budynku przy ul. Okrąg 6.

Cena wywoławcza: 444 286,94 złotych

Wadium:
Zgodnie z §82 Statutu Spółdzielni Budowlano-Mieszkaniowej „TORWAR”, osoba przystępująca do przetargu powinna wpłacić wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej na konto Spółdzielni PKO BP SA Oddział 15 w Warszawie nr 18 1020 1156 0000 7302 0086 5758.
Wysokość wadium: **44 428,70 złotych**

Oferta:
Oferta powinna:
• złożona być na piśmie w zamkniętej kopercie;
• zawierać cenę nie niższą niż cena wywoławcza;
• zawierać oświadczenie czy dana osoba pozostaje w związku małżeńskim. W przypadku złożenia oferty przez osobę pozostającą w związku małżeńskim, do oferty powinno być dołączone oświadczenie małżonka wyrażające zgodę na treść oświadczenia;
• zawierać potwierdzenie wpłaty wadium.

Oferty nie spełniające powyższego nie będą rozpatrywane przez Komisję Przetargową.

Miejsce i termin składania ofert:
Osoby zainteresowane proszone są o składanie pisemnych ofert w siedzibie Spółdzielni znajdującej się w budynku przy ul. Górnośląskiej 13 w Warszawie, w terminie do dnia **05.10.2026 roku**.

Lokal można oglądać po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym z pracownikami Działu Gospodarki Zasobami Mieszkaniowymi pod nr tel. (22) 656-15-82. Szczegółowych informacji udzielają pracownicy Działu Członkowsko-Mieszkaniowego pod nr tel. (22) 656-15-85.

Warszawa/34453658

Połącz Kropki

Idealna gra
na krótką przerwę

Zeskanuj QR kod i graj

APLIKACJA
WYBORCZEJ



WAG 1

eprasa.pl 1d493a40cf

Badanie CBOS

Tusk może powalczyć o konserwatywnych wyborców

Wśród wyborców o orientacji dotąd konserwatywnej CBOS odnotował we wrześniu wzrost zaufania do premiera Donalda Tuska i spadek zaufania do Jarosława Kaczyńskiego.

Ruszkowski

Z opublikowanego 9 września przez CBOS rankingu zaufania do polityków wynika, że poziom zaufania do Donalda Tuska wzrósł w porównaniu z lipcem z 32 do 39 proc., natomiast poziom zaufania do Jarosława Kaczyńskiego spadł z 27 do 23 proc. Nie są to przetasowania rewolucyjne, warto jednak na tym przykładzie zorientować się, które grupy wyborców korygują swoje preferencje polityczne.

Sondaż CBOS był realizowany w dniach 20-30 sierpnia, można więc zakładać, że do świadomości części badanych dotarł „przypadek Piesiewicza". Szef PKOl Radosław Piesiewicz został zatrzymany 27 sierpnia przez prokuraturę w Warszawie, następnie 29 sierpnia sąd aresztował go na trzy miesiące.

W których grupach nastąpiła wyraźna zmiana nastawienia do ocenianych polityków? Badanie CBOS wskazuje, że w kilku przypadkach miało to miejsce w grupach o orientacji konserwatywnej.

Analizą objąłem tych badanych, którzy w lipcu deklarowali zaufanie do Tuska poniżej średniej (32 proc.). Bardzo niski poziom zaufania odnotował Tusk wśród młodzieży (14-20 proc.). W kohorcie 18-24 lata nastąpił wzrost zaufania o 10 pkt. proc., zaś w kohorcie 25-34 lata aż o 17 pkt. proc. Z innych badań CBOS wiadomo, że w kategorii wiekowej 18-34 lata poparcie dla partii konserwatywnych i liberalnych kształtuje się obecnie na podobnym poziomie.

Wysoki wzrost wystąpił także w segmencie pracowników administracyjno-biurowych (16 pkt. proc.) oraz wśród osób z wykształceniem średnim (12 pkt. proc). Z perspektywy toczących się gier wyborczych warto wskazać na jedenastopunktowy wzrost zaufania wśród osób o nieokreślonych poglądach politycznych. Jest to segment stanowiący ok. 10 proc. całej próby, o którego poparcie będą zabiegały w kampanii wyborczej wszystkie partie polityczne.

Wśród mieszkańców wsi, gdzie dominuje orientacja konserwatywna, trudno było oczekiwać deklaracji sympatii wobec premiera, jednak zaufanie do Tuska wzrosło o 6 pkt. proc. Podobnie w środowisku robotników wykwalifikowanych, raczej odległym od nurtu liberalnego – odnotowujemy tu niewielki wzrost o 4 pkt. proc. W przypadku osób o poglądach prawicowych również pojawił się wzrost o 4 pkt. proc.

Jak widać, wzrost sympatii do Tuska w środowiskach konserwatywnych ma charakter umiarkowany. Jednak dalsza analiza pozwala na wskazanie szerszego kontekstu procesów zachodzących w świadomości społecznej. Istotne znaczenie ma zjawisko, które wystąpiło wśród regularnie praktykujących katolików (udział w praktykach religijnych raz w tygodniu). Jest to segment o dużym potencjale politycznym, stanowiący ok. 30 proc. próby, o orientacji wyraźnie konserwatywnej. Wzrost zaufania do Tuska wyniósł tu 9 pkt. proc. Należy podkreślić, że w tym segmencie nastąpił też spadek zaufania do Kaczyńskiego dokładnie na poziomie 9 pkt. proc., co wskazuje, że nie jest to przypadek, lecz raczej zjawisko symetrycznej zmiany opinii. Mamy zatem dużą liczebnie grupę o orientacji konserwatywnej, w której odnotowano znaczący wzrost zaufania do Tuska oraz znaczący spadek zaufania do Kaczyńskiego.

W przypadku stosunku badanych do Jarosława Kaczyńskiego analiza objęła grupy, w których poziom zaufania do lidera PiS był w lipcu wyższy od średniej w próbie (27 proc.). Sondaż sierpniowy wykazuje, że we wszystkich tych kategoriach nastąpił spadek zaufania od 2 do 9 pkt. proc.

Przyjrzyjmy się jeszcze ocenom polityków dokonanym przez robotników wykwalifikowanych i regularnie praktykujących katolików. W lipcu poziom zaufania robotników do Tuska i Kaczyńskiego (odpowiednio 26 i 27 proc.). W sierpniu nastąpił spadek zaufania do Kaczyńskiego o 7 pkt. proc. do poziomu 20 proc., a równocześnie wzrost zaufania do Tuska o 4 pkt. proc. do poziomu 30 proc. W efekcie mamy już między tymi politykami 10 pkt. proc różnicy. W grupie aktywnych katolików w lipcu Kaczyńskiemu ufało 41 proc., a Tuskowi 24 proc. W wyniku przewartościowania tych ocen w sierpniu Tuskowi ufało 33 proc. a Kaczyńskiemu 32 proc.

Zmiany w świadomości tych dwóch kategorii dokonały się niejako wbrew konserwatywnej narracji, obecnej cały czas w prawicowych mediach, że afera Zondacrypto to „afera Tuska". Dlaczego tak się stało? Przede wszystkim dlatego, że orientacje polityczne wyborców są kształtowane nie przez konferencje prasowe liderów partyjnych, ale w dużym stopniu przez interakcje w bezpośrednim otoczeniu społecznym, gdzie ważną rolę odgrywają rozmowy w rodzinnym gronie, z kolegami i koleżankami z pracy, ze znajomymi z bloku, osiedla, z parafii.

Według badań CBOS 55 proc. Polaków uzyskuje informacje wyborcze w wyniku kontaktów z rodziną i znajomymi. Wśród elektoratów najczęściej korzystają z tych źródeł wyborcy Konfederacji Brauna (71 proc.), PiS (61 proc.), Lewicy (56 proc.) oraz

KO (55 proc.). Często korzystają z tej drogi pozyskiwania informacji wyżsi specjaliści (77 proc.) i właściciele firm (60 proc.); znacznie rzadziej robotnicy (50 proc.) i emeryci (45 proc.). ●

Paweł Ruszkowski



• **Donald Tusk przemawia przed głosowaniem nad prezydenckim wetem w sprawie uregulowania rynku kryptowalut, 4 września 2026 r.**

FOT. SŁAWOMIR KAMIŃSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Wśród regularnie praktykujących katolików zaufanie do Donalda Tuska wzrosło między sierpniem a wrześniem 9 pkt. proc.

Autor jest socjologiem, profesorem uczelni, wykładowcą na Collegium Civitas. Specjalizuje się w socjologii polityki oraz socjologii gospodarki

• **Teksty w dziale Opinie wyrażają poglądy autorów i nie muszą odzwierciedlać stanowiska redakcji**

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Kraj/34413996

W PIĄTEK W „WYBORCZEJ"

ZAĆMA

• Jak dziś wygląda zabieg usuwania zaćmy?

• Jak się do niego przygotować i czego nie robić przed oraz po operacji?



1 RP

eprasa.pl 1d493a40cf

Zyta Rudzka, finalistka Nike:

BEZ HEDONIZMU NIE MA WOLNOŚCI

Nie wyobrażam sobie pisać i jednocześnie myśleć, co inni o tym powiedzą – mówi Zyta Rudzka, której powieść „Tylko durnie żyją do końca” znalazła się w finale Nagrody Literackiej „Nike”.



• Zyta Rudzka

FOT. DAWID ŻUCHOWICZ / AGENCJA WYBORCZA.PL

Marta Górna

Zyta Rudzka do Nagrody Literackiej „Nike” została nominowana już po raz trzeci. W 2023 roku dostała tę prestiżową nagrodę za „Ten się śmieje, kto ma zęby”. Cztery lata wcześniej nominację miała jej „Krótka wymiana ognia”.

ROZMOWA Z
ZYTĄ RUDZKĄ
pisarką

MARTA GÓRNA: Lubisz ludzi?
ZYTA RUDZKA: Prywatnie niektórych lubię, a niektórych nie. Wiem też, że mogę bardzo nie lubić, a nagle bardzo polubić. W swoich książkach opowiadam o ludziach surowych, nieprzystępnych, pyskatych, więc pojawia się skrót myślowy, że i ja taka jestem. W sumie nie mam nic przeciwko temu.

Lubię tych, o których piszę, a ponieważ portretuję nastroszoną stronę ludzkiej natury, moim postaciom nie zależy, by inni je lubili. Co innego mają do załatwienia na świecie niż się podobać.

Tacy są też bohaterowie twojej najnowszej książki „Tylko durnie żyją do końca”, która znalazła się w finale Nagrody Literackiej „Nike”.
– Zapisuję intymną rebelię, jakąś wersję emigracji wewnętrznej, dzieje trójki naturalnych buntowników, nieoczywistych socjologicznie. Ludzi, którzy gardzą życiem towarzyskim, mają mocny instynkt wolności, silny nerw życia, erotyczny luz.

To opowieść o powstawaniu wolnościowej wspólnoty i o tym, jak czas i biologia nią pogrywa. I właśnie ta mała wspólnota, którą łatwo źle ocenić po pozorach, robi sporo dla swojej wiejskiej społeczności. Nie pomaga programowo, nie misyjnie, nie pod terrorem słuszności. Nie odwraca się. Reaguje.

Sama niespecjalnie mizdrzysz się do czytelnika.
– Ale mam tu wzajemność, bo osoby, które mnie czytają, też się do mnie nie mizdrzą. Lubię te nasze kontakty na wieczorach autorskich, spontaniczne, niewymuszone konwenansem. Nie wyobrażam sobie pisać i jednocześnie myśleć, co inni o tym powiedzą. Lęki związane z taką projekcją tylko koszą wyobraźnię, to jest autocenzura. W życiu muszę, a czasem chcę się dostosować, spotkać z kimś w pół drogi, a w pisaniu – nie. W powieści będzie, jak ja chcę. I jest.

Nie boisz się reakcji osób czytających?
– W życiu jest dużo rzeczy, których należy się bardziej bać. Przeciwnie – jestem ciekawa tych reakcji. Wiem, że się wystawiam na różne odczytania i czekam na to. Podobnie jak na „zytexy”, jak ktoś to nazwał: cytaty z moich powieści. Ostatnio usłyszałam: „Obżarłam się jak Elvis.” – prosiak z ostatniej książki. Albo: „Umarli oddają nam czasem drobne przysługi”. Język, który wychodzi z powieści i zadamawia się w życiu na swoich prawach, to jest ta nagroda za wielomiesięczne pisarskie odosobnienie.

Jestem też gotowa na czytelnicze oburzenie. Powieść poprawna, poczciwa, ilustracyjna w stosunku do oczywistych rozpoznań historii czy socjologii – nie interesuje mnie. W pisaniu dobrze trochę rozbujać łódkę.

I „Durnie” byli czytani na różne sposoby. Osoby czytające przynosiły mi różne klucze do tej książki. Że to jest opowieść o wolności, antysielanka, traktat o ogołacaniu się, historia spotkania ojca w późnym wieku z córką, historia awansu à rebours. Love story między kobietą a dwoma mężczyznami. Żadne tam ménage à troi w stylu artistico. Chciałam to napisać w zwykłości.

Dla niektórych była to wyłącznie „historia o pijakach i degeneratach”. Co mnie chwilowo rozjuszyło – nie, że narcystycznie, tylko w obronie prozy.

Bo czy literatura ma się zajmować tylko ludźmi, którzy żyją higienicznie?

Niedługo nie będzie można napisać, że bohater zjadł baton czekoladowy, bo są w nim złe tłuszcze.

Ciekawa jestem, czy pojawiłyby się takie głosy, gdyby moje postaci smętnie, w uroczystej melancholii degustowały dziesięcioletnią whisky albo wykwintne wina.

Dziś wielu pisarzy chce, by czytelnik ich lubił, nie chcą się mu niczym narazić, drżą przed byciem niepoprawnymi.
– Taka poprawność to pisanie kapitulacyjne. Ja piszę o naturze ludzkiej, a ta bywa niepoprawna albo i całkiem mętna. W mojej powieści się pije. Tak, bohaterowie pędzą pigwówkę w wiejskiej chacie, w gospodarstwie po umarłych. To chwile, kiedy są razem, w ładnej bliskości, wzajemnej obserwacji, jednak w radości. Pada tam zdanie: „Uchlać się do nieszczęścia każdy potrafi”. Z nimi jest inaczej. Wygłaszają prześmiewcze laudacje na cześć bimbru, ale jeśli coś w tej powieści romantyzuję, to nie chlanie, ale duchową wolność. Nie mam zresztą potrzeby ewangelizowania ku wychowaniu w trzeźwości. Z rozkoszą pozostanę przy

Nagroda Literacka „Nike”

• Laureata bądź laureatkę 30. edycji Nagrody Literackiej „Nike” poznamy 4 października podczas uroczystej gali, która odbędzie się w gmachu Biblioteki Uniwersyteckiej w Warszawie. Transmisja będzie dostępna na żywo na antenie TVP2 i TVP Kultura o godz. 20.30 oraz na Wyborcza.pl.
• Zwycięzca lub zwyciężczyni otrzyma 100 tys. zł i statuetkę zaprojektowaną przez Gustawa Zemłę.

• **Organizator:** Fundacja Nagrody Literackiej „Nike”
• **Współorganizator:** „Gazeta Wyborcza”
• **Współorganizator gali:** Telewizja Polska
• **Mecenasi strategiczni:** Fundacja Roberta Dobrzyckiego, Panattoni
• **Partner główny:** Totalizator Sportowy
• **Mecenasi:** Orlen, KRUK
• **Partner wydarzenia:** Grupa Agora
• **Patroni medialni:** Radio ZET, Radio TOK FM, Chillizet, Gazeta.pl, AMS

Lubię tych, o których piszę, a ponieważ portretuję nastroszoną stronę ludzkiej natury, moim postaciom nie zależy, by inni je lubili. Co innego mają do załatwienia na świecie niż się podobać

eprasa.pl 1d493a40cf

pisaniu antycenzuralnym. To mój pisarski hedonizm.

Interesuje cię hedonizm?
– Oczywiście. „Tylko durnie żyją do końca" to zapis rozkoszy w czasach apokalipsy. To moje pisarskie zaciekawienie hedonizmem wynika z zainteresowania wolnością. Bez hedonizmu nie ma wolności, a jeżeli jest, to lurowata, niesmaczna.

Myślę tu o hedonizmie, który wynika z élan vital, z jakiegoś naturalnego, organicznego, a wreszcie zmysłowego odbierania świata.

Gdy mówiłam znajomym, że zaczęłam pisać o naturystach, zręcznych w sztuce destylacji pigwy, to jednak pojawiło się mniej lub bardziej maskowane oburzenie czy zgorszenie. Wojna obok, katastrofa klimatyczna, a ja tu opowiadam o pijackiej sielance.

Hedonizm stał się podejrzany. Skleja się go pochopnie z narcyzmem, przesytem materialnym, wygodą, brakiem zaangażowania w sprawy świata. Dobrze widziane są dyskusje pod szyldem radykalnej nadziei i troski, toczone w bezpiecznych salonach. Czy od tego jest lepiej? Świat sam się pożera. Świat jest zagadany. Jak ktoś nie ceni, nie lubi, nie ma przyjemności ze swojego życia, to chyba trudniej mu będzie docenić cudze życie.

Żyjemy w czasach, w których z wielu przyjemności trzeba się tłumaczyć.
– Lida się nie tłumaczy. To nauczycielka wuefu z byłym powołaniem, żyje w trójkącie miłosnym z Ziutem hydraulikiem i Rochem geodetą. Powiedziałabym, że nie na kocią łapę, tylko na świńską racicę, bo mają znalezionego w lesie prosiaka Elvisa. Dobrze im razem. Niewiele im do życia potrzeba. Nie są zepsuci modelami szczęścia, przymusem, by dużo mieć, dużo zwiedzać, rozwijać się i zmieniać. Robią co chcą, nikogo nie krzywdzą.

Czy tak rozumiany hedonizm dziś wymiera?
– No cóż, praktyka hedonizmu jest mi znana, ale o teorii niech się wypowiedzą specjaliści. „Mieliśmy plan, żeby żyć bez planu. I ten plan wykonaliśmy w stu procentach", mówi jeden z moich bohaterów. Takie wybory nie są dla wszystkich. Mnie wciągnęła sielanka kontrkulturowa, trochę hipisowska, takie przeciągnięte wakacje, cicha wywrotowość. Czasem utopia analogowa, a trochę ostry obertas dezerterów, bo chciałam napisać to w różnych rejestrach.

Dziś przyjemności bardziej kojarzą się z finansowym ekscesem, z szastaniem pieniędzmi. Ludzie chodzą struci, bo nie mogą się zabawić, jak sobie marzą. I ja znam takie marzenia. No cóż, uważam, że poszukiwanie haju, choćby chwilowego, jest naturalną potrzebą człowieka.

Pewnie taki styl faktycznie wymiera, bo niby myślimy coraz bardziej inkluzywnie, podkreślamy tolerancję, ale obyczajowość, przynajmniej ta deklarowana i manifestowana w rozmowach, promuje zachowania purytańskie.

Czy pisanie na przekór sprawia, że czujesz się samotna?
– Wprost przeciwnie. Pisanie fikcji nie jest dla mnie w żadnej mierze zajęciem ucieczkowym. Nie piszę autofikcji, ale zajmuję się śmiercią, samotnością, niezrozumieniem, samoocaleniem – tym wszystkim, co przecież i mnie dotyka.

W „Durniach" wychodzę od sielanki, ale pojawia się ojciec mojej bohaterki, wzorowany na moim. Przyjeżdża z miasta na wieś. „Starość wyskrobała z ojca resztki elegancji". Zauważa Lida i tak zaczyna się raniące, ale jednak miłosne spotkanie ojca i córki w późnym wieku. To nie jest opowieść o całowaniu ojców po rękach. Wchodzi temat heroizmu starości. Ta osobliwa mieszanka bezbronności i despotyzmu starczego wieku jest dla mnie poruszająca.

Interesuje mnie męska starość, stąd tyle w tej książce portretów mężczyzn. Starałam się, by jej zapis nie był prześmiewczy, krytyczny czy też mocno sklejony z krytyką patriarchalnego oglądu świata, bo to by było jakoś za łatwe.

Wielu mężczyzn mnie czyta. Przychodzą na spotkania autorskie, jest więc okazja by porozmawiać o tym doświadczeniu egzystencjalnym, jakim jest wygaszanie się.

Żyjemy w świecie, który domaga się przestrzegania konwenansów, a jednak twoje książki, które tego nie robią, odnoszą sukces. Czy to znaczy, że czytelnicy tak naprawdę pragną burzenia ustalonego porządku?
– Mam wrażenie, że pisząc nie tyle burzę, co buduję. Staram się tworzyć powieść o możliwie niebanalnej urodzie, z jakąś ciekawą energią, podtekstem, nieoklepanym wwierceniem się w polszczyznę. Właśnie ta innojęzyczność prozy jest dla mnie ważna.

Fikcja nie jest ucieczką od rzeczywistości. Wręcz przeciwnie. Nie uprawiam autobiografii, ale często piszę o sprawach, które stają mi na drodze, choć wolałabym, żeby mnie ominęły.

Przymierzam się do cudzego losu. Na przykład starość rodziców, która bywa bezwzględna wobec dzieci i wymaga od nich rezygnacji z części własnego życia. To doświadczenie egzystencjalne wspólne, niezależnie od tego, kogo moja bohaterka kocha i jak żyje.

Piszę o emocjach. To sfera otchłanna, fascynująca pisarsko, a i zawsze uniwersalna. Choć bywa, że umniejszana, a odruchowo naznaczane głębią są bezpieczne skrypty literatury, w których bohater snuje się staroświecką frazą, trawi swoje myśli, zapisuje formacyjne doświadczenia filozoficznych lektur. Ten inteligencki etos jest potrzebną częścią literackich poszukiwań, ale uruchamiają mnie inne przeżycia, całkiem odmienne wydarzenia formacyjne. Pisałam o fryzjerce, a nie była to ballada o kręceniu loków, tylko bieda-odyseja. W „Durniach" mam wuefistkę o urodzie Dolly Parton i jest monolog o wolności ku sobie.



POWIEŚĆ

Zyta Rudzka

„Tylko durnie żyją do końca"

Wydawnictwo W.A.B.

wyborcza.pl

• **Więcej o nominowanych książkach można przeczytać na Wyborcza.pl**

A co to znaczy „żyć do końca"?
– Wszyscy żyjemy do końca. Nie tylko durnie. Ten tytuł w żadnej mierze nie jest instruktywny. Inaczej się go odbiera po przeczytaniu książki.

„Żyć do końca" oznacza dla mnie także możliwość podnoszenia się i zaczynania od nowa. Nie interesuje mnie jednak prosty przepis z podręczników pisania scenariuszy, według którego bohater musi przejść przemianę pod wpływem okoliczności. Wolę pisać o postaciach, których granice prywatności i intymności są forsowane przez innych, przez świat i różne wydarzenia, a które mimo to starają się pozostać sobą, bo tego właśnie chcą.

Lida porzuca mieszczański czy inteligencki dosyt, który gwarantował jej dom rodzinny. To świadoma decyzja, rodzaj samoocalenia. Świat próbuje zepchnąć moją bohaterkę z kładki, ale ona walczy o nowe życie. I udaje jej się zbudować nowe życie na wsi, gdzie czuje się dobrze. Jej ojciec postrzega ten „zwrot ludowy" jako kompletny upadek.

Niektórzy czytelnicy tak właśnie interpretują jej historię: jako upadek.
– To całkiem ciekawe, bo nie ma chyba nic gorszego niż sztuka czarno-biała. Nierozstrzygalność jest dla mnie ważna w zapisywaniu ludzkiego doświadczenia, by nie powiedzieć: losu.

Ta interpretacja to chyba skutek naszej pogoni za szczęściem wielkomiejskim, rozumianym po warszawsku, karmionym dietą pudełkową.
– Albo przyjęcia perspektywy, że bohaterka literacka jest pozytywna wtedy, gdy cierpi. Dyktatura traumy bardzo mocno trzyma się w literaturze. Tymczasem ja mam bohaterkę pozytywną, wolną.

Twoja Lida nie ma też żadnych złudzeń wobec świata i niczego od niego już nie chce. Czy ty też nie masz złudzeń?
– Nie mam złudzeń, ale nie jestem z tego powodu zgorzkniała. I jeszcze trochę chcę od świata. Staram się raczej, podobnie jak moja bohaterka, uprawiać prywatność, ale jednocześnie zwracać uwagę na świat. Żyć na tyle, ile się uda, mniej rutynowo. Może tej postawy musiałam się nauczyć. Nie chcę jednak tego rozwijać, bo zaraz zabrzmię jak moralizatorka, a nie chcę nią być.

Powiedziałaś wcześniej, że chcesz unikać rutyny, ale pisarstwo też jest pewnego rodzaju rutyną. Trzeba usiąść, napisać, przeczytać, poprawić...
– Nie postrzegam pisania jako rutyny ani codziennego obowiązku. Kiedy już piszę, bardzo to lubię. Moje powieści są krótkie, to raczej „powieści-rzeczki" niż „powieści-rzeki", ale żeby uzyskać ten mój destylat, muszę napisać sześćset czy siedemset stron. Uwielbiam ten proces. To całkiem masochistyczna przyjemność. Masochizm nie polega jednak na rutynie, tylko na tym, że później wyrzucam wszystko, co napisałam. To jest jedna z najprzyjemniejszych rzeczy: pozbywać się własnej roboty. Wycinam postaci, całe akapity, całe wątki i odnogi fabularne. Ciosam tekst, po dwóch tygodniach odstawienia potrafię spojrzeć na niego zupełnie innym, świeżym okiem.

Są oczywiście pisarskie cierpienia. Mogę napisać trzysta stron i nadal nie wiedzieć, od czego powieść powinna się zacząć. Pierwsze zdanie jest dla mnie czymś w rodzaju rydwanu, który ciągnie całą opowieść.

A czytelnik musi się w nim zakochać.
– Pierwsze zdanie uwodzi, zatrzaskuje czytelnika w opowieści. To zapadnia. Nie ma już wyjścia, czyta się dalej.

Po co? Po co właściwie piszesz, Zyta?
– Czuję, że nawiązujesz do „Krótkiej wymianay ognia", bo o to właśnie nieustannie pytano na wieczorach autorskich moją bohaterkę, poetkę Romę Dąbrowską. Po co właściwie pani pisze? Ale było też drugie dyżurne pytanie: jaki jest pani znak zodiaku? I na to mogę odpowiedzieć: Waga. ●

Zagłosuj w Plebiscycie Czytelników! wyborcza.pl/plebiscytnike

• Z finałowej siódemki Nike najważniejszą książkę wybierają też czytelnicy i czytelniczki „Wyborczej".

Przy głosowaniu możesz (ale nie musisz) wziąć też udział w konkursie na recenzję jednej z książek finalistek. Do wygrania jest 10 tys. zł., które ufundował Totalizator Sportowy.

Na wasze głosy i recenzje-uzasadnienia czekamy do 27 września 2026 r. do godz. 23.59.

Zagłosuj na Nike Czytelników! To już 30 edycja waszego głosowania Oto finalistki i finaliści Nagrody Literackiej „Nike" 2026:

• **Anna Bikont, „Nie koniec, nie początek. Powojenne wybory polskich Żydów"** REPORTAŻ, Wydawnictwo Czarne

• **Dorota Grabek, „Zmartwychwstanki"** OPOWIADANIA, Wydawnictwo Czarne

• **Justyna Kulikowska, „Wnyki dla światła"** POEZJA, Wydawnictwo WBPiCAK

• **Krzysztof Łapiński, „Najmądrzejszy. Biografia Sokratesa"** BIOGRAFIA, Wydawnictwo Agora

• **Weronika Murek, „Urodziny"** POWIEŚĆ, Wydawnictwo Czarne

• **Zyta Rudzka, „Tylko durnie żyją do końca"** POWIEŚĆ, Wydawnictwo W.A.B.

• **Szczepan Twardoch, „Null"** POWIEŚĆ, Wydawnictwo Marginesy

OGŁOSZENIE

Kraj/34453220



REKLAMA

MECENASI STRATEGICZNI: ROBERT DOBRZYCKI foundation, PANATTONI
MECENASI: ORLEN, KRUK
PARTNER GŁÓWNY FUNDATOR NAGRODY PLEBISCYTU: TOTALIZATOR SPORTOWY, LAT
WSPÓŁORGANIZATOR GALI: TVP

1 RP

eprasa.pl 1d493a40cf



Gry wideo

ROZRYWKA TEŻ MA SWOJĄ WARTOŚĆ

Jeśli gry wideo stały się powszechne i nie ma od nich odwrotu, jak korzystać z nich tak, aby odnosić korzyści? Czy możemy mówić o „mądrym graniu”?

Kasper Kalinowski

Rynek gier wideo rośnie w wyjątkowo dynamicznym tempie. W 2014 roku w gry wideo grało 1,8 miliarda osób, a potem w ciągu kolejnych sześciu lat ta liczba wzrosła do 2 miliardów. W 2026 r. w gry wideo gra już ponad 3 mld ludzi, 1 mld ogląda streamy gamingowe, a aktywnych pozostaje kilkadziesiąt milionów streamerów. Sam rynek e-sportu wyceniany jest obecnie na ponad 25 mld dolarów.

DEMONICZNE ZŁO, CZY UŻYTECZNA ROZRYWKA

Mimo to publiczna debata wokół gier wciąż bywa podatna na mechanizmy przypominające moralną panikę. Sensacyjne nagłówki alarmują o „epidemii uzależnienia”, sugerując, że cyfrowa rozrywka to prosta droga do zrujnowania zdrowia psychicznego lub relacji społecznych, zwłaszcza najmłodszych.

Podejście do gier jednak stopniowo się zmienia. Jak mówi „Wyborczej” Urszula „Xirreth” Klimczak, trener efektywności sportowców i e-sportowców drużyny Astralis: – Znajdujemy się obecnie gdzieś pomiędzy dwoma światami. Z jednej strony gry stały się czymś zupełnie powszechnym. Grają dzieci, młodzież, dorośli, rodzice. Powstał e-sport, profesjonalne drużyny, ligi, zawody, całe środowisko zawodowe związane z grami. To sprawiło, że coraz trudniej traktować gry wyłącznie jako dziecięcą fanaberię.

Z drugiej strony stare stereotypy nadal są bardzo silne. Wciąż możemy spotkać się z przekonaniem, że dziecko siedzące przy komputerze marnuje czas, izoluje się od ludzi albo ucieka od rzeczywistości.

Jak dodaje ekspertka: – Jednak największą zmianę dostrzegam w myśleniu o grach. Coraz częściej zaczynamy patrzeć nie na samo medium, ale na sposób korzystania z niego. Powoli dostrzegamy, że gry mogą pełnić różne funkcje.

W 2026 r. wiemy już, że gry mogą poprawiać funkcje poznawcze, takie jak pamięć robocza czy uwaga, rozwijać umiejętności współpracy i komunikacji.

Jak wylicza Urszula Klimczak, gry mogą być rozrywką, sposobem kontaktu z rówieśnikami, przestrzenią rywalizacji, treningiem określonych umiejętności, a w niektórych przypadkach również narzędziem edukacyjnym. Niektóre wymagają przecież planowania, przewidywania ruchów przeciwnika, rozwiązywania problemów, podejmowania decyzji pod presją czasu. Gry zespołowe wymagają komunikacji i współpracy. Są też takie, które pozwalają rozwijać kreatywność czy zainteresowanie historią, językami albo światem nauki.

Jeśli gry wideo stały się powszechne i nie ma od nich odwrotu, jak korzystać z nich tak, aby odnosić korzyści? Czy możemy mówić o „mądrym graniu”?

JAK GRAĆ MĄDRZE?

Mądre granie nie jest terminem naukowym ani kategorią diagnostyczną. Możemy jednak użyć go jako wygodnego określenia takiego sposobu korzystania z gier, który sprzyja dobrostanowi dziecka i nie wypiera innych ważnych obszarów życia.

WHO definiuje jedynie zaburzenie grania, związane z utratą kontroli, nadawaniem graniu pierwszeństwa przed innymi aktywnościami, kontynuowaniem gry mimo szkód oraz istotnym pogorszeniem funkcjonowania – a nie przekroczeniem arbitralnie określonej liczby godzin.

Samo traktowanie gier jako jednej kategorii jest błędem.

Jak zauważa Daphné Bavelier, badaczka wpływu gier wideo na mózg z Uniwersytetu Genewskiego: „Różne gry wideo mają różne efekty”.

Gry nie są zjawiskiem homogenicznym i warto wystrzegać się uproszczeń. Te tylko nasilają krzywdzące mity.

Jak wyjaśnia „Wyborczej” dr hab. Łukasz Kaczmarek, psycholog z Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza: – Gaming jako zjawisko kulturowe nie jest z natury ani dobry, ani zły. Wiele zależy od tego, w co gramy. Gry mogą rozwijać dziecko poznawczo, emocjonalnie, społecznie czy motywacyjnie. Mogą być przestrzenią współpracy, budowania relacji, uczenia się planowania, wytrwałości i radzenia sobie z emocjami. Dlatego wybierajmy dla dzieci gry, które zapewniają rozrywkę wysokiej jakości, stymulują intelektualnie i sprzyjają budowaniu lepszych relacji.

Podobnego zdania jest Urszula Klimczak:

– „Mądre granie” nie powinno być definiowane liczbą minut spędzonych przed ekranem. Dziecko może grać przez godzinę w sposób zupełnie niekontrolowany, a może też spędzić więcej czasu przy grze, ponieważ uczestniczy w zaplanowanym treningu, rozgrywce zespołowej czy rozwija konkretne umiejętności, np. planowanie czy projektowanie. Mądre granie to przede wszystkim świadome granie. Dziecko wie, w co gra, po co gra, kiedy zaczyna i kiedy kończy. Potrafi odłożyć kontroler, pójść spać, zjeść posiłek, spotkać się z rówieśnikami czy zająć się obowiązkami. Gra nie wypiera całego pozostałego życia, ale staje się jednym z jego elementów.

To użyteczna definicja, która ucieka od stereotypów i niebezpiecznych uproszczeń.

