DZIŚ STRONA ZDROWIA

ANDROPAUZA U MĘŻCZYZN – OBJAWY

JAK PRZEBIEGA, WIEK WYSTĘPOWANIA I MOŻLIWE WYZWANIA

Nr ISSN 2353-6144
Nr indeksu 35015X

www.gazetakrakowska.pl

Nr 251 (23 892) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 28.10.2026

77 lat

Gazeta Krakowska

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Tego jeszcze nie było

Legendarny Carlos Santana zagra pierwszy koncert w Krakowie

Latynoski gitarzysta Carlos Santana ogłosił trasę koncertową na rok 2027 – 24 lipca wystąpi w Tauron Arenie. Bilety będą w sprzedaży od piątku. **– Str. 6**

Nowy Sącz

Cztery miejskie przedszkola przeznaczone do likwidacji

Przyczyną jest niż demograficzny i racjonalizacja kosztów. Wiadomo jednak, że jeśli Rada Miasta zaopiniuje projekt pozytywnie, to nie będzie to decyzja jednogłośna **– Str. 3**

Sauna w parku w Ciężkowicach!
Park Zdrojowy wzbogacił się o nową atrakcję. Sauna w kształcie beczki jest obok balii z ciepłą wodą **– Str. 5**

„Pasy" mają 12 pkt po 12 meczach. Z takim punktowaniem się spada.
– W Cracovii nie widać logiki, ciągłości myśli – mówi Robert Podoliński (na zdj.), były trener Cracovii **– Str. 16**



FOT. ANDRZEJ BANAŚ

Problemem są pieniądze

Żużlowa Ekstraliga w Tarnowie stoi jednak pod dużym znakiem zapytania

Andrzej Skórka

Choć prezes Orlen Oil Motoru Lublin ogłosił trzy tygodnie temu, że multimedaliści Drużynowych Mistrzostw Polski z ostatnich lat w kolejnym sezonie przeprowadzą się do Tarnowa, to od tamtej pory sprawa nie ruszyła z miejsca. Choć negocjacje trwają, to kością niezgody ma być kwota kilku milionów złotych!

Ledwo dobiegły końca rozgrywki żużlowe w Polsce, kluby przygotowują się już do kolejnego sezonu. Jesień to czas, by popracować choćby nad nawierzchnią torów żużlowych.

Przeprowadzka do Tarnowa w zawieszeniu

– Musimy się przygotować na wyjazd. Mogę już potwierdzić, że do Tarnowa – mówił na początku października w wywiadzie dla telewizji Canal + Jakub Kępa, prezes lubelskiego Motoru. – Czeka nas ciężka praca, żeby przygotować obiekt wspólnie z włodarzami miasta. Mam nadzieję, że w Tarnowie będziemy walczyć o kolejne medale dla Motoru Lublin.

Możliwe, że prezes Kępa nadal ma nadzieję, ale na razie na stadionie w Mościcach żadnych prac nie widać. Nie ma też formalnego porozumienia „Koziołków" z miastem w kwestii użyczenia stadionu.

Gdyby Lublinianie faktycznie mieli się przenosić do „Jaskółczego Gniazda", to najwyższy czas, by zająć się liftingiem obiektu. Co zatem stoi na przeszkodzie?

Lista niedostatków

Cały problem w kosztach dostosowania stadionu. Do zrobienia jest niemało. Kilka tygodni temu wraz z delegacją działaczy Motoru w Tarnowie pojawili się oficjele z Głównej Komisji Sportu Żużlowego. Sporządzili listę rzeczy do poprawy. Od początku nie ulegało wątpliwości, że najdroższą pozycją byłoby wzmocnienie sztucznego oświetlenia na potrzeby transmisji telewizyjnych. Okazuje się jednak, że koszty mogą być kolosalne.

– Naszą intencją jest, by to Motor dostosował stadion do warunków swojej klasy rozgrywkowej – mówi Maciej Włodek, zastępca prezydenta Tarnowa, ale konkretnych kwot nie podaje. Kwotę podał za to poseł Piotr Górnikiewicz na swoim profilu na Facebooku – napisał, że w rachubę wchodzi 6 milionów zł. **– Str. 4**



FOT. ARCHIWUM/OMAG/FACEBOOK

Polska myśl techniczna z Brzezinki

OMAG zrobił wrażenie na Chińczykach

oprac. Bogusław Kwiecień

Konkretnie na Chińczykach z Tajwanu zrobił wrażenie prezes firmy OMAG z Brzezinki Łukasz Dzięddziel (na zdj.) i zaprezentowany przez niego pojazd OMAG UGV. Prezentacja odbyła się podczas piątej edycji Polsko-Tajwańskiego Forum Technologicznego. OMAG UGV to autonomiczny pojazd naziemny klasy dual-use (podwójnego zastosowania), zaprojektowany do realizacji zadań rozpoznawczych, transportowych i ewakuacyjnych zarówno dla wojska, jak i służb cywilnych. **– Str. 4**

Jutro protest w Zakopanem

Nie chcemy tej obwodnicy!

Marcin Szkodziński

26 października na posiedzeniu komisji urbanistyki w Urzędzie Miasta mieszkańcy Skibówek, Krzeptówek czy ul. Kościeliskiej wyrazili sprzeciw wobec budowy północnej obwodnicy miasta i poszerzania dróg.

Pod Giewontem napięcie. W poniedziałek na sali obrad nie brakowało emocjonalnych wystąpień właścicieli nieruchomości, którym inwestycje grożą wywłaszczeniami. – Poszerzenie na Skibówkach podchodzi pod same okna. Sąsiedzi mają rondo osiemdziesiąt centymetrów od domu! Nie chcemy tego absolutnie! – protestowała mieszkanka Skibówek. Na jutro zapowiedziano protest. **– Str. 5**

eprasa.pl 2821d2dfc5

POLECAMY

JUTRO: Emerytura lub renta po śmierci bliskiego. Kiedy można zatrzymać pieniądze

28.10.2026
Środa

Dziś imieniny: Szymon, Tadeusz, Anastazja, Ksymena
Telefon alarmowy: 112

GAZETA KRAKOWSKA

Redaktor naczelny
Piotr Rąpalski
Z-ca redaktora naczelnego
Arkadiusz Maciejowski
Wydawcy Włodzimierz Zapart, Dariusz Penar, Katarzyna Kachel, Paulina Szymczewska, Agnieszka Aulich, Magda Domańska-Smoleń

www.gazetakrakowska.pl

Polska Press
Makroregion Śląsk, Kraków
Redakcja ul. Zabłocie 43A, 30-701 Kraków
tel. 12 688 85 01
redakcja@gk.pl, sekretariat@gk.pl
Prezes Makroregionu
Dariusz Kołacz
Dyrektor sprzedaży
Wojciech Cekiera
Biuro reklamy oddziału
tel. 12 688 84 44
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia, 41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

Komentarz na dziś



Janusz Michalczyk: Niełatwo być cywilizowanym człowiekiem

publicysta

Dwóch mężczyzn pędziło z ogromną prędkością, spowodowali wypadki z ofiarami śmiertelnymi, za co otrzymali najwyższy wymiar kary, z tym, że pierwszy - 20 lat więzienia, zaś drugi - 8 lat. Ten pozorny paradoks jest w ostatnich dniach żywo komentowany publicznie, przy czym emocje mocno kłócą się z rozumem. W najbardziej ogólnym zarysie chodzi o to, że najpierw surowszy wyrok usłyszał kierowca o imieniu Łukasz, ale podstawą były zaostrzone przepisy wprowadzone już po tym, jak głośna stała się sprawa drugiego o imieniu Sebastian. Wypadek Sebastiana wydarzył się rok wcześniej, ale - na skutek zawiłości procesowych - sąd wydał decyzję parę miesięcy po zakończeniu procesu Łukasza. Temu ostatniemu zaszkodziło m.in. to, że był recydywistą i jechał pijany.

Ponieważ obaj wyjechali za granicę, potrzebna była ekstradycja, a poza tym zachowywali się wobec rodzin ofiar wyjątkowo podle, ogromna większość ludzi odczuwa 12 lat różnicy w odsiadce jako daleką od sprawiedliwości, a nie brakuje też takich, którzy chcieliby dożywocia dla obu sprawców jako osobników do gruntu zdemoralizowanych. Nie ma co ukrywać - mamy do czynienia z pragnieniem zemsty, zakorzenionym w pierwotnym odruchu, by chronić wspólnotę przed osobnikami, którzy stanowią dla niej śmiertelne zagrożenie. Po to jednak wymyślono system przepisów, żeby nie wrzucać wszystkich przypadków do jednego worka, wymierzać karę uwzględniając okoliczności oraz w myśl zasady: prawo nie działa wstecz. Rozum podpowiada, że oba składy sędziowskie zachowały się właściwie, ale przecież rodzi się w nas emocjonalny sprzeciw. Jak z tym dojść do ładu? Na tym polega trud bycia cywilizowanym człowiekiem.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Gazetę Krakowską”

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

POGODA

dziś
12°C/5°C

jutro
11°C/5°C

INWESTYCJE

W Marcinkowicach pod Nowym Sączem powstaje futurystyczna kaplica cmentarna

Klaudia Kulak

Na cmentarzu w Marcinkowicach w gminie Chełmiec powstaje kaplica cmentarna wraz z kolumbarium. Będzie to obiekt wyróżniający się nowoczesną architekturą. - Ta inwestycja za 3 mln 198 tys. oznacza też zmiany w najbliższym otoczeniu nekropolii. Dotychczasowa kaplica zostanie wyburzona - mówi Stanisław Kuzak, wójt Chełmca.



FOT. UG CHEŁMIEC/WIZUALIZACJA

Kaplica zmieni wygląd cmentarza

O tym, że kaplica na cmentarzu w Marcinkowicach jest potrzebna, mówiło się już od jakiegoś czasu. Dotychczasowa była bardzo mała, co uniemożliwiało odprawianie tam nabożeństw. Przygotowania do inwestycji trwały od dłuższego czasu. Gmina musiała przejść szereg etapów przygotowawczych, zanim możliwe było ogłoszenie przetargu na wykonanie zadania.