Andrew Przybylski, wybitny badacz psychologii gier wideo, postanowił rzucić wyzwanie atrakcyjnym medialnie uproszczeniom. W swoich badaniach, zamiast pytać wyłącznie o to, ile czasu spędzamy przed ekranem, skupił się na

3. edycja E-Sport Gaming Kings Tournaments 2026 Powered by Orange

• W sobotę 26 września w Alfa Centrum w Białymstoku wystartuje 3. edycja E-Sport Gaming Kings Tournaments 2026 Powered by Orange – Ogólnopolski cykl turniejów e-sportowych odbędzie się w dziesięciu centrach handlowych należących do NEPI Rockcastle. Uczestnicy zmierzą się m.in. w Counter-Strike 2 i EA Sports FC 25, a łączna pula nagród przekroczy 100 tys. zł. Oprócz zawodów zaplanowano specjalne strefy PC, konsol i gier retro. Wstęp na wydarzenia jest bezpłatny, a wielki finał odbędzie się 28 listopada w krakowskiej Bonarce. Więcej informacji o turniejach oraz rejestracja na stronie: gamingkings.pl

eprasa.pl 1d493a40cf

tym, co odróżnia zdrową pasję do gier wideo od wyniszczającego przymusu.

Badanie przeprowadzone na grupie ponad 1300 graczy wykazało, że czas gry jest drugorzędny wobec motywacji. Klucz do zrozumienia dobrostanu gracza leży nie w samej grze, ale w mechanizmach psychologicznych, które kierują naszym zaangażowaniem.

Najważniejsza okazała się rola potrzeb psychologicznych. Przeanalizowano dwa odmienne typy pasji do gier, które wyróżnili psycholog Robert Vallerand i współpracownicy:

Pasja harmonijna („chcę grać"): rozwija się u osób, które doświadczają wysokiego poziomu zaspokojenia podstawowych potrzeb psychologicznych w codziennym życiu. Granie jest dobrowolnym wyborem, harmonizuje z innymi sferami życia i przekłada się na wyższą satysfakcję z rozgrywki oraz większy poziom energii po jej zakończeniu.

Pasja obsesyjna („muszę grać"): wynika z braku zaspokojenia potrzeb w życiu codziennym. Wywołuje wewnętrzny przymus grania oraz konflikt z innymi obowiązkami, co wiąże się ze spędzaniem większej liczby godzin przed ekranem, wyższym poziomem napięcia po grze oraz niższą satysfakcją z rozgrywki.

Jak wykazali Przybylski i jego zespół, czas poświęcony na grę wpływał negatywnie na dobrostan gracza i jego zdrowie psychiczne wyłącznie w drugim przypadku – gdy towarzyszyła mu pasja obsesyjna.

Sama liczba godzin nie wystarcza więc do rozpoznania problematycznego grania.

Warto rozprawić się również z mitem agresji. Nie ma dobrych podstaw, by z brutalnej gry wyprowadzać prosty ciąg przyczynowy: dziecko gra, więc staje się agresywne.

Badania wskazują co najwyżej na znacznie bardziej złożone i zwykle niewielkie zależności, a ich wielkość oraz znaczenie pozostają przedmiotem sporu.

Jak dodaje Urszula Klimczak: – To jest jeden z tych tematów, przy których szczególnie łatwo wpaść w pułapkę prostego „tak" albo „nie". Odpowiedź nie jest tak prosta. Nie możemy powiedzieć, że każde dziecko grające w grę zawierającą przemoc stanie się przez to agresywne. Badania dotyczące związku pomiędzy grami zawierającymi przemoc a agresją są prowadzone od lat, ale ich wyniki i sposób ich interpretacji pozostają przedmiotem dyskusji. Warto przede wszystkim rozróżnić chwilowe pobudzenie i emocje od trwałego zachowania agresywnego.

Jej zdaniem na zachowanie wpływa wiele czynników: środowisko rodzinne, relacje z rówieśnikami, stres, doświadczenia szkolne, temperament, sposób radzenia sobie z emocjami i wiele innych elementów. Gra może być jednym z doświadczeń dziecka, ale nie powinniśmy automatycznie przypisywać jej roli głównej przyczyny. I tutaj pojawia się higiena cyfrowa.

Drugim z najpopularniejszych mitów pozostaje ten dotyczący relacji z ludźmi. Gry miałyby je utrudniać i ograniczać. Jak jednak wyjaśnia dr hab. Łukasz Kaczmarek:

– Gry nie muszą być też ucieczką od ludzi. Wręcz przeciwnie. Przyciągają do siebie ludzi o podobnych zainteresowaniach i mogą być platformą do wspólnych spotkań. Dlatego „mądre granie" zdefiniowałbym nie przez samą liczbę minut przed ekranem, ale przez miejsce, jakie gaming zajmuje w całym życiu dziecka. Gra powinna być jedną z wielu atrakcyjnych aktywności, a nie aktywnością, która wypiera sen, ruch, naukę, relacje i zwykłą zabawę. Aby to się udało, potrzebne są ustalone wspólnie zasady, w tym dobór gier odpowiednich do wieku, rozsądne granice czasu, przerwy, ruch i sen, a także uczestnictwo dziecka w kulturze poprzez tworzenie ciekawych alternatyw, takich jak kino, teatr, muzea, sport, wycieczki, grupy zainteresowań czy wolontariat.

HIGIENA W CZASACH GIER I ALGORYTMÓW

Cyfrowa asceza we współczesnych warunkach jest czymś nieosiągalnym. Zważywszy na rolę nowych technologii w edukacji, mogłaby być zresztą wręcz szkodliwa. Dlatego we współczesnym cyfrowym świecie umiejętność regulowania własnego korzystania z technologii jest jedną z ważniejszych kompetencji. To higiena cyfrowa, w której wcale nie powinno chodzić o odmierzanie czasu stoperem.

Urszula Klimczak twierdzi, że paradoksalnie e-sport może być dla nas ciekawym wzorem higieny cyfrowej:

– Profesjonalny zawodnik nie podchodzi do komputera z założeniem: „Będę grał tak długo, jak się da". Trening ma określony cel, strukturę i czas. Pojawiają się przerwy, analiza gry, przygotowanie mentalne, aktywność fizyczna i regeneracja.

To ważna lekcja również dla młodych graczy: profesjonalizm nie polega na siedzeniu przed komputerem bez końca. Polega na umiejętności zarządzania własnym czasem i energią. Dlatego higiena cyfrowa oznacza bardzo konkretne rzeczy: regularne przerwy, odpowiednią pozycję przy komputerze, dbanie o wzrok, sen i aktywność fizyczną, wyznaczenie momentu zakończenia gry oraz niedopuszczanie do sytuacji, w której granie odbywa się kosztem szkoły, relacji czy odpoczynku.

Zdaniem ekspertki warto nauczyć dziecko samokontroli zamiast samego posłuszeństwa. Jeśli jedyną zasadą będzie „masz wyłączyć komputer, bo ja tak mówię", dziecko może nauczyć się jedynie omijania zakazu. Jeśli natomiast rozumie, dlaczego potrzebuje snu, ruchu, przerw i równowagi, zaczyna stopniowo samo zarządzać swoim korzystaniem z technologii.

Zamiast pytać „ile godzin?", powinniśmy więc zapytać: „Co dziecko robi przed ekranem i z kim to robi?"

Jak podsumowuje Urszula Klimczak: – Łatwo jest powiedzieć: „Dzieci powinny grać jak najmniej". Tyle że taka odpowiedź nie rozwiązuje problemu.

Po pierwsze, nie każda gra jest taka sama. Innych kompetencji i emocji wymaga spokojna gra logiczna, innych dynamiczna gra sportowa, a jeszcze innych wieloosobowa rywalizacja internetowa ze znajomymi. Znaczenie ma więc nie tylko czas. Ważne są również treść, mechanizmy gry, kontakt z innymi użytkownikami, poziom przemocy, system nagród czy możliwość dokonywania zakupów w grze. Dlatego rodzic powinien znać podstawowe informacje o grze, zanim zdecyduje, czy jest ona odpowiednia dla jego dziecka.

Zapominamy także o czymś jeszcze: nie wszystko, co robi dziecko, musi czemuś służyć. – Dziecko może odpoczywać, grając w gry. Może rywalizować, rozmawiać z kolegami, ćwiczyć określone umiejętności. Może też po prostu dobrze się bawić – mówi Urszula Klimczak. – Nie każda minuta naszego życia musi być produktywna. Dziecko ma prawo do bezproduktywnej zabawy, bo rozrywka też ma swoją wartość.

• Grają dzieci, młodzież, dorośli, rodzice. Powstał e-sport, profesjonalne drużyny, ligi, zawody, całe środowisko zawodowe związane z grami FOT. DEAN DROBOT/SHUTTERSTOCK

OGŁOSZENIE PŁATNE Kraj/34453671

PREZYDENT MIASTA RACIBÓRZ

ogłasza publiczny przetarg
na sprzedaż lokalu niemieszkalnego
położonego w Raciborzu przy ul. Batorego nr 4/2b

lp.	WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU	
1.	Położenie i opis nieruchomości	**ul. Batorego nr 4/2b** parter, pięć pomieszczeń o powierzchni użytkowej 59,53 m^2
2.	Oznaczenie geodezyjne	działka oznaczona nr 5076 k. m.4 Racibórz o powierzchni 0,0521 ha
3.	Numer księgi wieczystej	GL1R/00010978/6
4.	Forma zbycia nieruchomości	pierwszy, publiczny przetarg ustny, nieograniczony na sprzedaż lokalu
5.	Cena wywoławcza	**565 000,00 zł**
6.	Termin i miejsce przetargu	**25 listopada 2026r. godz. 11^{00}**, w sali nr 125 Urzędu Miasta Racibórz, ul. Króla Stefana Batorego 6
7.	Wadium	56 500,00 zł winno być uznane na rachunku gminy do 18 listopada 2026r.
8.	Przeznaczenie w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego	tereny zabudowy mieszkaniowej, wielorodzinnej
9.	Miejsce wywieszenia ogłoszenia o przetargu	tablica ogłoszeń Wydziału Gospodarki Nieruchomościami, usytuowana w budynku Urzędu Miasta Racibórz, II piętro
10.	Miejsce publikacji ogłoszenia o przetargu	Biuletyn Informacji Publicznej Urzędu Miasta Racibórz pod adresem www.bipraciborz.pl, zakładka Rejestry/Rejestr przetargów nieruchomości/Ogłoszenia o przetargach/Sprzedaż oraz strona internetowa Urzędu Miasta Racibórz www.raciborz.pl, podstrona Urząd, zakładka Baza nieruchomości
11.	Dane teleadresowe, pod którymi można uzyskać szczegółowe informacje dotyczące przetargu	Urząd Miasta Racibórz, ul. Króla Stefana Batorego 6, Wydział Gospodarki Nieruchomościami, pokój 217, tel. 32 755 0670, e-mail: gn4@um.raciborz.pl

OGŁOSZENIE PŁATNE Lublin/34453713

WOJEWODA LUBELSKI

IF-I.7840.3.12.2026.AT

IF-II.747.1.7.2026 Lublin, dnia 22 września 2026 r.

OBWIESZCZENIE WOJEWODY LUBELSKIEGO
o wszczęciu postępowania w sprawie wydania decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji towarzyszącej strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej

Działając na podstawie art. 7 ust.1, art. 7 ust. 1c ustawy z dnia 24 lipca 2015 r. o przygotowaniu i realizacji strategicznych inwestycji w zakresie sieci przesyłowych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1199) – zwanej dalej ustawą oraz art. 61 i art. 10 § 1 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 572) – zwanej dalej Kpa, zawiadamiam, że na wniosek pełnomocnika substytucyjnego PGE Dystrybucja S.A. ul., Garbarska 21A, 20-340 Lublin, wszczęto postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji towarzyszącej strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej polegającej na przebudowie istniejącej linii elektroenergetycznej 110 kV relacji GPZ Dęblin– GPZ Ryki.

Zakresem objęto działki o numerach ewidencyjnych:
- województwo lubelskie, powiat rycki, gmina Dęblin, obręb Dęblin, numery działek ewidencyjnych: 4067/5, 4067/3, 4067/4, 963/3, 963/5, 963/1, 961/1, 960, 4301/9, 4301/5, 4289/6, 4301/8, 4289/8, 2363/85, 2363/84, 4301/9, 4289/7, 4291/11, 2371/7, 2371/19, 2371/10, 2371/17, 2371/9, 2371/14, 2371/20, 2371/21, 4229/1, 2375/4, 2375/8, 2375/2, 2375/1, 4359, 4305, 2383/5, 2382, 2383/6, 2383/7, 2383/4, 2383/1, 2383/10, 3858, 2384/4, 2384/2, 2384/1, 3859, 2392/1, 2392/2, 2393/3, 2392/3, 4291/19, 4057/8.
Działki na których realizowana jest inwestycja objęte są skutkami, o których mowa w art. 22 ust. 1 i ust. 2 pkt 1, 2 i 3 oraz art. 22 ust. 1 w związku z ust. 5 ustawy.
Na części działek objętych inwestycją Inwestor posiada tytuł prawny do nieruchomości. W związku z powyższym działki te zostały wyłączone z zakresu w stosunku do którego decyzja o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji ma wywołać skutek, o którym mowa w art. 22 ust. 1 i ust. 2 pkt 1, 2 i 3 oraz art. 22 ust. 1 w związku z ust. 5 ustawy.

Zgodnie z art. 7 ust. 2 pkt 1 i ust. 5 ustawy, nieruchomości stanowiące własność Skarbu Państwa lub jednostki samorządu terytorialnego, objęte wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, nie mogą być przedmiotem obrotu w rozumieniu przepisów o gospodarce nieruchomościami do dnia, w którym decyzja stała się ostateczna. Czynność prawna z naruszeniem art. 7 ust. 2 pkt 1 ustawy jest nieważna.

Zgodnie z art. 7 ust. 2 pkt 2 i 3 ustawy, w odniesieniu do nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, do dnia w którym decyzja stała się ostateczna, nie wydaje się decyzji o pozwoleniu na budowę oraz decyzji o warunkach zabudowy i zagospodarowaniu terenu w rozumieniu ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, a toczące się postępowania ulegają zawieszeniu z mocy prawa.

Zgodnie z art. 7 ust. 4 ustawy, w przypadku gdy po doręczeniu zawiadomienia o wszczęciu postępowania o ustalenie lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, nastąpi:

1) zbycie własności lub prawa użytkowania wieczystego nieruchomości objętej przedmiotowym wnioskiem,

2) przeniesienie wskutek innego zdarzenia prawnego własności lub prawa użytkowania wieczystego nieruchomości objętej przedmiotowym wnioskiem,

- nabywca a w przypadku, o którym mowa w pkt 1, nabywca i zbywca są obowiązani do zgłoszenia właściwemu wojewodzie danych nowego właściciela lub użytkownika wieczystego. Niedokonanie zgłoszenia i prowadzenie postępowania bez udziału nowego właściciela lub użytkownika wieczystego nie stanowi podstawy do wznowienia postępowania.

Zgodnie z art. 7 ust. 1a ustawy oraz art. 10 i art. 73 Kpa, do czasu wydania decyzji, strony postępowania mogą zapoznać się osobiście lub przez pełnomocnika ze zgromadzonym materiałem i dowodami, wypowiedzieć się co do ich zawartości, składać wnioski oraz uzyskać wyjaśnienia dotyczące rozpatrywanej sprawy w Wydziale Infrastruktury Lubelskiego Urzędu Wojewódzkiego w Lublinie, ul. Lubomelska 1-3, pok. 1007 (X piętro), tel.: 81 74 24 368, za wyjątkiem środy.

Stosownie do art. 49 Kpa zawiadomienie uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia, w którym nastąpiło publiczne ogłoszenie poprzez obwieszczenie na tablicy ogłoszeń w Lubelskim Urzędzie Wojewódzkim, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz na stronie internetowej Lubelskiego Urzędu Wojewódzkiego, a także na tablicy ogłoszeń i w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miasta Dęblin oraz w prasie o zasięgu ogólnopolskim.

Data publicznego obwieszczenia: 24 września 2026 r.

Z upoważnienia Wojewody Lubelskiego
/-/
Michał Zdun
Dyrektor
Wydziału Infrastruktury

eprasa.pl 1d493a40cf

wyborcza

STOŁECZNA

Czwartek, 24 września 2026 | Redaktor prowadząca **Małgorzata Bujara** warszawa.wyborcza.pl | Kontakt z redakcją: stoleczna@wyborcza.pl

SOR szpitala dziecięcego WUM

Bunt pielęgniarek i ratowników

Od 1 października ze SOR-u dla dzieci odejdzie 40 osób z zespołu ratowniczo-pielęgniarskiego. Ratownik z Dziecięcego Szpitala Klinicznego wprost mówi o zagrożeniu bezpieczeństwa pacjentów, bo cały zespół liczy 55 osób.

Magda Roszkowska

„Nasze koleżanki i koledzy zostali postawieni przez dyrekcję placówki przed koniecznością udziału w konkursie, którego celem było obniżenie dotychczasowych stawek godzinowych personelu ratowniczo-pielęgniarskiego" – czytam we wpisie z 18 września na platformie społecznościowej zrzeszającej środowisko ratowników medycznych.

Placówka, o której mowa, to Dziecięcy Szpital Kliniczny Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego przy ulicy Żwirki i Wigury. Dyrekcja rozpisała konkurs ofert na stanowiska ratowników medycznych i pielęgniarek pracujących w SOR dla dzieci. Z wpisu wynika, że ze względu na proponowane stawki w konkursie odrzucono 40 ofert ratowników i pielęgniarek. W związku z tym od 1 października z dziecięcym SOR-em pożegna się kilkudziesięciu pracowników.

SOR w Dziecięcym Szpitalu Klinicznym istnieje od dekady. To drugi taki oddział w województwie mazowieckim przeznaczony wyłącznie dla dzieci, a co istotniejsze jedyne na tym obszarze Centrum Urazowe dysponujące zapleczem ortopedycznym, chirurgicznym i neurochirurgicznym, gdzie trafiają mali pacjenci w najcięższych stanach.

Są tam transportowani śmigłowcami z całego województwa. Codziennie oddział przyjmuje około 150 dzieci.

Żądania personelu

Barbara Mietkowska, rzeczniczka prasowa Uniwersyteckiego Centrum Klinicznego WUM odmawia komentarza, bo trwają negocjacje z personelem. Nieoficjalnie od osoby z kręgu dyrekcji dowiedziałam się, że o żadnych obniżkach nie było mowy. Przeciwnie, 40 osób z dotychczasowego personelu SOR-u – zarówno ratownicy, jak i pielęgniarki – domagało się od szpitala podwyżek. Placówce zależało, by zostali, ale w tej chwili ich żądań nie można spełnić, bo sytuacja w służbie zdrowia jest trudna. Konkurs rozpisano, ponieważ te osoby są zatrudnione na rocznych kontraktach, które się właśnie kończyły. W nowych umowach dyrekcja chciała utrzymać pensje na dotychczasowym poziomie. Dowiaduję się, że stawka godzinowa wynosiła w ostatnim czasie około 90 zł brutto za godzinę, natomiast personel domagał się jej zwiększenia do ok. 100 zł. – Przy czym do tych 90 zł trzeba jeszcze doliczyć dodatki za święta, noce i weekendy. Faktycznie te osoby zarabiały znacznie więcej – słyszę.

Mój informator ujawnił, że do tej pory część z 40 członków zespołu „powróciła jednak na łono rodziny", to znaczy dogadała się i zostaje w placówce na starych warunkach. Do tego w ramach konkursu podpisano już kontrakty z sześcioma nowymi osobami, które od 1 października rozpoczną pracę na SOR. – Nie ma takiej opcji, by oddział został bez ratowników, a dzieci – bez pomocy – słyszę od mojego informatora.

Ratownicy: Przedstawili nam niekorzystne warunki

– Wraz ze mną z oddziałem pożegna się 39 osób: ratowników i pielęgniarek. Ze starego zespołu nikt nie przystał na warunki dyrekcji, a sytuacja jest znacznie bardziej skomplikowana niż pani przedstawiono – mówi jeden z ratowników i wyjaśnia: personel ratowniczo-pielęgniarski na SOR-ze liczy ok. 55 osób, z których ok. 15 to pracownicy etatowi. Reszta co roku uczestniczy w konkursie ofert i podpisuje ze szpitalem kontrakty. Co roku ich stawki godzinowe nieznacznie rosły, choć ratownicy medyczni w tym szpitalu zawsze zarabiali mniej od pielęgniarek. Sytuacja pielęgniarek jest jeszcze inna: ich stawka godzinowa wynosiła bazową kwotę, która powiększała się o dodatkowe 5 złotych, jeżeli pielęgniarka w danym miesiącu przepracowała ponad 240 godzin. – Dyrekcja uznawała te kilka złotych od godziny za dodatek do pensji, ale w praktyce dla większości pielęgniarek było to po prostu comiesięczne wynagrodzenie, ponieważ praca na SOR-ze w wymiarze ponad 240 h nie jest rzadką praktyką – wyjaśnia ratownik.

Dyrekcja wykreśliła jednak z nowych kontraktów zapis o 5 zł. Pielęgniarki, aby nie tracić dotychczasowego stałego wynagrodzenia wynikającego z dodatku, zaproponowały zwiększenie stawki godzinowej (bez dodatku). – Z kolei ratownicy proponowali wyrównanie swoich stawek do tych pielęgniarskich – podsumowuje ratownik. Co istotne, szpital chciał tym razem podpisać z personelem kontrakty na dwa lata.

Nie ma takiej opcji, by oddział został bez ratowników, a dzieci – bez pomocy

– Nie dość, że przedstawili nam niekorzystne warunki, to jeszcze chcieli je utrzymać dłużej – denerwuje się mój rozmówca.

To naiwność

Pytam go, co stanie się po 1 października, skoro na razie na SOR-ze brakuje 34 pracowników – Zapewne do naszego Centrum Urazowego będą delegowane pielęgniarki z innych oddziałów szpitala, które na co dzień nie wykonują medycznych czynności ratunkowych i nie znają specyfiki tej pracy. Te transfery, wbrew temu co twierdzi dyrekcja, ani nie zapełnią braków personelu, ani nie odtworzą jakości, która cechowała nasz SOR – podkreśla i dodaje, że do właściwie prowadzonej resuscytacji dziecka potrzebnych jest pięć osób. Na jednej zmianie pracuje zaś zwykle 12 członków personelu SOR. – Tymczasem dziś wiadomo, że od 1 października zespół ratowniczo-pielęgniarski będzie liczył 15 pracowników etatowych i sześć osób zatrudnionych na kontraktach. Twierdzenie, że w takich okolicznościach bezpieczeństwo pacjentów nie będzie zagrożone, jest, najdelikatniej mówiąc, naiwnością – kończy.

Nowa iluminacja

MILION ŚWIATEŁ

Warszawa będzie mieć nową iluminację świąteczną, która od 4 grudnia rozświetli nie tylko Trakt Królewski, Stare i Nowe Miasto, ale też ulice i place w przechodzącym metamorfozę centrum – na Marszałkowskiej, Chmielnej, Złotej czy Zgodzie. Ta lista ma się sukcesywnie wydłużać. Przewidziano prawie tysiąc dekoracji i milion punktów z oświetleniem ledowym. W całoroczny ogród świateł już 15 października zamieni się Park Świętokrzyski. Wczoraj ogłosił to tutaj prezydent Rafał Trzaskowski – Zarząd Dróg Miejskich podpisał trzy umowy z firmą Multidecor do 2029 r. za 53,5 mln zł. Szef ZDM Łukasz Puchalski podkreślał, że to jedna trzecia kwoty odzyskanej przez stolicę dzięki zainstalowaniu w ostatnich latach energooszczędnych latarni ulicznych.

Jarosław Osowski



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

eprasa.pl 1d493a40cf

Zwierzęta w mieście

Radny chce strzelać do dzików z łuku

Radni Mazowsza uznali, że z dzikami trzeba się rozprawić szybko i skutecznie. Zaskoczył Jakub Kowalski z PiS: – Powinniśmy apelować do władz o zmianę prawa łowieckiego, żeby do dzików można było strzelać z łuku myśliwskiego.



• **Dziki w mieście** FOT. ROBERT ROBASZEWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Jakub Chełmiński

Uchwały w sprawie ograniczenia populacji dzików na terenie Warszawy nie było w porządku obrad, ale tuż po rozpoczęciu sesji zgłosił go marszałek Mazowsza Adam Struzik (PSL). Chodzi o to, żeby uśmiercać w Warszawie dziki, jeśli spełniają którąś z tych przesłanek:

• trwale utraciły naturalny lęk przed człowiekiem (synantropizacja);
• bytują lub regularnie nachodzą na tereny zurbanizowane, obszary o równej lub zwartej zabudowie mieszkaniowej, użyteczności publicznej oraz rekreacyjnej;
• przebywają w pasach drogowych dróg publicznych.

W praktyce dotyczy to wszystkich dzików w mieście, bo wszystkie utraciły lęk przed człowiekiem. Uchwała nie wprowadza też limitów na ich zabijanie. A to ma się odbywać albo przez odstrzał (w Warszawie rzadziej stosowany ze względu na warunki) lub usypanie, a potem uśmiercenie. Tu ważny szczegół: to rozwiązanie jest nie w smak myśliwym, bo tuszę zwierzęcia z podaną trucizną trzeba zutylizować, nie można jej zjeść ani sprzedać.

Dopychanie uchwały kolanem

Przeciwko takiej uchwale był, zaskakująco, Artur Czapliński z PiS, którego jednak nie oburzyło meritum, a ekspresowy tryb procedowania: – Partyzanckie wprowadzanie tej uchwały spowodowane jest strachem przed mieszkańcami Warszawy. To jest dopychanie kolanem, bo boicie się ruchów miejskich – mówił Czapliński.

Tomasz Krasowski, dyrektor Departamentu Polityki Ekologicznej, Geologii i Łowiectwa i marszałek Adam Struzik tłumaczyli, że pośpiech wynika z troski o bezpieczeństwo mieszkańców. Krasowski precyzował, że uchwała była konsultowana z organizacjami: – W Regionalnej Radzie Ochrony Przyrody zyskała poparcie przy dziewięciu głosach za i sześciu przeciw. Liga Ochrony Przyrody nie odpowiedziała, co zostało przyjęte jako milczącą zgodę. Polski Związek Łowiecki miał wątpliwości co do niektórych zapisów, ale zostały wyjaśnione – tłumaczył Krasowski, który nie tylko jest urzędnikiem u marszałka, ale też wysoko postawionym myśliwym – jednym z zastępców Marcina Możdżonka, prezesa Naczelnej Rady Łowieckiej.

> *Strzały nie zawsze zadają śmiertelne rany, przysparzając zwierzętom niepotrzebnego cierpienia. W dodatku zraniony dzik może być w warunkach miejskich niebezpieczny dla mieszkańców*

– To, że wypowiedzieli się myśliwi, a nie mieszkańcy Warszawy, jest absurdalne. Problem jest moralnie trudny, nie zaprzeczam, że kwestia dzików na terenie zabudowanym jest problemem, ale moim zdaniem to wymaga szerszej dyskusji – komentował radny Czapliński.

A może strzelać z łuku lub tłumikiem?

Radni PiS nie byli jednak zgodni w swoich opiniach. Jakub Kowalski poparł uchwałę, ale czuł niedosyt.

– Problem pęcznieje z tygodnia na tydzień. Również w Radomiu, w którym mieszkam. Przede wszystkim powinniśmy apelować do władz państwowych o zmianę prawa łowieckiego, żeby do dzików można było strzelać z łuku myśliwskiego. Madryt ma 55 takich łuczników, w Berlinie strzela się z tłumikiem – mówił i przekonywał, że radni powinni przyjąć stanowisko w sprawie zmiany prawa łowieckiego.

W Madrycie faktycznie działa grupa licencjonowanych łuczników SCAES (Servicio de Control con Arco de Especies Silvestres). Ich działalność ma jednak krytyków, jak całe myślistwo z łukiem. Strzały nie zawsze zadają śmiertelne rany, przysparzając zwierzętom niepotrzebnego cierpienia. W dodatku zraniony dzik może być w warunkach miejskich niebezpieczny dla mieszkańców.

Bardziej merytorycznie wypowiedział się radny Leszek Przybytniak, sadownik z PSL: – To my wchodzimy z zabudową do lasów. Urbanizacja niszczy miejsca bytowe zwierzyny leśnej, dzikiej. I musimy przeciw temu działać – stwierdził, ale uchwałę poparł.

A co z innymi metodami?

Radna Paulina Piechna-Więckiewicz z Lewicy wytknęła, że skoro to władze Warszawy wystąpiły o wprowadzenie radykalnych rozwiązań, to ktoś z przedstawicieli stołecznego ratusza powinien być na sesji sejmiku i odpowiadać na pytania.

– Chciałam zapytać, czy ktoś z miasta mógłby opowiedzieć, jakie są wyniki prac zespołu powołanego do rozwiązania problemu nadmiernej populacji dzików – mówiła Piechna-Więckiewicz, przy czym zgodziła się, że problem dużej populacji dzików faktycznie istnieje.

Przypomnijmy, że miejski zespół powołano w czerwcu, a więc kilka miesięcy po wystąpieniu przez stołeczny ratusz do sejmiku o uchwałę. Radna Lewicy powołała się na pozytywne doświadczenia Gdyni.

– Chciałam usłyszeć, czy w Warszawie wyczerpano wachlarz różnych możliwości? Przedstawiciel prezydenta powinien odpowiedzieć na takie pytania – mówiła.

Radni KO, PSL i PiS byli jednak w większości zgodni, że uchwałę trzeba przyjąć. Głosowali za nią m.in. burmistrzowie warszawskich dzielnic, którzy są też radnymi w sejmiku: Anna Majchrzak z Białołęki, Tomasz Kucharski z Pragi Południe, Ludwik Rakowski z Wilanowa, Krzysztof Strzałkowski z Woli, a z PiS Błażej Poboży czy Zdzisław Sipiera.

Uchwała wejdzie w życie w 14 dni po opublikowaniu w „Dzienniku Urzędowym Województwa Mazowieckiego". A z tempa prac nad nią wynika, że do publikacji dojdzie bardzo szybko. ●

OGŁOSZENIE PŁATNE Białystok/34453758

ZASTĘPCA PREZYDENTA MIASTA
BIAŁEGOSTOKU
ul. Słonimska 1, 15-950 Białystok

URB-VII.6721.2.6.2026 Białystok, 22 września 2026 r.

OGŁOSZENIE
O ROZPOCZĘCIU KONSULTACJI SPOŁECZNYCH

projektu zintegrowanego planu inwestycyjnego części osiedla Starosielce w Białymstoku w rejonie ul. Ks. J. Popiełuszki i ul. Technicznej

Napodstawieart.37ecust.2pkt4lit.diust.5wzwiązkuzart.8hust.1ustawyzdnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 z późn. zm) i uchwały Nr VIII/114/24 Rada Miasta Białystok z dnia 21 listopada 2024 r. oraz art. 39 ust. 1, art. 40, w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2026 r. poz. 670 z późn. zm), w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych projektu zintegrowanego planu inwestycyjnego części osiedla Starosielce w Białymstoku w rejonie ul. Ks. J. Popiełuszki i ul. Technicznej.

Ww. projekt zintegrowanego planu inwestycyjnego wraz z uzasadnieniem oraz prognozą oddziaływania na środowisko, a także projektem umowy urbanistycznej będzie udostępniony w siedzibie Departamentu Urbanistyki Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. dr I. Białówny 11 (II piętro) w godzinach pracy Urzędu oraz dostępny w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Miejskiego w Białymstoku pod adresem:

https://bip.bialystok.pl/rozwoj_gminy/zagospodarowanie-przestrzenne/wnioski-o-uchwalenie-zintegrowanych-planow-inwestycyjnych/zintegrowane-plany-inwestycyjne/zintegrowany-plan-inwestycyjny-czesci-osiedla-starosielce-w-bialymstoku-w-rejonie-ul-ks-j-popieluszki-i-technicznej.html

W zakładce: Procedura ZPI.

Osoby chcące zapoznać się z ustaleniami projektu planu miejscowego w siedzibie Departamentu, zachęca się do wcześniejszego telefonicznego umówienia wizyty pod nr telefonów: 85 869 6603 lub 85 869 6608.

Zgodnie z art. 8g ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz art. 39 ust. 1 pkt 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku (…), można wnosić uwagi dotyczące ustaleń przyjętych w projekcie zintegrowanego planu inwestycyjnego i prognozie oddziaływania na środowisko. Uwagi należy kierować do Prezydenta Miasta Białegostoku.

Uwagi do projektu zintegrowanego planu inwestycyjnego można wnosić w terminie od 24 września 2026 r. do 15 października 2026 r. (włącznie) – okres ten stanowi jednocześnie czas trwania konsultacji społecznych i wynosi co najmniej 21 dni.

Uwagi do projektu planu składa się wyłącznie na formularzu, którego wzór został określony w rozporządzeniu Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. z 2023 r. poz. 2509 w postaci papierowej lub elektronicznej, osobiście, bądź za pośrednictwem poczty (na adres: Urząd Miejski w Białymstoku, Departament Urbanistyki, ul. Słonimska 1, 15-950 Białystok lub Departament Urbanistyki, ul. dr I. Białówny 11, 15-437 Białystok) lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej (na adres e-mail: du@um.bialystok.pl lub za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej ePUAP lub e-Doręczeń). Wzór ww. formularza jest dostępny na stronie:
https://bip.bialystok.pl/rozwoj_gminy/zagospodarowanie-przestrzenne/formularze.html

Składający uwagę do projektu planu zobowiązany jest podać swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą.

Uwagi do prognozy oddziaływania na środowisko można składać w formie pisemnej (na adres: Urząd Miejski w Białymstoku, Departament Urbanistyki, ul. Słonimska 1, 15-950 Białystok), ustnej do protokołu (w siedzibie Departamentu Urbanistyki Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. dr I. Białówny 11, pok. 223 – po wcześniejszym telefonicznym umówieniu się z pracownikiem prowadzącym sprawę, tel. 85 869 6673; 85 869 6603 lub 85 869 6608) lub za pomocą środków komunikacji elektronicznej, bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym (na adres e-mail: du@um.bialystok.pl, za pomocą ePUAP lub e-Doręczeń).