Samorząd zakupił między innymi teren przeznaczony pod parking o powierzchni prawie 90 arów. Następnie wykonano dodatkowe badania gruntu oraz skompletowano niezbędną dokumentację projektową i administracyjną. Dopiero po zakończeniu tych działań możliwe było rozpoczęcie procedury przetargowej.

Projekt inny niż wszystkie

Będzie to obiekt odbiegający od tradycyjnych wyobrażeń o kaplicach cmentarnych. Nowoczesna bryła oraz połączenie kaplicy z kolumbarium zdecydowanie będą się wyróżniać na tle innych tego typu budynków.

W ramach zadania powstanie wolnostojący budynek kaplicy z kolumbarium, a teren bezpośrednio wokół obiektów zostanie odpowiednio zagospodarowany. Projekt obejmuje również wykonanie infrastruktury towarzyszącej.

Wyjście naprzeciw potrzebom mieszkańców

Prace budowlane już się rozpoczęły. Jak podkreśla wójt Chełmca, budowa nowej kaplicy wraz z kolumbarium jest wyjściem naprzeciw potrzebom mieszkańców gminy, którzy coraz częściej zwracają uwagę zarówno na brak odpowiedniego miejsca do organizacji ceremonii pogrzebowych, jak i rosnące zainteresowanie pochówkami urnowymi.

- Nowy obiekt ma zapewnić godne warunki do pożegnania bliskich, a jednocześnie harmonijnie wpisać się w charakter miejsca pamięci i otoczenie cmentarza wojennego. W przyszłym roku o tej porze cmentarz i jego otoczenie będą mieć zupełnie inny charakter - czytamy w gminnym komunikacie.

Powstająca kaplica ma mieć prosty, surowy kształt, co ma swój symboliczny wymiar.

- Ta surowość i prostota jest nawiązaniem do znajdującego się w pobliżu cmentarza wojennego - podkreśla Kuzak. ©℗

PRZYRODA

Czas na rydzobranie i kiszenie

Grzegorz Tabasz

Z dobrych wiadomości z lasu mam jedną: nastał czas rydza, najsmaczniejszego grzyba jesieni.

Mocno popadało na rozgrzaną glebę. Dni są wciąż względnie ciepłe, a nocne przymrozki na razie nam nie grożą.

W lesie masowo rosną tak zwane trujaki, czyli grzyby niejadalne, a wsród nich piękne muchomory czerwone. Rosną też i rydze. Nie będę się rozwodził nad skomplikowana materią rozpoznawania gatunków i odmian, lecz poprzestanę na przyziemnym, lecz najsmaczniejszym kuchennym aspekcie kosza pełnego dorodnych rydzów.

Nieważne czy są to świerkowe, sosnowe lub jodłowe. Cóż z rudzielcami począć? Kiedyś, gdy w domach dominowały tradycyjne kaflowe piece na drewno, kapelusze z odrobiną soli rzucano na rozgrzaną blachę. Nie ma i nie będzie wspanialszego dania niż rydze pieczone na prawdziwym ogniu.

Mam w zanadrzu inną tradycyjną recepturę: rydze kiszone. W tym przypadku najważniejszy jest kamionkowy garnek czy słój, do którego układamy kapelusze. Warstwa rydzyków, nieco soli, kilka plasterków cebuli. Od czasu do czasu liść laurowy, ziarenko angielskiego ziela i pieprzu.

Na drugi dzień rydze puszczą sok i zacznie się burzliwa reakcja kiszenia. Bakterie wytworzą kwas mlekowy, który nada im niepowtarzalny smak. Ukiszone rydze to tradycyjny przysmak, do którego nie umywają się słoiczki zakonserwowanych octem grzybków.

Pozostaje mi życzyć grzybiarzom obfitego rydzobrania i niemniej udanego kiszenia.

eprasa.pl 2821d2dfc5

REGION

• **Telefon** dziennikarza dyżurnego **697 730 318**
• **e-mail** redakcyjny **redakcja@gk.pl**

DWIE PAŃSTWOWE SPÓŁKI NIE MOGĄ SIĘ DOGADAĆ?

Pociąg Oświęcim-Tychy na razie nie odjedzie

Potrzebne połączenie jeszcze długo pozostanie w sferze marzeń, jeśli nie będzie mocnego wsparcia ze strony parlamentarzystów. Lokalni posłowie mają pole do popisu, ale nie angażują się w sprawę z odpowiednią energią

Jerzy Zaborski

PKP ogłosiły przetarg na modernizację linii z Tychów do Bierunia Starego. Do kompletu brakuje jednak połączenia z Oświęcimiem. Szybko go chyba nie będzie ze względu na brak porozumienia pomiędzy PKP a Polską Grupą Górniczą (PGG). Jest ono potrzebne, aby móc reaktywować tor przez teren kopalni i poprowadzić dalej do Oświęcimia.



FOT. JERZY ZABORSKI

Połączenie z Oświęcimia do Tychów wciąż jest w sferze marzeń

Zakres prac obejmuje wymianę około 12 kilometrów istniejących torów i budowę kolejnych trzech kilometrów, elektryfikację odcinka Tychy Lodowisko – Bieruń Stary, modernizację pięciu przejazdów kolejowo-drogowych oraz przebudowę dwudziestu obiektów inżynieryjnych – w tym mostu nad rzeką Mleczną w Bieruniu.

Przebudowane zostaną wszystkie przystanki na trasie: Tychy Miasto, Tychy Lodowisko, Tychy Urbanowice, Tychy Potok, Bieruń Domy Polne, Bieruń Mleczarnia i Bieruń Stary. Umowę z wykonawcą planuje się podpisać w pierwszym kwartale 2027 roku, a prace budowlane mają trwać do 2029 roku. Będzie też modernizowany odcinek Orzesze Jaśkowice – Tychy.

Cała inwestycja obejmuje trzy odcinki: Orzesze Jaśkowice – Tychy, Tychy – Bieruń Stary oraz Bieruń Stary – Oświęcim. W 2025 roku PKP PLK uzyskały dofinansowanie z programu FEnIKS na realizację dwóch pierwszych etapów – łączna wartość obu zadań to blisko 840 milionów złotych.

Potrzebna jest linia kolejowa z Oświęcimia do Tychów

O połączeniu kolejowym do Tychów zaczynają krążyć anegdoty, że wszyscy o nim mówią, ale nikt nie jest w stanie przekuć tych rozmów na konkretne plany i daty. Oświęcim leży na granicy ze Śląskiem, więc wielu jego mieszkańców jeździ tam do pracy czy szkoły i odwrotnie.

- Dojeżdżam do szkoły w Tychach, więc podróż busem zajmuje prawie godzinę, bo droga krajowa 44 jest często zakorkowana, a to niespełna 20 kilometrów - mówi 16-letni Romek z Brzezinki. - Gdyby był pociąg, pewnie podróż byłaby szybsza i bardziej komfortowa. Chyba nie tylko ja nie doczekam tego połączenia kolejowego, bo skończę liceum. Może dostąpi tego następne pokolenie - dodaje ironicznie nastolatek.

Trudno mu się dziwić. Podobnie było z obwodnicą Oświęcimia, łączącą się z drogą ekspresową S1. Oj, dużo wody upłynęło w Sole, zanim sprawa nabrała realnych kształtów.

Lokalni posłowie mają pole do popisu

Mieszkańcy Oświęcimia mają świadomość, że w wypracowaniu porozumienia pomiędzy koleją i PGG nie pomogą naciski samorządowców, czy to burmistrza Bierunia, czy prezydenta Oświęcimia. Potrzebne jest większe zaangażowania ze strony lokalnych parlamentarzystów.

- Chciałoby się, aby to tak wyglądało, jak w kultowym serialu „Dom", kiedy wysoko postawiona sekretarz partyjna wytłumaczyła koledze Talarowi, że wszystko jest do załatwienia jednym telefonem. Wszystko zależy tylko od tego, kto wykręca numer i kto po drugiej stronie podnosi słuchawkę - rozpoczyna z przekąsem Mariusz Krystian, poseł PiS, członek sejmowej Komisji Infrastruktury. - Podnosiliśmy temat połączenia kolejowego Oświęcimia z Tychami na komisji sejmowej. Ze strony ministra nie padły żadne konkrety. Skończyło się stwierdzeniem, że sprawa będzie zbadana, dlaczego dwie spółki nie mogą dojść do porozumienia. W rzeczywistości wiele wskazuje na to, że przez brak pieniędzy nikt w ministerstwie nie drąży tematu, a realizowane są projekty przygotowane jeszcze za czasów poprzedniego ministra, Andrzeja Adamczyka. Posłowie z opozycji będą drążyć dalej temat, ale wiadomo, że nasze postulaty zawsze będą spychane na boczny tor - poseł, jako kolejarz z wykształcenia, użył kolejowej terminologii.

Z opcji rządzącej w komisji infrastruktury jest też poseł Marek Sowa. Z Kęt pochodzi wicemarszałek Sejmu Dorota Niedziela. Mieszkańcy powiatu oświęcimskiego pytają wprost, czy nie można skutecznie lobbować za projektem, na który czekają mieszkańcy całego powiatu oświęcimskiego?

Mówi się, że Oświęcim już jest ważnym węzłem kolejowym. Trzeba zatem robić wszystko, aby go jeszcze bardziej rozwijać. Dzisiaj przecież mocno stawia się na komunikację publiczną.

Poseł Mariusz Krystian wskazuje na skuteczność posła z opcji rządzącej Mirosława Suchonia. Dzięki niemu pod koniec 2025 roku uruchomiono szybkie połączenie z Bielska-Białej do Krakowa, które realizuje PKP Intercity. Od grudnia 2026 roku to połączenie zostanie nie tylko rozbudowane z czterech do ośmiu par pociągów, ale trzy kursy zostaną wydłużone do Żywca.

- Można? Można, jeśli jest się mocno zdeterminowanym w swoich działaniach - kwituje poseł Krystian, który w przeszłości skutecznie walczył o przywrócenie połączeń pasażerskich na linii 94, z Oświęcimia do Krakowa przez Spytkowice i Skawinę. ©℗

NIŻ DEMOGRAFICZNY

Cztery miejskie przedszkola w Nowym Sączu zostaną zlikwidowane?

Klaudia Kulak

Podczas najbliższego posiedzenia sądeckiej Rady Miasta zapadnie decyzja w sprawie likwidacji aż czterech miejskich przedszkoli w Nowym Sączu. Mowa o Miejskich Przedszkolach numer 1, 3, 7 i 18.

Jeżeli radni pozytywnie zaopiniują projekt uchwały, od 31 sierpnia przyszłego roku zakończy się ich wieloletnia działalność. Konieczność likwidacji władze miasta uzasadniają przede wszystkim niżem demograficznym. Już wiadomo, że decyzja radnych nie będzie jednogłośna. Pojawiają się pierwsze głosy sprzeciwu.

W Nowym Sączu dotąd funkcjonowało 18 miejskich przedszkoli. W uzasadnieniach każdego z projektów uchwały o likwidacji jest mowa o zmianach demograficznych.

- W ostatnich latach obserwuje się systematyczny spadek liczby dzieci w wieku przedszkolnym. W roku szkolnym 2025/2026 liczba dzieci wynosiła 1196, liczba wolnych miejsc w miejskich przedszkolach wynosiła 139. W bieżącym roku szkolnym liczba dzieci spadła do 987, a liczba wolnych miejsc wynosiła ok. 180 - czytamy w uzasadnieniu. - Prognozy demograficzne wskazują, że w kolejnych latach liczba dzieci objętych wychowaniem przedszkolnym będzie nadal maleć, więc podjęcie uchwały w sprawie zamiaru likwidacji przedszkoli jest konieczne i zasadne - dodają władze miasta.

Do sprawy odniósł się radny Michał Kądziołka. Jego zdaniem planowana likwidacja czterech miejskich przedszkoli budzi poważne obawy. Zaznacza, że w jego opinii w tej sprawie brakuje przede wszystkim rzeczywistego dialogu z rodzicami. - To oni najlepiej wiedzą, co zmiana placówki oznacza dla ich dzieci i codziennego życia całej rodziny. Rodzice powinni mieć wpływ na przygotowywane rozwiązania. Samo poinformowanie ich o zamiarze likwidacji nie zastąpi rozmowy - mówi Kądziołka.

Zaapelował też do władz miasta, aby zaczęli oszczędności od wydatków na marketing, promocję i budowanie wizerunku władz miasta. - Najpierw należy dokładnie przejrzeć te pozycje i pokazać mieszkańcom, co można ograniczyć. Dopiero później oczekiwać wyrzeczeń od sądeckich rodzin - dodaje radny.

Podkreśla, że w tej sprawie oczekuje otwartej rozmowy z rodzicami i pracownikami przedszkoli, przedstawienia konkretnych wyliczeń oraz uczciwego rozważenia innych rozwiązań. ©℗

eprasa.pl 2821d2dfc5

POLSKA MYŚL TECHNICZNA

Autonomiczny pojazd z Brzezinki śmiało wjechał na forum na Tajwanie

oprac. Bogusław Kwiecień

Prezentacja wielozadaniowego pojazdu firmy OMAG z Brzezinki (gm. Oświęcim) była jednym z punktów Polsko-Tajwańskiego Forum Technologicznego. Pojazd przedstawił na Tajwanie prezes spółki Łukasz Dziędziel.

Polsko-Tajwańskie Forum Technologiczne jest spotkaniem przedstawicieli sektora nowoczesnych technologii, świata nauki oraz administracji. Wśród kluczowych punktów programu tegorocznego forum znalazło się m.in. wystąpienie prezesa Łukasza Dziędziela zatytułowane „Wielozadaniowa bezzałogowa platforma terenowa OMAG UGV jako element odpornego łańcucha dostaw technologii Dual-Use" - informuje spółka na swoim profilu.

- Nasz flagowy projekt udowodnił, że rodzime systemy bezzałogowe z powodzeniem konkurują na rynku zaawansowanych rozwiązań typu dual-use. To polska odpowiedź na wyzwania współczesnego rozpoznania, transportu i ewakuacji. Połączyliśmy w niej pancerną trwałość, z której słyniemy od dekad, z zaawansowaną technologią dla wojska i służb cywilnych - zaznacza prezes spółki OMAG Łukasz Dziędziel.

Wielozadaniowa bezzałogowa platforma terenowa wzbudziła duże zainteresowanie. OMAG otrzymał wyróżnienie TOP DESING 2026 za aranżację stoiska, pokazując jak można efektownie połączyć wizję nowoczesnej polskiej fabryki o ponad 70-letniej tradycji inżynieryjnej ze światowym poziomem designu.

ŹRÓDŁO: FABRYKA MASZYN I URZĄDZEŃ OMAG SP Z O.O.



FOT. OMAG.PL

OMAG UGV to polska odpowiedź na wyzwania współczesnego rozpoznania, transportu i ewakuacji

AUTOREKLAMA 0011597007

Blisko. Bliżej regionu.

GAZETA KRAKOWSKA nasze miasto.pl

Jesteśmy liderem w internecie, w woj. małopolskim

REALNI UŻYTKOWNICY

gazetakrakowska.pl 1 724 976

onet.Kraków 1 457 028

naszemiasto.pl - małopolskie 1 041 012

lovekrakow.pl 1 003 266

sadeczanin.info 888 732



Źródło: Mediapanel, real users, wrzesień 2026; wybrane witryny i serwisy z informacjami dotyczącymi województwa małopolskiego

ŻUŻEL

Przenosiny Motoru do Tarnowa niepewne, ale rozmów nie zerwano

Andrzej Skórka

Koszty dostosowania tarnowskiego stadionu okazują się duże. Oświetlenia z Lublina ponoć nie da się przenieść do Tarnowa. Pozostaje więc modernizacja tego w Mościcach, ale to nie tylko kwestia wymiany źródeł światła na masztach wokół toru. Koszty mogą być kolosalne.

- Naszą intencją jest, by to Motor dostosował stadion do warunków swojej klasy rozgrywkowej - mówi Maciej Włodek, zastępca prezydenta Tarnowa, ale konkretnych kwot nie podaje.



FOT. ANDRZEJ SKÓRKA

Koszt modernizacji oświetlenia Stadionu Miejskiego w Tarnowie może się okazać barierą nie do przejścia

Byle w granicach rozsądku

Motor ma identyczne oczekiwania, ale wobec tarnowskiego magistratu, właściciela Stadionu Miejskiego przy ul. Zbylitowskiej. Miasto deklaruje, że jeśli ma partycypować w przygotowaniu stadionu, to „na miarę swoich możliwości i zdrowego rozsądku".

Mimo rozbieżnych stanowisk, rozmowy na linii Motor-Tarnów nie zostały zerwane, choć według żużlowych portali „Koziołki" mają równolegle sondować możliwość startów w przyszłym roku w Krakowie czy Częstochowie.

- Mamy sygnał ze strony Motoru o woli spotkania w najbliższym czasie - dodaje Maciej Włodek.

6 milionów? To nie do przyjęcia!

To, czego magistrat nie chce oficjalnie podać, napisał w poniedziałek (26 października) poseł Piotr Górnikiewicz na swoim profilu na Facebooku. Według niego koszt przystosowania stadionu w Mościcach do warunków Ekstraligi może wynieść nawet 6 milionów złotych!

„Chcę jasno podkreślić – nie jestem przeciwnikiem obecności Motoru Lublin w Tarnowie. Jestem natomiast zdecydowanie przeciwny finansowaniu potrzeb komercyjnej spółki sportowej z pieniędzy tarnowskich podatników - napisał. - Motor Lublin to klub funkcjonujący na najwyższym poziomie rozgrywkowym, wspierany przez potężnego sponsora - ORLEN, spółkę z udziałem Skarbu Państwa. Trudno zatem zaakceptować sytuację, w której dodatkowe koszty organizacji jego działalności miałyby zostać przerzucone na samorząd Tarnowa".

Dodaje, że gdyby w miejskim budżecie była możliwość wygospodarowania dodatkowych funduszy na sport, to w pierwszej kolejności powinny one wspierać tarnowskie kluby.

Tarnów w ubiegłym roku wydał blisko 7 mln zł - w większości pozyskanych z Małopolski - na modernizację toru żużlowego w Mościcach. Inwestycja nie uratowała Unii Tarnów i całego tarnowskiego żużla przed upadkiem. Wątpliwe, by wyłożenie zbliżonej kwoty po to, by teraz klub z Lublina mógł startować w Tarnowie, zyskało akceptację rady miejskiej.

Co ciekawe, jak donoszą lubelskie media, grupa radnych tamtejszej rady miejskiej wystąpiła z interpelacją do prezydenta Lublina o zabezpieczenia w budżecie miasta na rok przyszły kwoty 6 mln zł na czas występów Motoru poza własnym stadionem. Argumentują to obawami o utratę części lokalnych sponsorów, mniejszymi wpływami z biletów i dodatkowymi kosztami organizacji meczów. ©℗

BOCHNIA

Przepisy dotyczące opłaty za brak biletu parkingowego do poprawki

Paweł Michalczyk

W porządku obrad najbliższej sesji Rady Miasta Bochnia jest zmiana wysokości tzw. opłat dodatkowych za brak biletu parkingowego. W uzasadnieniu podano, że uchwalone w czerwcu stawki są niezgodne z przepisami.