ZASTĘPCA PREZYDENTA MIASTA
Rafał Rudnicki

Administratorem danych jest Prezydent Miasta Białegostoku. Dane będą przetwarzane w celu prowadzenia postępowania wskazanego w ogłoszeniu. Wnioskodawcom przysługują prawa: do żądania dostępu do własnych danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania lub wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania. Więcej informacji o przetwarzaniu danych osobowych i realizacji praw znajduje się pod adresem https://bip.bialystok.pl/rozwoj_gminy/zagospodarowanie-przestrzenne/formularze.html

eprasa.pl 1d493a40cf

Nowe centra danych przymierzane pod Warszawą

Bunt w Piasecznie, obawy w Regułach

Plany budowy centrum danych w rejonie ul. Energetycznej wzbudziły w ostatnich dniach wiele protestów mieszkańców Piaseczna. Teraz okazało się, że taka inwestycja jest przymierzana także w innej części gminy. Odżyły też plany budowy wielkiej serwerowni w Regułach pod Warszawą.

Michał Wojtczuk



• **16.09.2026 roku, Piaseczno, ul. Energetyczna. Protest mieszkańców przeciw budowie serwerowni Data Center** FOT. KUBA ATYS / AGENCJA WYBORCZA.PL

– Na dziś centrum danych w Bobrowcu nie może powstać – podkreśla w rozmowie z „Wyborczą" Robert Widz, wiceburmistrz Piaseczna. Kluczowe w tej wypowiedzi są słowa „na dziś".

Centrum danych w Bobrowcu?

W Piasecznie temat centrum danych jest drażliwy. W ostatnich dniach mieszkańcy sołectwa Józefosław protestowali przeciwko budowie takiego obiektu w rejonie ul. Energetycznej. Największe obawy związane są z hałasem oraz z wodą, której serwerownia tych rozmiarów potrzebuje do chłodzenia. A w Józefosławiu od dawna są kłopoty ze słabym ciśnieniem wody w kranach. Władze Piaseczna przekonują, że dane o poborze wody, zapisane w decyzji środowiskowej są błędnie interpretowane i wody dla Józefosławia nie zabraknie. Ale to nie rozwiało protestów. Kolejna próba nastąpi we wtorek 29 września o g. 18. na spotkaniu z inwestorem w podstawówce w Józefosławiu.

W ostatnich dniach w Piasecznie pojawiły się informacje o tym, że kolejne centrum danych może powstać w innej części gminy: w sołectwie Bobrowiec, w pobliżu trasy ekspresowej S7. Posypały się żądania wyjaśnień od władz gminy. Obszerny wniosek złożył Maciej Dłużniewski, sołtys Józefosławia, który jest też piaseczyńskim radnym. – Inwestycja budzi niepokój wśród mieszkańców – tłumaczy.

Na spotkanie z naczelnik wydziału architektoniczno-budowlanego wybrała się też sołtys Bobrowca, Agnieszka Markiewicz. Po spotkaniu pani sołtys zakomunikowała w poniedziałek: „uzyskałam kluczową informację: ta inwestycja nie może zostać zrealizowana". Tak samo twierdzi piaseczyński urząd gminy.

Piaseczyńscy urzędnicy w 2025 r. wydali dla dla centrum danych w sąsiedztwie klubu jeździeckiego w rejonie ul. Żwirowej w Bobrowcu decyzję środowiskową – to jeden z dokumentów, który trzeba uzyskać, planując inwestycję. Wcześniej, jeszcze w 2023 r. inwestor wystąpił o tzw. warunki zabudowy (na ich podstawie można dostać pozwolenie na budowę). Gmina wydała „wuzetkę", ale decyzja została zaskarżona do Samorządowego Kolegium Odwoławczego. SKO tę decyzję uchyliło, a inwestor nie złożył odwołania.

Dziś nie ma możliwości uzyskania nowej wuzetki: w gminach, które nie uchwaliły tzw. planu ogólnego do 31 sierpnia, nie można wydawać warunków zabudowy.

Temat może wrócić po uchwaleniu przez Piaseczno planu ogólnego. W projekcie tego dokumentu rejon ul. Żwirowej, w związku z sąsiedztwem ekspresówki, przeznaczono na tzw. strefę przemysłową, z przeznaczeniem np. na hale produkcyjne czy magazynowe. Prawdopodobnie w tej kategorii zmieściłoby się także centrum danych.

Burmistrz Piaseczna Daniel Putkiewicz narzeka, że prawo w Polsce nie nadąża za biznesem: centra danych na przykład nie są wpisane na listę przedsięwzięć mogących znacząco wpłynąć na środowisko. Ten wykaz jest przestarzały, nie zaktualizowano go, mimo, że pierwsze serwerownie powstały już w Polsce lata temu.

Operatorzy centrów danych coraz częściej rozważają budowy takich obiektów w Polsce. Między innymi dlatego, że na zachodzie Europy zaczynają się pojawiać problemy z niedoborem mocy przyłączeniowych w sieciach energetycznych. Z tego powodu np. w rejonie Dublina wprowadzono nieformalne moratorium na budowę nowych serwerowni.

Właśnie dostępność dwóch krzyżujących się linii energetycznych jako atut przedstawiała francuska firma Data4, które kilka miesięcy temu oddała do użytku rozbudowane centrum danych w Jawczycach w podwarszawskim Ożarowie Mazowieckim. W uroczystości otwarcia uczestniczył minister finansów Andrzej Domański. Przekonywał, że takie serwerownie są potrzebne, mówił: „centra obliczeniowe to fabryki XXI" i przekonywał: – W świecie, w którym dane i moc obliczeniowa stają się krytycznym zasobem, infrastruktura cyfrowa to zarówno wsparcie dla gospodarki, jak i bezpieczeństwo państwa.

Na zachodzie centra obliczeniowe są krytykowane za to, że zużywają do chłodzenia gigantyczne ilości wody. Ale operator centrum danych w Jawczycach podkreślał, że ten obiekt działa w zupełnie innej technologii: woda do chłodzenia krąży w instalacji w obiegu zamkniętym. – Pomijając jakieś awarie czy nieszczelności, po napełnieniu systemu w ogóle nie pobieramy dodatkowej wody z zewnątrz – zapewnił.

Plan budowy centrum danych w Regułach

Niepokoje związane z wielką serwerownią pojawiają się także w Regułach w podwarszawskiej gminie Michałowice. Tam niedawno odżył projekt takiej inwestycji, którą chce zrealizować firma Hillwood.

W pierwszej chwili wydawało się, że to lepsze rozwiązanie, niż centrum logistyczne przymierzane w tym miejscu. Ale po dokładnym przyjrzeniu się inwestycji mieszkańcy w ub. r. narzekali: – To de facto obiekt przemysłowy z dużą bazą paliwową, który ma powstać zaledwie 30 metrów od zabudowań jednorodzinnych!

Teraz Hillwood wraca ze zmienionym projektem, m.in. pomniejszył budynki i odsunął je od zabudowań mieszkalnych. Inwestor zapewnia, że przez zdecydowaną większość roku obiekt będzie funkcjonował w obiegu zamkniętym bez dodatkowego poboru wody. Choć przyznał, że w najgorętsze dni będzie musiał uzupełniać wodę.

Firma opublikowała zmieniony projekt inwestycji w Regułach, zapowiada, że zacznie od najmniejszego z czterech budynków. ●

Alkohol

Warszawa chwali się ukcesem nocnej prohibicji

Minęły trzy miesiące od wprowadzenia nocnej prohibicji w Warszawie. Władze miasta, choć przed zakazem bardzo się broniły, dziś chwalą się jego efektami.

Warszawa ogłasza sukces nocnej prohibicji. Jak informuje stołeczny ratusz, po pierwszych trzech miesiącach obowiązywania ograniczenia sprzedaży alkoholu na terenie całego miasta służby zauważyły poprawę w statystykach dotyczących bezpieczeństwa. Mniej interwencji zanotowała zarówno straż miejska, jak i policja.

Od 1 czerwca 2026 roku na wszystkich stacjach benzynowych i w sklepach alkoholu nie kupimy między godz. 22 a godz. 6. Wcześniej, od 1 listopada 2025 roku, zakaz obowiązywał jedynie w Śródmieściu i na Pradze Północ. Tam nowe przepisy dały dobre efekty. W zestawieniu stycznia 2026 i 2025 roku w godzinach nocnych zanotowano o 27 proc. interwencji straży miejskiej mniej. Podobnie było na Pradze.

Najpierw kryzys wizerunkowy, teraz sukces

Cała sprawa budziła w Warszawie ogromne emocje. We wrześniu 2025 roku działacze KO zmusili prezydenta Rafała Trzaskowskiego, by wycofał swój projekt uchwały w tej sprawie. Początkowo zresztą prezydent sam był w tej kwestii oporny i regularnie straszył, że zakaz spowoduje powrót alkoholowych melin. Po czasie zauważył jednak, że nastroje społeczne w stolicy są inne. Potem dostrzegli to także pozostali działacze, ale najpierw zafundowali sobie potężny kryzys wizerunkowy.

Nocna prohibicja to w dużych polskich miastach rozwiązanie stosowane powszechnie i w każdym z nich efekty są pozytywne. Od lat mówili o tym działacze Miasto Jest Nasze i Lewicy, którzy walczyli o podobne rozwiązanie w Warszawie. W końcu pod naciskiem społeczeństwa przyznać musieli to również miejscy radni KO, którzy ostatecznie przegłosowali uchwałę w tej sprawie.

Mimo że działacze KO miesiącami straszyli melinami, niszczeniem przedsiębiorczości i odbieraniem wolnego wyboru, to po wprowadzeniu zakazu ulicami Warszawy nie zaczął płynąć nielegalny alkohol. Było co prawda kilka incydentów takich jak monopolowy przy Nowym Świecie zmieniający się nocą w bar, ale policja nie informowała o innych problemach.

Mniej interwencji służb

Teraz, po trzech miesiącach zakazu w całym mieście, urzędnicy ogłaszają sukces. Wszystko za sprawą statystyk dostarczonych przez służby. Od czerwca do sierpnia 2026 roku liczba nocnych działań straży miejskiej zmniejszyła się o 3,8 proc. w porównaniu z tym samym okresem w ubiegłym roku. Z kolei policja zanotowała spadek liczby interwencji związanych ze spożywaniem alkoholu w miejscu publicznym o 8,9 proc., a wykroczeń aż o 15,3 proc.

Liczba interwencji straży miejskiej w ujęciu całodobowym wzrosła o 0,6 proc., co oznacza, że pozytywna zmiana dotyczy głównie nocy. Według statystyk przed prohibicją w aż 11 z 18 dzielnic najwięcej nocnych interwencji służb generowały sklepy całodobowe.

„Jednocześnie nie widać negatywnego wpływu tego ograniczenia na rynek sprzedaży alkoholu. Liczba zezwoleń i punktów sprzedaży pozostaje na niemal niezmienionym poziomie" – czytamy w komunikacie stołecznego ratusza.

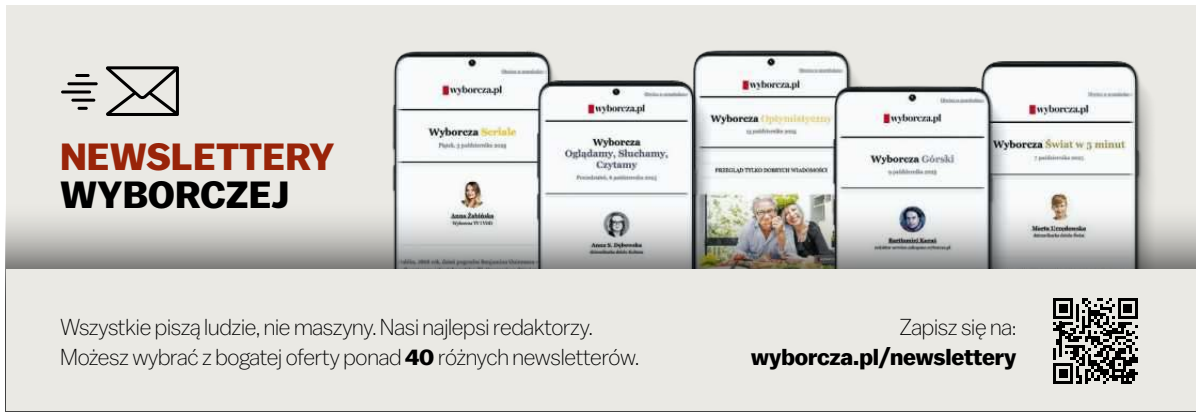
Miasto kontroluje też sytuację na rynku sprzedaży alkoholu. Najnowsze dane pokazują, że liczba zezwoleń oraz punktów sprzedaży pozostaje na stabilnym poziomie. W sierpniu 2026 r. w Warszawie obowiązywało 15 819 aktywnych zezwoleń na sprzedaż alkoholu – 94,8 proc. ustalonego limitu. To o 1,2 proc. mniej niż w październiku 2025 r., czyli przed rozpoczęciem pilotażu, i praktycznie tyle samo co w maju 2026 r.

Wszystko wskazuje więc na to, że wbrew apokaliptycznym wizjom niektórych polityków wprowadzenie nocnej prohibicji w Warszawie nie tylko nie dało impulsu do powstawania alkoholowych melin, ale też nie zaszkodziło przedsiębiorcom. Ulżyło z kolei służbom i mieszkańcom, którzy bardziej niż alkoholowe libacje na skwerku cenią sobie spokojny sen. A przynajmniej tak sytuacja wygląda po pierwszych trzech miesiącach. ●

Miłosz Piotrowski

1 WA

eprasa.pl 1d493a40cf



Informator usług funeralnych

WOLA

Exitus

Al. Solidarności 147,
dyżur całodobowy tel. 22 620 24 18,
vis a vis Urzędu Warszawa Wola

34440335

WOLA

AMBER

Młynarska 52,
tel. całodobowy 501 796 471

34440609

WOLA

DOM POGRZEBOWY „BABICE”

ul. Okulickiego 5C, 05-082 Stare Babice
tel. całodobowy 602 11 89 49
www.babice.com.pl

34440332

Z wielkim smutkiem dzielimy się wiadomością,
że 19 września 2026 roku w Paryżu zmarł

ŚP

Andrzej Molgan

architekt .... dusza człowiek, wspaniały gość, kumpel, kolega
i radosny przyjaciel o wielkim sercu....

Przyjaciele z nad Sekwany

www.nekrologi.wyborcza.pl/34453803

Beato, Hubercie, Agatko i Adasiu

płaczemy razem z Wami z powodu straty

Stefana

Mirka i Adam

www.nekrologi.wyborcza.pl/34453415

Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Iwony Gradowskiej-Olszewskiej

osoby od wielu lat związanej z Izbą Gospodarczą „FARMACJA POLSKA”
reprezentującej firmę Egis Polska,
cenionej za swoją życzliwość, profesjonalizm i zaangażowanie.

W tych trudnych chwilach łączymy się w bólu z

Rodziną, Bliskimi
a także współpracownikami Egis

Składamy szczere wyrazy współczucia oraz słowa wsparcia i otuchy

Izba Gospodarcza „FARMACJA POLSKA”

www.nekrologi.wyborcza.pl/34453500

Z ogromnym żalem i smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

Mamy

naszego kolegi

Konrada Jastrzębia

Szczere kondolencje oraz wyrazy głębokiego współczucia
w tym trudnym czasie

Konradowi, Rodzinie i Najbliższym

składają

koleżanki i koledzy z TFI PZU SA

www.nekrologi.wyborcza.pl/34453938



eprasa.pl 1d493a40cf

OBWIESZCZENIE
Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Lublinie z dnia 24 września 2026 r.

Na podstawie art. 19 ust. 1a ustawy z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 13 z późn.zm), zgodnie z art. 39 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 670 z późn.zm.) oraz § 3 rozporządzenia Ministra Środowiska z dnia 12 maja 2005 r. w sprawie sporządzania projektu planu ochrony dla rezerwatu przyrody i parku krajobrazowego, dokonywania zmian w tym planie oraz ochrony zasobów, tworów i składników przyrody (Dz. U. 2005 nr 94 poz. 794), Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Lublinie zawiadamia o przystąpieniu do opracowania projektów planów ochrony dla rezerwatów przyrody:

1. „Kurhany-Namule" – położonego na terenie powiatu krasnostawskiego, gminy Krasnystaw;
2. „Starodrzew Sosnowy" – położonego na terenie powiatu chełmskiego, gminy Chełm;

Plany ochrony będą opracowane na okres 20 lat. Będą podstawowym narzędziem do zarządzania ochroną zasobów przyrodniczych w rezerwatach przyrody.

Jednocześnie informuje się o:

1) możliwości zapoznania się z założeniami do opracowania planów ochrony ww. rezerwatów przyrody począwszy od dnia 25 września 2026 r.:
   - na stronie internetowej: BIP Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Lublinie w zakładce: „Obwieszczenia i zawiadomienia" https://www.gov.pl/web/rdos – lublin/obwieszczenia-i-zawiadomienia2 ;
   - na stronie internetowej https://edrzwi.rdos.lublin.pl/ w zakładce e-KONSULTACJE ;
   - w siedzibie Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Lublinie przy ul. Bazylianówka 46, 20-144 Lublin, w dni robocze w godzina 8^{00} – 15^{00};
2) możliwości składania przez wszystkich zainteresowanych uwag, wniosków i postulatów, które będą rozpatrzone w trakcie prac nad planami ochrony:
   - w formie pisemnej na adres: Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Lublinie, ul. Bazylianówka 46, 20-144 Lublin;
   - w formie ustnej do protokołu w siedzibie RDOŚ;
   - za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej (bez opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym) na adres e-mail: sekretariat.@lublin.rdos.gov.pl ;
   - na skrzynkę podawczą Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Lublinie na platformie ePUAP: /rdoslublin/SkrytkaESP ;
   - za pośrednictwem e-Doręczeń na adres elektroniczny Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Lublinie – AE:PL-50371-54144-VAEVC-12 ;

w terminie 21 dni, od dnia 25 września 2026 r.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Lublinie.

Opracowanie planów ochrony dla rezerwatów przyrody współfinansowane jest przez Unię Europejską ze środków programu Fundusze Europejskie dla Lubelskiego 2021-2027, w ramach projektu **„Lubelskie rezerwaty – opracowanie planów ochrony, jako narzędzia efektywnego zarządzania zasobami przyrody"** nr. FELU.03.09-IŻ.00-0002/24-00.

Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska
w Lublinie
Beata Sielewicz

Fundusze Europejskie dla Lubelskiego | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | lubelskie Smakuj życie!

Lublin/34453598

Warszawa Śródmieście

Burmistrz Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy i Zakład Gospodarowania Nieruchomościami w Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy informują, że na Elektronicznej Tablicy Ogłoszeń Urzędu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy przy ul. Nowogrodzkiej 43

został zamieszczony na okres 21 dni

WYKAZ LOKALI UŻYTKOWYCH
przeznaczonych do najmu w drodze ustnego konkursu ofert – licytacji
stanowiący załącznik do Uchwały nr 5357/2026 z 02.09.2026 r.
Zarządu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy

WYKAZ LOKALU UŻYTKOWEGO
usytuowanego w budynku przy al. Wyzwolenia 3/5 o powierzchni ogólnej 85,58 m², przeznaczonego do najmu poza konkursem ofert na rzecz „Integracji" Stowarzyszenia Rodzin i Przyjaciół Osób z Zaburzeniami Psychicznymi
stanowiący załącznik do Uchwały nr 5358/2026 z 02.09.2026 r.
Zarządu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy

WYKAZ STANOWISK W HALACH GARAŻOWYCH
przeznaczonych do najmu w drodze ustnego konkursu ofert – licytacji
stanowiący załącznik do Uchwały nr 5375/2026 z 02.09.2026 r.
Zarządu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy

WYKAZ LOKALU UŻYTKOWEGO
usytuowanego w budynku przy ul. Nowogrodzkiej 17 o powierzchni ogólnej 288,22 m², przeznaczonego do najmu poza konkursem ofert na rzecz Kuratorium Oświaty w Warszawie
stanowiący załącznik do Uchwały nr 5379/2026 z 02.09.2026 r.
Zarządu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy

WYKAZ LOKALI UŻYTKOWYCH
przeznaczonych do najmu w drodze ustnego konkursu ofert – licytacji
stanowiący załącznik do Uchwały nr 5434/2026 z 16.09.2026 r.
Zarządu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy

WYKAZ LOKALU – PRACOWNI TWÓRCZEJ
przeznaczonego do najmu w drodze konkursu ofert
stanowiący załącznik do Uchwały nr 5435/2026 z 16.09.2026 r.
Zarządu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy

WYKAZ LOKALU UŻYTKOWEGO
usytuowanego w budynku przy ul. Chmielnej 14 o powierzchni ogólnej 196,80 m², przeznaczonego do najmu poza konkursem ofert na rzecz Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej Warszawa Wola-Śródmieście
stanowiący załącznik do Uchwały nr 5446/2026 z 16.09.2026 r.
Zarządu Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy

Wersja elektroniczna wykazów jest dostępna na stronie internetowej
https://srodmiescie.um.warszawa.pl/
https://zgn.waw.pl

Warszawa/34453538

GAZETA wyborcza
DLA FIRM, URZĘDÓW I INSTYTUCJI

Przetargi,
licytacje,
zamówienia
publiczne

Ogłoszenia
sądowe
i rekrutacyjne

Nekrologi,
kondolencje,
wspomnienia



KONTAKT:

kontakt_komunikaty@wyborcza.pl,
tel. 507 094 232
nekrologi@wyborcza.pl,
tel. 22 555 55 55

Komunikaty.pl
nekrologi.wyborcza.pl

Rada Nadzorcza Spółdzielni Mieszkaniowej „Gołębiów II" im. I. Paderewskiego w Radomiu,

ogłasza nabór na stanowisko Prezeski/Prezesa Zarządu jednoosobowego w ww. Spółdzielni.

Szczegółowe ogłoszenie dostępne jest na stronie internetowej Spółdzielni www.smgolebiow2.radom.pl

Radom/34453515

Spółdzielnia Budowlano-Mieszkaniowa „DOM" ul. FASOLOWA 37, 02-482 WARSZAWA ogłasza

przetarg nieograniczony na zaprojektowanie, dostawę, montaż oraz integracja systemu kontroli wjazdów i dostępu pojazdów na terenie osiedla SBM „DOM" w Warszawie.

Pobór SIWZ w pok. nr 11 lub www.sbmdom.com.pl, informacje dla Oferentów tel. 22 863 90 06 lub 08 wew.1, sekretariat@sbmdom.com.pl

Warszawa/34453702

Warszawa, 21.09.2026 roku

OGŁOSZENIE

SBM „TORWAR" w Warszawie
ogłasza przetarg na ustanowienie odrębnej własności lokalu mieszkalnego nr 4 położonego w budynku przy ul. Okrąg 8/10 w Warszawie

Opis lokalu:
Przedmiotowy lokal o pow. użytkowej 37,60 m² usytuowany jest na I piętrze w budynku przy ul. Okrąg 8/10A.

Cena wywoławcza: 630 688,35 złotych

Wadium:
Zgodnie z §82 Statutu Spółdzielni Budowlano-Mieszkaniowej „TORWAR", osoba przystępująca do przetargu powinna wpłacić wadium w wysokości 10% ceny wywoławczej na konto Spółdzielni PKO BP SA Oddział 15 w Warszawie nr 18 1020 1156 0000 7302 0086 5758. Wysokość wadium: **63 068,84 złotych**

Oferta:
Oferta powinna:
- złożona być na piśmie w zamkniętej kopercie;
- zawierać cenę nie niższą niż cena wywoławcza;
- zawierać oświadczenie czy dana osoba pozostaje w związku małżeńskim. W przypadku złożenia oferty przez osobę pozostającą w związku małżeńskim, do oferty powinno być dołączone oświadczenie małżonka wyrażające zgodę na treść oświadczenia;
- zawierać potwierdzenie wpłaty wadium.

Oferty nie spełniające powyższego nie będą rozpatrywane przez Komisję Przetargową.

Miejsce i termin składania ofert:
Osoby zainteresowane proszone są o składanie pisemnych ofert w siedzibie Spółdzielni znajdującej się w budynku przy ul. Górnośląskiej 13 w Warszawie, w terminie do dnia **05.10.2026 roku**.

Lokal można oglądać po uprzednim uzgodnieniu telefonicznym z pracownikami Działu Gospodarki Zasobami Mieszkaniowymi pod nr tel. (22) 656-15-82. Szczegółowych informacji udzielają pracownicy Działu Członkowsko-Mieszkaniowego pod nr tel. (22) 656-15-85.

Warszawa/34453657

Prezydent Miasta Radomia
informuje, że w Urzędzie Miejskim w Radomiu, przy ul. Kilińskiego 30,

zgodnie z art. 35 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 r. (j.t Dz. U. z 2026 r. , poz. 399 ze zm.) , wywieszony został wykaz dot. oddania w najem:
– lokalu mieszkalnego o łącznej powierzchni użytkowej 105,83 m² przeznaczonego dla potrzeb Radomskiej Orkiestry Kameralnej na okres do 3 lat w trybie bezprzetargowym znajdującym się w budynku położonym w Radomiu przy ul. Reja 5 na nieruchomości oznaczonej w ewidencji gruntów i budynków miasta Radomia jako działka nr 17/1 będącej własnością Miasta na Prawach Powiatu. Uregulowanej w KW Nr RA1R /00020387/6.

Radom/34454087

Prezydent Miasta Radomia
informuje, że w Urzędzie Miejskim w Radomiu, przy ul. Kilińskiego 30,

Zgodnie z art. 35 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 r. (j.t Dz. U. z 2026 r. , poz. 399 ze zm.) , wywieszony został wykaz dot. oddania w najem:
– lokalu użytkowego (garaż) o powierzchni użytkowej 19,86 m² na czas określony do 3 lat w trybie bezprzetargowym znajdującego się w Radomiu przy ul. Wernera 8 na nieruchomości oznaczonej w ewidencji gruntów i budynków miasta Radomia jako działka nr 7/9 będącej własnością Gminy Miasta Radomia.
Uregulowanej w KW Nr RA1R/00086492/5.

Radom/34454089

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU

Zgodnie z § 6 ust. 5a rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 r. w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz. U. z 2021 r. poz. 2213)

Prezydent Miasta Białegostoku
ogłasza drugi przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gminnej:

1. **Oznaczenie nieruchomości: lokal mieszkalny nr 42**, stanowiący własność Gminy Białystok, położony przy **ul. Władysława Broniewskiego 8C** w Białymstoku, składający się z 2 pokoi, kuchni, łazienki z WC i przedpokoju o pow. użytkowej **41,11 m²** (3 izby), na III piętrze, zbywany wraz ze sprzedażą udziału w nieruchomości wspólnej, którą stanowi grunt oznaczony jako działka **nr 430**, o pow. **0,1106 ha**, w obrębie 3 – Antoniuk (Kw. Nr BI1B/00020279/0) oraz części budynku i urządzenia, które nie służą wyłącznie do użytku właściciela lokali.
2. **Cena wywoławcza: 368.000,00 zł**.
3. **Termin i miejsce przetargu: 3 listopada 2026 r.** (wtorek) **godz. 9^{00}**, **sala 10** Urzędu Miejskiego, przy ul. Słonimskiej 1, w Białymstoku.
4. **Terminy okazania lokalu –** 26 października 2026 r. w godz. 12^{30} – 13^{00} oraz 28 października 2026 r. w godz. 14^{30} – 15^{00}.
5. **Wysokość wadium: 36.800,00 zł** do dnia **29 października 2026 r**. Za datę wpłaty uważać się będzie datę zaksięgowania wadium na rachunku bankowym sprzedającego.
6. **Informacja o miejscu wywieszenia i publikacji ogłoszenia o przetargu:** tablica ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. Słonimskiej 1 oraz Internet strony: www.bip.bialystok.pl – zakładka „Przetargi na nieruchomości" oraz www.bialystok.pl – zakładka „Dla mieszkańców" „Nieruchomości".
7. **Dane teleadresowe, pod którymi można uzyskać szczegółowe informacje:** Departament Skarbu Urzędu Miejskiego w Białymstoku, przy ul. Słonimskiej 1, tel. (85) 869-60-88.

Białystok/34453967

NEWSLETTER
Komunikaty.pl
Dla przedsiębiorców, urzędników, zainteresowanych gospodarką.
ZAPISZ SIĘ
Wejdź na stronę **komunikaty.pl** lub użyj kodu QR



WAG 2

eprasa.pl 1d493a40cf

Następcy Świątek i Chwalińskiej

Mamy dobre widoki na przyszłość polskiego tenisa.

Łukasz Jachimiak

Z pomocą fachowców próbujemy przewidzieć, dla kogo za 10 lat możemy zarywać noce, śledząc Australian Open i US Open oraz za kim jeździć do Paryża na korty Rolanda Garrosa i do Londynu na Wimbledon.

OTO NASZ RANKING:

Oliwia Sybicka (rocznik 2009)

1 Razem z Barbarą Kostecką i Antoniną Snochowską czwarta zawodniczka mistrzostw świata juniorek, czyli turnieju Billie Jean King Cup Junior Finals w Chile. Trzecia tenisistka europejskiego „mastersa" w swojej kategorii wiekowej.

– Zawodniczka o niezłomnym charakterze i sercu do walki, szukająca optymalnych rozwiązań taktycznych w każdej sytuacji na korcie – takie słowa o niej od trenerów kadr młodzieżowych przekazuje nam dyrektor sportowy PZT, Rafał Helbik.

– To stypendystka pilotażowego programu Iga Świątek Foundation [jako jedyna przedstawicielka tenisa – red.] – zauważają Darek Kuczyński i Karol Romer z podcastu Gem, set podcast TenisKlub. – Oliwia to zawodniczka prezentująca bardzo solidny i ofensywny styl z linii końcowej, który jest szczególnie skuteczny na kortach ziemnych – dodają.

– Jej tenis bazuje na regularności, dobrym czuciu i sprycie, którym potrafi wybić z rytmu wiele rywalek – analizuje Szymon Przybysz, pasjonat tenisa, który prowadzi social media Polskiego Związku Tenisowego.

Alan Ważny (rocznik 2007)

2 Mistrz dwóch juniorskich turniejów wielkoszlemowych w deblu – Rolanda Garrosa 2025 i Wimbledonu 2025. W tym roku zaczął grać z seniorami. – Tenisista z bardzo dobrym bekhendem, dobrą ręką. To nie jest typ wieżowca, strzelca, a człowiek, który konstruuje troszkę dłuższe akcje – charakteryzuje znany komentator tenisa, Marek Furjan, który na platformie YouTube razem z Dawidem Celtem prowadzi kanał Break Point.

– W rankingu ITF Juniors najwyżej zajmował bardzo wysokie 11. miejsce. Alan jest zawodnikiem uniwersalnym, który dobrze radzi sobie na wszystkich nawierzchniach, a jego bekhend jest na pewno jednym z uderzeń, które robi różnicę – podkreślają Romer i Kuczyński.

Barbara Kostecka (rocznik 2009)

3 – Jest z rodziny tenisowej. Współpracuje z Akademią Rafaela Nadala. Ma bardzo duże zdolności do szybkiej gry z obu stron: forhendowej i bekhendowej – przekazuje Helbik.

– Najwyżej sklasyfikowana na 82. miejscu w rankingu ITF Juniors. Jest zawodniczką wszechstronną, która gra agresywnie i stara się narzucać własne warunki – oceniają Kuczyński i Romer.

– Ten rok pewnie nie do końca wygląda tak, jak sama by chciała, bo wyniki są w kratkę i brakuje cennych zwycięstw, ale tenisowo idzie cały czas do przodu i wydaje mi się, że to w końcu kliknie. Potrafi generować świetne prędkości, kapitalnie operuje bekhendem. W zeszłym roku, w zaledwie drugim zawodowym występie, zdobyła singlowy tytuł. Jak na polskie standardy: coś wyjątkowego – podkreśla Przybysz.



• **16.12.2025 roku, Warszawa. Spotkanie stypendystów Iga Świątek Foundation. Oliwia Sybicka i Iga Świątek**
FOT. TOMASZ JASTRZĘBOWSKI/REPORTER

Sebastian Tejerina (rocznik 2010)

4 Przede wszystkim wicelider rankingu Tennis Europe w kategorii U-16 i lider klasyfikacji na wzór rankingu race do „mastersa" Tennis Europe w tej kategorii wiekowej w Monte Carlo. Jest także drużynowym wicemistrzem Europy do lat 16.

– Wyjątkowo utalentowany zawodnik o wysokim potencjale tenisowym; bardzo wszechstronny. Z bardzo dobrym czuciem, dobrze przygotowany pod względem taktycznym, posiada duży repertuar rozwiązań taktycznych, w zależności od sytuacji na korcie. Dobrze wyszkolony technicznie. Przedstawiciel tenisowej rodziny, z powodzeniem gra również jego brat, Antonio, który jest naszym najlepszym juniorem w kategorii U-14 – przekazuje Helbik.

– Jest powołany do prestiżowego programu dla europejskich zawodników ITF/Tennis Europe 16&U Touring Team, który ma pomagać kształcić przyszłych mistrzów wielkoszlemowych z naszego kontynentu – zauważają Kuczyński i Romer. – Sebastiana cechuje agresywny i rotacyjny styl gry z linii końcowej, szczególnie dobrze sprawdzający się na kortach ziemnych. Widać w nim rękę jego taty i trenera Alejandro, który pochodzi z Argentyny – dodają.

– Od lat znajduje się w czołówce europejskiej swoich kategorii wiekowych. Solidna gra z głębi kortu, dobrze trzyma tempo i potrafi przyspieszyć. Myślę, że spokojnie w przyszłym roku wywalczy pozycję uprawniającą do debiutu wielkoszlemowego – dzieli się swoimi spostrzeżeniami Przybysz.

Oliwia Kądzielska (rocznik 2011)

5 Mistrzyni Polski do lat 16, w europejskim rankingu U-16 jest 69. Już wygrywała juniorskie turnieje ITF. – Jej atut to duża wszechstronność i jednoręczny bekhend, co jest dziś rzadkością, szczególnie u kobiet – mówi trener Weymann.

– Nie tylko jednoręczny bekhend, ale i ciekawa gra dla oka. Potrafi zmieniać rytm slajsem, szuka swoich szans na przyspieszenie z forhendu. Jak na swój wiek, wiele o jej potencjale mówi fakt, że ma na rozkładzie już 549. tenisistkę świata [kilkanaście dni temu, w Kozerkach, pokonała klasyfikowaną na tym miejscu w rankingu WTA 19-letnią Niemkę Ann Akashę Ceuca, czym sprawiła sobie prezent na 15. urodziny – red.]. Jestem bardzo ciekawy, jak to będzie wyglądało w kolejnych latach, ale mocno wierzę, że wzmacniając się fizycznie, będzie w stanie robić swoim tenisem jeszcze więcej krzywdy rywalkom – analizuje Przybysz.

Jan Sadzik (rocznik 2008)

6 Jeszcze junior, ale już punktujący w dorosłym tenisie. – W Brisbane zadebiutuje w rozgrywkach Pucharu Davisa jako pełnoprawny zawodnik reprezentacji Polski [19-20 września zmierzymy się z Australią – red.] – przypomina Przybysz. – Rozwija się pod kątem gry ofensywnej i ostatnio to fajnie zaprocentowało w Krakowie, gdzie osiągnął pierwszy zawodowy półfinał – dodaje.

– Jest zawodnikiem wszechstronnym, który dobrze czuje się w każdym miejscu na korcie. Stąd jego sukcesy zarówno w singlu, jak i deblu – charakteryzują go Romer i Kuczyński.

– Jeszcze funkcjonuje jako junior, ale od początku swoich występów w turniejach zawodowych zaskakuje tenisistów starszych i wyżej notowanych. Ostatnio, gdziekolwiek się pojawi, tam wygrywa mecze – mówi Furjan.

– Uczestnik juniorskich turniejów wielkoszlemowych, dobry analityk na korcie, zawodnik szukający najlepszych rozwiązań taktycznych, dobre i wszechstronne przygotowanie pod względem technicznym, dobra odporność psychiczna – podsumowuje Helbik.

Anna Kmiecik (rocznik 2008)

7 Juniorka, która już znajduje się w top 1000 rankingu WTA – obecnie na 844. miejscu.

– Jest zawodniczką solidną i cierpliwą, prezentuje regularny styl gry z linii końcowej. Szczególnie dobrze zaprezentowała się w turniejach z polskiego cyklu: na W15 w Radomiu osiągnęła półfinał, a na W35 w Krakowie dotarła do ćwierćfinału – charakteryzują ją twórcy Gem, set podcast.

– Czołowa polska juniorka, wchodząca w tenis zawodowy. Dużo dobrych występów w polskich turniejach zawodowych zbudowało jej ranking WTA. Zawodniczka bardzo wszechstronna, z dobrą antycypacją i grą z kontry, odporna psychiczne w kluczowych momentach meczu – przekazuje nam Helbik.

Kajetan Kosiński (rocznik 2013)

8 Drugi najmłodszy gracz w naszym rankingu. Na pytanie, z kim z polskich nastolatków chciałby najbardziej pracować, trener Maciej Synówka odpowiedział: – Jest tylko jeden chłopak: Kajetan Kosiński. Ma 13 lat i jest w top 3 na świecie. Zrobiłem o nim nawet reportaż dla TVP Sport – mówi szkoleniowiec, który prowadził m.in. Barborę Krejcikovą i Belindę Bencić. – Kocha grać w tenisa. Potrafi trenować nawet od godziny siódmej rano. Lubi rywalizację. Jest drugi w Europie w swoim roczniku – dodaje Synówka.

– Numer dwa w rankingu PZT U-14, mistrz Polski U-12, już numer 50 rankingu Tennis Europe U-14. Zawodnik z dużym repertuarem technicznym, dobrze czuje się w grze przy siatce, dobry deblista; dużo widzi na korcie i potrafi dostosować się do różnych stylów gry rywali – analizuje Helbik.

Olimpia Jagodzińska (rocznik 2011)

9 – Olimpia ma ogromny talent tenisowy. Zaczyna osiągać sukcesy. Wygrała turniej ITF-u w Warszawie, a wcześniej turniej Bohdana Tomaszewskiego. Ma bardzo fajną rękę, potrafi przyspieszyć. Jestem w kontakcie z jej trenerem w sprawie wykorzystania przez Olimpię rezerw, jakie jeszcze są w jakości jej treningu, w celu polepszenia całego procesu – mówi trener Weymann.

– Jagodzińska w znakomitym stylu wygrała tegoroczny Bohdan Tomaszewski Cup, mający miano najbardziej prestiżowego turnieju do lat 16 rozgrywanego w naszym kraju. Do świetnych występów w rywalizacji Tennis Europe Olimpia dokłada pierwsze zwycięstwa na juniorskich turniejach ITF, m.in. w bułgarskiej Warnie – podkreślają Romer i Kuczyński.

Wiktor Mroczek (rocznik 2014)

10 Ma dopiero 12 lat, a już jest seryjnym zwycięzcą. I to na międzynarodowej arenie.

– Reprezentant Polski w rozgrywkach Drużynowych Mistrzostw Europy U-12. Lider zespołu. W tegorocznych rozgrywkach na 16 pojedynków w singlu i deblu wygrał 15. Zawodnik wszechstronny, dobrze znoszący presję, dobrze wyszkolony technicznie – informuje dyrektor sportowy PZT. ●

SPORT.PL
- Z kim Polacy zagrają o finał siatkarskich ME? Analiza rywala
- Białorusinka zdobywa medale dla Polski. W zamian dostaje hejt
- Mówili, że się skończyła. Tak Chwalińska uciszyła niedowiarków

Wiadomości, wyniki, historie sportowe znajdziesz na **Sport.pl**

Zapraszamy na Sport.pl+. Subskrypcja za 1 zł miesięcznie przez pół roku. Płatność 6 zł z góry za 6 miesięcy, potem 9,90 zł co cztery tygodnie.

wyborcza

REDAKCJA
ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa
E-mail: redakcja@wyborcza.pl
Listy do redakcji: listy@wyborcza.pl
Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Wnioski i pytania w sprawie ochrony danych osobowych: iod@wyborcza.pl

REDAKTOR NACZELNY: Adam Michnik
PIERWSZY ZASTĘPCA, REDAKTOR NACZELNY WYBORCZA.PL: Roman Imielski
ZASTĘPCY: Agata Żelazowska, Bartosz T. Wieliński
PROJEKT GRAFICZNY: Jacek Utko
KOLPORTAŻ: Michał Szałański
Problemy z dostępnością „Wyborczej" lub z właściwą mutacją lokalną: kolportaz@wyborcza.pl
Prenumerata cyfrowa: prenumerata.wyborcza.pl; pomoc@wyborcza.pl, 22 555 54 55, 519 255 455

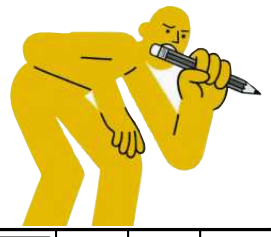
Inne formy prenumeraty: wyborcza.pl/prenumerataGW
Gazeta Wyborcza w serwisach społecznościowych: facebook.com/wyborcza, bsky.app/profile/wyborcza.pl, instagram.com/gazeta_wyborcza
LICENCJE NA TREŚCI: licencje@wyborcza.pl

WYDAWCA
Wyborcza sp. z o.o., ul. Czerska 8/10
00-732 Warszawa; NIP: 521-403-30-11
PREZESKA ZARZĄDU: Aleksandra Sobczak
REKLAMA
Dyrektor sprzedaży: Bartosz Wysocki
Biuro reklam i ogłoszeń:
ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa
reklama@wyborcza.pl; 22 555 55 55, faks: 22 555 54 44
DRUK: Polska Press
ISSN 0860-908X

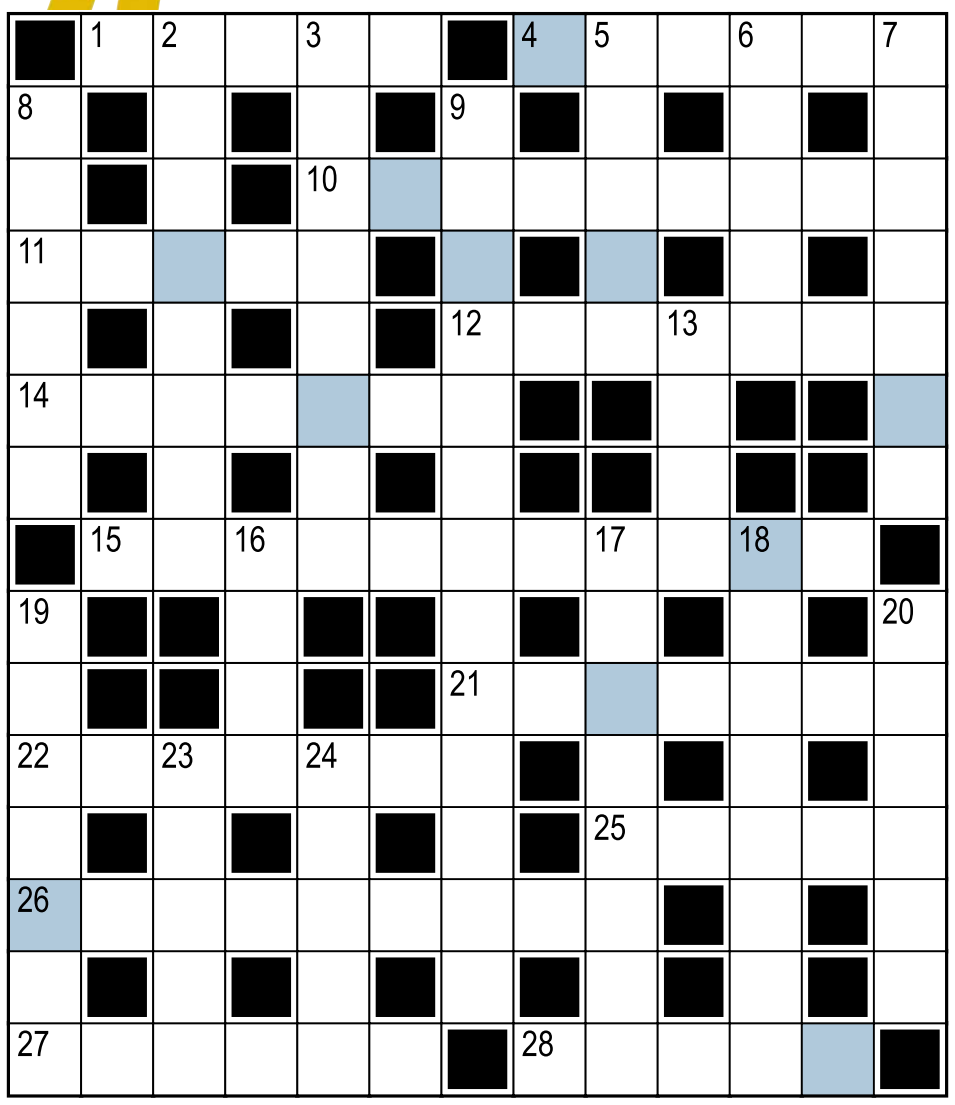
IZBA WYDAWCÓW PRASY
NAKŁAD KONTROLOWANY

Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione.

eprasa.pl 1d493a40cf



krzyżówka



Hasło:

Litery w kolorowych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Poziomo:
1) najmniejsze cegiełki świata
4) furkocze podczas lotu helikoptera
10) za kominem – w tytule baśniowej opowieści Karola Dickensa
11) popularna czcionka komputerowa
12) miasto nad cieśniną Bosfor, leży na dwóch kontynentach
14) taniec szlifowany na studniówkę
15) baron, który stoczył pojedynek z Wokulskim („Lalka")
21) królewna Karkonoszy
22) bardzo silny wiatr wyrządzający liczne szkody
25) As w tablicy Mendelejewa
26) Święty Jan ..., jego pomniki często stoją przy mostach
27) utwór liryczny o tematyce żałobnej
28) spód buteleczki, słoiczka

Pionowo:
2) album Michaela Jacksona, z którego pochodzi piosenka „Billie Jean"
3) główkowanie, dumanie
5) ... Żmuda Trzebiatowska, aktorka
6) sromotnik bezwstydny lub maślak pstry
7) na czapce polskiego żołnierza
8) stroma ściana wykopu, urwiska
9) ze współczuciem o osobach ciężko doświadczonych przez los
13) miłośnik kąpieli w lodowatej wodzie
16) podawana w wazie
17) gwoździ – młotkiem
18) ciepłe okrycie z owczej skóry (zdrobniale)
19) brak pewności przed podjęciem decyzji
20) kto barana pragnie, niech prosi o ... (przysłowie)
23) pieniądze, którymi płaci się w Indiach
24) recepturki

Rozwiązanie „krzyżówki" nr 124 z 23.09:
Poziomo: 1) twarz **4)** kulomb **10)** Churchill **11)** Jolie **12)** meander **14)** zarazki **15)** obiektywizm **21)** zdobycz **22)** przęsło **25)** liana **26)** tektonika **27)** Londyn **28)** szpak
Pionowo: 2) wieloryb **3)** recenzje **5)** uncja **6)** obiad **7)** Belgrad **8)** gejsza **9)** burmistrzowie **13)** nogi **16)** imię **17)** wioślarz **18)** zmywarka **19)** szpital **20)** szkapa **23)** zakon **24)** stoły
Hasło: Mielenie mięsa.

sudoku

				3	4		8	
3		5	6	8	2	9		
8	2		1		7	6	4	
		3			6	5		8
							9	2
2		1	3	9		4		
9	3	4	5		8		2	6
	5			6		8	3	4
7			4			1	5	9

1				6				
	6	8		4	3		5	1
				5	9			
2								3
	5						2	
			7		2			6
	2						9	
	9	4		2			8	
5			4	9	6			

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY Kraj/34427030

Czekamy na Twoje uwagi i pomysły

ROZRYWKA @WYBORCZA.PL



zakreślanka

Zakreślaj słowa z listy na planszy. Mogą być ukryte w wierszach, kolumnach lub prowadzić wężykiem. Niewykorzystane litery czytane rzędami utworzą hasło

I	N	A	L	P	E	L
W	K	Z	S	S	O	E
Ś	A	C	T	G	L	A
D	U	A	W	O	O	G
A	U	N	L	A	K	W
I	L	G	A	S	Ł	A
D	E	P	I	L	T	W
O	W	I	K	I	A	M
Ł	T	O	T	S	S	E

mesa
list
tło
wikipedia
świnka
ulga
ławka
naczalstwo
speleolog

Hasło z 23.09: wyprawka

skojarzenia

Straż nocna	Cerber	Moro	Kapral
Charon	Pola Elizejskie	Syn marnotrawny	Bartel
Doktor Tulp	Pacuła	Saskia	Łamignat
Oferma	Jaga	Asfodelowe łąki	Kulig

Znajdź powiązania między hasłami i połącz je w cztery grupy po cztery hasła, by każdą grupę łączyło jedno wspólne skojarzenie.

Rozwiązanie z 23.09:
Co można rozbić?: Samochód, Bank, Namiot, Mięso na kotlety. **Kojarzą się z egzekucją, egzekutorem:** Rzut karny, Kat, Szafot, Komornik. **Filmy i seriale, których bohaterowie to chirurdzy:** Bogowie, Znachor, Ścigany, MASH. **Kryją w sobie przydomki gwiazd popu:** Spinka, Primadonna, Szpadelek, Kocher

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY Kraj/34426992

Słówko
Wybierz słowo, sprawdzaj litery i kombinuj, aż skończą Ci się próby

Literówka
Kilka liter i jedno zadanie: ułożyć jak najwięcej słów

Jeszcze więcej rozrywki w Aplikacji Wyborczej
Szukaj w aplikacji

Zakreślanka

Skojarzenia

1 RP

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

MATERIAŁY PROMOCYJNE PRZYGOTOWANE I POCHODZĄCE OD MEDIAPLANET

Wrzesień 2026 | **byczdrowym.info**

mediaplanet

Immunologia i infekcje

04
SPRAWDŹ
Nie czekaj z leczeniem alergii: działaj, zanim objawy się nasilą

12
WYZWANIA
Jak naturalnie wzmocnić odporność?

17
UZDROWISKO WIELICZKA
Rehabilitacja pulmonologiczna w astmie, POChP i alergiach

Joanna Jabłczyńska

Bardziej szanuję swoje ciało. Odpuszczam i nie dociskam. ▶20-21

FOT.: MAREK PODOLOZYNSKI

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

W WYDANIU



Prof. dr hab. n. med. Grażyna Maria Rydzewska
Dokuczliwy ból brzucha i częste wizyty w toalecie? Sprawdź, czy jelita nie chorują



Lek. Marcin Król
W sezonie jesienno-zimowym częściej pojawiają się infekcje gardła



Dr n. med. Ilona Małecka
Sezon jesienno-zimowy jest okresem wzmożonych zachorowań na infekcje wirusowe



Dr n. med. Magdalena Cubała-Kucharska
Propolis i jego naturalne właściwości – co warto wiedzieć o kicie pszczelim?

Senior Project Manager: **Hubert Kozakiewicz** Project Manager: **Mateusz Sulima** Business Developer: **Iza Bolczak** Content and Production Manager: **Izabela Krawczyk** Managing Director: **Krystyna Miłoszewska** Skład: **Mediaplanet** Opracowanie redakcyjne: **Izabela Rzepecka** Fotografie: **Marek Podolczyński, stock.adobe.com, zasoby własne** Kontakt e-mail: **pl.info@mediaplanet.com** Adres: **MEDIAPLANET PUBLISHING HOUSE SP. Z O.O., ul. Prosta 67, 00-838 Warszawa, Mindspace**

mediaplanetpl
mediaplanetpl
Mediaplanet.Poland
mediaplanet

EKSPERT



Dieta, sen i ruch podstawą zdrowego życia

Właściwa dieta, dobry sen i codzienna aktywność fizyczna to najlepszy przepis na dobre samopoczucie, sprawną odporność i prawidłowe wyniki badań.



Lek. Katarzyna Woźniak
Lekarka i obesitolog, założycielka przychodni internetowej Zapytaj Lekarza, autorka kanałów edukacyjnych z ponad półmilionem odbiorców, doktorantka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**

Jakie kluczowe działania warto podjąć, aby skutecznie dbać o zdrowie?
Podstawy to trzy elementy wpisane w codzienność każdego z nas: jedzenie, sen i ruch. Dieta powinna ograniczać produkty wysokoprzetworzone i opierać się na Talerzu Zdrowego Żywienia: połowę talerza zajmują warzywa i owoce, jedną czwartą produkty zbożowe pełnoziarniste, jedną czwartą źródła białka, jak ryby, strączki czy chudy nabiał. Ten schemat dotyczy każdego, także osób z otyłością, u których dodatkowo dobieramy porcje i deficyt energetyczny. W Zapytaj Lekarza, gdzie na co dzień prowadzę pacjentów z otyłością, widzę, że sam schemat talerza często porządkuje jedzenie lepiej niż liczenie kalorii. Jeśli chodzi o sen, liczy się nie tylko długość, dla dorosłego 7–9 godzin, ale też jakość. Przed snem nie patrzmy w ekran, nie objadajmy się i nie pijmy alkoholu. Trzeci filar to ruch: nawet 10–15 minut spaceru dziennie poprawia wyniki zdrowotne, a docelowo warto dążyć do 150 minut tygodniowo.

Jak codzienne nawyki wpływają na odporność i ogólne samopoczucie organizmu?
Osoby śpiące krócej niż 7 godzin częściej chorują na infekcje dróg oddechowych, a regularny umiarkowany ruch zmniejsza ich liczbę. Jesienią i zimą w Polsce większość dorosłych powinna suplementować witaminę D, a najskuteczniejszą profilaktyką sezonowych infekcji pozostają szczepienia, zwłaszcza przeciw grypie. Warto też znaleźć codzienne zajęcie, które pomaga odciąć się od kłopotów: spacer z psem, medytacja, joga, mindfulness. Przewlekły stres, nawet nieodczuwany na co dzień, po miesiącach zawsze odbija się na zdrowiu.

Dlaczego podejmowanie świadomych, opartych na konsultacji z lekarzem decyzji zdrowotnych jest tak istotne?
Rozmowy z sąsiadem czy znajomym mogą motywować do ruchu czy badań profilaktycznych. Jeśli jednak mówimy o istniejącej chorobie i jej leczeniu, zawsze należy konsultować się z lekarzem. Terapia, która pomogła znajomemu, nie zawsze będzie korzystna dla nas, a może wręcz zaszkodzić. Nie warto też odwlekać wizyt: wielu pacjentów zgłasza się zbyt późno, co pogarsza rokowanie i obniża skuteczność leczenia.

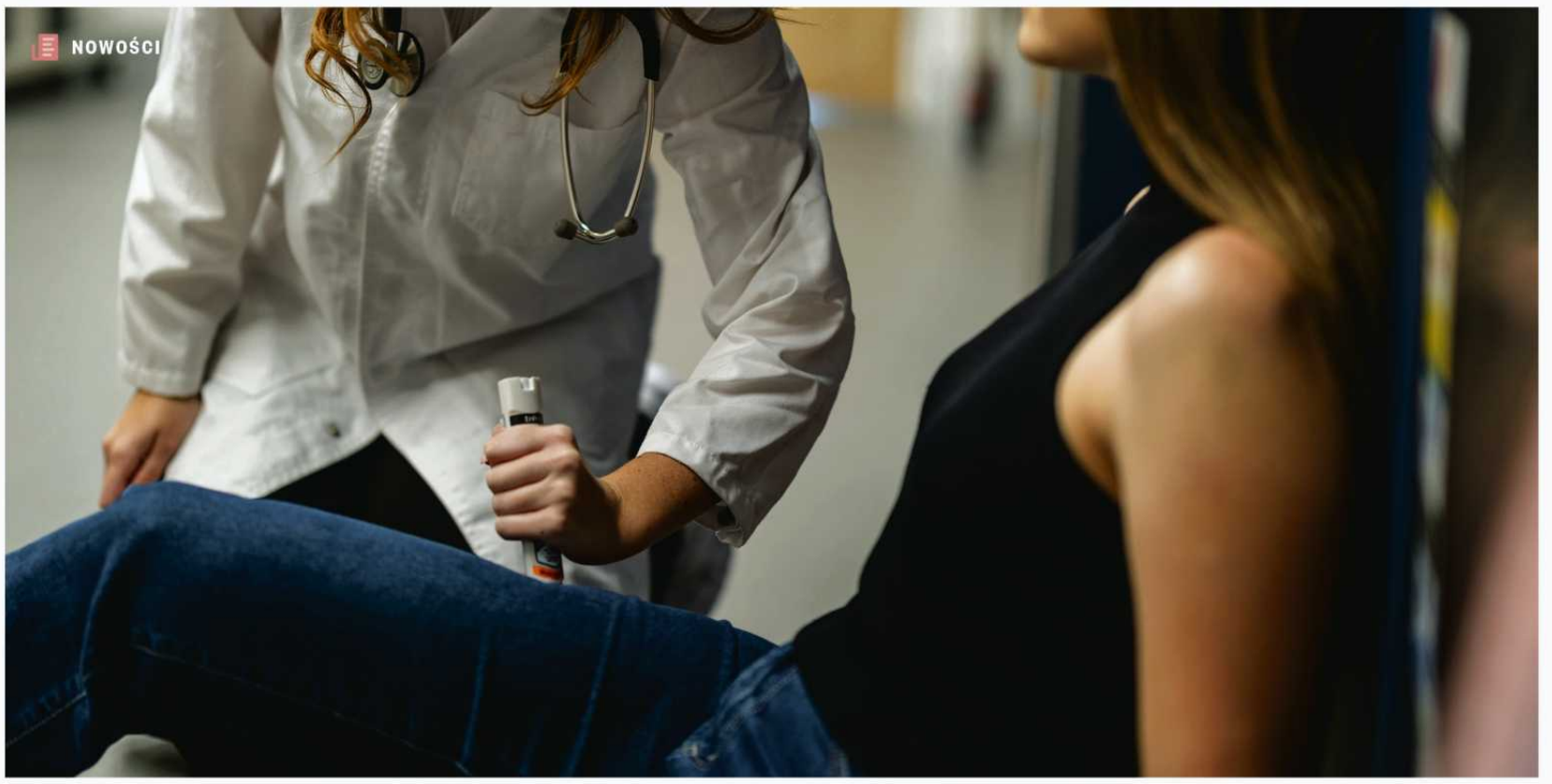
> Przewlekły stres, nawet nieodczuwany na co dzień, po miesiącach zawsze odbija się na zdrowiu.

W jaki sposób możemy wspierać siebie i innych w dążeniu do zdrowego stylu życia? Gdzie szukać rzetelnych informacji?
W internecie jest wiele rzetelnych źródeł: profile lekarzy w mediach społecznościowych, podcasty czy portale medyczne. Sama prowadzę takie treści na swoich kanałach i wiem, jak dużą odpowiedzialnością jest edukacja lekarza w sieci, dlatego warto sprawdzać, kto jest autorem i czy powołuje się na aktualne badania. Najlepszym źródłem wiedzy pozostaje jednak rozmowa z lekarzem, choćby w przychodni lekarza rodzinnego.

PATRONAT HONORowy
STALLERGENES GREER
AUROVITAS
Qpharma
Klosterfrau Health Care
UNIA
UNIBEN
Langsteiner 30 PHARMACEUTICAL
PROP·MED
CMD CENTRUM MEDYCZNE
PTCA
CHOROBY CYWILIZACYJNE
Centrum Walki z Alergią FUNDACJA
Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej
immunoprotect
Polskie Towarzystwo Gastroenterologii
ŻYJMY ZDROWO

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



Zmiany dla alergików: odczulanie w domu i starania o adrenalinę w szkołach

Ostatnie lata przyniosły zmiany w przepisach i leczeniu chorób alergicznych. Od czasu wprowadzenia immunoterapii podjęzykowej liczba odczulanych pacjentów wzrosła z 36 do ponad 160 tysięcy. Wyzwaniem pozostaje przełamanie strachu nauczycieli przed udzielaniem pierwszej pomocy i dostęp do adrenaliny w szkołach.



Hubert Godziątkowski
Prezes zarządu PTCA

Co w ostatnich latach najbardziej zmieniło sytuację pacjentów z alergiami w Polsce?
Ostatnie lata przyniosły wiele, zwłaszcza jeśli chodzi o pacjentów z alergiami wziewnymi i pokarmowymi. Były dwa kierunki zmian: jeden dotyczył legislacji, drugi dostępności do refundowanych produktów leczniczych.

Przedmiotem wielu dyskusji Zespołu Parlamentarnego ds. Chorób Alergicznych, w których uczestniczyliśmy jako organizacja pacjentów, była sytuacja osób z alergiami zagrożonymi anafilaksją. Po tym jak koncern przestał produkować adrenalinę w ampułkach i została wycofana z refundacji, udało się objąć 50-procentową refundacją adrenalinę w autowstrzykiwaczach, zarówno dla dzieci, jak i dorosłych.

Zmieniły się przepisy w ustawie o Państwowym Ratownictwie Medycznym. Podawanie adrenaliny w sytuacji wstrząsu anafilaktycznego, który jest bezpośrednim zagrożeniem życia, a także produktów wziewnych u pacjentów z atakiem astmy, zostało włączone do definicji pierwszej pomocy medycznej. Oznacza to, że osoba postronna może, a nawet musi udzielić takiej pomocy, gdy jest to konieczne. To szczególnie ważne w placówkach dydaktycznych. Wcześniej nauczyciele odmawiali podawania adrenaliny. Bali się konsekwencji i tego, że lek jest wydawany na receptę.

Ważną zmianą było również objęcie w ubiegłym roku pełną refundacją dla dzieci i częściową dla dorosłych nowoczesnych produktów immunoterapii alergenowej podjęzykowej, czyli mówiąc kolokwialnie, leków do odczulania m.in. na alergeny roztoczy kurzu domowego, traw czy pyłków brzozy.

Co dla pacjentów w praktyce oznacza refundacja podjęzykowej immunoterapii alergenowej?
Z jednej strony odciążenie finansowe, ponieważ te terapie trwają 3–5 lat, z drugiej jest to ułatwienie logistyczne, bo terapia odbywa się w domu.

Iniekcje podskórne wymagały podania w ośrodkach referencyjnych, a te zlokalizowane są w dużych miastach. Dla osób mieszkających dziesiątki czy nawet setki kilometrów od takiej placówki, dostęp do terapii był ograniczony.

Konsultant krajowa w dziedzinie alergologii poinformowała, że od czasu wprowadzenia immunoterapii podjęzykowej liczba odczulanych pacjentów wzrosła z 36 tys. do 160 tys.

Jakie są dziś największe niezaspokojone potrzeby pacjentów z alergiami?
Zabiegamy o możliwość zakupu adrenaliny przez placówki dydaktyczne. Dziś nie da się wystawić recepty na szkołę czy przedszkole. A ważne jest, aby dawki adrenaliny były dostępne na miejscu i były gotowe do użycia w sytuacji zagrożenia. To szczególnie istotne w przypadku osób, które nie wiedzą, że mają tak silną alergię, że mogą zareagować wstrząsem.

Druga sprawa to przełożenie zapisów ustawowych na praktykę. Do szkoleń ratowników z pierwszej pomocy należy dołączyć szkolenie z podawania adrenaliny w autowstrzykiwaczu,

> Ważne jest, aby dawki adrenaliny były dostępne na miejscu i były gotowe do użycia w sytuacji zagrożenia.

a następnie umożliwić przeszkolenie nauczycieli. Ze względów logistycznych i finansowych szkolenia we wszystkich placówkach edukacyjnych są niewykonalne. Można jednak w ramach obowiązkowych szkoleń wykorzystać filmy instruktażowe.

Podanie adrenaliny nie jest skomplikowane. Chodzi nam nie tylko o to, żeby nauczyciele umieli to zrobić, ale też o to, żeby nabrali pewności i mieli świadomość, że mogą podać adrenalinę osobie, której życie jest zagrożone.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



Nie czekaj z leczeniem alergii: działaj, zanim objawy się nasilą

Pacjent zwykle na początku sam sięga po leki bez recepty, a do lekarza zgłasza się dopiero, gdy alergia z sezonu na sezon postępuje. Gdy do alergicznego nieżytu nosa dołączają objawy ze strony dolnych dróg oddechowych, to ostatni dzwonek, żeby rozważyć immunoterapię.



Prof. dr hab. n. med. Maciej Kupczyk
Specjalista chorób wewnętrznych, chorób płuc i alergologii. Prezydent Polskiego Towarzystwa Alergologicznego kadencji 2021-2024. Autor licznych publikacji naukowych.

Dlaczego nie powinno się traktować alergii tylko jako sezonowej dolegliwości?
Alergia często zaczyna się we wczesnym dzieciństwie i może towarzyszyć pacjentowi przez całe życie. Nieleczona może postępować – objawy mogą pojawiać się częściej i z większym nasileniem. Przykładem jest marsz alergiczny, czyli pojawianie się kolejnych manifestacji choroby, np. astmy u pacjenta z alergicznym nieżytem nosa. Innym kierunkiem progresji jest przejście z uczulenia na jeden główny alergen na wiele różnych, przez co objawy mogą utrzymywać się przez cały rok, a nie tylko w sezonie pylenia.

Pacjenci często patrzą na alergię jak na ostrą infekcję, którą można szybko wyleczyć. Tymczasem jako choroba przewlekła wymaga ona długofalowej opieki.

Objawy mogą zaburzać sen, ograniczać aktywność fizyczną czy realizację hobby. Choroba może wymagać wizyt lekarskich i farmakoterapii. W przypadku niektórych postaci alergii, m.in. pokarmowej, na leki czy jady owadów, reakcje mogą być ciężkie i zagrażać życiu.

Kiedy rozważyć immunoterapię i dla kogo ona jest?
Immunoterapia ma zastosowanie m.in. w alergicznych chorobach dróg oddechowych, uczuleniu na jady owadów błonkoskrzydłych, a także (w określonych sytuacjach) w alergiach pokarmowych.

Biorąc pod uwagę możliwość progresji, najlepiej rozpocząć immunoterapię jak najwcześniej, gdy choroba ma łagodniejszy przebieg – w przypadku alergii dróg oddechowych, zanim alergiczny nieżyt nosa rozwinie się w astmę. Jeśli to możliwe, warto zacząć ją także na etapie, gdy dominuje uczulenie na jeden konkretny alergen. Immunoterapię często rozpoczynamy już w dzieciństwie, choć kwalifikujemy do niej również dorosłych.

Problem w tym, że pacjent zwykle na początku sam sięga po leki bez recepty, a do lekarza zgłasza się dopiero, gdy alergia z sezonu na sezon postępuje. Gdy do alergicznego nieżytu nosa dołączają objawy ze strony dolnych dróg oddechowych, to ostatni dzwonek, żeby rozważyć immunoterapię.

Jakie możliwości personalizacji immunoterapii są dziś dostępne?
W alergiach wziewnych możemy rozważać immunoterapię podskórną lub podjęzykową (tabletki i roztwór – red.), uwzględniając wskazania medyczne i preferencje pacjenta.

Ważny jest dobór schematu leczenia. W zależności od wskazań immunoterapia podjęzykowa może być prowadzona całorocznie lub przed- i okołosezonowo. Kluczowe jest zaangażowanie pacjenta i systematyczność. Immunoterapia podjęzykowa prowadzona w domu zapewnia pacjentowi większą wygodę i elastyczność leczenia. Jest rozwiązaniem dla osób mieszkających daleko od poradni lub mających trudności z regularnym stawianiem się w ośrodku w przypadku terapii iniekcyjnej. Pozwala prowadzić leczenie w warunkach domowych, bez konieczności częstych wizyt w placówce.

Leczenie podskórne wymaga natomiast regularnych wizyt w ośrodku.

Dla pacjenta jednym z czynników decydujących o rozpoczęciu i kontynuowaniu terapii jest cena szczepionki, zwłaszcza że immunoterapia jest leczeniem wieloletnim.

Personalizacja zaczyna się na etapie kwalifikacji. Wyniki nowoczesnych metod diagnostycznych zestawiamy z obrazem klinicznym, aby określić kluczowy alergen i dobrać odpowiedni skład szczepionki. Istotny jest szeroki dostęp do preparatów zawierających różne alergeny, aby lepiej dopasować leczenie do profilu uczulenia.