W czerwcu uchwalono, że za przekroczenie czasu opłaconego parkowania w strefie płatnej w Bochni o 15 do 60 minut pobierana byłaby opłata dodatkowa równa dziesięciokrotności opłaty za pierwszą godzinę postoju. Z kolei nieuiszczenie opłaty za postój lub przekroczenie opłaconego czasu o więcej niż 60 minut skutkowałoby opłatą dodatkową równą trzydziestokrotności opłaty za każdą rozpoczętą godzinę postoju. Zmiany miały wejść w życie od 1 stycznia 2027 roku.



FOT. PAWEŁ MICHALCZYK

Przepisy parkingowe trzeba skorygować

Jak się okazało, stawki te znacząco wybiegały ponad dozwolony ustawowo limit, ponieważ wysokość opłaty dodatkowej nie może przekroczyć 10 procent minimalnego wynagrodzenia za pracę. Teraz trzeba to poprawić.

Jak w Bochni doszło do uchwalenia stawek sprzecznych z przepisami?

Jan Balicki, przewodniczący Rady Miasta Bochnia, przyznaje, że obecna sytuacja wynika z propozycji, jaką złożył w czerwcu przy okazji prac nad projektem zmian w opłatach za brak biletu postojowego.

- Błąd wynika z tego, że proponowałem, żeby, stawki opłaty dodatkowej nie były stałe, ale żeby narastały w stosunku do czasu nieopłaconego postoju na parkingu. Było rozróżnienie dla mieszkańców Bochni, posiadaczy karty i tych, którzy nie mieszkają w Bochni czy też nie posiadają karty mieszkańca. Okazało się, że w skrajnej sytuacji, gdyby ktoś zostawił samochód na przykład na cały dzień, wartość opłaty dodatkowej byłaby wyższa niż to jest określone w tej ustawie. Stąd jest potrzebna ta korekta. Projekt pani burmistrz zakłada, że już od drugiej nieopłaconej godziny wartość opłaty dodatkowej będzie stała i nie ma już na nią wpływu, jak długo nie jest opłacone miejsce parkingowe. Ostateczny kształt uchwały ustalony zostanie podczas sesji – mówi Jan Balicki. Sesja odbędzie się w czwartek. ©℗

eprasa.pl 2821d2dfc5

INWESTYCJE

Zamek w Rytrze po rekonstrukcji będzie piękniejszy. Turyści czekają na otwarcie tej warowni górującej nad doliną Popradu

Joanna Mrozek

Trwa rekonstrukcja zamku w Rytrze. Ta wyjątkowa warownia zyskała wieżę, z której będzie można podziwiać widoki na dolinę Popradu oraz na odległe szczyty Tatr. Efekty prac widać z daleka, teraz w jesiennej scenerii zamek prezentuje się wyjątkowo piękne, ale to nadal plac budowy. Na rekonstrukcję czeka jeszcze brama wjazdowa.



FOT. ADAM OLSZOWSKI FOTOGRAFIA

Rekonstrukcja baszty została zakończona, ale to nie koniec prac

Zamek w Rytrze przechodzi metamorfozę. Już niedługo zakończy się kolejna rozbudowa, która z pewnością zachwyci turystów. To chętnie odwiedzane miejsce stanie się jeszcze atrakcyjniejsze za sprawa zadaszonej baszty widokowej, która umożliwi sięgnięcie wzrokiem w jeszcze odleglejsze zakątki Beskidu Sądeckiego.

Choć prace przy baszcie zostały zakończone, to jednak nie koniec inwestycji. Ma tam powstać także brama zamkowa. Jej budowa jeszcze się nie rozpoczęła, bo w grę wchodziły kwestie formalne dotyczące prawa do dysponowania gruntem. Udało się już wszystkie rozbieżności udokumentować. Według szacunków, w zależności od pogody, cała inwestycja powinna być gotowa do końca roku.

- Jeżeli chodzi o otwarcie obiektu, to ciężko mi precyzyjnie określić termin, bo po zakończeniu prac konieczne jest przeprowadzenie odbiorów konserwatorskich, dopuszczenie do użytkowania. Te wszystkie procedury mogą trochę trwać - mówi nam Piotr Padula, inspektor ds. inwestycji w Urzędzie Gminy Rytro.

Więcej szczegółów i konkretów związanych z tą inwestycją poznamy na początku listopada. Mieszkańcy i turyści już nie mogą się doczekać powrotu bardzo popularnej atrakcji w nowej odsłonie. To będzie możliwie dopiero w przyszłym roku.

Wstęp na zamek w Rytrze zawsze był bezpłatny i to po ponownym otwarciu się nie zmieni.

Jeszcze kilka lat temu zamek w Rytrze, a właściwie w Suchej Strudze, gdzie znajduje się ta średniowieczna warownia, pozostawał w stanie daleko posuniętej ruiny. Nie było tam prawie nic. Dzięki dofinansowaniu z funduszy Unii Europejskiej udało się jednak przeprowadzić kompleksowe prace zabezpieczające i częściowo odtworzyć najważniejsze elementy obiektu. Inwestycja o wartości około 2 milionów złotych, realizowana na przełomie 2018 i 2019 roku sprawiła, że zamek zyskał nowe życie i ponownie stał się jedną z największych atrakcji regionu.

Turyści chętnie odwiedzają to miejsce, a częściowa rekonstrukcja ma sprawić, że zamek stanie się jeszcze bardziej popularny punktem wypadowym w Małopolsce. ©℗

CIĘŻKOWICE

Sauna w Parku Zdrojowym pozwoli spacerowiczom rozgrzać się w chłodne dni

Paweł Chwał

Mieszkańcy i turyści mogą od niedawana korzystać z nowej atrakcji, która pojawiła się w Parku Zdrojowym. im. Burmistrza Zbigniewa Jurkiewicza w Ciężkowicach. Obok balii z gorącą wodą na palcu stanęła drewniana sauna z przeszklonymi drzwiami i ścianą.



FOT. ARCHIWUM GMINY CIĘŻKOWICE

Drewniana sauna w kształcie beczki. Koszt: 40 zł za godzinę

Park Zdrojowy w Ciężkowicach został otwarty ponad pięć lat temu. Na powierzchni ponad 6 hektarów powstał m.in. ogród sensoryczny, strefa dla dzieci z placem zabaw, siłownia plenerowa czy tężnia solankowa. W lecie popularnością cieszy się basen, a także niecki i ścieżki wodne, w których można się ochłodzić.

Mieszkańcy i turyści mogą też rozgrzać się w jesienne i zimowe dni korzystając z kąpieli w balii z gorącą wodą. Niedawno obok niej powstała drewniana sauna w kształcie beczki z przeszklonymi drzwiami i ścianą.

- Można połączyć przyjemne z pożytecznym. Zafundować sobie wyjątkowy relaks i przy okazji podziwiać pięknie widoki. Chodzi nam o to, żeby uatrakcyjnić to miejsce i przyciągać mieszkańców i turystów - podkreśla Jowita Jurkiewicz-Drąg, burmistrz Ciężkowic. - Balię mamy już od dwóch sezonów i cieszy się dużą popularnością. Ma nawet swoich stałych bywalców - dodaje.

O ile większość atrakcji w Parku Zdrojowym jest bezpłatna, to za korzystanie z balii trzeba zapłacić 100 złotych za godzinę (limit 6 osób - wymagana wcześniejsza rezerwacja). Koszt za saunę to 40 złotych (1 godzina) i 30 złotych (30 minut). Seanse w saunie dostępne są w piątki od godz. 15 do 17:45 oraz w soboty i niedziele od godz. 10 do 17:45. Korzystanie w pozostałe dni tygodnia też jest możliwe, ale po wcześniejszej rezerwacji.

Władze Ciężkowic dążą do tego, aby turyści odwiedzający miasteczko mogli w końcu korzystać w Parku Zdrojowym z wód leczniczych pochodzący z odwiertu „Ignacy". W planach jest także budowa w Parku Zdrojowym wodnego placu zabaw a także niecki do kąpieli leczniczych. ©℗

ZAKOPANE

„Ta obwodnica sprowadzi tylko więcej aut do centrum" – mówią zbuntowani górale

Marcin Szkodziński

Choć projekt przebiegu obwodnicy znany jest od dawna, ostatnie przymiarki do budowy wywołały ostry protest mieszkańców. Ludzie sprzeciwiają się kategorycznie realizacji planów i domagają się całkowitej rezygnacji z budowy.



FOT. MARCIN SZKODZIŃSKI

Kolejny grupowy protest zaplanowany jest na jutro

Mieszkańcy wskazują, że budowa łączników i obwodnic wewnątrz miasta jest koncepcją przestarzałą, która zamiast rozładować korki, przyciągnie do Zakopanego tysiące kolejnych pojazdów.

- Ta obwodnica sprowadzi tylko więcej samochodów do centrum, co wymusi jeszcze więcej infrastruktury: poszerzanie ulic, parkingi. W zamian proponujemy rozwój komunikacji autobusowej i lepsze warunki dla pieszych. Może warto pomyśleć o zamknięciu wjazdu dla przyjezdnych - argumentował Mikołaj Jan Baczyński, lider protestu.

Lokalni aktywiści podnoszą także kwestie finansowe. Obwodnica ma kosztować około miliard złotych, z czego aż 200 milionów złotych musiałoby zabezpieczyć miasto na odszkodowania, co – zdaniem radnych – obciąży budżet gminy na pokolenia.

Radny Szczerba: Stop pracom nad obwodnicą

Część radnych stanęła po stronie protestujących, składając oficjalne wnioski o wykreślenie kontrowersyjnych zapisów planistycznych.

– Ta droga kilkanaście lat temu została narysowana i nie ma już racji bytu. Świat poszedł do przodu. My nie powinniśmy się zastanawiać nad tym, czy budować dodatkowe drogi, ale jak eliminować ruch samochodowy z miasta. Wprowadzamy wniosek o zaprzestanie prac nad planem ulic Kościeliskiej, Skibówki i Krzeptówki oraz pozostawienie ich pasów w obecnym kształcie – deklarował Zbigniew Szczerba, wiceprzewodniczący Rady Miasta Zakopane.

Radykalne pomysły przedstawił także radny Wojciech Tatar, przypominając o opłatach wjazdowych dla aut spoza gminy oraz o konieczności ochrony interesu stałych mieszkańców. Z kolei przedstawiciele urzędu przekonywali, że w przygotowywanych dokumentach ulica Kościeliska nie jest poszerzana, lecz zawężana w stosunku do ustaleń z 2012 roku, co wywołało kolejną falę polemik.

Obwodnica przez centrum miasta?

Cześć mieszkańców i radnych zarzuca, że planowana droga nie będzie obwodnicą, bo w którym mieści obwodnice są prowadzone przez niemal centrum miasta?

- Obwodnica jest planowana w miejscu, gdzie można pieszo dojść z Krupówek w ciągu 2-3 minut. Ona będzie przebiegać między Krupówkami a placem pod Gubałówką! Kto widział takie projektowanie? - mówili na komisji oburzeni mieszkańcy.

Mieszkańcy pytają komu ma służyć powstająca droga, sugerując jednocześnie, że na pewno nie mieszkańcom. ©℗

eprasa.pl 2821d2dfc5

WYSTAWA W MUZEUM NARODOWYM

Najstarsze papierowe pieniądze - niektóre można zobaczyć po raz pierwszy



FOT. ANNA KACZMARZ

Wystawa przybliża historię i upowszechnienie pieniądza papierowego w różnych krajach Europy, Azji i Ameryki

Anna Piątkowska

Norweski banknot z XVII w., papierowa pięciodolarówka z 1853 roku, a także bilety skarbowe z okresu Insurekcji Kościuszkowskiej czy chiński guan z XIV wieku - to zaledwie kilka eksponatów, jakie złożyły się na wystawę „Rewolucja, postęp, imperializm... Pieniądz papierowy XIX wieku" prezentowaną w MNK Czapscy (ul. Piłsudskiego 12).

Ekspozycja będzie otwarta do 11 kwietnia 2027 roku.

Historia sięga X wieku

Jak wiele wynalazków, tak i ten swoje początki ma w Chinach, gdzie pierwsze papierowe pieniądze pojawiły się już w X wieku w Dynastii Mingów - ten prezentowany na wystawie w Pałacu Czapskich datowany jest na XIV wiek. Historia europejskich banknotów zaczyna się w XVII wieku w Szwecji, gdzie wprowadzono je jako rodzaj udogodnienia - papieru wymienialnego na kruszec, ale o wiele wygodniejszego w użyciu niż ciężkie monety.

Do powszechnego obiegu banknoty trafiły jednak dopiero w XIX wieku - w wielu regionach pojawiły się one wówczas po raz pierwszy.

Miały rozwiązać problemy, ale...

„W czasach Wielkiej Rewolucji Francuskiej (1789–1799) państwo zaczęło masowo emitować papierowe asygnaty, które początkowo miały rozwiązać problemy finansowe kraju. Ich nadmierna liczba szybko jednak doprowadziła do utraty wartości i znaczenia jako środka płatniczego. W trakcie Insurekcji Kościuszkowskiej (1794) wprowadzono bilety skarbowe, jedne z pierwszych tego typu emisji w Polsce" - wyjaśnia kuratorka wystawy dr Barbara Zając.

Grafika na banknotach

Przełom w produkcji papieru w połowie XIX wieku umożliwił rozwój nowych form graficznych banknotów, które coraz częściej odzwierciedlały realia życia epoki. To także okres dynamicznego rozwoju giełdy papierów wartościowych, która zaczęła odgrywać kluczową rolę w gospodarce.

„W tym samym czasie kształtowały się systemy monetarne poszczególnych państw. Szczególne znaczenie zyskał międzynarodowy system waluty złotej. Opierał się on na powiązaniu wartości pieniądza z określoną ilością złota, co miało zapewniać stabilność finansową. Również banknoty mogły być wymienne na złoto, jednakże tylko w niektórych krajach i na różnych zasadach" - tłumaczy kuratorka.

Pieniądz zastępczy

Prezentowana w MNK Czapscy ekspozycja obejmuje również pieniądz zastępczy w postaci bonów i kwitów, emitowanych przez majątki i przedsiębiorstwa w odpowiedzi na brak drobnej monety, a także bilety loteryjne, stanowiące źródło dochodu zarówno dla państwa, jak i pojedynczych szczęśliwców.

Choć większość obiektów, które złożyły się na wystawę pochodzi ze zbiorów Gabinetu Numizmatycznego MNK, to jednak wiele z nich pokazywanych jest publicznie po raz pierwszy. Wśród eksponatów znalazły się także banknoty wypożyczone z Muzeum Archeologicznego i Etnograficznego w Łodzi, Muzeum Śląskiego oraz kolekcji prywatnych.

CARLOS SANTANA ZAPOWIADA KONCERT W KRAKOWIE

Jego gra wznosi słuchaczy na wyższy poziom świadomości

Paweł Gzyl

Legendarny latynoski gitarzysta Carlos Santana ogłosił trasę koncertową „Planet of Free Will Global Tour 2027". W jej ramach dotrze do Krakowa, gdzie 24 lipca wystąpi w Tauron Arenie. Bilety w sprzedaży od 30 października.



FOT. ROBERTO FINIZIO

Carlos Santana po raz pierwszy odwiedzi Kraków w 2027 roku

Latem przyszłego roku Carlos Santana wraz z zespołem powróci na europejskie sceny, prezentując swoje charakterystyczne, pełne energii brzmienie na żywo. Trasa „Planet of Free Will Global Tour" rozpocznie się 30 czerwca 2027 roku w londyńskiej O2 Arenie, a następnie obejmie koncerty we Francji, Szwajcarii, Niemczech, Włoszech, Austrii, Czechach, Polsce, Norwegii i Finlandii.

- Naszą intencją, motywacją i celem jest budzenie głębszej świadomości, że żyjemy na Planecie Wolnej Woli i że każdy z nas ma moc wyboru jedności zamiast podziałów, harmonii zamiast konfliktów oraz miłości zamiast strachu - mówi Carlos Santana. - Na każdym koncercie, poprzez każdą zagraną nutę, przekazujemy i dzielimy się poczuciem jedności, harmonii i wspólnoty. Przypominamy wszystkim, że mamy wolną wolę, by wybierać wyższy poziom świadomości i żyć dla wspólnego dobra.

Podczas nadchodzącej trasy Santana zaprezentuje pełne energii i pasji przeboje z ponad pięciu dekad swojej kariery - od przełomowego albumu „Abraxas", przez światowy fenomen „Supernatural", aż po kolejne etapy swojej twórczości. Każdy utwór wybrzmi z tą samą pasją i duchową intensywnością, które sprawiły, że brzmienie gitarzysty stało się jednym z najbardziej rozpoznawalnych i cenionych w historii muzyki.

Od ponad pięćdziesięciu lat, odkąd Carlos Santana pojawił się na scenie muzycznej San Francisco jako pionier łączący brzmienia afrolatynoskie, blues i rock, tworzy muzykę przekraczającą granice gatunków i pokoleń. Jego gitara, przesłanie i twórczość przemawiają uniwersalnym językiem rytmu i emocji, jednocząc publiczność na całym świecie.

Dziesięciokrotny laureat nagrody Grammy i trzykrotny zdobywca Latin Grammy zapisał się na kartach historii muzyki wyjątkowo mocno za sprawą albumu „Supernatural" z 1999 roku, zdobywając podczas jednej ceremonii aż dziewięć prestiżowych statuetek, w tym za Album Roku i Nagranie Roku. Santana został wprowadzony do Rock and Roll Hall of Fame, uhonorowany prestiżowym wyróżnieniem Kennedy Center Honors, a także nagrodami Billboard Century Award i Latin Music Lifetime Achievement Award za całokształt twórczości. Magazyn „Rolling Stone" umieścił go na 11. miejscu listy „100 najlepszych gitarzystów wszech czasów".

Niedawno ukazała się książka „Carlos Santana: Love, Devotion, Surrender" – wizualna retrospektywa dokumentująca pięć dekad jego artystycznej działalności. Artysta został także laureatem honorowej Grammy Lifetime Achievement Award 2026, przyznawanej przez The Recording Academy w uznaniu za jego fundamentalny wkład w rozwój muzyki rockowej i world music oraz wyjątkowe połączenie brzmień latynoskich, bluesa i jazzu.

Rezydentura koncertowa Santany w House of Blues, mieszczącym się w kompleksie Mandalay Bay Resort and Casino w Las Vegas, trwa już czternasty rok i niezmiennie zachwyca publiczność. W przyszłym roku show zobaczą wreszcie widzowie z Europy.

Sprzedaż ogólna biletów na koncert w Krakowie wystartuje 30 października o godz. 12 na stronie organizatora www.livenation.pl

KRAKÓW

Wydziergana osłona przed słońcem. Takie dzieło wisi w Krzysztoforach

Anna Piątkowska

Kolorowe szydełkowe kwadraty wykonała ponad setka krakowskich dziewiarek i dziewiarzy. Ich praca „Pod dzierganym niebem" zwraca uwagę na zmiany klimatu. Można ją zobaczyć bezpłatnie w korytarzu w Krzysztoforach do 26 lutego 2027.

Inspiracją była osłona przed słońcem wydziergana przez mieszkańców hiszpańskiego miasta Alhaurín de la Torre, Málaga. Patchworkowy baldachim rozciągnięty nad główną arterią handlową w mieście zwraca uwagę turystów, robiących sobie selfie na tle rękodzieła, ale powstało nie jako ozdoba i atrakcja turystyczna - kolorowa płachta zmniejsza temperaturę na ulicy o 5 stopni Celsjusza. Kolorowa praca dziewiarek chroniąca przechodniów przed prażącym tu słońcem, okazała się na tyle praktycznym rozwiązaniem, że w hiszpańskim mieście inicjatywa rozszerzyła się również na inne dzielnice.