Wybierając preparat do immunoterapii, należy zwrócić uwagę, aby był on zarejestrowanym produktem leczniczym, odpowiednio przebadanym i wystandaryzowanym. Preparat powinien posiadać Charakterystykę Produktu Leczniczego (ChPL), która szczegółowo określa jego skład, właściwości, sposób stosowania, wskazania, przeciwwskazania oraz możliwe działania niepożądane. Istotna jest również dostępność danych dotyczących zawartości tzw. głównego alergenu oraz gwarancja regularnej dostępności preparatu na rynku, szczególnie w przypadku terapii wymagającej systematycznego stosowania przez 3–5 lat.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: byczdrowym.info

PTCA
POLSKIE TOWARZYSTWO CHORÓB ATOPOWYCH

Nieleczona alergia z czasem może prowadzić do rozwoju astmy.

Nie czekaj, aż objawy wpłyną na Twoje codzienne życie.

Zapytaj o lekarza o konsultację alergologiczną – to pierwszy krok do właściwego rozpoznania i leczenia.



eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



Kiedy warto rozważyć immunoterapię alergenową i dlaczego?

Objawy takie jak kichanie, utrzymujący się świąd oczu, zaburzenia koncentracji czy rozdrażnienie znacznie obniżają jakość życia, a mogą się ciągnąć latami. Alergia jest chorobą dynamiczną i długofalową.



Dr n. med. Witold Bartosiewicz
Specjalista w zakresie pediatrii i alergologii, adiunkt WUM, kierownik Pracowni Endoskopii Układu Oddechowego. Zajmuje się podjęzykową swoistą immunoterapią.

Alergia jest często postrzegana jako przejściowa, sezonowa dolegliwość. Czy słusznie? Jak wygląda jej naturalny przebieg i czym grozi brak odpowiedniego leczenia?

U części pacjentów alergia może mieć łagodny, sezonowy przebieg i wówczas leczenie objawowe może przynieść pewien efekt. Sytuacja komplikuje się, gdy mamy do czynienia z alergenami całorocznymi albo uczuleniem na kilka różnych alergenów.

Objawy takie jak kichanie, utrzymujący się świąd oczu, zaburzenia koncentracji czy rozdrażnienie znacznie obniżają jakość życia, a mogą się ciągnąć latami. Alergia jest chorobą dynamiczną i długofalową. Mówimy o tzw. marszu alergicznym. Niemowlę, które ma objawy alergii, najczęściej pokarmowej, w 2.–3. roku życia może już cierpieć na alergię wziewną. Zwykle też monoalergia u takiego kilkulatka może potem przerodzić się w polialergię, co oznacza, że do uczulenia na jeden alergen dołączają kolejne.

Jakie korzyści niesie wczesne wdrożenie immunoterapii?

Immunoterapia alergenowo-swoista, stosowana u pacjenta z określonymi objawami klinicznymi potwierdzonymi wynikami badań, jest jedyną metodą, która może dać szansę na trwałe zmniejszenie lub nawet ustąpienie objawów. Zahamowanie marszu alergicznego opłaca się wszystkim, ale u odpowiednio zakwalifikowanego pacjenta jak najwcześniejsze wdrożenie nowoczesnej immunoterapii daje szanse na całkowitą albo znaczną redukcję objawów.

Kwalifikowani są przede wszystkim pacjenci z umiarkowanym lub ciężkim alergicznym nieżytem nosa, także powikłanym alergicznym zapaleniem spojówek, oraz pacjenci z astmą oskrzelową. Immunoterapię rozważa się też jako element strategii mającej ograniczyć ryzyko rozwoju astmy u pacjentów z alergicznym nieżytem nosa. W swojej praktyce klinicznej zwykle proponuję immunoterapię od 5. roku życia, a światowe gremia dopuszczają jej stosowanie nawet wcześniej. U najmłodszych pacjentów dostępne są obecnie preparaty do immunoterapii podjęzykowej (SLIT), zarówno w postaci roztworu, jak i tabletek podjęzykowych. **W przypadku tych preparatów dodatkową zaletą jest możliwość elastycznego dostosowania dawki do potrzeb pacjenta, co może ułatwiać prowadzenie terapii, szczególnie u najmłodszych dzieci.** Dzięki wygodnej i elastycznej formie podania preparaty SLIT mogą ułatwiać rozpoczęcie i kontynuowanie długotrwałej terapii, a ich stosowanie w warunkach domowych może dodatkowo zwiększać komfort dziecka i jego rodziców. Tego rodzaju postacie preparatów są obecnie powszechnie stosowane w immunoterapii, a w wielu przypadkach są również objęte refundacją.

Jakimi kryteriami powinien kierować się lekarz przy wyborze immunoterapii alergenowej?

W mojej praktyce klinicznej zawsze powtarzam: to nie może być tak, że widzimy pacjenta dzisiaj, a jutro od razu zaczynamy odczulanie. Najpierw oceniamy objawy kliniczne i ich związek z alergenem, następnie wykonujemy precyzyjną diagnostykę komponentową, a na końcu sprawdzamy, czy nie ma przeciwwskazań.

Musimy postępować zgodnie ze wskazaniami określonymi dla danego preparatu. Każdy produkt ma w charakterystyce produktu leczniczego zapisane, w jakich wskazaniach został zarejestrowany i w jaki sposób może być stosowany. Polskie Towarzystwo Alergologiczne w 2024 roku określiło wskazania do immunoterapii, opierając się na światowych rekomendacjach Europejskiej Akademii Alergologii i Immunologii Klinicznej. Trzeba też ocenić, czy pacjent będzie w stanie systematycznie realizować wieloletnią terapię – dużo zależy od wieku i stylu życia. Znaczenie mają również zasady refundacji konkretnego produktu i związane z nimi koszty wieloletniego leczenia.

> Leczenie alergii to nie jest sprint, tylko maraton.

Leczenie alergii to nie jest sprint, tylko maraton. Jeżeli aktywnie i nowocześnie podejdziemy do leczenia, immunoterapia swoista może znacząco poprawić komfort życia i ograniczyć przyjmowanie leków. Dlatego pacjenci powinni rozmawiać ze swoim alergologiem o możliwości zastosowania tej metody.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

WYZWANIA



Dokuczliwy ból brzucha i częste wizyty w toalecie? Sprawdź, czy jelita nie chorują

Zespół jelita nadwrażliwego (IBS) może wystąpić w każdym wieku, a obecnie mierzy się z nim 11 proc. populacji. Zwykle przebiega z nawrotami, przez co może pogarszać jakość życia.



Prof. dr hab. n. med. Grażyna Maria Rydzewska
Kierownik Katedry Gastroenterologii i Żywienia Państwowego Instytutu Medycznego MSWiA, wiceprezes Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii, członek Zarządu Polskiego Klubu Trzustkowego

Jak dokładnie objawia się zespół jelita nadwrażliwego (ang. IBS – Irritable Bowel Syndrome)?
Dominującym objawem IBS jest ból brzucha – występuje minimum raz w tygodniu, przez co najmniej trzy miesięce. Ból związany jest z wypróżnieniem, zmianą jego rytmu, biegunką lub zaparciem. Ponadto mogą pojawiać się objawy spoza układu pokarmowego, w tym m.in. bóle głowy, bóle kręgosłupa, częstomocz czy zaburzenia miesiączkowania.

Jakie są przyczyny IBS i jak wygląda jego diagnostyka?
Przyczyna jest nieznana, jednak już wiadomo, jakie czynniki są istotne w rozwoju IBS. Wśród nich wyróżnia się m.in. uwarunkowania genetyczne (IBS częściej występuje u osób, u których schorzenie wystąpiło u członków rodziny), nieprawidłową motorykę przewodu pokarmowego i czynniki dietetyczne. Istotne jest też to, że u podłoża IBS leżą zaburzenia osi mózgowo-jelitowej, których zasadniczym elementem jest mikrobiota jelitowa, będąca wtedy w dysbiozie, czyli stanie, w którym bakterie i inne mikroorganizmy nie żyją w równowadze. Aby zdiagnozować IBS, konieczne jest: przeprowadzenie wywiadu lekarskiego, ocena objawów i wykonanie badań laboratoryjnych, takich jak np. morfologia krwi.

IBS może wystąpić również po infekcji żołądkowo-jelitowej. Czym właściwie się charakteryzuje?
Do epizodów zapalenia żołądkowo-jelitowego, które objawiają się m.in. bólami brzucha czy biegunką, może dojść np. podczas wakacji w ciepłych krajach. Zdarza się tak, że objawy nie ustępują i przez kolejne miesiące występują nawrotowo. W takiej sytuacji często diagnozuje się poinfekcyjny IBS – stwierdza się go nawet u 31 proc. po przebyciu epizodu infekcyjnego. Co ciekawe, najnowsze doniesienia potwierdzają, że poinfekcyjny IBS może wystąpić np. po przebyciu infekcji COVID-19.

Na czym polega leczenie farmakologiczne w zespole jelita nadwrażliwego?
W terapii pomocne są m.in. leki rozkurczowe minimalizujące objawy takie jak ból brzucha, makrogole niwelujące zaparcie, leki przeciwdepresyjne zmniejszające zaburzenia interakcji osi mózgowo-jelitowej czy leki przeciwbiegunkowe. Przy czym warto pamiętać, że leczenie farmakologiczne jest jednym z kilku elementów terapii IBS, która obejmuje m.in. modyfikacje dietetyczne i stylu życia.

W jaki sposób zmiana diety pomaga zminimalizować objawy IBS? Jaką rolę w leczeniu odgrywają probiotyki i suplementacja maślanem sodu?
Ważne jest, by w trakcie leczenia wykluczyć nietolerowane przez pacjentów produkty (u niektórych skuteczna będzie np. dieta low-FODMAP lub bezglutenowa), wyeliminować żywność wysokoprzetworzoną, a także wdrożyć produkty zawierające błonnik rozpuszczalny (m.in. warzywa, owoce, babka płesznik). Ponadto w przywróceniu równowagi mikrobioty pomagają probiotyki. Prawdopodobnie korzystny wpływ mają konkretne szczepy lub ich mieszanki, dlatego warto skonsultować z lekarzem, jakie będą pomocne w danym przypadku. Warto pamiętać, że probiotyki są też wsparciem w budowaniu odporności, co ma znaczenie np. w kontekście poinfekcyjnego IBS. Ponadto rośnie liczba doniesień naukowych o korzystnym wpływie suplementacji maślanem sodu, który może skutecznie minimalizować objawy IBS.

> Najnowsze doniesienia potwierdzają, że poinfekcyjny IBS może wystąpić np. po przebyciu infekcji COVID-19.

Czym kierować się przy wyborze wspomagającego środka na IBS?
Istotne jest, by stosować probiotyki ze wskazania lekarza, gdyż wie on, jakie szczepy lub mieszanki będą najlepszym wyborem u danego pacjenta. Poprawę u chorych zauważono m.in. po zastosowaniu monoszczepów takich jak: Bifidobacterium bifidum MIMBb75, Bifidobacterium lactis czy Bifidobacterium infantis 35624 (oraz Lactobacillus, np. Lactobacillus plantarum 299v). Z kolei, suplementując maślan sodu, warto zwrócić uwagę, by był mikrootoczkowany, gdyż tylko wtedy możliwe jest jego dotarcie do najdalszych fragmentów układu pokarmowego.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**

eprasa.pl 1d493a40cf



MAŚLAN SODU

MAŚLAN SODU

zawarty w suplemencie diety Tributron został wyprodukowany w technologii mikrootoczkowania[1].

PRO BIOTYK

5 SZCZEPÓW BAKTERII ZASIEDLAJĄCYCH JELITO CIENKIE I JELITO GRUBE[2]:

- *Lactobacillus rhamnosus* FloraActive 19070-2
- *Lactobacillus acidophilus* FloraActive 32418
- *Bifidobacterium lactis* FloraActive 32269
- *Bifidobacterium longum* FloraActive 32946
- *Bifidobacterium bifidum* FloraActive 32403

PRE BIOTYK Actilight®

KRÓTKOŁAŃCUCHOWE FOS (Actilight®)[3]

stymulują aktywność i rozwój probiotycznej mikroflory jelitowej. Regulują motorykę przewodu pokarmowego, działają ochronnie na nabłonek jelitowy[4].



DLA OSÓB:

- z wrażliwością jelit[5]
- w trakcie i po antybiotykoterapii[6]

Produkt wytworzony w technologii CRYO-PROTECTION, która chroni korzystne bakterie przed:

tlenem · wilgocią · temperaturą · kwasem żołądkowym i żółcią

1. BioCare Copenhagen data on view; 2. Gałęcka M., Basińska A. M., Bartnicka A., Znaczenie mikrobioty jelitowej w kształtowaniu zdrowia człowieka – implikacje w praktyce lekarza rodzinnego, Instytut Mikroekologii, Poznań 2018, Via Medica, ISSN 1897-3590; 3. https://progresslabs.pl/skladniki/fos-actilinght-prebiotyk/?srsltid=AfmBOorl0NqBvI0aBoeODo9LDSsAx8hKde2lV8taWr0-uTTXEdG3bJzw4; 4. https://progresslabs.pl/skladniki/fos-actilinght-prebiotyk/?srsltid=AfmBOorl0NqBvI0aBoeODo9LD5sAx8hKde2lV8taWr0uTTXEdG3bJzw4; 5. Wen Y., Li J., Long Q., Yue C. C., He B., Tang X. G., The efficacy and safety of probiotics for patients with constipation-predominant irritable bowel syndrome: A systematic review and meta-analysis based on seventeen randomized controlled trials, Int J Surg, 2020 Jul; 79: 111-119; doi: 10.1016/j.ijsu.2020.04.063. Epub 2020 May 6. PMID: 323872`13; 6. Lange K., Buerger M., Stallmach A., Bruns T., Effects of Antibiotics on Gut Microbiota, Dig Dis, 2016; 34 (3): 260-8; doi: 10.1159/000443360. Epub 2016 Mar 30;
AURO/PCG/TRIB/12/03/26

AUROVITAS®

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



W sezonie jesienno-zimowym częściej pojawiają się infekcje gardła

W okresie jesienno-zimowym obserwuje się wzmożoną zachorowalność na infekcje górnych dróg oddechowych, w tym zapalenie gardła, głównie z powodu zwiększonej aktywności wirusów, takich jak rynowirusy, adenowirusy, koronawirusy, wirusy grypy i paragrypy oraz wirus syncytialny (RSV).



Lek. Marcin Król
Lekarz medycyny rodzinnej z pasją do zdrowego stylu życia i holistycznego podejścia do pacjenta

Dlaczego oraz jak w sezonie jesienno-zimowym można zapobiegać infekcjom gardła?
W chłodniejszych miesiącach ludzie spędzają więcej czasu w zamkniętych, często słabo wentylowanych pomieszczeniach, co sprzyja rozprzestrzenianiu się patogenów. Dodatkowo suche powietrze ogrzewane w pomieszczeniach może wysuszać śluzówki nosa i gardła, osłabiając naturalną barierę ochronną i ułatwiając infekcje.

Regularne mycie rąk, unikanie dotykania twarzy, zwłaszcza nosa i ust, oraz stosowanie środków dezynfekujących ogranicza transmisję wirusów i bakterii.

Ponadto starajmy się ograniczyć kontakt z osobami wykazującymi objawy infekcji dróg oddechowych – to na pewno zmniejszy ryzyko zakażenia.

Dbajmy o prawidłowe nawodnienie, dietę bogatą w witaminy (szczególnie witaminę D), regularną aktywność fizyczną oraz odpowiednią ilość snu – to wspomoże nasz układ odpornościowy.

Co to znaczy działanie antyseptyczne? W jaki sposób połączenie działania przeciwbólowego i antyseptycznego może wpływać na szybszą ulgę w bólu gardła u dorosłych i dzieci w sezonie przeziębień?
Działanie antyseptyczne oznacza zdolność do niszczenia lub hamowania rozwoju drobnoustrojów na powierzchni błon śluzowych, co pomaga w ograniczeniu infekcji i zapobiega jej rozprzestrzenianiu się.

W sezonie przeziębień, gdy infekcje wirusowe gardła są najczęstsze, stosowanie preparatów łączących działanie antyseptyczne i przeciwbólowe może być korzystne, ponieważ:

- zmniejsza ryzyko nadkażeń bakteryjnych,
- łagodzi ból i dyskomfort, co ułatwia przyjmowanie pokarmów i płynów,
- wspomaga nawilżanie i ochronę śluzówki gardła,
- pozwala ograniczyć stosowanie ogólnych leków przeciwbólowych i przeciwzapalnych, co jest istotne zwłaszcza u dzieci.

Jakie składniki powinien zawierać preparat na ból gardła, by nie tylko łagodzić ból, ale także zwalczać przyczynę infekcji?
Pamiętajmy, że 90–95 proc. infekcji dróg oddechowych, w tym gardła, będą stanowić infekcje wirusowe. Te choroby mają charakter samoograniczający się, co oznacza, że nasze leczenie nakierowane jest głównie na łagodzenie objawów. Nasze ciało przez ten czas zwalcza wirusa.

Możemy stosować produkty, które zmniejszają podrażnienie i ból, ułatwiają odkrztuszanie i nawilżają śluzówkę. Dostępne są również preparaty ze środkiem znieczulającym miejscowo lub substancjami przeciwzapalnymi. Dobór konkretnego preparatu zawsze należy ustalić indywidualnie z lekarzem, nie każdy lek można stosować we wszystkich grupach wiekowych. Zdarzają się też uczulenia na poszczególne składniki preparatów. To, co sprawdziło się komuś innemu, nie zawsze sprawdzi się nam.

> Starajmy się ograniczyć kontakt z osobami wykazującymi objawy infekcji dróg oddechowych – to na pewno zmniejszy ryzyko zakażenia.

Na co rodzice powinni zwracać uwagę przy wyborze preparatu na ból gardła dla dzieci?
Przede wszystkim na wiek dziecka i postać leku. Tabletki i pastylki do ssania są zalecane dla dzieci powyżej 6. roku życia. U dzieci do 12 lat należy stosować je pod kontrolą osoby dorosłej. Preparaty mogą być zarejestrowane dla różnych kategorii wiekowych. Zawsze należy zwrócić uwagę na skład preparatu pod kątem alergii lub nietolerancji na składniki. Preparaty bogate w cukry mogą sprzyjać rozwojowi próchnicy u dzieci, zwłaszcza przy niedostatecznej higienie jamy ustnej. Dostępne są produkty, które nie zawierają cukru. W razie wątpliwości zawsze skonsultuj wybór preparatu ze swoim lekarzem rodzinnym

Więcej materiałów dostępnych jest na stronie byczdrowym.info

eprasa.pl 1d493a40cf

neo-angin®

Na ból gardła OD RAZU neo-angin®

BEZ CUKRU

BEZ CUKRU O SMAKU WIŚNIOWYM

KLASYCZNY



SZYBKA*

ULGA W BÓLU GARDŁA

DZIAŁA

PRZECIWWIRUSOWO I PRZECIWBAKTERYJNIE

HAMUJE**

STAN ZAPALNY I ROZWÓJ INFEKCJI

NEO.2026.09.03

*CHPL neo-angin®, neo-angin® bez cukru, neo-angin® wiśnia: początek działania obserwowano po 5 minutach.
*CHPL neo-angin® bez cukru: pkt. 5.1.

neo-angin®, tabletki do ssania. 1 tabletka do ssania zawiera: 1,2 mg alkoholu 2,4- dichlorobenzylowego (Alcohol 2,4-dichlorobenzylicus), 0,6 mg amylometakrezolu (Amylmetacresolum), 5,9 mg lewomentolu (Levomentholum). Wskazania do stosowania: zalecany do wspomagania leczenia stanów zapalnych jamy ustnej i gardła, przebiegających z objawami, takimi jak: ból gardła, zaczerwienienie, obrzęk. Podmiot odpowiedzialny: MCM Klosterfrau Healthcare sp. z o.o.

neo-angin® bez cukru, tabletki do ssania. 1 tabletka do ssania zawiera: 1,2 mg alkoholu 2,4-dichlorobenzylowego (Alcohol 2,4-dichlorobenzylicus), 0,6 mg amylometakrezolu (Amylmetacresolum), 5,72 mg lewomentolu (Levomentholum). Wskazania do stosowania: zalecany do wspomagania leczenia stanów zapalnych jamy ustnej i gardła, przebiegających z objawami, takimi jak: ból gardła, zaczerwienienie, obrzęk. Neo-angin bez cukru jest wskazany do stosowania u dorosłych, młodzieży oraz dzieci w wieku 6 lat i starszych. Podmiot odpowiedzialny: MCM Klosterfrau Healthcare sp. z o.o.

neo-angin® wiśnia, pastylki twarde. 1 pastylka twarda zawiera 1,2 mg alkoholu 2,4- dichlorobenzylowego (Alcohol 2,4-dichlorobenzylicus), 0,6 mg amylometakrezolu (Amylmetacresolum), 5,9 mg lewomentolu (Levomentholum). Wskazania do stosowania: zalecany do wspomagania leczenia stanów zapalnych jamy ustnej i gardła, przebiegających z objawami, takimi jak: ból gardła, zaczerwienienie, obrzęk. Podmiot odpowiedzialny: MCM Klosterfrau Healthcare sp. z o.o.

To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania. Nie przekraczaj maksymalnej dawki leku. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



Miejsce i rola organizacji pacjentów w polskim systemie ochrony zdrowia

Organizacje pacjentów to partnerzy w ochronie zdrowia. Wspierają i edukują, ale przede wszystkim reprezentują perspektywę pacjentów i uczestniczą w kształtowaniu systemu ochrony zdrowia.



Małgorzata Godziątkowska
Prezes zarządu SPChC, członek zarządu PTCA

Kiedy ktoś pyta mnie, czym właściwie zajmuje się organizacja pacjentów, mogłabym odpowiedzieć: edukujemy, wspieramy, reprezentujemy, konsultujemy. Ale z perspektywy prezeski wiem, że za tymi słowami kryje się coś znacznie ważniejszego. Naszą rolą jest sprawić, aby człowiek, który w systemie ochrony zdrowia bywa numerem PESEL, przypadkiem medycznym czy pozycją w statystyce, ponownie stał się pacjentem – człowiekiem ze swoją historią, potrzebami i prawem do najlepszego możliwego leczenia.

Nasza praca zaczyna się od słuchania. Telefonów od ludzi, którzy nie wiedzą, gdzie szukać pomocy. Wiadomości od rodziców bezradnych wobec choroby dziecka. Pytań o lekarza, diagnostykę, leczenie, prawa pacjenta. Czasem jest to zwykłe: „Co mam teraz zrobić?". Dobra organizacja powinna umieć zamienić setki takich pojedynczych historii w wiedzę o tym, gdzie system nie działa.

Potem przychodzi edukacja – webinary, poradniki, kampanie, grupy wsparcia, infolinie, spotkania z ekspertami. W Polskim Towarzystwie Chorób Atopowych oraz Stowarzyszeniu Pacjentów z Chorobami Cywilizacyjnymi od lat przekonujemy się, jak ogromne znaczenie ma rzetelna wiedza. Pacjent świadomy swojej choroby i możliwości terapeutycznych zupełnie inaczej rozmawia z lekarzem i inaczej porusza się po systemie.

Jest wreszcie rzecznictwo. To najmniej widoczna, a często najtrudniejsza część naszej pracy. Pisma, konsultacje, spotkania z Ministerstwem Zdrowia, NFZ, Rzecznikiem Praw Pacjenta, parlamentarzystami i ekspertami. Przekonywanie, że problem, który z perspektywy systemu może wyglądać jak kolejna pozycja budżetowa, dla konkretnego człowieka oznacza możliwość normalnego życia.

Jednym z ważnych zadań organizacji pacjentów jest zabieganie o dostęp do skutecznego i nowoczesnego leczenia. To naturalna część rzecznictwa – jeżeli istnieje terapia odpowiadająca na realną potrzebę chorych, powinniśmy mówić o tym głośno i przedstawiać perspektywę pacjentów. Organizacje pacjentów potrzebują też środków na działalność. Profesjonalna edukacja, infolinie, kampanie, raporty czy wsparcie tysięcy chorych kosztują. Źródłem finansowania mogą być granty publiczne, darowizny, środki prywatne, a także granty firm farmaceutycznych. Kluczowe jest, aby organizacja jasno informowała, kto finansuje jej działalność, dywersyfikowała źródła finansowania i zachowywała pełną niezależność merytoryczną. Dla mnie najważniejsze jest to, aby punktem wyjścia zawsze była potrzeba pacjentów, a nie interes konkretnego producenta. Naszym zadaniem jest pokazywanie niezaspokojonych potrzeb zdrowotnych i konsekwencji braku dostępu do skutecznego leczenia. To ważny głos pacjentów w dyskusji o systemie ochrony zdrowia.

Trzeba też jasno powiedzieć, czego organizacje pacjentów nie mogą. Nie podejmujemy decyzji refundacyjnych, nie ustalamy budżetu NFZ, nie zastępujemy lekarzy ani regulatora. Możemy przedstawiać argumenty, dane i doświadczenia pacjentów.

> Jednym z ważnych zadań organizacji pacjentów jest zabieganie o dostęp do skutecznego i nowoczesnego leczenia.

Możemy być konsekwentni, czasem niewygodni. Możemy pytać: dlaczego nie? I wracać z tym pytaniem tak długo, jak długo problem pozostaje nierozwiązany. Doświadczenia PTCA i SPChC nauczyły mnie, że zmiana w ochronie zdrowia rzadko jest dziełem jednej osoby czy instytucji. Jest efektem dialogu pacjentów, klinicystów, administracji, ekspertów i wielu innych środowisk.

Dlatego nie chcę systemu tworzonego „dla pacjentów" bez ich udziału. Chcę systemu tworzonego z pacjentami. Bo organizacja pacjentów nie powinna być ani petentem, ani dekoracją przy stole decydentów. Powinna być partnerem – kompetentnym, transparentnym, niezależnym i wystarczająco odważnym, by przypominać, dla kogo ten system właściwie istnieje.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

EKSPERT

Dlaczego grypa wciąż zagraża?

Jesienią i zimą rośnie liczba zachorowań na grypę. W rozmowie wyjaśniamy, dlaczego tak się dzieje, jak działa szczepionka i kto jest najbardziej narażony na powikłania.



Prof. dr hab. Agnieszka Szuster-Ciesielska
Katedra Wirusologii i Immunologii UMCS; uznany popularyzator wiedzy, wyróżniona tytułem „Promotora wiedzy" przez Puls Medycyny, na liście 100 najbardziej wpływowych osób w medycynie w 2021 i 2022

Dlaczego w okresie jesienno-zimowym obserwujemy rosnącą liczbę zachorowań na grypę?

W okresie jesienno-zimowym obserwujemy rosnącą liczbę zachorowań na grypę z kilku powodów. Niska temperatura i wilgotność powietrza sprzyjają przetrwaniu wirusa grypy w środowisku zewnętrznym oraz zmniejszają efektywność naturalnej bariery śluzowej w układzie oddechowym. Zimne powietrze spowalnia usuwanie śluzu i aktywność fagocytów, które są komórkami usuwającymi wirusy. O tej porze roku wirusy cechują się zwiększoną transmisją wśród ludzi przebywających w zamkniętych pomieszczeniach. Ponadto w okresie grzewczym ciepłe powietrze może nadmiernie wysuszyć śluzówki, co osłabia ich zdolności obronne. Niższy poziom witaminy D w okresie jesienno-zimowym (z powodu mniejszej ekspozycji na światło słoneczne) może osłabiać funkcje odpornościowe organizmu i zwiększać podatność na infekcje dróg oddechowych, w tym grypę. Warto też podkreślić, że wirusy sezonowe wykazują wzorce utrzymujące się od późnej jesieni do wiosny, co związane jest także z zachowaniem populacji i warunkami klimatycznym.

Jakie grupy społeczne są najbardziej narażone na powikłania grypy?

Najbardziej narażone na powikłania grypy są:

- dzieci poniżej 5. roku życia, zwłaszcza do 2 lat, ze względu na niedojrzały układ odpornościowy,
- osoby starsze (powyżej 65 lat) szczególnie po 84. roku życia, które mają naturalnie osłabioną odporność i częściej chorują przewlekle,
- kobiety w ciąży i okresie połogu, ponieważ zmiany immunologiczne w ciąży zwiększają ryzyko ciężkiego przebiegu infekcji oraz powikłań u matki i dziecka,
- osoby z chorobami przewlekłymi, takimi jak astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), cukrzyca, choroby serca, choroby nerek, schorzenia immunologiczne, choroby wątroby czy choroby hematologiczne,
- osoby z osłabionym układem odpornościowym, w tym po przeszczepach narządów, przyjmujące leki immunosupresyjne lub z zakażeniem HIV,
- osoby otyłe (BMI powyżej 40) ze zwiększonym ryzykiem ciężkiego przebiegu i powikłań,
- osoby przebywające w skupiskach, np. w domach opieki społecznej, hospicjach, gdzie łatwo dochodzi do transmisji.

Te grupy cechuje wyższe ryzyko powikłań, takich jak zapalenie płuc, zapalenie mięśnia sercowego, zaostrzenie chorób przewlekłych, a u dzieci także zapalenie ucha środkowego czy drgawki gorączkowe. Szczepienia ochronne i wczesne leczenie są kluczowe w ochronie tych populacji.

Więcej materiałów dostępnych jest na stronie byczdrowym.info



eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



Jak naturalnie wzmocnić odporność?

Okres jesienno-zimowy to sprawdzian dla naszej odporności. Lekarka wyjaśnia, dlaczego częściej wtedy chorujemy, kiedy zgłosić się do gabinetu i czy w sezonie infekcyjnym warto sięgać po preparaty roślinne.



Dr n. med. Magdalena Cubała-Kucharska
Lekarz medycyny funkcjonalnej, doktor nauk z alergologii, obesitolog; członkini wielu towarzystw naukowych; autorka książek, e-booków i szkoleń o tematyce zdrowia oraz jelit; założycielka Instytutu Arcana

Co najczęściej osłabia naszą odporność jesienią?
Nakłada się na to wiele czynników. Jesienią robi się chłodniej, a wykazano, że kiedy temperatura w nosie spada, to słabnie jego miejscowa odpowiedź przeciwwirusowa.

> Znaczenie mają również niedożywienie i niedobory.

Poza tym więcej czasu spędzamy w zamkniętych pomieszczeniach, gdzie wirusy łatwiej przenoszą się w aerozolu. Mamy mniej ruchu, a to obniża poziom miokin uczestniczących w regulacji stanów zapalnych. Do tego dochodzi stres związany z powrotem do pracy czy szkoły i gorszy sen.

Znaczenie mają również niedożywienie i niedobory, m.in. białka, cynku, żelaza, selenu i witaminy A, ważnej dla błon śluzowych, oraz witaminy D, której jesienią nie syntetyzujemy tak jak latem. Wszystkie te czynniki wpływają na funkcjonowanie układu odpornościowego.

Gdzie leży granica między „zwykłą" infekcją a sytuacją, która wymaga konsultacji z lekarzem?
Znaczenie ma przebieg infekcji, to jak mocno chorujemy i czy infekcje nawracają. Jeżeli w ciągu kilku-kilkunastu tygodni łapiemy co najmniej trzecią infekcję, jest to sygnał alarmowy. W takiej sytuacji warto skonsultować się z lekarzem, który oceni, czy potrzebne są dodatkowe działania wspierające odporność.

Jak suplementacja składnikami roślinnymi może wspierać odporność w sezonie jesienno-zimowym?
Za niektórymi składnikami roślinnymi stoją interesujące badania naukowe. W preparatach roślinnych wykorzystuje się m.in. porost islandzki, lukrecję, babkę lancetowatą czy ślazowiec.

Porost islandzki (*Cetraria islandica*) jest bogaty w związki śluzowe,

> Jeżeli w ciągu kilku-kilkunastu tygodni łapiemy co najmniej trzecią infekcję, jest to sygnał alarmowy.

przede wszystkim licheninę i izolicheninę, które pomagają łagodzić podrażnienia gardła. Pozostałe składniki roślinne również dostarczają związków bioaktywnych, których właściwości są przedmiotem badań.

Preparaty roślinne nie są zupełnie obojętne. Ważne są jakość i pochodzenie surowca oraz kontrola zawartości substancji aktywnych, dlatego warto poradzić się specjalisty.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

EKSPERT

Sezon jesienno-zimowy jest okresem wzmożonych zachorowań na infekcje wirusowe. Jak zatem możemy zaradzić ich skutkom?



Dr n. med. Ilona Małecka
Specjalista pediatra, pracuje w Wielkopolskim Centrum Zdrowia Dziecka w Poznaniu, nauczyciel akademicki w Katedrze i Zakładzie Profilaktyki Zdrowotnej w Poznaniu

Dlaczego zima to czas infekcji gardła i chorób górnych dróg oddechowych?
Zimna, deszczowa, wilgotna aura jest idealnym środowiskiem do rozprzestrzeniania się wirusów. Dodatkowo: nasz nieadekwatny do pogody ubiór może wpływać na naszą podatność na infekcje. Podobnie jest z przebywaniem zbyt długo w zamkniętych pomieszczeniach – większość swojego czasu spędzamy w dużych skupiskach ludzi, mniej na świeżym powietrzu itp. Rzadziej też uprawiamy aktywność fizyczną na dworze oraz nie wietrzymy tak często pomieszczeń, w których przebywamy, a to sprzyja szerzeniu się infekcji.

Jakie są typowe objawy infekcji gardła u dzieci oraz w jaki sposób ból gardła wpływa na jakość życia małego pacjenta?
Zaskakujące jest to, że czasem nawet bardzo małe dzieci potrafią wskazać nam, że mają dyskomfort związany z infekcją gardła. Dziecko, które skarży się na ból gardła, najczęściej odmawia przyjmowania nie tylko pokarmów, ale i również płynów. To z kolei może prowadzić do odwodnienia, pogorszenia samopoczucia małego pacjenta, jego płaczliwości i rozdrażnienia.

Dlaczego warto rozpocząć jak najszybsze leczenie, gdy pojawią się pierwsze symptomy infekcji gardła?
Wtedy takie postępowanie jest najskuteczniejsze – możemy korzystać z szerokiej gamy leków w różnej postaci o działaniu przeciwbólowym i odkażającym. Wczesne włączenie takiego leku zapobiega rozwojowi infekcji, zmniejsza ryzyko odwodnienia i przeciwdziała niepotrzebnemu podawaniu dziecku antybiotyku.