Krakowskie dzieło także jest inicjatywą społeczną grupy „Dziergamy Na Polu". Krakowskie dziewiarki i dziewiarze wymieniają się doświadczeniami, przekazują wiedzę i umiejętności nowym pokoleniom.

„W roku 2025 rozpoczęłyśmy akcję, która zebrała grupę ponad 100 zainteresowanych, połączonych w jednym celu - przygotowania kwadratów szydełkowych 50 na 50 cm, która pozwoliłaby na wykonanie osłony przed słońcem na ulicach Krakowa" - wyjaśniają dziewiarki z „Dziergamy Na Polu".

eprasa.pl 2821d2dfc5

FOKUS

• **Ponad 60 proc. Polaków** opowiada się za złagodzeniem obowiązujących ograniczeń handlu w niedziele

POLITYKA

Trzy scenariusze dla TK. Jednym z nich jest reset konstytucyjny. Na czym polega?

Czy reset konstytucyjny, czyli zmiana ustawy zasadniczej, która umożliwiłaby wygaszenie kadencji obecnych sędziów i wybór nowych, może rozwiązać spór o TK? Zdania są podzielone

oprac. Alina Mazurska

Sytuacja w Trybunale Konstytucyjnym jest patowa, bo prezes Bogdan Święczkowski nie dopuszcza do orzekania pięciu sędziów, którzy zostali wybrani przez Sejm, ale od których ślubowania nie przyjął prezydent. Oni zaś (a także trójka, którą Karol Nawrocki zaprzysiągł) uważają, że są pełnoprawnymi sędziami i domagają się od prezesa Święczkowskiego zwołania Zgromadzenia Ogólnego sędziów TK ze swoim udziałem.

Jakie są możliwe scenariusze dalszego rozwoju wydarzeń wokół TK?

Pierwszy zakłada stopniowe uspokojenie sytuacji. Byłoby to możliwe, gdyby np. prezydent przyjął ślubowanie od sędziów, którzy złożyli je dotychczas jedynie przed Sejmem, a Bogdan Święczkowski zwołał Zgromadzenie Ogólne Sędziów TK i podporządkował się jego rozstrzygnięciom. Zdaniem polityków i komentatorów taki scenariusz jest jednak mało realny.

Najbardziej prawdopodobny jest scenariusz siłowy, o którym powiedział pragnący zachować anonimowość poseł KO. Przyznał, że chodzi o doprowadzenie do zwołania Zgromadzenia Ogólnego z udziałem wszystkich sędziów wybranych przez Sejm, odsunięcia Bogdana Święczkowskiego od kierowania TK i rozpoczęcia orzekania przez nowych sędziów, także tych, którzy złożyli ślubowanie jedynie przed Sejmem. Wówczas orzeczenia Trybunału zaczęłyby być publikowane, co – zdaniem posła – pozwoliłoby uznać, że sytuacja w TK została uzdrowiona. Jak przekonuje, fakt, że orzeczeń tych nie uznawałby np. prezydent, „nie miałby większego znaczenia".



FOT. ADAM JANKOWSKI

Sytuacja w Trybunale Konstytucyjnym jest patowa. Prezes Bogdan Święczkowski sam nie może nic zrobić

Trzeci scenariusz to proponowany przez niektórych prawników oraz polityków tzw. reset konstytucyjny.

Jedną z koncepcji takiego resetu przedstawił niedawno ekspert Fundacji Batorego dr Tomasz Zalasiński, wskazując na jej przewagę nad scenariuszami stopniowego przekształcania TK oraz siłowego przejęcia Trybunału. Pierwszy z nich jest, jego zdaniem, nierealny ze względu na zwłokę Sejmu w wyborze sędziów TK po 2023 r. oraz niekonstytucyjną – w ocenie eksperta – odmowę przyjęcia przez prezydenta ślubowania od pięciu sędziów. Drugi natomiast grozi kwestionowaniem orzeczeń przejętego w ten sposób Trybunału przez europejskie trybunały, a także ponownym siłowym przejęciem TK w razie zwycięstwa obecnej opozycji w wyborach w 2027 r. Zalasiński rekomenduje zatem reset konstytucyjny, zakładający zmianę ustawy zasadniczej, wygaszenie kadencji obecnych sędziów TK i wybór nowych. Zgodnie z jego propozycją sędziów wybierałby nie tylko Sejm, jak obecnie, lecz także Senat i prezydent. Sejm wybierałby siedmiu sędziów, Senat – pięciu, a prezydent – trzech.

Propozycja przewiduje również rozwiązania przejściowe, które miałyby zapobiec jednoczesnemu wyborowi całego składu TK w przyszłości. W tym celu kadencje sędziów wybranych po raz pierwszy na nowych zasadach byłyby zróżnicowane – część trwałaby dziewięć lat, a część pięć. Spośród siedmiu sędziów wybieranych przez Sejm czterech miałoby zostać wybranych na dziewięć lat, a trzech na pięć. W przypadku Senatu trzech sędziów miałoby pełnić funkcję przez pięć lat, a dwóch przez dziewięć. Z kolei spośród trzech sędziów wybieranych przez prezydenta dwóch miałoby otrzymać dziewięcioletnią kadencję, a jeden pięcioletnią.

Autor koncepcji przypomina, że podobne rozwiązanie zastosowano przy wyborze pierwszego składu TK w 1985 r., jeszcze w czasach PRL. Dodaje, że sędziowie, których kadencje zostałyby wygaszone, przeszliby w stan spoczynku z zachowaniem pełni uprawnień socjalnych.

POLITYKA

Na jednej uroczystości będą dwa powołania

oprac. Alina Mazurska

Powołanie Andrzeja Domańskiego na stanowisko wicepremiera oraz powołanie nowego ministra funduszy i polityki regionalnej odbędzie się podczas jednej uroczystości.

Rzecznik prezydenta Rafał Leśkiewicz został zapytany wczoraj w Polsat News, kiedy prezydent wręczy Domańskiemu akt powołania na wicepremiera. – Kiedy pan premier Donald Tusk skieruje do prezydenta wniosek w sprawie kolejnej zmiany w rządzie, wówczas w ramach jednej uroczystości dojdzie do aktu powołania wicepremiera Andrzeja Domańskiego i nowego ministra funduszy i polityki regionalnej zastępującego panią Katarzynę Pełczyńską-Nałęcz (premier zaproponował Agnieszkę Bartol – przyp red.) – powiedział Leśkiewicz.

Zapytany, kiedy może do tego dojść, rzecznik stwierdził, że „to na pewno nie będzie trwało długo". Jak przekazał, teraz „ruch jest po stronie premiera Donalda Tuska". **PAP**

PLAN WSPÓŁPRACY OBRONNEJ

Polska i Wielka Brytania razem o obronności

oprac. Alina Mazurska

Wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz poinformował po spotkaniu ze swoim brytyjskim odpowiednikiem Wesem Streetingiem o podpisaniu 3-letniego Planu Współpracy Obronnej.

Szef MON zwrócił uwagę, że sojusz Polski i Wielkiej Brytanii nigdy nie był silniejszy. – Ten Plan Współpracy pokazuje nasze wspólne zaangażowanie, wspólne ćwiczenia, rozwój zdolności obronnych – powiedział.

Jak przekazał, pierwszym tematem rozmowy z ministrem obrony Wielkiej Brytanii było wsparcie obu krajów dla Ukrainy. Spotkanie dotyczyło też relacji ze Stanami Zjednoczonymi. – Pan sekretarz podczas spotkania w cztery oczy zaproponował bardzo ważne przesłanie – w obliczu różnych formatów, naszych żelaznych sojuszy mamy podobne patrzenie na sojusz ze Stanami Zjednoczonymi. Polska i Wielka Brytania są za umacnianiem tego sojuszu i za budowaniem własnych zdolności. **PAP**

KRÓTKO

Gdańsk

Znęcał się nad psem. Grożą mu trzy lata więzienia

Policjanci z Przymorza zatrzymali 52-latka, który ciągnął psa po ziemi, podnosił go za pomocą smyczy do góry i uderzał nim o ziemię. Jak się okazało, mężczyzna był partnerem właścicielki psa, która nie wiedziała o zdarzeniu. Policjanci otrzymali od właścicielki czworonoga zaświadczenie lekarsko-weterynaryjne, z którego wynikało, że zwierzę jest w dobrej kondycji i ma aktualne szczepienia. Pies został przekazany opiekunce, a 52-latek usłyszał zarzut znęcania się nad zwierzęciem. Grozi mu do 3 lat pozbawienia wolności. PAP

Województwo podkarpackie

Policjant aresztowany za kradzieże z włamaniem

43-letni policjant z komisariatu w Boguchwale k. Rzeszowa z 13-letnim stażem służby jest podejrzany o dokonanie i usiłowanie kradzieży z włamaniem do domów jednorodzinnych. Decyzją sądu został aresztowany na trzy miesiące. Policja podała, że mężczyzna został zawieszony; będzie postępowanie dyscyplinarne oraz administracyjne w sprawie zwolnienia go ze służby. PAP

Tatry

Pierwszy stopień zagrożenia lawinowego

W Tatrach przybyło śniegu po ostatnich opadach. Od wysokości 1800 m n.p.m. obowiązuje pierwszy, niski stopień zagrożenia lawinowego. Wczoraj rano na Kasprowym Wierchu pokrywa śnieżna wynosiła 24 cm, a temperatura spadła do minus 4 st. C. W Dolinie Pięciu Stawów Polskich spadło 16 cm śniegu, a na Hali Gąsienicowej jest 14 cm białego puchu. PAP



FOT. RADEK PIETRUSZKA

Rozmowy ws. centrum serwisowego dla baterii Patriot zmierzają do finału. Wiele wskazuje na to, że Polska została wybrana jako partner tego projektu

DONALD TUSK,
premier

eprasa.pl 2821d2dfc5

ROSJA – UKRAINA

Zawieszenie broni w okupowanych Ołeszkach. Szansa na pomoc dla ludzi

oprac. Anna Nagel

W nocy z poniedziałku na wtorek o godz. 3 nad ranem (2 czasu polskiego) w okupowanych przez Rosję Ołeszkach w obwodzie chersońskim Ukraina wprowadza zawieszenie broni w celu przeprowadzenia operacji humanitarnej. Potrwa do 1 listopada.

Rosyjskie ministerstwo obrony poinformowało wczoraj, że w związku z rozpoczęciem obowiązywania zawieszenia broni w ukraińskiej miejscowości Ołeszki wstrzymało ataki na Chersoń.

Rzecznik praw człowieka Ukrainy Dmytro Łubinec potwierdził, że strona ukraińska wywiązuje się z ustaleń o zawieszeniu broni na wyznaczonych obszarach okupowanego przez Rosję miasta Ołeszki w obwodzie chersońskim.

Wyjaśnił, że misja humanitarna to wynik działań prowadzonych przez stronę ukraińską wspólnie z rzeczniczką praw człowieka Federacji Rosyjskiej Janą Łantratową oraz za pośrednictwem i przy koordynacji pierwszej damy USA Melanii Trump.

– Będę nadal informował opinię publiczną o rozwoju sytuacji, mając na uwadze przede wszystkim bezpieczeństwo ludności cywilnej w Ołeszkach oraz realizację przyjętych ustaleń – dodał Łubiniec.

W piątek Biały Dom poinformował, że Rosja i Ukraina zgodziły się tymczasowo wstrzymać od 29 października walki w Ołeszkach, by umożliwić dostarczenie tam pomocy humanitarnej i przygotować ewakuację ludności cywilnej. Biały Dom dodał, że doprowadziła do tego pierwsza dama USA Melania Trump.

Według władz w Kijowie sytuacja ludzi, którzy pozostali w Ołeszkach, jest dramatyczna. W mieście bez dostępu do żywności i wody pitnej przebywa około 2 tysięcy osób, w tym 50 dzieci. Ołeszki zostały zalane po zniszczeniu pobliskiej tamy w Nowej Kachowce.

Ołeszki leżą około 4 km od Chersonia na lewym, okupowanym przez Rosję brzegu Dniepru. **PAP**



FOT. EAST NEWS

Do zawieszenia broni doprowadziła pierwsza dama USA Melania Trump

IZRAEL

Kto wygra w wyborach: Netanjahu czy Eisenkot?

Grzegorz Kuczyński

Wczoraj w Izraelu odbyły się wybory parlamentarne. W tych wyborach Izraelczycy głosowali przede wszystkim na osobę, która nie tylko zaproponuje nową strategię bezpieczeństwa, ale także odpowie na wiele pytań, które nagromadziły się w społeczeństwie.



FOT. EAST NEWS

Kto będzie premierem Izraela po wyborach: Benjamin Netanjahu czy Gadi Eisenkot?

O 120 mandatów w Knesecie walczyło 37 partii. Oczekuje się, że jedynie około 11 z nich przekroczy próg wyborczy wynoszący 3,25% i wejdzie do parlamentu, po czym jeden z kandydatów będzie musiał utworzyć zdolną do funkcjonowania koalicję rządzącą. Aby uzyskać większość w parlamencie, partia lub blok musi zdobyć 61 mandatów.

Formalnie premierem może zostać lider dowolnej partii, która przekroczyła próg wyborczy, o ile jest w stanie utworzyć koalicję cieszącą się poparciem większości posłów Knesetu. Niemniej jednak zazwyczaj prawo do podjęcia pierwszej próby utworzenia rządu otrzymuje lider partii, która zdobyła największą liczbę mandatów. Ponadto, w oparciu o określone porozumienia, rozważany może być system rotacji szefa rządu.

Benjamin Netanjahu przystępuje do tych wyborów, stosując sprawdzoną taktykę, która przez dziesięciolecia pomagała mu wygrywać, ale tym razem, zdaniem wielu ekspertów, może to nie wystarczyć. Niedawno stwierdził, że alternatywa jest następująca: albo ponownie prawicowy rząd, albo państwo palestyńskie, które z pewnością powstanie przy każdym innym rządzie.

Głównym rywalem Netanjahu i jego prawicowej koalicji jest lider partii Yashar („Naprzód") Gadi Eisenkot. W koalicję z nim są już gotowe wejść partie o bardzo zróżnicowanych poglądach – prawicowe, lewicowe i centrystyczne – zjednoczone chęcią odsunięcia Netanjahu od władzy.

W opinii wielu osób Eisenkot jest najpoważniejszym przeciwnikiem Netanjahu w ciągu ostatnich dziesięcioleci. Jest centrystą z prawicowymi poglądami w kwestiach bezpieczeństwa i może przejąć tę część tradycyjnego elektoratu Netanjahu, która od dawna pragnęła alternatywy w ramach własnego obozu ideologicznego.

Eisenkot, opowiadający się za pociągnięciem winnych do odpowiedzialności, reformami politycznymi i jednością narodową, ostro krytykuje kierownictwo Netanjahu za jego działania zarówno przed, jak i po ataku Hamasu. Popierając izraelskie operacje wojskowe, twierdzi jednocześnie, że rząd nie ma jasnej strategii działania i wzywa do przeprowadzenia niezależnego śledztwa w sprawie niepowodzeń związanych z atakiem z 7 października 2023 roku, w którym zginęło blisko 1200 osób.

W kwestiach o największym znaczeniu dla społeczności międzynarodowej, takich jak polityka wobec Iranu, Palestyńczyków czy Libanu, stanowiska głównych rywali są zbliżone. Wszyscy opowiadają się za zakończeniem rządów Hamasu w Strefie Gazy i rozbrojeniem tej organizacji, również przy użyciu siły militarnej.

Polityków łączy także dążenie do osłabienia militarnego Iranu i uniemożliwienia mu zdobycia broni jądrowej. Główni kandydaci sprzeciwiają się również powstaniu niepodległego państwa palestyńskiego.

WOJNA

Prezydent Finlandii i premier Norwegii rozmawiali z Putinem

oprac. Anna Nagel

Wołodymir Zełenski rozmawiał z prezydentem Finlandii i premierem Norwegii po ich telefonie do Putina.

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski poinformował wczoraj, że przeprowadził rozmowę telefoniczną z prezydentem Finlandii Alexandrem Stubbem i premierem Norwegii Jonasem Gahrem Stoere po ich telefonie do przywódcy Rosji Władimira Putina.

„Rozmawiałem z prezydentem Finlandii Alexandrem Stubbem i premierem Norwegii Jonasem Gahrem Stoere w związku z ich dzisiejszą rozmową telefoniczną z rosyjskim przywódcą oraz w ramach kontynuacji naszych dyskusji w Oslo z przedstawicielami Ameryki, Europy i NATO. Jestem wdzięczny za szczegółowe informacje i działania na rzecz wsparcia naszej dyplomacji oraz wspólnych ze wszystkimi partnerami wysiłków pokojowych" – napisał Zełenski w serwisach społecznościowych.

Jak przekazał, Stubb i Store poinformowali go, że jasno powiedzieli Putinowi, że potrzebne są realne kroki na rzecz deeskalacji wobec ukraińskiej energetyki i infrastruktury.

„Omówiliśmy przygotowania do trójstronnego spotkania, zaplanowanego na listopad na szczeblu zespołów – ukraińskiego, amerykańskiego i rosyjskiego. Finlandia i Norwegia, jako kraje graniczące z Rosją, są szczególnie zainteresowane właściwymi i niezawodnymi rozwiązaniami w dziedzinie bezpieczeństwa" – podkreślił Zełenski. **PAP**

KONGO

Wirus ebola nie odpuszcza. Ponad 10 tys. zakażeń

oprac. Karolina Wrońska

Ponad 10 tys. zakażeń wirusem ebola potwierdzono dotychczas w Demokratycznej Republice Konga (DRK). Od początku epidemii odnotowano 4887 zgonów.

Wirus rozprzestrzenił się także poza granice DRK. W Ugandzie odnotowano 20 zakażeń i dwa zgony. W sierpniu Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uznała kraj za wolny od eboli, ale władze w Kampali utrzymują środki ostrożności i od niedzieli osoby powracające do kraju z DRK są kierowane na 21-dniową kwarantannę. Na początku października Kenia poinformowała o pierwszym przypadku zakażenia wirusem; mężczyzny, który podróżował z DRK przez Ugandę, zmarł w Nairobi. Później władze odnotowały jeszcze osiem zakażeń. W ubiegłym tygodniu Nigeria stała się czwartym państwem afrykańskim, w którym wykryto ebolę.

Niepokój wzbudziło też zakażenie tym niebezpiecznym wirusem, wykryte u żony szwajcarskiego dyplomaty. Kobieta nie podróżowała do DRK; według władz Szwajcarii do zakażenia mogło dojść w Ugandzie. Dyplomata wraz z żoną zostali w poniedziałek przetransportowani do szpitali w Szwajcarii.

WHO uznała obecną, wykrytą w maju falę zakażeń za największą epidemię eboli w historii DRK. Jest ona jednak nadal mniejsza niż epidemia w Afryce Zachodniej z lat 2014-2016, która objęła Gwineę, Liberię i Sierra Leone, powodując ponad 28 tys. zakażeń i przeszło 11 tys. zgonów. **PAP**

eprasa.pl 2821d2dfc5

MĘŻCZYZNA

Jak przebiega andropauza u mężczyzn? Objawy, wiek występowania i możliwe wyzwania

Andropauza bywa porównywana do menopauzy u kobiet, choć jej podłoże jest inne. U mężczyzn wynika głównie ze stopniowych zmian hormonalnych, podczas gdy u kobiet jest efektem naturalnego procesu biologicznego.

Ewa Zwolak,
Marta Siesicka-Osiak

Andropauza, nazywana również męską menopauzą, jest okresem występującym u mężczyzn powyżej 50. roku życia. Według danych statystycznych dotyczy aż 50 proc. mężczyzn po 50. roku życia. Mimo to w przeciwieństwie do menopauzy znacznie rzadziej mówi się o tym zjawisku, które nadal w naszym społeczeństwie pozostaje tematem tabu.