> Zimna, deszczowa, wilgotna aura jest idealnym środowiskiem do rozprzestrzeniania się wirusów.



To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania i tylko wtedy, gdy jest to konieczne. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

EKSPERT

Odporność dziecka – co jeszcze możemy w tym kierunku zrobić?

Układ immunologiczny kształtuje się przez cały okres dziecięcy. Dlatego też dzieci najbardziej narażone są na działanie wirusów i bakterii. W jaki sposób możemy je jeszcze bardziej przed nimi uchronić? Czy dodatkowe wsparcie odporności w postaci np. aromaterapii może być skuteczne?



Dr hab. n. med. Adam J. Sybilski, prof. CMKP
Alergolog, specjalista pediatra, doświadczony klinicysta, kierownik Kliniki Pediatrii i Alergologii PIM MSWiA w Warszawie, kierownik II Kliniki Pediatrii Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego (CMKP) w Warszawie

Jak dbać o odporność dziecka w okresie jesiennym za pomocą naturalnych rozwiązań?
Oprócz podstawowych działań, takich jak codzienna dawka ruchu na świeżym powietrzu, prawidłowa dieta bogata w składniki odżywcze i witaminy oraz szczepienia, możemy wspierać odporność swojego dziecka, odpowiednio je ubierając oraz hartując. Istnieją również naturalne substancje – wyciągi z roślin, używane w tzw. fitoterapii (ziołolecznictwie), które mogą działać pomocniczo przy wsparciu odporności lub terapii. Można je zastosować w formie doustnej, wziewnej itp.

Jak aromaterapia wpływa na organizm? I w czym może być pomocna? Czy aromaterapia jest skuteczna w łagodzeniu objawów przeziębienia u dziecka?
Aromaterapia może być pomocna nie tyle w samym wzmocnieniu odporności, ile przy łagodzeniu objawów infekcji, np. w blokadzie górnych dróg oddechowych, obrzęku w chorobach alergicznych, np. alergicznym nieżycie nosa. Zarówno inne metody wziewne, jak i aromaterapia działa miejscowo, a dokładniej w miejscu kontaktu z błoną śluzową dróg oddechowych. Obkurcza naczynia, a co za tym idzie – zmniejsza obrzęk, dzięki czemu znacznie ułatwia oddychanie.

W jaki sposób stosować aromaterapię u dziecka?
W tej kwestii należy być szczególnie uważnym, ponieważ każdy z preparatów pochodzenia naturalnego może powodować swego rodzaju nadwrażliwość. Dlatego na początku aromaterapii warto sprawdzić, czy nasze dziecko dobrze reaguje na zawarte w preparacie składniki. Jeśli nie pojawia się żadna reakcja nadwrażliwości, aromaterapia może być jednym ze sposobów na łatwiejsze, lepsze oddychanie dziecka, szczególnie w nocy.

Aromaterapię stosuje się najczęściej w formie aerozolu lub np. za pomocą nebulizatora, co w połączeniu z parą wodną dodatkowo nawilża drogi oddechowe.

Dzieci nie przepadają za nebulizatorami. Czy kąpiel połączona z inhalacją naturalnymi olejkami to dobry pomysł?
Tak, ale tylko na zasadzie uzupełnienia terapii. Aromaterapia to dodatkowe, delikatne sposoby działające przy okazji relaksująco na dziecko (np. z zastosowaniem olejków, np. z lawendy – przyp. red.).

Więcej materiałów dostępnych jest na stronie **poradnikdlarodziny.pl**

AROMATERAPIA W KĄPIELI
Gdy mały nosek jest zatkany...

Langsteiner 30 LAT PHARMACEUTICAL



Naturalne olejki dla swobodnego oddechu

Olejek eukaliptusowy
Wspiera uczucie swobodnego oddechu

Olejek lawendowy
Kojący aromat i wyciszenie przed snem

Olejek sosnowy
Odświeża i wspiera oddech

Odkryj całą serię produktów **BĄBEL** na **langsteiner.eu** **Dostępny również w aptekach**
Dla dzieci od 2. roku życia. Nie stosować u dzieci z astmą, krztuścem ani z alergicznymi chorobami układu oddechowego. Przed użyciem przeczytaj etykietę.

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



Propolis i jego naturalne właściwości – co warto wiedzieć o kicie pszczelim?

Osłabiony organizm wysyła różne sygnały. Jest bardziej podatny na infekcje. Kiedy nasz układ odpornościowy potrzebuje wsparcia? Czy naturalne produkty, takie jak propolis, mogą być pomocne?



Dr n. med. Magdalena Cubała-Kucharska
Lekarz medycyny funkcjonalnej, doktor nauk z alergologii, obesitolog; członkini wielu towarzystw naukowych; autorka książek, e-booków i szkoleń o tematyce zdrowia oraz jelit; założycielka Instytutu Arcana

Jakie problemy mogą wynikać z osłabionej odporności i nawracających infekcji?
Sygnały osłabionej odporności mogą pojawić się, zanim zachorujemy. To m.in. przewlekłe zmęczenie, senność, gorsza koncentracja, osłabienie – u dzieci często widoczne w postaci sińców pod oczami. Potem zaczynają się częste infekcje. Możemy mieć wrażenie, że „łapiemy wszystko".

Jakie mogą być konsekwencje długotrwałego ignorowania stanów zapalnych i nawracających infekcji?
Sama infekcja jest dla organizmu dużym wysiłkiem energetycznym. Dlatego po chorobie potrzebujemy czasu na rekonwalescencję: wysypiajmy się, ograniczmy wysiłek fizyczny. Powirusowy stan zapalny może utrzymywać się do 4 tygodni.

Niepokojąca jest sytuacja, kiedy objawy nawracają albo pojawiają się kolejno w różnych miejscach. Jeśli po zapaleniu ucha mamy zapalenie gardła, a później kolejną infekcję, nie traktujmy tego jako osobnych problemów. Należy przerwać to błędne koło i udać się do lekarza, najlepiej takiego, który w sposób holistyczny spojrzy na nasz organizm.

Jak właściwości propolisu mogą wspierać naturalną odporność i organizm?
Propolis to kit pszczeli, substancja, którą pszczoły wytwarzają w celu uszczelnienia ula i ochrony swojego „domu" przed zakażeniem. Zawiera wiele związków aktywnych, w tym polifenole i flawonoidy. Szeroko opisane w literaturze naukowej potencjalne właściwości przeciwbakteryjne, przeciwwirusowe i przeciwzapalne propolisu stanowią przedmiot licznych badań z zakresu zielarstwa i farmakologii.

Skład propolisu może różnić się w zależności od jego pochodzenia geograficznego. Najlepiej stosować go okresowo, a nie długofalowo. Ostrożność powinny zachować osoby uczulone na produkty pszczele.

> Po chorobie potrzebujemy czasu na rekonwalescencję: wysypiajmy się, ograniczmy wysiłek fizyczny.

W przypadku dzieci bardziej odpowiedni będzie roztwór niezawierający etanolu, cukru, sztucznych aromatów ani innych potencjalnych alergenów.

Więcej materiałów dostępnych jest na stronie **byczdrowym.info**

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA





Nasz organizm stale musi utrzymywać gotowość do obrony przed infekcjami. Na silną odporność pracujemy więc każdego dnia. Co niszczy tę naszą tarczę ochronną? Jakie znaczenie mają właściwa dieta, ruch i odpoczynek?

Więcej materiałów dostępnych jest na stronie **poradnikdlarodziny.pl**

Co najbardziej zaburza odporność w sezonie infekcji?

Na infekcje jesteśmy narażeni przez cały rok. Nie muszą one wiązać się z katarem – na przykład latem mogą to być biegunki czy uczulenia. Jesienią dzieci wracają do ławek, a dorośli do pracy. Zmienia się wilgotność i pojawiają się sezonowe infekcje, takie jak grypa czy COVID. Najłatwiej zarażają się maluchy w żłobkach i przedszkolach, bo ich układ odpornościowy dopiero się szkoli.

Najmocniej osłabiają nas czynniki, które są niedoceniane, niezależne od pór roku. Wynikają one z naszej sytuacji życiowej i stylu życia. To w szczególności chroniczny stres, niedosypianie i zmęczenie, które skutkują przewlekle wysokim poziomem kortyzolu, więc długofalowo osłabiają nasz organizm i, co za tym idzie, układ odporności.

Jak naturalnie wzmocnić organizm przed przeziębieniem i grypą?

To infekcje wirusowe, więc trudno wśród naturalnych sposobów znaleźć takie, które by nas przed nimi obroniły. Istnieje wiele patogenów, przeciwko którym możemy się zaszczepić, i to jest najlepsza tarcza ochronna. Jeśli jednak zachorujemy, to przy pierwszych objawach możemy wspierać się takim odpornościowym comfort food. Mam na myśli wszystkie produkty o działaniu wygrzewającym, przeciwzapalnym, lekko przeciwgorączkowym, a także przeciwwirusowym, przeciwbakteryjnym i przeciwgrzybiczym – jako wsparcie pracy układu odpornościowego na śluzówkach. To czosnek, cebula, imbir, czarnuszka, szafran i inne przyprawy korzenne, napary z kwiatu lipy, sok z czarnego bzu. Do domowych metod trzeba podchodzić rozsądnie, odpowiednio sobie ważyć, co i jak może pomóc, a w razie potrzeby udać się do lekarza.

Jak dieta wpływa na odporność?

Z odpornością jest tak jak z baterią w telefonie – trzeba ładować ją codziennie. Nie może być tak, że jednego dnia zjemy kilogram witaminy C, a w kolejnych nasza dieta będzie kuleć. Moja dewiza brzmi: „jedzmy wszystkiego po trochu, wybierając produkty jak najlepszej jakości i dbając o różnorodność na talerzu". Dopuszczam przy tym pewną dozę wysokoprzetworzonych czy tłustych produktów. Nie obwiniałbym ich o to, że często chorujemy. Problemem może być oczywiście ich przesadne spożywanie, bo wtedy zwiększa się ryzyko wystąpienia chorób metabolicznych, które osłabiają naszą odporność. Warto też dodać, że zamiast np. szukać cudownych superfoods, lepiej ograniczyć alkohol.

Jaką rolę odgrywają ruch i regeneracja?

Istnieje wiele badań mówiących o tym, że aktywność fizyczna poprawia jakość i długość życia, korzystnie wpływa na cały organizm oraz stymuluje odporność. Ruch powinien być codziennym nawykiem. Dostosujmy go do wieku i możliwości. Hartujmy się: regularnie wystawiajmy na różną temperaturę i wilgotność.

Często porównuję odporność do strażaków, którzy ciągle są w gotowości. Na co dzień pracuje ona na sto procent, a gdy chorujemy, na dwieście. Po akcji strażacy są wyczerpani. Podobnie po chorobie nasza odpornościowa straż pożarna wraca do bazy. Potrzebuje spokoju, doładowania energii, wyspania się, najedzenia. W większości sytuacji regeneracja po chorobie jest więc bardzo ważna. Szczególnie widać to u dzieci, które wpadają w długi cykl chorowania.

Spróbujmy więc wieczorem odłożyć telefon i położyć się godzinę wcześniej. W wielu przypadkach nasz organizm sam potrafi się doprowadzić do równowagi. Musimy mu tylko na to pozwolić.

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

EKSPERT

Lepszy oddech i większa sprawność – rehabilitacja pulmonologiczna w astmie, POChP i alergiach

Astma i POChP należą do najczęstszych przewlekłych chorób układu oddechowego. Rehabilitacja pulmonologiczna może być ważnym uzupełnieniem farmakoterapii. O jej roli w astmie, POChP i alergicznym nieżycie nosa oraz znaczeniu leczenia klimatycznego rozmawiamy z ekspertem.



Dr hab. n. med. Krzysztof Pałgan, prof. UMK
Specjalista chorób wewnętrznych i alergologii, konsultant wojewódzki w zakresie alergologii – województwo kujawsko-pomorskie

Które przewlekłe choroby układu oddechowego są dziś największym wyzwaniem i kiedy warto wspierać ich leczenie rehabilitacją pulmonologiczną?
Największym wyzwaniem pozostają astma oskrzelowa i przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP) – przewlekłe choroby o podłożu zapalnym. POChP dotyka ponad 250 mln osób na świecie, prowadząc do postępującego ograniczenia przepływu powietrza. W astmie istotną rolę odgrywa predyspozycja genetyczna, a alergia uczestniczy w rozwoju i przebiegu choroby u 30–70 proc. chorych. Rehabilitację pulmonologiczną można włączyć od początku leczenia, poprawiając kondycję i tolerancję wysiłku oraz codzienne funkcjonowanie pacjentów. W POChP stanowi ważny element terapii.

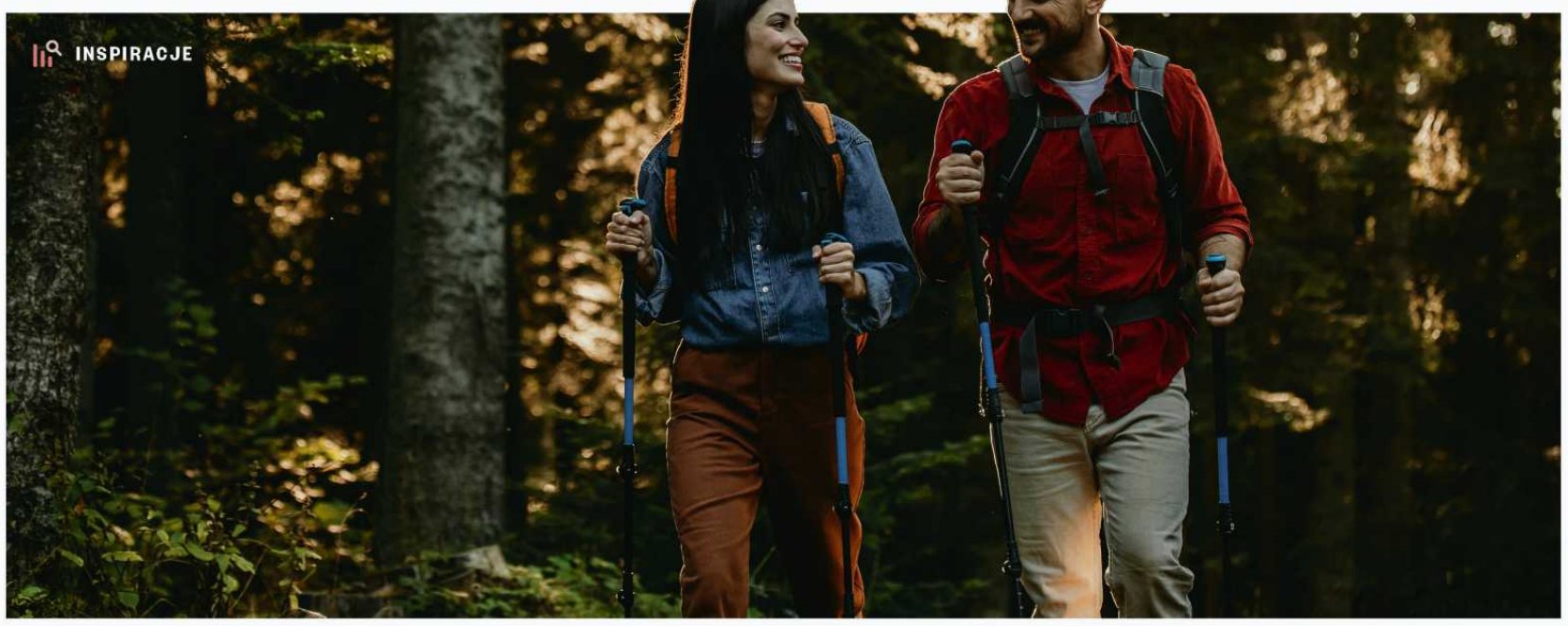
Czym jest leczenie klimatyczne i kiedy możemy je rozważać?
Leczenie klimatyczne możemy wdrożyć w przewlekłych schorzeniach górnych i dolnych dróg oddechowych, takich jak alergiczny nieżyt nosa lub astma. Kluczowe znaczenie ma tu unikanie ekspozycji na alergeny wyzwalające procesy zapalne w nabłonku dróg oddechowych. Leczenie klimatyczne polega na zapewnieniu choremu **specyficznych warunków mikroklimatycznych – w tym również podziemnego mikroklimatu solnego – ograniczających ekspozycję na część typowych alergenów i zanieczyszczeń**, co obok farmakoterapii i immunoterapii **może wspierać kontrolę objawów choroby**.

Na czym dokładnie polega rehabilitacja pulmonologiczna?
W praktyce rehabilitacja pulmonologiczna obejmuje odpowiednio dobraną aktywność fizyczną, trening mięśni oddechowych oraz naukę prawidłowej techniki oddychania, dostosowanej do stopnia zaawansowania choroby. Uzupełnieniem tych działań może być leczenie klimatyczne, zapewniające pacjentom dodatkowe warunki sprzyjające ćwiczeniom i regeneracji układu oddechowego. Może również uwzględniać ćwiczenia siłowe, trening wydolnościowy oraz edukację dotyczącą choroby i radzenia sobie z dusznością. U pacjentów z POChP szczególne znaczenie mają techniki ułatwiające usuwanie zalegającej wydzieliny. W astmie odpowiednio dobrane ćwiczenia i technika oddychania pomagają kontrolować objawy. Kluczowa pozostaje systematyczność.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**



eprasa.pl 1d493a40cf



Jak zmiana stylu życia może wpłynąć na zdrowie twojego organizmu?

Zdrowy styl życia pomaga w utrzymaniu odpowiedniej kondycji, zapobiega chorobom i w rezultacie pozwala na dłuższe życie. Chociaż dużo się o nim mówi, to jednak często nie wiadomo, jak zacząć. Dowiedz się, jakie zmiany wprowadzić, by żyć zdrowiej.



Prof. dr hab. n. med. Artur Mamcarz
Kierownik III Kliniki Chorób Wewnętrznych i Kardiologii WL WUM

Jak prowadzić zdrowy styl życia w dzisiejszych czasach?

Istnieją trzy grupy działań prozdrowotnych, na które mamy wpływ: odpowiedni sposób żywienia, regularna aktywność fizyczna – od których to zależy utrzymanie odpowiedniej masy ciała – oraz niepalenie tytoniu. Warto też wspomnieć o radzeniu sobie z negatywnymi emocjami – nie chodzi tu o unikanie stresu, bo to zdaje się niemożliwe, ale o umiejętność radzenia sobie z nim. Wiemy, że osoby szczupłe i niepalące tytoniu będą mniej narażone na nadciśnienie czy zbyt wysokie stężenie cholesterolu we krwi niż osoby zmagające się z otyłością.

Jeśli powyższe działania prozdrowotne nie wystarczają, należy rozważyć prewencję w postaci odpowiedniej suplementacji uzupełniającej dietę lub, jeśli jest już na nią za późno, rozpocząć leczenie farmakologiczne chorób, które są wynikiem wieloletnich zaniedbań.

Aktywność fizyczna

Aktywność fizyczna stanowi nieodłączny element zdrowego stylu życia, pod warunkiem, że jest odpowiednio dostosowana do potrzeb i możliwości danej osoby. Zalecenia ekspertów mówią, że kontrolowana aktywność fizyczna jest rekomendowana we wszystkich sytuacjach: w nadciśnieniu, w zaburzeniach lipidowych, w chorobie wieńcowej i we wszelkich działaniach w ramach prewencji pierwotnej tych schorzeń. Przez co najmniej 3–4 dni w tygodniu powinniśmy poświęcać min. 30 minut na aktywność fizyczną, która wcale nie musi oznaczać intensywnego wysiłku na bieżni w siłowni czy ciężkich ćwiczeń w klubie fitness. Można ją budować małymi krokami, zmieniając codzienne nawyki, jak choćby wprowadzając regularne spacery na świeżym powietrzu. To pozwoli przyspieszyć metabolizm, poprawić kondycję fizyczną i wydolność naszego organizmu.

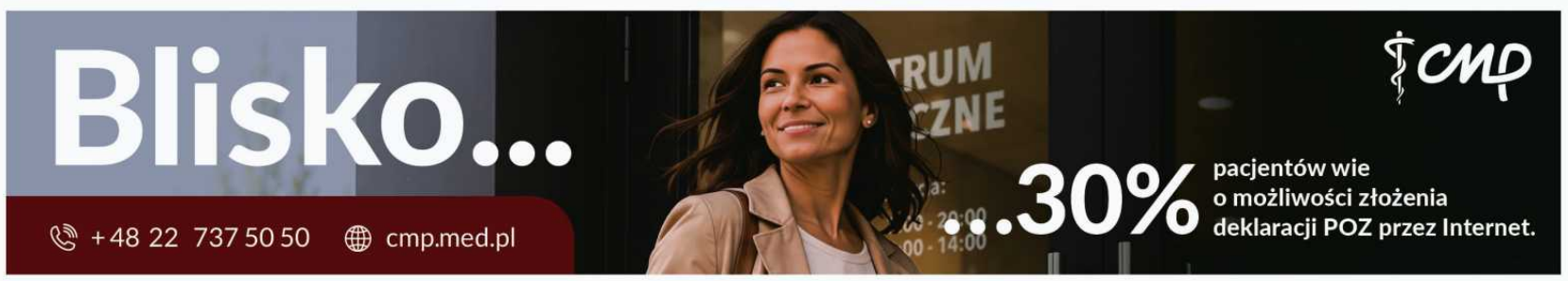
Suplementacja

Prawidłowa promocja zachowań prozdrowotnych powinna przebiegać w taki sposób, aby w większości przypadków suplementacja nie była potrzebna. Prowadzenie zdrowego stylu życia wymaga wytrwałości oraz konsekwencji w działaniu. Eksperci dodatkowo dopuszczają możliwość suplementacji. Przykładem są suplementy zawierające fitosterole roślinne.

Fitosterole roślinne to związki występujące we wszystkich komórkach roślinnych, jednak ich najbogatszym źródłem są oleje roślinne. Jeśli są regularnie przyjmowane z dietą, mogą skutecznie obniżać stężenie cholesterolu we krwi do 10 proc., co z kolei zmniejsza ryzyko wystąpienia m.in. miażdżycy i zawału serca.

> Przez co najmniej 3–4 dni w tygodniu powinniśmy poświęcać min. 30 minut na aktywność fizyczną.

Prowadzenie zdrowego stylu życia w dużym stopniu przyczynia się do zmniejszenia ryzyka chorób układu krążenia. Dlatego, chociaż wprowadzenie zasad zdrowego stylu życia wiąże się ze zmianami, które na początku mogą demotywować, to metodą małych kroków prowadzą one do wielkich zmian, dzięki którym nasze samopoczucie będzie lepsze.



REKLAMA

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA



Okres jesienny a ryzyko infekcji u pacjentów z PNO

Okres jesienny sprzyja częstszemu występowaniu infekcji. Dla osób z pierwotnymi niedoborami odporności (PNO), ze względu na zwiększoną podatność na zakażenia, jest to szczególnie wymagający czas. Odpowiednia profilaktyka, przestrzeganie zasad higieny oraz stosowanie się do indywidualnych zaleceń lekarza pozwalają ograniczyć ryzyko zachorowań i w miarę bezpiecznie funkcjonować na co dzień.



Ewa Kapuścińska
Pacjentka z CVID zdiagnozowana 15 lat temu, wiceprezes Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Niedoborami Odporności Immunoprotect

Zapobieganie zakażeniom

Podstawą profilaktyki jest właściwa higiena osobista. Ręce należy myć dokładnie i regularnie, szczególnie przed spożywaniem posiłków, po skorzystaniu z toalety, po powrocie do domu, po aktywności na świeżym powietrzu oraz po kontakcie ze zwierzętami. Wszelkie rany, skaleczenia i zadrapania powinny być starannie oczyszczane i zabezpieczane.

Podczas kaszlu i kichania należy zasłaniać usta i nos chusteczką higieniczną, a następnie umyć ręce. Zasada ta powinna obowiązywać również osoby z najbliższego otoczenia pacjenta, ponieważ pomaga ograniczyć rozprzestrzenianie się drobnoustrojów. W miarę możliwości pacjenci powinni unikać kontaktu z osobami zainfekowanymi, a także zatłoczonych miejsc i rozważyć noszenie maski na twarz szczególnie w okresie grypy.

Szczepienia

Szczepienia stanowią istotny element profilaktyki chorób zakaźnych, jednak u pacjentów z PNO wymagają indywidualnego podejścia. Możliwość zastosowania konkretnej szczepionki zależy od rodzaju i stopnia niedoboru odporności, dlatego decyzje dotyczące szczepień powinny być podejmowane po konsultacji z lekarzem immunologiem. Wiele z nich może zapewnić istotną ochronę przed infekcjami, np. szczepienie przeciw grypie. Ważne jest również odpowiednie zabezpieczenie osób z najbliższego otoczenia pacjenta. Szczepienia członków rodziny i innych osób pozostających z nim w bliskim kontakcie mogą pomóc ograniczyć ryzyko przenoszenia niektórych infekcji.

Bezpieczna żywność i woda

Odpowiednio zbilansowana, różnorodna dieta wspiera prawidłowe funkcjonowanie organizmu. Pacjenci z PNO powinni jednak zwracać szczególną uwagę na bezpieczeństwo spożywanej żywności. W zależności od rodzaju niedoboru odporności lekarz może zalecić unikanie produktów surowych lub niedogotowanych, takich jak mięso, jaja, niektóre sery czy surowe ryby. Należy również korzystać z bezpiecznej wody i unikać wody niewiadomego pochodzenia oraz jej długotrwałego przechowywania.

Codzienna profilaktyka

Istotne znaczenie ma również styl życia. Osoby palące powinny rozważyć całkowite zaprzestanie palenia, ponieważ dym tytoniowy zwiększa ryzyko infekcji układu oddechowego. Przed wykonaniem tatuażu, piercingu lub podobnych zabiegów należy skonsultować się z lekarzem.

Szczególnej troski wymaga skóra. Choroby takie jak egzema powinny być odpowiednio leczone, ponieważ drapanie zmian może prowadzić do uszkodzenia skóry i ułatwiać rozwój zakażeń. W przypadku aktywności seksualnej należy stosować zasady bezpiecznego seksu, w tym prezerwatywy.

> Pacjenci z PNO powinni zwracać szczególną uwagę na bezpieczeństwo spożywanej żywności.

Przed każdą operacją lub zabiegiem chirurgicznym personel medyczny powinien zostać poinformowany o rozpoznaniu PNO. Pozwala to odpowiednio zaplanować postępowanie i zmniejszyć ryzyko powikłań infekcyjnych.

NAJWAŻNIEJSZE

PNO obejmuje różnorodne zaburzenia odporności, dlatego zalecenia powinny zawsze być dostosowane do indywidualnej sytuacji pacjenta. W razie wątpliwości dotyczących szczepień, diety, aktywności czy codziennej profilaktyki należy skonsultować się z lekarzem immunologiem.

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: **byczdrowym.info**



eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

SYLWETKA

„Kat" w głowie nie pozwala nic nie robić

Joanna Jabłczyńska

Kiedyś sport traktowała jako test granic swojego organizmu i sposób na ucieczkę od trudnych emocji. Dziś dużo uważniej wsłuchuje się w potrzeby swojego ciała. Joanna Jabłczyńska przyznaje, że choć życie na wsi uczy ją zwalniać tempo, nie umie odpoczywać na kanapie.

Joanna Jabłczyńska
Aktorka, prawniczka i prezenterka. Znana z wieloletniej pracy w polskich mediach i serialach, łączy działalność artystyczną z karierą prawniczą.

FOT.: MAREK PODOLCZYŃSKI

eprasa.pl 1d493a40cf

REKLAMA

Sport jest ważną częścią pani życia. Co, poza dobrą formą, daje pani regularny ruch?
Sport zawsze mi się sprawdzał, jeżeli miałam jakiś problem do rozwiązania. Siedziałam z czymś, siedziałam, nie mogłam ruszyć, a jak poszłam pobiegać czy pojechałam nawet na chwilę na rower, nagle wszystko stawało się bardzo proste, jasne i znajdowałam wyjście nawet z trudnych sytuacji.

Myślę, że swego czasu sport zastępował mi terapię, którą pewnie powinnam wtedy przejść. Dlatego podchodziłam do niego w taki bardzo ekstremalny sposób. I zawsze mi było mało, sprawdzałam granice swojego ciała. W pewnym momencie ten sport był dla mnie ucieczką. Jak sobie nie radziłam ze swoimi emocjami, z tym, co się działo w moim życiu, to zamiast poszukać w sobie odpowiedzi, zamiast skorzystać z pomocy psychologa, wolałam wygrywać. Czasami jednak te problemy mnie na tyle gdzieś przerastały, że dochodziłam do ekstremum. Absolutnie nie słuchałam wtedy swojego ciała i tego, że chce odpocząć, że jest zmęczone, że to za dużo.

Teraz zdecydowanie to się zmieniło. Zaczęłam traktować sport jako sposób na wyciszenie, wyrzucenie złych emocji, jako coś, co po prostu mnie uspokaja i pozwala mi wrócić do siebie. Na etapie życia, na którym obecnie jestem, to jest też taki moment do przemyśleń, do posłuchania nie tylko swojego ciała, ale i duszy. Trening jest teraz dla mnie takim rodzajem medytacji. Czasami lubię się porządnie zmęczyć, ale wybieram taką formę ruchu, która będzie dla mojego ciała przyjemna.

Co sprawiło, że zaczęła pani inaczej traktować swoje ciało i aktywność fizyczną?
W pewnym momencie bardzo intensywnie pracowałam. Miałam pracę swoich marzeń w funduszu inwestycyjnym, ale wiązało się to z ogromnym obciążeniem psychicznym i nieregularnym trybem życia.

Wtedy właśnie mój organizm powiedział „pas". Okazało się, że mam niedoczynność tarczycy i Hashimoto. Fakt, że jest to nieuleczalna choroba, na którą mocno wpływają stres i tryb życia, pokazał mi, że muszę zwolnić. Wtedy zrezygnowałam z tej pracy i wrzuciłam chociaż trochę na luz.

Co zmieniło się w pani podejściu do swojego organizmu?
Przede wszystkim zadbałam o sen. Nie kładę się później niż o 21.00, bo lubię wcześnie wstawać i czuję, że to mi służy.

Bardziej szanuję swoje ciało. Odpuszczam i nie dociskam. Zwracam dużą uwagę na to, co jem. A jem dużo. Staram się nie doprowadzać do tego, żebym była głodna. Nie zamawiam cateringów i bardzo nie lubię jeść poza domem – nie chcę jeść rzeczy, których sama nie przygotuję.

Staram się wybierać produkty sezonowe i wracać do korzeni, do tego, co nasze. Dlatego wybieram owoce i warzywa lokalne. Kupuję na targu u zaprzyjaźnionych sprzedawców. Zdarza mi się wędzić własne wędliny czy robić przetwory. Nigdy nie jem śmieciowego jedzenia.

Mam też taki swój mały rytuał. Piję ciepłą wodę z imbirem. W ogóle piję dużo wody.

Czy umie pani odpoczywać bez poczucia winy?
Ciężko mi nie robić zupełnie nic, ale szukam kontaktu z naturą. To jest dla mnie wyciszające: prace w ogrodzie, sprzątanie u kur czy wyjście z psami do lasu. Mam wtedy poczucie, że coś zrobiłam, więc czuję się usprawiedliwiona. W mojej głowie jest taki kat, który nade mnie stoi i pilnuje, żeby wszyscy byli zadowoleni... Nie czuję na razie potrzeby takiego zupełnego leżenia i nicnierobienia. Mam nadzieję, że kiedyś do tego dojdę.

Mieszka pani na wsi, z dala od stolicy. To miejsce pomaga pani zwolnić?
Warszawa narzuca ogromne tempo i presję. Są korki, wszyscy trąbią, jest strasznie dużo ludzi i mam wrażenie, że każdy gdzieś biegnie. Mimo to, gdy przyjeżdżam tutaj na wieś, w oczach moich sąsiadów to ja jestem tą wariatką, która ciągle coś robi, ciągle gdzieś biegnie. Oni pracują w ogrodzie, chodzą do lasu, odwiedzają się. Oni są po prostu guru slow life (śmiech).

Na pewno to miejsce mnie wycisza i uspokaja, choć ten rok jest dla mnie taki przejściowy: remontuję dom, planuję ogród. Poza tym, akurat ostatnio zostałam wciągnięta w jakiś szalony wir w przestrzeni medialnej, przez co zupełnie nie miałam czasu na regenerację. Więc ten moment nie jest najlepszy na to, żebym powiedziała, że ja „umiem w slow life" (śmiech). Ja się dopiero uczę.

Co dziś daje pani poczucie, że jest pani w dobrym miejscu?
Mieszkam w tak pięknym miejscu, że każda pora roku jest tu przecudowna i na każdą z jakiegoś powodu czekam. I nawet kiedy jest plucha za oknem, jest mniej słońca, to cieszę się, że mam cudowny kominek, stary kaflowy piec w stodole.

Zbawieniem są moi przyjaciele. Teraz miałam dla nich mniej czasu, ale zamierzam to zmienić, żeby mój dom znów tętnił życiem.

Poza tym, lubię swoją pracę. Czasami mam jej po prostu za dużo, ale wydaje mi się, że robienie tego, co się lubi, to najlepszy sposób na to, żeby być zadowolonym z życia.



Myślę, że swego czasu sport zastępował mi terapię, którą pewnie powinnam wtedy przejść.
Joanna Jabłczyńska

Chcesz przeczytać online? Zeskanuj kod QR lub odwiedź stronę: byczdrowym.info

FOT.: MAREK PODOLCZYŃSKI

eprasa.pl 1d493a40cf

GRUPA PKP

200 LAT KOLEI

100 LAT PKP

ŁĄCZYMY LUDZI, MIEJSCA I HISTORIE

Drodzy Podróżni i Miłośnicy Kolei,

100-lecie powstania Polskich Kolei Państwowych i 200-lecie pierwszego przejazdu pasażerskiego koleją na świecie to jubileusze, które łączą niezwykle ciekawą historię z nowoczesnością.
Decyzją Sejmu RP, ten rok należy do kolei. To nie tylko czas wspomnień o pionierach transportu, ale przede wszystkim spojrzenie w przyszłość na nowoczesny, zrównoważony i komfortowy transport szynowy, który codziennie tworzymy razem z Państwem.

Serdecznie dziękujemy, że jesteście częścią tej opowieści.

Zespół PKP S.A.

ŚWIĘTUJMY RAZEM!
100.PKP.PL

Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf

Polska kolej – wspólne dzieło pokoleń

Szanowni Państwo, rok 2026 został jednogłośnie ustanowiony przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej Rokiem Polskiej Kolei. Decyzja ta była wyrazem wdzięczności wobec wszystkich, którzy przez dekady budowali polski transport kolejowy – w tym roku obchodzimy bowiem 100-lecie utworzenia Polskich Kolei Państwowych.



Dariusz Klimczak, Minister Infrastruktury

100 lat PKP to ważna część historii naszego państwa i źródło narodowej dumy. Polska kolej współtworzyła gospodarczy i społeczny rozwój kraju. Łączyła regiony, duże miasta i mniejsze ośrodki, towarzyszyła Polakom w codziennych podróżach, dowoziła ich do pracy, szkoły, do bliskich i na wypoczynek, przewoziła towary. Pełniła i nadal pełni funkcję strategiczną. Jest krwioobiegiem nowoczesnego państwa oraz jednym z filarów jego bezpieczeństwa.

Historia kolei to przede wszystkim historia ludzi. Całe pokolenia kolejarzy budowały polski transport kolejowy, rozwijały go i z wielkim poświęceniem chroniły w najtrudniejszych momentach naszej historii. Ich profesjonalizm i etos służby pozostają fundamentem kolei. Jubileusz jest okazją, by podziękować zarówno byłym, jak i obecnym pracownikom, a także wszystkim osobom tworzącym dziś szeroką społeczność ludzi związanych z polską koleją.

W ostatnich latach polska kolej weszła na drogę dynamicznego rozwoju. Możemy wręcz mówić o jej renesansie. W 2025 roku z kolei skorzystało niemal 440 milionów osób, a PKP Intercity przewiozło prawie 90 milionów pasażerów. Prognozy na 2026 rok są jeszcze lepsze – tylko PKP Intercity planuje przewieźć niemal 100 milionów podróżnych. Za tym wzrostem stoi bogata oferta połączeń i największy w historii spółki rozkład jazdy: 560 połączeń na dobę, w tym ponad 530 całorocznych oraz 57 relacji międzynarodowych.

Rosnąca popularność podróży koleją jest również efektem miliardowych inwestycji w tabor i infrastrukturę. Zmieniają się stacje i dworce, powstają nowe przystanki, modernizowane są linie kolejowe i całe otoczenie obsługi podróżnych. Kolejowa mapa Polski zyskała między innymi odnowione lub nowe obiekty w Warszawie, Rzeszowie, Olsztynie, Łodzi, Skierniewicach czy Zbąszyniu. Po latach kolej wraca do mniejszych miejscowości – między innymi do Łomży, Karpacza czy Ciechocinka.

Przed nami także przełom związany z Koleją Dużych Prędkości. To przedsięwzięcie, które skróci czas podróży między najważniejszymi aglomeracjami i wprowadzi nową jakość na trasach krajowych oraz międzynarodowych. Port Polska ogłosił pierwsze w tej części Europy postępowanie na budowę odcinków KDP, a PKP Intercity rozpoczęły pierwszy w Polsce przetarg na zakup pociągów osiągających prędkość co najmniej 320 kilometrów na godzinę.

Dla pokoleń Polaków kolej jest niezmiernie ważną częścią życia, składającą się z doświadczeń codziennych dojazdów, pierwszych samodzielnych podróży i powrotów do domu. To właśnie w tej towarzyszącej nam każdego dnia roli najlepiej widać społeczny wymiar kolei. Jubileusz pozwala przypomnieć, że za każdą podróżą stoi praca ludzi odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, sprawność i jakość całego systemu.

Chciałbym, aby kolej stała się pierwszym wyborem transportowym Polaków, a silna i zintegrowana sieć kolejowa umacniała pozycję Polski jako kluczowego węzła komunikacyjnego w tej części Europy. Wierzę, że spojrzenie na 100-letnią historię PKP pozwoli lepiej zrozumieć skalę przemian, ale także ciągłość misji i istotę kolei dla rozwoju Polski.

Dariusz Klimczak
Minister Infrastruktury

Kolej – synonim postępu

Szanowni Państwo, rozwój kolei już od początku był synonimem postępu. Pierwszy pasażerski przejazd pociągu na świecie odbył się w 1825 roku w Wielkiej Brytanii, na trasie Stockton–Darlington. Wydarzenie to oznaczało rozpoczęcie nowej epoki w sposobie podróżowania i transportowania towarów.



Alan Beroud, Prezes Zarządu PKP S.A. i Grupy PKP oraz Przewodniczący Wspólnoty Kolei Europejskich oraz Zarządców Infrastruktury Kolejowej (CER)

W Polsce historia kolei splotła się nierozerwalnie z historią odbudowy państwa. Po odzyskaniu niepodległości w 1918 roku trzeba było połączyć trzy odmienne systemy odziedziczone po zaborcach w jeden sprawny kolejowy organizm. Konieczna była odbudowa linii, wytyczanie nowych tras, wznoszenie dworców i modernizacja taboru. Wymagało to wiedzy, determinacji oraz ciężkiej pracy tysięcy kolejarzy.

Prezydent RP Ignacy Mościcki rozporządzeniem z dnia 24 września 1926 roku powołał do życia przedsiębiorstwo Polskie Koleje Państwowe. Był to akt o znaczeniu nie tylko administracyjnym, lecz także państwowotwórczym. W kolejnych dekadach polska kolej przechodziła przez okresy odważnych inwestycji, wojennych dramatów, powojennej odbudowy i wielkich przedsięwzięć modernizacyjnych. Magistrala Węglowa, Luxtorpeda, elektryfikacja czy budowa Centralnej Magistrali Kolejowej są znakami tej drogi.

Po 1989 roku kolej musiała odnaleźć się w nowych realiach ustrojowych i ekonomicznych. Reforma rozpoczęta w roku 2000 ukształtowała dzisiejszą Grupę PKP, a członkostwo Polski w Unii Europejskiej otworzyło drogę do wielkiej modernizacji taboru, dworców, stacji i infrastruktury. Dziś kolej jest inna niż w latach dziewięćdziesiątych i na początku wieku. Zmienia się również sposób, w jaki postrzegają ją pasażerowie. Niezmiennie jest synonimem postępu. Potwierdza to rok 2025: najlepszy od trzydziestu lat, z 439 milionami podróżnych, którzy wybrali podróż pociągiem zamiast innych środków transportu.

W roku 2026 obchodzimy zatem stulecie Polskich Kolei Państwowych, spoglądając jednocześnie na dwa wieki kolei na świecie. Rocznice to dają pretekst do toczenia wizji o kolei przyszłości. Przed nami ważne wyzwania: liberalizacja rynku, rozwój kolei dużych prędkości, nowe technologie, transformacja energetyczna, bezpieczeństwo i dalsze inwestycje. Chcemy podnosić konkurencyjność kolei i współtworzyć europejską politykę transportową. Wiemy bowiem, że kolej była, jest i pozostanie jednym z kluczowych sektorów strategicznych.

Najważniejsi są jednak ludzie. Kolej łączy regiony i społeczności, pasażerów, partnerów, pasjonatów oraz pokolenia pracowników. Wszystkim obecnym i byłym kolejarzom dziękuję za zaangażowanie, sumienność i profesjonalizm. To dzięki nim możemy tworzyć polską kolej jako fundament państwa na kolejne sto lat.

Jubileusze 100 lat PKP i 200 lat kolei to święto wszystkich, których kolej łączy. To historia obecna także w naszych osobistych doświadczeniach, wspomnieniach i emocjach. Siłą rzeczy świętowanie nie zamyka się więc w jednym wydarzeniu czy jednym dniu. Zapraszam Państwa do obserwowania strony **100.pkp.pl,** na której znajdują się najważniejsze wydarzenia i informacje dotyczące jubileuszy.

Zapraszam Państwa do lektury tego dodatku. Jest on opowieścią o drodze, którą przeszliśmy, o codzienności kolei, jej dworcach, inwestycjach i ludziach. Wierzę, że pozwoli spojrzeć na jubileusz nie tylko jak na rocznicę, lecz także jak na zobowiązanie na przyszłość.

Świętujmy wspólnie pod hasłem „Łączymy ludzi, miejsca i historie".

Alan Beroud
Prezes Zarządu PKP S.A. i Grupy PKP,
oraz Przewodniczący Wspólnoty Kolei Europejskich
oraz Zarządców Infrastruktury Kolejowej (CER)

Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf

Dworce kolejowe – jak ich przestrzenie stają się częścią codziennego życia

Jubileusz 100-lecia PKP przypomina o dorobku wielu pokoleń kolejarzy, pasażerów i ludzi związanych z rozwojem polskich miast. Jednocześnie skłania do pytania, jak powinny działać w następnych dekadach.

W minionym stuleciu PKP dworce pomagały łączyć miasta, regiony i ludzi. Nowoczesne myślenie o dworcu mówi jednak, że obiekty te mogą pełnić jeszcze więcej funkcji – łączyć podróż z codziennym życiem oraz dziedzictwo kolei z nowoczesnymi usługami. Aktywne wykorzystywanie dworcowych przestrzeni do świadczenia usług nie jest więc dodatkiem do podstawowej funkcji dworca. Jest jednym ze sposobów, by kolejowa infrastruktura konsekwentnie odpowiadała na potrzeby pasażerów, przedsiębiorców i lokalnych społeczności przez kolejne sto lat.

Dlatego w roku 100-lecia PKP warto spojrzeć na dworce nie tylko jak na obiekty historyczne i architektoniczne. Równie ważne jest ich codzienne funkcjonowanie. Dworzec nie kończy się bowiem na peronie, rozkładzie jazdy i hali dla podróżnych. Tworzą go również sklepy, kawiarnie, lokale usługowe, powierzchnie reklamowe i miejsca przeznaczone dla samorządów lub lokalnych instytucji. Wszystkie te funkcje mogą pracować na rzecz pasażerów, kolei oraz miejscowości, w których znajduje się stacja.

Od zarządzania budynkiem do zarządzania jego potencjałem

PKP S.A. zarządza jednym z największych portfeli nieruchomości w Polsce. Obejmuje on budynki dworcowe, lokale handlowe i usługowe, powierzchnie reklamowe oraz tereny inwestycyjne. Wiele z nich znajduje się w centrach miast, przy ważnych węzłach komunikacyjnych lub w miejscach istotnych dla dalszego rozwoju miejscowości.

Tak duży i różnorodny majątek wymaga aktywnego podejścia. Potrzebne jest szukanie funkcji, które będą jednocześnie uzasadnione gospodarczo, przydatne pasażerom i dopasowane do otoczenia.

Duże tereny kolejowe mogą być wykorzystywane pod mieszkania, biura, hotele, usługi lub wielofunkcyjne części miasta. Wśród lokalizacji pokazujących skalę tego potencjału znajdują się między innymi Warszawa Gdańska, Gdynia Międzytorze, Mińsk Mazowiecki, Kraków Bosacka, Warszawa Burakowska, warszawskie Odolany oraz poznańskie Wolne Tory. Każde z tych miejsc ma inne uwarunkowania. Dlatego nie ma jednego modelu zagospodarowania, który można zastosować wszędzie.

Przygotowanie takich inwestycji wymaga uzgodnień planistycznych, transportowych i technicznych. Potrzebna jest także współpraca z samorządami i partnerami rynkowymi. Dobrze przygotowana inwestycja może łączyć części miasta, uzupełniać sieć usług, tworzyć miejsca pracy i porządkować przestrzeń. W tym znaczeniu nieruchomość kolejowa staje się jednym z narzędzi rozwoju lokalnego.

Każdy dworzec potrzebuje własnego pomysłu

Najbardziej bezpośrednio pasażer odczuwa zmiany zachodzące wewnątrz samych dworców. O atrakcyjności obiektu decydują nie tylko wygodna poczekalnia, czytelna informacja i sprawna obsługa podróży. Istotne jest również to, czy można kupić kawę, posiłek lub artykuły potrzebne w drodze, odebrać przesyłkę albo skorzystać z innej codziennej usługi.

Polskie dworce kolejowe to obiekty bardzo zróżnicowane. Obejmują największe obiekty w centrach metropolii, dworce w miastach średniej wielkości oraz lokalne stacje obsługujące mniejsze społeczności. Każda z tych grup ma inny potencjał. Inne są potoki pasażerów, inne potrzeby mieszkańców, a także możliwości przedsiębiorców.

Na dużym dworcu uzasadniona może być obecność restauracji, drogerii lub sklepu dużej sieci. Na mniejszym obiekcie lepiej sprawdzi się piekarnia, cukiernia, kawiarnia albo sklep typu convenience, łączący kilka funkcji. Można w nim kupić żywność, kawę, przekąskę, prosty posiłek oraz podstawowe akcesoria potrzebne podczas podróży.

Zagospodarowanie dworców nie ogranicza się jednak wyłącznie do powierzchni typowo komercyjnych.

„Dziś w PKP S.A. wiele uwagi poświęcamy współpracy z samorządami. Jeszcze przed wykonaniem projektu modernizacji dworca, na etapie przygotowawczym inwestycji, spotykamy się i rozmawiamy z samorządowcami o możliwościach współpracy w zakresie długoterminowego najmu powierzchni w budynku dworca – tych, które nie będą pełniły funkcji związanych typowo z obsługą pasażerów, jak np. hol czy poczekalnia. Szczególnie cenne są spotkania na miejscu, „w terenie", podczas których otrzymujemy cenne informacje o potrzebach lokalnych społeczności" – mówi Dariusz Grajda, wiceprezes zarządu PKP S.A. i Grupy PKP.

Dobry lokal zaczyna się na etapie projektu

Skuteczne określenie celu dla lokalu na dworcu nie zaczyna się w chwili opublikowania ogłoszenia o najmie. Zaczyna się znacznie wcześniej, już podczas projektowania lub modernizacji dworca.



„Dzisiaj wiemy, że lokal komercyjny nie może być projektowany wyłącznie jako wolna powierzchnia do wynajęcia. Musi mieć odpowiednią widoczność, dostęp do mediów, możliwość dostaw, zaplecze, właściwą wielkość oraz parametry techniczne dopasowane do potencjalnej funkcji i dostosowane do obecnych potrzeb biznesowych" – zaznacza Marek Chrzanowski, z-ca dyrektora Biura Obrotu Nieruchomościami PKP S.A.

Dlatego PKP S.A. aktualizuje wymagania inwestycyjne i rozmawia z przedstawicielami poszczególnych branż. Pozwala to poznać oczekiwania przyszłych najemców jeszcze przed zakończeniem inwestycji. Takie podejście zwiększa szansę, że przygotowana przestrzeń będzie odpowiadała rzeczywistym potrzebom rynku.

Aktywna rozbudowa funkcji dworców przynosi efekty

Nowe podejście do projektowania nieruchomości wspiera w kolejnym etapie aktywne poszukiwania najemców. Samo zamieszczenie oferty nie zawsze wystarcza. Prowadzone są rozmowy z przedsiębiorcami, analiza lokalnego rynku, badanie potrzeb pasażerów oraz przedstawianie potencjalnym partnerom danych i argumentów pokazujących możliwości danej lokalizacji.

Efekty są już widoczne. Poziom zagospodarowania powierzchni komercyjnych na dworcach po modernizacji wzrósł z 60 procent na koniec 2024 roku do 82 procent. Jest to szczególnie istotne, ponieważ wraz z oddawaniem kolejnych zmodernizowanych obiektów zwiększa się również łączna powierzchnia przeznaczona do komercjalizacji.

Miejsce także dla lokalnego biznesu

Ważną częścią dworcowego handlu i usług są małe oraz średnie firmy. Na największych stacjach najbardziej widoczne są popularne sieci, ale w skali całego kraju znaczną część najemców stanowią lokalni przedsiębiorcy.

Ich obecność pozwala lepiej dopasować dworzec do charakteru miejscowości. Lokalna piekarnia, kawiarnia lub punkt usługowy może odpowiadać na potrzeby nie tylko pasażerów, ale również mieszkańców sąsiednich ulic. Dworzec staje się wtedy miejscem odwiedzanym także przez osoby, które danego dnia nie planują podróży.

Oleśnica pokazuje siłę lokalnego podejścia

Dobrym przykładem aktywnej komercjalizacji jest dworzec w Oleśnicy. Jego położenie wymagało szczególnie uważnego rozpoznania potrzeb. Prowadzono rozmowy z mieszkańcami, analizował lokalne oczekiwania i kontaktował się bezpośrednio z przedsiębiorcami. Ważna była również współpraca z samorządem.

W efekcie na dworcu, obok kasy biletowej, funkcjonują lokalna piekarnia i sklep. Powstała także przestrzeń samorządowa z kręgielnią, a ofertę obiektu ma uzupełnić funkcja medyczna. Dworzec zyskał dzięki temu znaczenie wykraczające poza samą obsługę podróżnych.

Przykład Oleśnicy pokazuje również, że funkcje publiczne i komercyjne mogą się wzajemnie uzupełniać. Dobra piekarnia lub sklep poprawiają komfort pasażerów. Przestrzeń samorządowa przyciąga mieszkańców. Usługa medyczna może zwiększać znaczenie dworca jako lokalnego punktu aktywności.

Korzyść dla pasażera, miasta i kolei

Wynajęty lokal współtworzy ofertę dworca, przejmuje część kosztów eksploatacyjnych i sprawia, że przestrzeń jest aktywnie wykorzystywana.

„Największym problemem pustego lokalu jest to, że nie pracuje on ani na wynik dworca, ani na jakość oferty dla pasażerów. Wynajęty lokal poprawia sytuację z dwóch powodów: generuje przychód, a część kosztów eksploatacyjnych przejmuje najemca. Dodatkowo obecność najemcy często poprawia odbiór całej przestrzeni dworcowej" – wyjaśnia Marek Chrzanowski.

Najważniejszy pozostaje przy tym pasażer. To dla niego dworzec ma być wygodny, zrozumiały i funkcjonalny. Z drugiej strony każdy najemca musi widzieć ekonomiczny sens prowadzenia działalności. Zadaniem zarządcy jest połączenie obu perspektyw.



Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf



Dworzec w Czechowicach-Dziedzicach

Wielkie inwestycje zmieniają polskie dworce kolejowe

Zabytkowe obiekty dworcowe odzyskują blask i są modernizowane. Powstają też całkowicie nowe budynki. Zakres realizowanych i planowanych przedsięwzięć jest bardzo szeroki. Cel jest jeden – zapewnić, by pasażerowie i mieszkańcy mieli jak najlepsze doświadczenia z użytkowania dworców kolejowych, a ich funkcje wychodziły naprzeciw większości potrzeb.

PKP S.A. prowadzi równolegle dwa programy: kontynuowany Program Inwestycji Dworcowych oraz program Dworce Przyjazne Pasażerom, zaprezentowany szerzej jesienią 2025 r. Na realizację drugiego z nich zabezpieczono 1,5 mld zł.

Program modernizacji dworców nie jest zbiorem pojedynczych remontów, lecz długofalowym i opartym na danych procesem inwestycyjnym. Analizujemy liczbę połączeń i pasażerów, uwarunkowania demograficzne, plany dotyczące stacji i linii kolejowych, a także wyniki badań potrzeb podróżnych. Do 2030 roku planujemy oddać do użytku około 40 zmodernizowanych i nowych obiektów. Naszym celem jest tworzenie dworców, które sprawnie obsługują ruch pasażerski, są dostępne dla wszystkich użytkowników i dzięki współpracy z samorządami stają się integralną częścią lokalnego życia. Jest to spójne z misją Grupy PKP – stawiamy potrzeby klienta i użytkownika dworców zawsze w centrum naszej uwagi – mówi Alan Beroud, prezes zarządu PKP S.A. oraz Grupy PKP

Tylko w tym roku Polskie Koleje Państwowe S.A. zakończyły renowację dworców w Oleśnicy na Dolnym Śląsku, Czechowicach-Dziedzicach w województwie śląskim oraz w podwarszawskim Brwinowie.

Modernizacje i renowacje trwają na stacjach w Otwocku, Gąsocinie, Łukowie, Olkuszu, Oławie, Suwałkach i Grudziądzu, a całkowicie nowe obiekty powstają w Chełmie, Słupsku i Częstochowie.

– *Rozwój infrastruktury dworcowej to nie tylko budowa nowych obiektów i duże modernizacje. Równie ważne jest konsekwentne podnoszenie standardu istniejących dworców i odpowiedzialne zarządzanie całym portfelem nieruchomości dworcowych PKP S.A. Chcemy, aby poprawę jakości obsługi odczuwali pasażerowie również tam, gdzie nie są realizowane największe inwestycje.* – podkreśla Andrzej Bułczyński, członek zarządu PKP S.A. ds. nieruchomości.

Przyjrzyjmy się zatem części z trwających i planowanych inwestycji na polskich dworach kolejowych.

Zabytek może być nowoczesnym dworcem

Zacznijmy od obiektu wyjątkowego. Trwa renowacja dworca w Oławie. Warto podkreślić, że jest to najstarszy czynny dworzec na terenie dzisiejszej Polski. Został oficjalnie uruchomiony w maju 1842 roku, gdy otwarto linię Wrocław – Oława, pierwszą w obecnej polskiej sieci kolejowej.

– *Remont najstarszego czynnego dworca w Polsce to ważne zadanie. Dzięki niemu podróżni korzystający codziennie ze stacji w Oławie będą mieli do dyspozycji nowoczesną i komfortową przestrzeń. Dbamy o to, by nasze dworce były nie tylko miejscami obsługi pasażerów, ale także obiektami atrakcyjnymi dla społeczności lokalnych. Dlatego tak ważne jest, że duża część obiektu zostanie zagospodarowana przez lokalny samorząd* – mówi Paweł Lisiewicz, członek zarządu PKP S.A. ds. rozwoju i inwestycji.

Tak jak w przypadku każdej tego typu inwestycji, chodzi tu nie tylko o odnowienie samej elewacji czy konstrukcji budynku. Zabytkowe obiekty otrzymują nowoczesne systemy energooszczędne i zwiększające komfort pasażerów, stają się też w pełni dostępne dla wszystkich podróżnych i odpowiadają też współczesnym potrzebom.

Dodajmy, że najstarszy budynek dworca kolejowego w Polsce również nadal istnieje, znajduje się we Wrocławiu, ale od ponad 150 lat nie jest już używany przez kolej. W 1857 roku został zastąpiony przez dzisiejszy dworzec Wrocław Główny, czyli obiekt dużo większy i dziś jeden z najpiękniejszych budynków tego typu w Europie Środkowej.

W toku jest również gruntowna renowacja zabytkowego budynku dworca w Łukowie, pochodzącego z 1866 roku. Po zakończeniu prac będą z niego ponownie korzystać pasażerowie, ale nie tylko oni. Co ciekawe, znaczną część obiektu zajmie Łukowski Ośrodek Kultury, który będzie miał tam do dyspozycji m.in. salę widowiskową na 300 osób. To jeden z wielu przykładów zmiany czy raczej wzbogacania funkcji obiektów dworcowych – z pożytkiem dla lokalnych społeczności. Remont w całości finansują PKP S.A.

Piękny obiekt w Czechowicach-Dziedzicach

Niewiele młodszy od oławskiego jest dworzec w Czechowicach-Dziedzicach. Wzniesiono go w latach 1853-1855 na linii łączącej Wiedeń z Krakowem, a na początku XX wieku został przebudowany. Dzięki przeprowadzonej niedawno renowacji odzyskał dawny blask.



Dworzec w Czechowicach-Dziedzicach

Na pewno uwagę zwraca dziś piękna, jasna elewacja, której przywrócono historyczny wygląd. Odtworzono przy tym różne detale architektoniczne oraz część historycznych elementów, w tym attykę czy wiatę peronową. Nad wejściem głównym wzrok przyciąga odnowiona, charakterystyczna płaskorzeźba z symbolem kolei, czyli „skrzydlatym" kołem. Dach pokryto blachą cynkową.

Nowe elementy – lampy na elewacji oraz zegary od strony peronu i w holu głównym – są stylizowane na historyczne, co daje spójny efekt.

Inwestycja na dworcu w Czechowicach-Dziedzicach jest doskonałym przykładem, jak można połączyć renowację cennego historycznego obiektu z kompleksową modernizacją, w tym z wyposażeniem budynku w różnego rodzaju rozwiązania energooszczędne i przyjazne środowisku.

Na dworcu wymieniono stolarkę okienną i drzwiową, zamontowano kurtyny powietrzne oraz ocieplono ściany od wewnątrz – wszystkie te działania pozwoliły zminimalizować straty ciepła. Co jeszcze? Pojawiło się rozwiązanie umożliwiające wykorzystanie deszczówki. To zresztą są rozwiązania, które właściwie stają się dziś standardem na polskich dworcach.

Dworzec wyposażono w system inteligentnego zarządzania obiektem (BMS – Building Management System), nadzorujący pracę urządzeń i instalacji, w tym nowoczesnych systemów bezpieczeństwa, a także optymalizujący zużycie energii elektrycznej, cieplnej i wody.

> *Do 2030 roku planujemy oddać do użytku około 40 zmodernizowanych i nowych obiektów. Naszym celem jest tworzenie dworców, które sprawnie obsługują ruch pasażerski, są dostępne dla wszystkich użytkowników i dzięki współpracy z samorządami stają się integralną częścią lokalnego życia. Jest to spójne z misją Grupy PKP*
>
> *Alan Beroud,*
> *Prezes Zarządu PKP S.A. i Grupy PKP,*
> *oraz Przewodniczący Wspólnoty Kolei Europejskich*
> *oraz Zarządców Infrastruktury Kolejowej (CER)*

Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf

Pasażerowie ponownie korzystają z tego budynku od kwietnia tego roku.

– *Przebudowa dworca w Czechowicach-Dziedzicach była trzydziestą inwestycją sfinalizowana przez obecny zarząd Polskich Kolei Państwowych S.A., działający od 2024 roku. Po raz kolejny oddajemy pasażerom obiekt, który łączy historyczny charakter z nowoczesnymi rozwiązaniami, zapewniając jednocześnie wysoki komfort, dostępność i standardy ekologiczne. Konsekwentnie pracujemy nad podnoszeniem jakości obsługi i satysfakcji podróżnych korzystających z kolei. Kluczowym elementem tych działań jest nowy program inwestycyjny Dworce Przyjazne Pasażerom, który umożliwi dalszą poprawę standardu obsługi na jeszcze większej liczbie dworców w całej Polsce* – mówił Paweł Lisiewicz.

I jeszcze ciekawostka: podczas tej uroczystości odsłonięto tablicę upamiętniającą szczególne wydarzenie z 2 maja 1923 roku. Tego dnia Ferdynand Foch – czyli marszałek Francji, który zapisał się w historii Polski i był przyjacielem naszego kraju – właśnie na dworcu w Czechowicach-Dziedzicach otrzymał z rąk Kazimierza Sosnkowskiego buławę marszałka Polski.

Tak to zrobili w Oleśnicy

Zabytkowy dworzec w tym mieście pochodzi z 1868 roku. Został otwarty, gdy spółka pod nazwą Kolej Prawego Brzegu Odry uruchomiła linię z Wrocławia na Górny Śląsk. W następnych dekadach budynek wiele razy przebudowywano. Wiele z tych artefaktów zachowało się do dzisiaj – niektóre zostały odsłonięte podczas zrealizowanych niedawno prac remontowych i wpisane w renowację tego obiektu.

– *Dzięki zrealizowanej przez PKP S.A. inwestycji dworzec w Oleśnicy zyskał nowe funkcje i nowe oblicze – kolejne już w jego prawie 160-letnich dziejach. To zabytkowy obiekt, który dzięki przebudowie stał się przestrzenią dopasowaną do potrzeb wszystkich pasażerów, również osób o ograniczonej mobilności czy z ciężkim bagażem. Co niezwykle istotne, stał się także atrakcyjną przestrzenią dla mieszkańców. Warto wspomnieć, że dzięki doskonałej współpracy z samorządem w budynku funkcjonuje np. kręgielnia, a obiekt jest w 100 proc. skomercjalizowany. Jestem przekonany, że będzie to ważne miejsce na mapie miasta* – przekonuje Alan Beroud, prezes zarządu PKP S.A. i Grupy PKP.

Zrewitalizowane zostało również bezpośrednie otoczenie budynku. Pojawiła się tam nowa nawierzchnia oraz elementy małej architektury (ławki, kosze, oświetlenie). Jedną z ciekawostek jest przywrócenie wewnętrznego dziedzińca, który pełnił dawniej funkcję ogrodu-poczekalni. Było to możliwe dzięki rozbiórce przybudówek powstałych w drugiej połowie XX wieku.

Rosną nowe dworce w dużych miastach

Częstochowa zyska zupełnie nowy dworzec kolejowy. Prace budowlane są w toku. Dotychczasowy budynek, oddany do użytku w 1996 roku, został rozebrany. Pasażerowie korzystają w tej chwili z obiektów tymczasowych.

Dodajmy, że w Częstochowie powstaje nie tylko dworzec kolejowy. Docelowo będzie to nowoczesne centrum przesiadkowe integrujące różne środki transportu publicznego.

W marcu tego roku spółka PKP podpisała umowę z Centrum Unijnych Projektów Transportowych na dofinansowanie całego przedsięwzięcia. Z tego źródła na jego realizację popłynie ponad 115 mln zł, z czego ponad 98 mln to środki unijne, a pozostała kwota dotacji będzie pochodzić z funduszy krajowych.

Prace budowlane w Częstochowie powinny zostać sfinalizowane jesienią 2027 roku. Przy czym część nowego dworca (tzw. pawilon wschodni) ma zostać otwarta do końca tego roku.

Nowy dworzec otrzyma również Słupsk, czyli trzecie pod względem wielkości miasto w województwie pomorskim. Będzie to obiekt o prostej, kubistycznej formie, z elewacją z płytek ceramicznych w kolorze cegły. Zastąpi bardzo niefunkcjonalny budynek z początku lat 90. XX wieku. Zaoferuje podróżnym zupełnie inny standard. Będą oni mieli do dyspozycji dwie kondygnacje połączone schodami i windą. W środku znajdzie się poczekalnia z elektronicznymi tablicami informacji pasażerskiej, gniazdka do ładowania urządzeń mobilnych, jak również lokale gastronomiczne i handlowe. Cała ta przestrzeń będzie pozbawiona barier architektonicznych, czyli dostępna m.in. dla osób o ograniczonej mobilności – ten punkt dotyczy w praktyce wszystkich obiektów dworcowych, które są remontowane, przebudowywane lub wznoszone od podstaw.

Dworzec w Słupsku zostanie także wyposażony w opisane wcześniej rozwiązania przyjazne środowisku.

Prace budowlane są tu prowadzone bardzo intensywnie.

> *Konsekwentnie pracujemy nad podnoszeniem jakości obsługi i satysfakcji podróżnych korzystających z kolei. Kluczowym elementem tych działań jest nowy program inwestycyjny Dworce Przyjazne Pasażerom, który umożliwi dalszą poprawę standardu obsługi na jeszcze większej liczbie dworców w całej Polsce*
>
> Paweł Lisiewicz,
> Członek Zarządu PKP S.A

Następne inwestycje na horyzoncie

Program renowacji i modernizacji obiektów dworcowych w Polsce jest już bardzo zaawansowany. Jakie przedsięwzięcia wchodzą w grę w najbliższym czasie? Na przykład w czerwcu tego roku PKP S.A. podpisały umowę z wykonawcą przebudowy dworca w Dęblinie. Stacja kolejowa istniała tam od lat 70. XIX wieku, przy czym obecny dworzec powstał już w czasach niepodległej Polski, w 1924 roku. Wzniesiono wtedy obiekt, który w 1994 roku został wpisany do rejestru zabytków. Teraz zostanie odnowiony. Składa się z części drewnianej oraz murowanej.

Na pewno zachowane zostaną historyczne elementy wystroju i wyposażenia wnętrz, a także dotychczasowa kolorystyka elewacji. Zabytek wypięknieje, przy czym użyte zostaną materiały zapewniające wyższą trwałość różnych elementów konstrukcyjnych. Równocześnie obiekt zyska nowoczesną i funkcjonalną strefę obsługi podróżnych, w tym przestronny, reprezentacyjny hol główny oraz komfortową poczekalnię.

Podobnie jak inne polskie dworce przechodzące obecnie metamorfozę, ten budynek również zostanie wyposażony w system BMS, energooszczędne oświetlenie czy pompę ciepła.

Przebudowa dworca w Dęblinie to tylko jedno z szeregu przedsięwzięć, w inwestycyjnym „rozkładzie jazdy" PKP S.A.

W 2026 roku ogłoszono również przetargi na wybór generalnych wykonawców prac budowlanych na dworcach: Mielec, Nisko, Olkusz, Dąbrowa Górnicza Ząbkowice, Pasłęk, Gronowo Elbląskie, Koszalin (tu chodzi o dokończenie robót) i Tomaszów Mazowiecki. Na takie przetargi czekają jeszcze dworce Augustów oraz Warszawa Ochota.

PKP S.A. ogłosiły również przetargi na wybór pracowni, które zaprojektują modernizację dworców Stargard, Sandomierz, Andrychów, Lubliniec, Szamotuły, Reda, Lubań Śląski, Kudowa-Zdrój, Międzyzdroje i Łódź Widzew. Natomiast dla inwestycji w Ostrowcu Świętokrzyskim, Sandomierzu, Andrychowie, Stargardzie, Szamotułach, Wałczu i Wolbromiu już zawarto umowy na wykonanie projektów.

W tym roku ogłoszone zostały także przetargi na zaprojektowanie i wykonanie remontów dworca w Ciechocinku oraz kilku w aglomeracji wrocławskiej: Jelcz-Laskowice, Sobótka, Pęgów, Korzeńsko i Czernica Wrocławska.

W formule „projektuj i buduj", całkowicie od podstaw powstaną, dworce Opoczno Południe i Łomża. Na pierwszej z tych stacji, będącej ważnym punktem na Centralnej Magistrali Kolejowej, nigdy nie było budynku dworca. Natomiast do Łomży regularny ruch pasażerski powrócił w czerwcu tego roku. Dodajmy – po ponad 33 latach przerwy. W przypadku inwestycji w Olkuszu przetarg został już rozstrzygnięty, a umowa z wykonawcą podpisana.

Co jeszcze się dzieje

Przygotowywane są następne inwestycje, w tym remonty obiektów m.in. w Ostrzeszowie, Gorzowie Wielkopolskim, Łebie czy Kłobucku. Modernizacji doczeka się również dworzec Nowy Sącz Miasto.

Inwestycja na pierwszy rzut oka mniej spektakularna, ale w praktyce bardzo istotna dla podróżnych jest planowana w Poznaniu. PKP S.A. podpisały umowę o wartości ponad 2,7 mln zł netto (3,3 mln zł brutto) na wymianę schodów ruchomych na dworcu Poznań Główny. Podkreślmy, że od lat jest to jeden z trzech obiektów największych w kraju, obsługujący rocznie około 30 mln pasażerów. Według danych Urzędu Transportu Kolejowego za 2025 rok, znalazł się pod tym względem nawet na miejscu drugim (za dworcem Kraków Główny).

Polskie Koleje Państwowe zdobyły również dodatkowe dofinansowanie na realizację trwających już inwestycji dworcowych, będących na różnych etapach zaawansowania. Podpisano kilka umów z Centrum Unijnych Projektów Transportowych, co oznacza dodatkowe pieniądze na modernizacje i budowy dworców na stacjach Dęblin, Otwock, Żyrardów, Częstochowa, Koszalin, Słupsk, Gdynia Chylonia i Stargard. Łączna wartość dofinansowania unijnego z programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko 2021-2027 to ponad 280 mln zł.

Polskie Koleje Państwowe realizują obecnie dwa programy obejmujące modernizacje i remonty dworców oraz budowę zupełnie nowych obiektów do obsługi pasażerów. Kontynuowany jest Program Inwestycji Dworcowych, który powinien zostać ukończony w 2030 roku. Jednocześnie realizowane są już kolejne zadania ujęte w nowym, ogłoszonym w 2025 roku programie Dworce Przyjazne Pasażerom.

Realizowane przez PKP S.A. modernizacje i budowy dworców są jednym z tematów rządowej kampanii #NaszaKolej – wspólnego „szyldu" dla kluczowych inwestycji i programów rozwoju transportu kolejowego w Polsce.

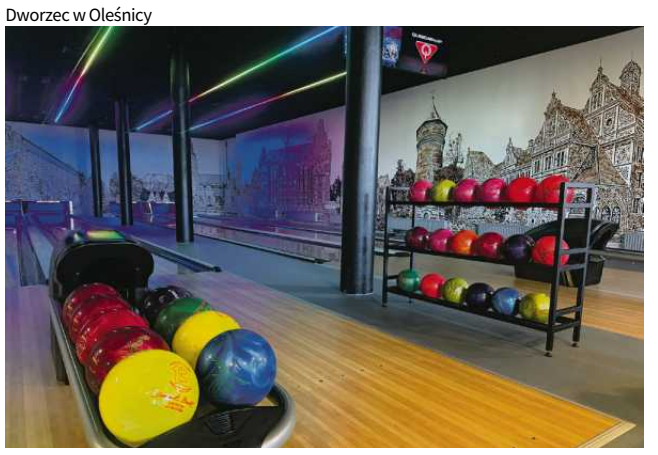


Dworzec w Oleśnicy



Pamiątkowa tablica na dworcu w Czechowicach-Dziedzicach


Dworzec w Oleśnicy


Dworzec w Oleśnicy - kręgielnia

Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf



Dworzec PKP Wrocław Główny



Dworzec PKP Gdańsk Główny

DWORCE, KTÓRE OPOWIADAJĄ HISTORIĘ.

Jak zmieniała się architektura kolejowa w Polsce

Od monumentalnych neogotyckich gmachów po funkcjonalistyczne założenia modernizmu, polskie dworce kolejowe są świadectwem zmieniających się epok, stylów i oczekiwań wobec kolei. Wśród około 600 czynnych dworców zarządzanych przez PKP S.A. znaleźć można obiekty, które do dziś zachwycają architekturą, kunsztem wykonania i historią zapisaną w murach.

Od pałaców podróży do funkcjonalnych węzłów komunikacyjnych

Architekt Jerzy Hryniewiecki uważał, że epoka reprezentacyjnych dworców kolejowych przeminęła. W artykule opublikowanym w 1946 roku na łamach „Skarpy Warszawskiej" napisał, że „najlepszy dworzec jest ten, którego podróżny nie spostrzeże, bo tylko taki dobrze funkcjonuje". Ten radykalny manifest modernisty zaczął być realizowany na Polskich Kolejach Państwowych niemal 20 lat później.

Wcześniejsze dzieje kolei i najważniejszych dworców, od pierwszej połowy XIX wieku, przebiegały jednak pod znakiem zupełnie innych tendencji. Duże dworce miejskie miały olśniewać podróżnych, zachęcać do podróży elegancją, prestiżem i rozmachem. Architektura kolejowa, przynajmniej w naszej części Europy, nie stworzyła wprawdzie realizacji porównywalnych z reprezentacyjnymi założeniami pałacowymi, gdyż ograniczały ją realia ekonomiczne. Koleje były przedsiębiorstwami komercyjnymi, które musiały przynosić zyski akcjonariuszom lub państwu oraz inwestować w rozwój sieci.

Mimo to przez blisko 200 lat swojej historii kolej pozostawiła wiele interesujących i zachwycających realizacji. Takich przykładów nie brakuje również na obecnych ziemiach polskich. Wśród ponad 600 czynnych dworców zarządzanych przez PKP S.A. znaleźć można obiekty stanowiące odbicie różnych epok i zmieniających się poglądów na architekturę dworcową.

Wrocław Główny. Neogotycka ikona polskiej kolei

Bez wątpienia najbardziej znanym i spektakularnym dworcem w Polsce jest liczący już 170 lat Wrocław Główny. Inwestorem było Towarzystwo Kolei Górnośląskiej, któremu zawdzięczamy pierwszą linię kolejową na obecnych ziemiach polskich.

Monumentalny gmach zaprojektowany przez Wilhelma Grapowa zastąpił w 1856 roku wcześniejszy, skromniejszy dworzec. Powstał w okresie budowy linii z Wrocławia do Poznania, gdy spółka rozpoczęła ekspansję, która wyniosła ją do grona największych przedsiębiorstw kolejowych w Europie. Były to czasy, kiedy za projekty dworców odpowiadali architekci i inżynierowie zasiadający w organach zarządzających spółek kolejowych, dysponujący dużą swobodą twórczą.

Grapow nawiązał do angielskiego neogotyku Tudorów, tworząc obiekt bez odpowiednika w naszej części Europy. Jego wartość artystyczna sprawiła, że mimo kolejnych modernizacji oraz wielkiej przebudowy na początku XX wieku zachowano pierwotną bryłę, elewacje i znaczną część wystroju wnętrz. Wówczas dawną halę peronową przekształcono w secesyjny hol kasowy, tory przeniesiono na nasyp i przykryto czteronawową halą peronową.

Dworzec jako pierwszy w Polsce został wpisany do rejestru zabytków, co nastąpiło 60 lat temu. Podczas modernizacji prowadzonej w latach 2010-2012 pod ścisłym nadzorem konserwatorskim odrestaurowano zachowane XIX-wieczne wnętrza, m.in. salę sesyjną, poczekalnię II klasy i dawną restaurację. Pracom poddano również późniejsze elementy secesyjne, takie jak salon cesarski czy drewniane witryny kasowe, których relikty odkryto pod modernistyczną okładziną ścienną. Na podstawie szczegółowych badań przywrócono także pierwotną kolorystykę elewacji.

Gdańsk Główny. Hanzeatycki splendor odzyskany po latach

Z innej epoki pochodzi dworzec Gdańsk Główny. Pod koniec XIX wieku w Prusach dominowały koleje państwowe, a wytyczne do projektowania dworców przygotowywało berlińskie ministerstwo robót publicznych. Dlatego podobne do gdańskiego budynki można było spotkać w różnych częściach rozległej sieci kolejowej, m.in. w Colmar, Krefeld, Bad Homburg czy Wiesbaden. Szczegółowe projekty opracowywano jednak zazwyczaj w miejscowych dyrekcjach kolejowych.

Gdański dworzec zbudowano w zasadniczej części w latach 1896-1900. Powstał w stylu inspirowanym hanzeatyckim neorenesansem, a jego autorami byli Alexander Rüdell, Paul Thoemer oraz gdańszczanin Georg Cuny.

Obiekt miał mniej szczęścia niż dworzec we Wrocławiu. Uległ częściowemu zniszczeniu w 1945 roku, a później był poddawany nie zawsze udanym przebudowom. Dopiero modernizacja przeprowadzona w latach 2020-2023 pozwoliła przywrócić mu niemal pierwotny wygląd. Odtworzono zróżnicowaną kolorystykę dachów, wygląd elewacji z licznymi detalami kamieniarskimi i metaloplastycznymi oraz wystrój imponującego holu głównego. Powstały nowe, stylizowane witryny kas biletowych i lokali handlowych, odrestaurowano boczny pasaż, a także odtworzono na podstawie archiwalnych rysunków drewniane sufity, drzwi i boazerie w obu poczekalniach.

Na 50-metrowej wieży nadal działa największy na PKP mechaniczny zegar pochodzący z czasów budowy dworca. Dziś sygnał czasu otrzymuje jednak z satelity.

Gdynia Główna. Modernizm, który przetrwał próbę czasu

Nie minęło nawet ćwierć wieku od budowy dworca w Gdańsku, a w projektowaniu obiektów kolejowych zaczęły dominować zupełnie inne trendy. Dobrym przykładem jest kompleks dworcowy Gdyni Głównej, zaprojektowany na początku lat 50. przez prof. arch. Wacława Tomaszewskiego, przedwojennego modernistę i autora wielu znaczących realizacji w Gdyni.

Kubiczna bryła z oszczędnym detalem oraz eleganckie, klasycyzujące wnętrza realizowały założenia funkcjonalizmu i stylu art déco. Jednocześnie nie budziły zastrzeżeń ideologów socrealizmu, którzy w tym czasie wywierali znaczący wpływ na architekturę.

Obiekty komunikacyjne wznoszone w ramach planu sześcioletniego były inwestycjami priorytetowymi. Dlatego do wykończenia wnętrz wykorzystano szlachetne materiały, takie jak piaskowiec, granit, marmur czy sjenit. Kolumny i profilowane opaski drzwiowe wykonano z czarnego lastryka, a mozaikowe posadzki z marmuru i wapienia.

O wyjątkowości gdyńskiego dworca decydują także ceramiczne mozaiki ścienne autorstwa Teresy Pągowskiej i prof. Stanisława Teisseyre'a oraz polichromie w sali restauracyjnej wykonane przez zespół artystów pod kierunkiem prof. Juliana Studnickiego.

Dziedzictwo, które wciąż można podziwiać

Wrocław, Gdańsk i Gdynia to tylko trzy spośród wielu wyjątkowych dworców kolejowych w Polsce. Każdy z nich reprezentuje inną epokę i odmienne spojrzenie na architekturę transportową, a razem tworzą fascynującą opowieść o rozwoju kolei oraz zmieniających się ambicjach projektantów i inwestorów. Dzięki prowadzonym w ostatnich latach modernizacjom ich historyczne walory mogą nadal zachwycać kolejne pokolenia podróżnych, a zastosowane rozwiązania odpowiadać współczesnym potrzebom pasażerów i użytkowników.

Michał Jerczyński – Ekspert w Biurze Inwestycji PKP S.A.



Dworzec PKP Wrocław Główny



Dworzec PKP Gdańsk Główny

Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf



źródło: http://skansenchabowka.pl/



źródło: http://skansenchabowka.pl/

PAROWOZY MAJĄ PRZYSZŁOŚĆ.

W Chabówce otwierają się nowe możliwości i perspektywy

Unikatowy zestaw taboru, w tym najstarszy zachowany parowóz w Polsce, niezwykli ludzie, bogata historia, ciekawa lokalizacja. To zasoby skansenu kolejowego w Chabówce. PKP S.A. i PKP Intercity S.A. utworzyły niedawno fundację, która uczyni to miejsce jeszcze atrakcyjniejszym. Jednak najważniejszym zadaniem Skansenu jest ochrona zabytków techniki oraz dorobku wielu pokoleń kolejarzy.

Kogo nie porusza i nie fascynuje widok parowozu „pod parą"? Niektórzy twierdzą nawet, że takie lokomotywy mają duszę. Na pewno przemawiają do wyobraźni i to nie tylko pasjonatów. Przypominają też o czasach intensywnego rozwoju kolei żelaznej.

Dziś mówimy po prostu o kolei, epoka żelaza i pary to przeszłość. W regularnym ruchu parowozów czy dawnych wagonów już w Polsce nie ma, ale nadal mogą być ważnym elementem kolejowego krajobrazu – jako atrakcja dla turystów i jako „żywe" zabytki techniki.

Nowe otwarcie dla zabytków techniki

Parowozy i w ogóle dawny tabor kolejowy najłatwiej spotkać dziś w skansenach. Jeden z ciekawszych znajduje się w Chabówce, w dawnej parowozowni. Jej początki sięgają 1884 roku. W 1947 roku została odbudowana po wojennych zniszczeniach, a w 1993 roku na jej terenie otwarto Skansen Taboru Kolejowego.

Przy czym historyczny tabor zaczęto gromadzić w Chabówce już w połowie lat 80. XX wieku, czyli u schyłku epoki parowozów. W tamtych czasach ciągle jeszcze można było je spotkać w „rozkładowym" ruchu, ale coraz szybciej znikały z torów.

Przez ponad trzy dekady Chabówka stała się rozpoznawalnym ośrodkiem ochrony zabytków kolejnictwa. Historyczne pojazdy są tutaj prezentowane, konserwowane i naprawiane, a sprawne jednostki wykorzystywane do prowadzenia pociągów historycznych.

Aby zabezpieczyć przyszłość historycznej parowozowni oraz zgromadzonej w niej unikatowej kolekcji zabytkowego taboru, PKP S.A. i PKP Intercity S.A. postanowiły utworzyć Fundację „Parowozownia Chabówka".

– *Z satysfakcją ogłosiliśmy powołanie Fundacji „Parowozownia Chabówka". W roku obchodów 100-lecia PKP i 200-lecia narodzin kolei na świecie w sposób szczególny podkreślamy, że transport szynowy to nie tylko sposób przemieszczania się, lecz także istotna część naszego dziedzictwa. Jako Grupa PKP czujemy się odpowiedzialni nie tylko za rozwój nowoczesnej i bezpiecznej kolei, ale również za ochronę jej bogatej historii oraz dorobku wielu pokoleń kolejarzy* – mówi Alan Beroud, Prezes Zarządu PKP S.A. i Grupy PKP.

Utworzenie Fundacji rozpoczęło nowy etap działalności tego wyjątkowego miejsca. Pomysł polega na tym, by przekształcić dotychczasowy skansen w nowoczesny i aktywny ośrodek dziedzictwa kolejowego.

Fundacja „Parowozownia Chabówka" to inwestycja w zachowanie jednego z najcenniejszych elementów dziedzictwa polskiej kolei. Skansen w Chabówce od lat jest symbolem kolejowej tradycji. Dzięki Fundacji zyskuje stabilne podstawy dalszego rozwoju jako nowoczesne centrum ochrony dziedzictwa, edukacji i turystyki kolejowej, które będzie służyć zarówno miłośnikom kolei, jak i turystom – mówi Dariusz Grajda, Wiceprezes Zarządu PKP S.A.

Unikatowy tabor

Liczby pokazują, jak ogromny potencjał ma to miejsce. W Parowozowni Chabówka znajduje się obecnie ponad 100 jednostek historycznego taboru. Wśród nich znajdziemy 17 sprawnych pojazdów, w tym trzy czynne parowozy, jak również 33 jednostki oczekujące na naprawy okresowe.

Do tego są tam 53 obiekty pełniące już wyłącznie funkcję eksponatów, czyli nieczynny tabor kolejowy. Zestaw takich pojazdów też jest tu imponujący. To aż 27 lokomotyw – w tym 19 parowozów,



źródło: http://skansenchabowka.pl/

trzy lokomotywy elektryczne i pięć lokomotyw spalinowych, 18 wagonów – trzy osobowe, dziewięć towarowych i sześć służbowych, a także żuraw kolejowy, dwa tendry (czyli wagony służące do przewozu węgla i wody dla parowozu) oraz pięć pługów odśnieżnych.

Zaplecze Parowozowni obejmuje hale naprawcze, warsztaty, budynek administracyjny mieszczący ekspozycję muzealną i miejsca noclegowe, zabytkowy peron oraz tereny przeznaczone do prezentowania pojazdów.

Wśród najcenniejszych obiektów znajdujących się w Chabówce jest parowóz TKb-1479 z 1878 roku – najstarszy zachowany parowóz w Polsce. Do wyjątkowych pojazdów należą również parowóz Ty37-17, wyprodukowany w 1938 roku w Zakładach Cegielskiego w Poznaniu, parowóz OKz32-2 – jedyny zachowany przedwojenny polski parowóz przeznaczony do pracy na liniach górskich oraz parowóz Ol12-7 z 1912 roku.

Zabytkowe pojazdy z Chabówki były wykorzystywane przy realizacji produkcji filmowych. Tutejszy tabor pojawiał się między innymi w filmach „Lista Schindlera", „Przedwiośnie", „Złoto dezerterów", „Katyń" czy „Szatan z siódmej klasy".

Czym zajmie się Fundacja

Do jej zadań należeć będą ochrona zbiorów, utrzymanie infrastruktury i pojazdów historycznych. Ale to nie wszystko. Istotny jest także rozwój Parowozowni jako miejsca, w którym dziedzictwo polskiej kolei jest zachowywane, przywracane do ruchu i udostępniane kolejnym pokoleniom.

W grę wchodzą inicjatywy muzealne, edukacyjne i turystyczne oraz organizacja wydarzeń tematycznych. Fundacja będzie korzystać z taboru czynnego, pojazdów przeznaczonych do przywrócenia do ruchu oraz maszyn i urządzeń niezbędnych do ich utrzymania.

Warto podkreślić, że utrzymanie czynnego taboru oraz organizację przejazdów zabytkowymi składami wesprze spółka PKP Intercity, wykorzystując swoje zaplecze. Chodzi o to, by zabytkowy tabor jeździł częściej. Obecnie pociągi historyczne są uruchamiane przede wszystkim w sezonie letnim. Nowa formuła działalności ma umożliwić rozszerzenie oferty o kolejne trasy i wydarzenia tematyczne.

– *Zależy nam, aby zabytkowy tabor z Chabówki nie był wyłącznie prezentowany jako część ekspozycji, lecz nadal wyjeżdżał na tory. PKP Intercity wniesie do działalności Fundacji swoje doświadczenie techniczne, operacyjne i przewozowe, wspierając utrzymanie sprawnych pojazdów, rozwój przejazdów historycznych oraz połączenie tej oferty z projektem „Nieśpieszny". Dzięki temu pasażerowie będą mogli poznawać historię kolei podczas prawdziwej podróży zabytkowym składem* – zapowiada Joanna Siecińska, członek zarządu PKP Intercity.

Jest jeszcze jedno ważne zadanie dla Fundacji – zachowanie specjalistycznej wiedzy dotyczącej renowacji i obsługi historycznych pojazdów kolejowych, a także przekazywanie tych kompetencji kolejnym pokoleniom. W tym celu Parowozownia planuje podjąć współpracę ze szkołami technicznymi, organizacjami kolejowymi, stowarzyszeniami miłośników kolei i partnerami lokalnymi. – dodaje Dariusz Grajda.

W Parowozowni Chabówka pracują mechanicy, rzemieślnicy, elektromonterzy i inni specjaliści posiadający kompetencje niezbędne do konserwacji oraz napraw historycznych pojazdów. Część z nich zbliża się do wieku emerytalnego, dlatego przekazywanie ich doświadczenia następnym pokoleniom pracowników kolei nabiera szczególnego znaczenia.

Wspomniana współpraca ze szkołami technicznymi i organizacjami kolejowymi ma umożliwić prowadzenie zajęć praktycznych oraz zachowanie umiejętności związanych z technologiami, które nie są już powszechnie wykorzystywane we współczesnym kolejnictwie.

Co jeszcze się zmieni

W planach jest modernizacja ekspozycji wewnętrznej i zewnętrznej. Kolekcja zabytkowego taboru jest unikatowa w skali kraju, jednak wymaga uporządkowania oraz stworzenia spójnej, nowoczesnej narracji wystawienniczej.

Natomiast ekspozycja znajdująca się w budynku administracyjnym ma zostać wzbogacona o elementy multimedialne i interaktywne. Będzie przedstawiać nie tylko rozwój lokomotyw i wagonów, ale również pracę ludzi kolei – maszynistów, palaczy, mechaników, elektromonterów, dyżurnych ruchu i pracowników warsztatów. Rozszerzona zostanie także oferta dla szkół. Planowane są zajęcia edukacyjne, warsztaty, zwiedzanie hali lokomotywowni oraz prezentowanie procesu konserwacji historycznego taboru.

Zmiany obejmą również teren i zabudowania Parowozowni. Odnowiony ma zostać budynek główny, którego wygląd będzie nawiązywał do historycznej architektury kolejowej. Modernizację przejdą sala konferencyjna, sala kominkowa, recepcja oraz części wspólne.

Natomiast na terenach zielonych planowane są miejsca wypoczynku, przestrzeń rodzinna, plac zabaw, strefa gastronomiczna oraz elementy małej architektury utrzymane w stylistyce kolejowej. Rozwijana będzie również baza noclegowa, pole dla kamperów i namiotów oraz przestrzeń przeznaczona do organizowania imprez plenerowych.

Uruchomiona zostanie nowa strona internetowa umożliwiająca zakup biletów, rezerwację przejazdów pociągami historycznymi oraz miejsc noclegowych. Dzięki temu oferta Parowozowni stanie się łatwiej dostępna dla turystów z całej Polski.

Tym planom sprzyja lokalizacja Parowozowni w pobliżu jednej z najciekawszych historycznych tras kolejowych w Polsce – linii prowadzącej przez Mszanę Dolną i Limanową do Nowego Sącza.

Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf

STABILNOŚĆ, ROZWÓJ, INNOWACJE.

100 lat historii PKP jako jednego z największych pracodawców w Polsce

Nie każde przedsiębiorstwo może o sobie powiedzieć, że od stu lat uczestniczy rynku pracy, a więc w budowaniu państwa, gospodarki i codziennego życia milionów ludzi. PKP należą do tego wyjątkowego grona. Tegoroczny jubileusz 100-lecia staje się więc okazją do zaproszenia kolejnych pokoleń pracowników, którzy zechcą współtworzyć przyszłość polskiej kolei.

Sektor kolejowy w Polsce przechodzi obecnie jeden z największych procesów modernizacyjnych w swojej historii. Przemiana ta dotyczy nie tylko infrastruktury, nowoczesnego taboru czy systemów zarządzania ruchem, ale przede wszystkim podejścia do kapitału ludzkiego. Grupa PKP oraz powiązane z nią spółki kolejowe to dzisiaj jedni z największych i najbardziej stabilnych pracodawców w kraju, zatrudniający łącznie **blisko 70 tysięcy osób**. Kolej przestaje być kojarzona wyłącznie z tradycyjnymi profesjami, takimi jak maszynista czy dyżurny ruchu. To potężne, interdyscyplinarne środowisko pracy, które łączy m.in. inżynierię, nowoczesne technologie, medycynę, dyplomację oraz innowacje cyfrowe.

„PKP to znacznie więcej niż infrastruktura, dworce czy pociągi. To wspólnota ludzi, którzy każdego dnia tworzą system mający realny wpływ na rozwój kraju. Chcemy, aby kolejne pokolenia specjalistów dostrzegały w kolei miejsce, gdzie można realizować ambitne projekty, rozwijać kompetencje i uczestniczyć w tworzeniu przyszłości zrównoważonego transportu” – mówi Alan Beroud, prezes zarządu PKP S.A. oraz Grupy PKP oraz przewodniczący Wspólnoty Kolei Europejskich oraz Zarządców Infrastruktury Kolejowej (CER).

Zatrudnienie w oparciu o silny fundament

W dzisiejszych, dynamicznie zmieniających się realiach rynkowych, jednym z kluczowych kryteriów wyboru ścieżki zawodowej stało się bezpieczeństwo. Spółki kolejowe, jako podmioty o strategicznym znaczeniu dla państwa, gwarantują stabilność, o którą często trudno w innych branżach. Status spółek Skarbu Państwa sprawia, że pracownicy mogą liczyć na w pełni transparentne warunki zatrudnienia oraz szeroki pakiet świadczeń socjalnych.

Stabilność zatrudnienia na kolei nie oznacza jednak stagnacji. Wręcz przeciwnie – ugruntowana pozycja rynkowa pozwala firmie na długofalowe planowanie inwestycji w ludzi. Pracownicy otrzymują jasne perspektywy rozwoju, a silne zaplecze instytucjonalne chroni ich przed wahaniami koniunktury gospodarczej. Dla osób wchodzących na rynek pracy oraz dla doświadczonych specjalistów, kolej oferuje unikalną kombinację tradycji, możliwości rozwoju i odporności na kryzysy.

Innowacje, digitalizacja i nowoczesne systemy

Współczesna kolej to w ogromnym stopniu synonim postępu i rozwoju technologii. Mit o przestarzałym sektorze bezpowrotnie mija. Obecnie wdrażane są nowoczesne systemy zarządzania ruchem kolejowym, które rewolucjonizują bezpieczeństwo i płynność jazdy pociągów.

Digitalizacja dotyka każdego aspektu działalności kolejowej. Od zaawansowanych systemów biletowych i aplikacji dla pasażerów, przez automatyzację procesów logistycznych w PKP CARGO, aż po nowoczesne systemy diagnostyki infrastruktury. Praca na kolei oznacza dzisiaj codzienny kontakt z technologiami chmurowymi, sztuczną inteligencją analizującą stan torowisk, a także zaawansowanymi narzędziami cyberbezpieczeństwa. Dla programistów, analityków danych, administratorów sieci oraz inżynierów systemowych kolej staje się jednym z najbardziej fascynujących poligonów technologicznych w Polsce.

Wielość stanowisk i realne możliwości rozwoju

Skala zatrudnienia sięgająca niemal 70 tysięcy pracowników niesie za sobą bezprecedensową różnorodność stanowisk. W strukturach spółek kolejowych odnajdą się specjaliści z niemal każdej dziedziny. Obok kluczowych stanowisk operacyjnych związanych bezpośrednio z ruchem pociągów, spółki nieustannie poszukują ekspertów m.in. z zakresu finansów, prawa, marketingu, zarządzania nieruchomościami, HR oraz logistyki.

Tak rozbudowana struktura stwarza wyjątkowe warunki do awansu pionowego oraz poziomego. Pracownicy mają możliwość rotacji między departamentami, a nawet poszczególnymi spółkami, co pozwala na ciągłe podnoszenie kwalifikacji bez konieczności zmiany pracodawcy. Programy talentowe, dofinansowania do studiów wyższych i podyplomowych oraz tysiące specjalistycznych szkoleń wewnętrznych sprawiają, że ścieżka kariery na kolei może być dynamiczna i precyzyjnie dopasowana do indywidualnych ambicji.



> *PKP to wspólnota ludzi, którzy każdego dnia tworzą system mający realny wpływ na rozwój kraju. Chcemy, aby kolejne pokolenia specjalistów dostrzegały w kolei miejsce, gdzie można realizować ambitne projekty.*
>
> Alan Beroud,
> Prezes Zarządu PKP S.A. i Grupy PKP,
> oraz Przewodniczący Wspólnoty Kolei Europejskich
> oraz Zarządców Infrastruktury Kolejowej (CER)

Kolej bez granic, czyli praca w Biurze Spraw Międzynarodowych

Z ciekawych, a wciąż mało znanych obszarów działalności spółek kolejowych jest praca w strukturach zajmujących się współpracą międzynarodową. Polska, ze względu na swoje centralne położenie geopolityczne, odgrywa kluczową rolę w transeuropejskich korytarzach transportowych oraz na Nowym Jedwabnym Szlaku.

Wydziały i biura spraw międzynarodowych w Spółkach odpowiadają za codzienne relacje z zagranicznymi przewoźnikami, zarządcami infrastruktury oraz instytucjami unijnymi. Utrzymują również relacje z przedstawicielami administracji rządowej różnych krajów. Pracownicy tych jednostek, negocjują umowy dwustronne i wielostronne, koordynują projekty transgraniczne oraz reprezentują polską kolej w strukturach Międzynarodowego Związku Kolei (UIC) czy Wspólnoty Kolei Europejskich (CER) – największej europejskiej organizacji zrzeszającej koleje – w której prezes PKP S.A., Alan Beroud pełni rolę przewodniczącego.

Współpraca międzynarodowa to także organizacja i udział w warsztatach, seminariach oraz wizytach studyjnych, podczas których eksperci z różnych krajów wspólnie analizują bieżące wyzwania sektora transportowego i wypracowują rekomendacje dotyczące jego dalszego rozwoju. Takie inicjatywy sprzyjają budowaniu trwałych relacji zawodowych, wzmacniają pozycję polskiej kolei w europejskim środowisku kolejowym oraz tworzą przestrzeń do realizacji wspólnych projektów.

Również eksperci pracujący na co dzień poza strukturami spraw międzynarodowych regularnie uczestniczą w szeregu projektów o charakterze globalnym. Stanowi to dla nich unikalną okazję do bezpośredniej wymiany wiedzy oraz najlepszych praktyk z wiodącymi Spółkami i organizacjami kolejowymi z innych państw.

Co więcej, projekty te bardzo często łączą biznes z nauką. Pracownicy spółek PKP ściśle współpracują z przedstawicielami świata akademickiego, instytutami badawczymi oraz uczelniami wyższymi z całego świata. Tego typu interdyscyplinarne konsorcja pozwalają na testowanie nowatorskich teorii w realnych warunkach rynkowych, a ekspertom dają dostęp do najświeższych światowych odkryć naukowych, które mogą następnie wdrażać na polskim gruncie.

Przyszłość kolei zaczyna się od ludzi

Kolej przyszłości potrzebuje nowych kompetencji, a przyszłe kadry trzeba budować już dziś. Nowoczesny tabor, cyfryzacja, automatyzacja procesów, rozwój systemów bezpieczeństwa i rosnące oczekiwania pasażerów sprawiają, że współczesny transport kolejowy potrzebuje coraz większej liczby dobrze przygotowanych specjalistów.

Kluczem do sukcesu okazuje się systemowa współpraca z edukacją na każdym jej szczeblu.

Samo PKP Intercity rozwija obecnie współpracę z **58 szkołami ponadpodstawowymi** w całym kraju. Każdego roku ponad **500 uczniów** bierze udział w praktycznej nauce zawodu w strukturach spółki. Flagowym projektem jest Program Stypendialny, który objął dotychczas ponad 563 osób. Aż **ponad 77% absolwentów programu stypendialnego decyduje się na stałe zatrudnienie w PKP Intercity**, co potwierdza, że realne wsparcie edukacji przekłada się na lojalność przyszłych kadr.

Równie dynamicznie rozwija się współpraca ze środowiskiem akademickim. Spółki partnerują wyższym uczelniom, w tym największym politechnikom w Polsce. Realizujemy dedykowany **Program Staży Studenckich**, łączący teorię z biznesowymi wyzwaniami. Model ten przynosi wymierne korzyści obu stronom – studenci mogą skonfrontować wiedzę akademicką z rzeczywistymi wyzwaniami biznesowymi, a my zyskujemy dostęp do nowych kompetencji i świeżego spojrzenia. Około 40% stażystów kontynuuje swoją karierę zawodową w strukturach PKP Intercity po zakończeniu stażu.

Ponieważ wybór ścieżki zawodowej często zależy od pierwszego kontaktu z branżą, spółki aktywnie inwestują w preorientację zawodową. Realizują ją poprzez targi pracy, dni otwarte czy wizyty studyjne. Takie bezpośrednie spotkania pozwalają młodemu pokoleniu odkryć nowoczesne oblicze kolei oraz szeroki wachlarz możliwości, które wykraczają daleko poza tradycyjne wyobrażenia o tym sektorze.

Przestrzeń na innowacje i wdrażanie własnych pomysłów

Dzisiejsza kolej stawia na kulturę innowacyjności. Spółki Grupy PKP coraz częściej otwierają się na wewnętrzne programy aktywujące pomysły. Pracownicy, którzy na co dzień dostrzegają obszary wymagające optymalizacji, mają realną możliwość zgłaszania własnych projektów.

Niezależnie od tego, czy pomysł dotyczy usprawnienia aplikacji dla pasażerów, optymalizacji zużycia energii w pociągach, czy też uproszczenia procedur administracyjnych – nowoczesne zarządzanie w strukturach PKP wspiera kreatywność. Najlepsze idee są wdrażane w życie, a ich autorzy mogą liczyć na nagrody oraz możliwość kierowania zespołami projektowymi. Dzięki temu praca na kolei daje ogromne poczucie sprawczości i satysfakcji z kreowania rzeczywistości wokół nas.

Polska kolej z powodzeniem łączy tradycję z nowoczesnością, tworząc wyjątkowe miejsce pracy dla blisko 70 tysięcy specjalistów. Jeśli cenisz stabilne zatrudnienie, pasjonują Cię nowoczesne technologie i szukasz ambitnych wyzwań w nieszablonowym zawodzie – dołącz do firmy, która obchodzi w tym roku 100-lecie istnienia, spoglądając na 200-letnią historię swojej branży.

Marta Łokuciejewska,
Dyrektor Biura Spraw Pracowniczych PKP S.A.
oraz Renata Tomczak-Dudzińska,
Dyrektor Biura Zarządzania Zasobami Ludzkimi, PKP Intercity S.A.

Wydawnictwo zawiera materiały promocyjne przygotowane przez: PKP S.A.

eprasa.pl 1d493a40cf