Jej bezpośrednią przyczyną jest spadek poziomu hormonów, w tym: testosteronu, dihydrotestosteronu, hormonu wzrostu i melatoniny. Przy czym warto podkreślić, że andropauza u mężczyzn często porównywana jest do menopauzy u kobiet. Tymczasem to są zjawiska odmienne, ponieważ klimakterium u kobiet jest procesem biologicznym, związanym z wygaszaniem funkcji jajników, natomiast menopauza u mężczyzn nie jest równoznaczna z utratą płodności i jest ściśle związana z funkcjonowaniem układu endokrynologicznego.

Z tego powodu badacze proponują inne nazwy dla andropauzy, w tym: andropenię, męski psychoendokrynologiczny zespół wieku średniego, wiropauzę, męskie klimakterium, częściowy niedobór androgenów u starzejących się mężczyzn.

Menopauza u kobiet jest procesem biologicznym, pociągającym za sobą określone skutki i występującym u każdej kobiety po 40. roku życia. Natomiast andropauza nie występuje u każdego mężczyzny i jest zależna od wielu czynników zewnętrznych.

Wśród innych przyczyn rozwoju męskiej menopauzy można również wymienić siedzący styl życia, dietę ubogą w witaminy, związki mineralne i błonnik pokarmowy, nadciśnienie tętnicze krwi, wysoki poziom cholesterolu LDL, przebyty zawał serca, przerost gruczołu krokowego.

Klimakterium u mężczyzn związane jest bezpośrednio z zaburzeniami układu hormonalnego, co pociąga za sobą konkretny zespół objawów.

Wśród charakterystycznych objawów andropauzy u mężczyzn można wymienić:

• zwiększenie tkanki tłuszczowej, która pociąga za sobą skutki w postaci zwiększonego ryzyka wystąpienia groźnych powikłań, w tym m.in. ze strony układu krążenia. Przy czym u mężczyzn powyżej 50. roku życia zazwyczaj występuje otyłość typu brzusznego, która jest szczególnie wrażliwa na bodźce hormonalne,

• zmiany emocjonalne, które znacząco wpływają na jakość życia. Męska menopauza związana jest ze spadkiem poziomu androgenów, co oddziałuje na funkcjonowanie układu nerwowego i pojawienie się objawów psychicznych: lęku, nerwowości, rozdrażnienia, zachowań depresyjnych, przewlekłego zmęczenia i upośledzenia pamięci, a nierzadko także spadku samooceny,

• obniżenie popędu seksualnego, co budzi wiele negatywnych emocji, w tym m.in. niechęci, agresji i braku tolerancji,

• zaburzenia rytmu biologicznego, które pociągają za sobą zmiany emocjonalne, osłabienie sprawności intelektualnej, a także problemy z pamięcią i koncentracją.

Podczas męskiej menopauzy mogą pojawić się również takie dolegliwości jak spadek częstotliwości występowania wzwodów porannych, ginekomastia – nadmierne gromadzenie się tkanki tłuszczowej w piersiach, zmniejszenie owłosienia na ciele, zmniejszenie objętości jąder, obniżenie gęstości mineralnej kości, co prowadzi do patologicznych złamań, zmniejszenie masy mięśniowej, uderzenia gorąca.

Andropauza jest zjawiskiem związanym bezpośrednio z funkcjonowaniem układu hormonalnego. Stosunkowo często towarzyszy jej problem nadmiernego wypadania włosów. Jest to tzw. łysienie androgenowe, które objawia się utratą włosów na szczycie głowy i kątach czołowych. Jego przyczyną jest zbyt duża wrażliwość cebulek włosowych na nadmierną produkcję dihydrotestosteronu (DHT).

Leczenie klimakterium u mężczyzn podejmuje się jedynie wówczas, gdy zachodzą ku temu przesłanki. Do leczenia hormonalnego można zakwalifikować jedynie osoby, które spełniają określone kryteria hormonalne. Terapię należy podjąć wówczas, gdy występują objawy hipogonadyzmu, czyli zaburzenia wzwodu, zespół metaboliczny, osteoporoza, cukrzyca typu 2, przewlekłe zmęczenie, zaburzenia koncentracji znacznie utrudniające codzienne funkcjonowanie, depresja. Wówczas, gdy istnieje prawdopodobieństwo, że wyżej wymienione choroby związane są z andropauzą, to należy oznaczyć stężenie TT, LH i obliczyć wskaźnik niedoboru testosteronu, a także przeprowadzić badanie urologiczne. Niekiedy konieczne jest również wykonanie biopsji gruczołu krokowego (po konsultacji z urologiem).

Konieczność wdrożenia leczenia andropauzy zachodzi u mężczyzn, u których stężenie testosteronu wynosi < 8 nmol/l (2,3 ng/ml). Rozważyć je można również u mężczyzn, u których stężenie tego hormonu mieści się w granicach 8–12 nmol/l (2,3–3,46 ng/m). Przy czym w tym drugim przypadku zazwyczaj wdraża się leczenie próbne, które trwa ok. 3 miesięcy.

Podstawowe przeciwwskazania do leczenia andropauzy testosteronem to rak gruczołu krokowego, rak piersi, gruczolak stercza, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), zespół bezdechu sennego.

Leczenie testosteronem, przeprowadzane pod kontrolą i z zalecenia lekarza, jest bezpieczne. Jednakże wiąże się z ryzykiem wystąpienia skutków ubocznych, w tym zwłaszcza: nadmiernej tkliwości klatki piersiowej, wzrostu wartości hematokrytu i erytrocytów. Obecnie w Polsce dostępne preparaty z testosteronem do stosowania domięśniowego, doustnego i przezskórnego. Za najbezpieczniejsze uważa się preparaty przezskórne, które są dobrze tolerowane.

Mężczyźni, którzy nie kwalifikują się do hormonalnego leczenia andropauzy, powinni rozważyć stosowanie preparatów bez recepty. Tabletki na męską menopauzę w swoim składzie zazwyczaj mają zioła i substancje mineralno-witaminowe, w tym m.in.:

- olej z siemienia lnianego, który stanowi drogocenne źródło nasyconych kwasów tłuszczowych, które pozytywnie wpływają na stan prostaty,
- witaminę E, która sprzyja regeneracji komórek układu moczowo-płciowego,
- mangan, który sprzyja utrzymywaniu funkcji seksualnych,
- selen, który poprawia ruchliwość plemników,
- ashwagandhę, która znana jest także pod nazwą indyjski żeńszeń, sprzyja ona utrzymaniu płodności u mężczyzn,
- kurkumę, która ze względu na wysoką zawartość przeciwutleniaczy pozytywnie wpływa na funkcjonowanie męskiego układu płciowego.

ŚRODY z małopolskim NFZ

Szczepionki na infekcje. Zaszczep się w POZ lub aptece

Jesień i zima to okres zwiększonych zachorowań na choroby wirusowe – m.in. grypę i COVID-19. Przed ciężkim przebiegiem i powikłaniami infekcji chronią szczepienia. Szczepionki przeciwko grypie są bezpłatne dla dzieci, seniorów i kobiet w ciąży. Te przeciwko COVID-19 są bezpłatne dla wszystkich.

Grypa jest zakaźną chorobą wirusową, która łatwo rozprzestrzenia się m.in. drogą kropelkową oraz przez kontakt ze skażonymi powierzchniami. Szacuje się, że jeden chory zaraża średnio cztery osoby ze swojego bliskiego otoczenia. Najlepszą formą ochrony przed grypą są szczepienia. Zmniejszają ryzyko zachorowania, a jeśli do niego dojdzie – chronią przed ciężkim przebiegiem infekcji i powikłaniami, szczególnie groźnymi dla seniorów, osób przewlekle chorych czy kobiet w ciąży. Do powikłań grypy należą m.in. zapalenie płuc i oskrzeli, zapalenie ucha środkowego, zapalenie mięśnia sercowego i osierdzia oraz problemy neurologiczne.

Jesień to optymalny moment, by skorzystać z ochrony przed grypą. Sezon infekcyjny obejmuje jesień i zimę, szczyt zachorowań notuje się w pierwszym kwartale roku. W ostatnim sezonie infekcyjnym w szczytowym momencie – na przełomie stycznia i lutego br. – w ciągu tygodnia w Małopolsce odnotowano 18 tys. przypadków zachorowań.

Zaszczep się przeciwko grypie

Szczepienia przeciwko grypie są szczepieniami zalecanymi, refundowanymi przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Dla dzieci, seniorów 65+ i kobiet w ciąży szczepionka jest bezpłatna. Dorośli w wieku 18-64 lata płacą połowę jej ceny – resztę pokrywa NFZ. NFZ finansuje również podanie preparatu i kwalifikację do szczepienia.

Dzieci przeciwko grypie mogą zaszczepić się w przychodniach podstawowej opieki zdrowotnej, a dorośli także w aptekach. Receptę na szczepionkę może wystawić także farmaceuta. W całej Małopolsce aktualnie jest ponad 200 aptek, które wykonują szczepienia. Ich mapa jest dostępna w serwisie pacjent.gov.pl.

Dane Centrum e-Zdrowia pokazują, że w sezonie infekcyjnym 2025/2026 przeciwko grypie zaszczepiło się 2,3 mln Polaków.

W Małopolsce było to niemal 205 tys. osób, o blisko 45 tys. więcej niż sezon wcześniej. W tym roku od początku sezonu zabezpieczyło się przed grypą już ponad 124 tys. osób.

Biorąc pod uwagę wiek, najliczniejszą grupę osób objętych ochroną stanowili seniorzy. Blisko połowa Małopolan zaszczepionych w ostatnim sezonie infekcyjnym to osoby, które świętowały już 65. urodziny. Spośród wszystkich 205 tys. zaszczepionych niemal 37 tys. przyjęło preparat w aptece.

Bezpłatna szczepionka przeciwko COVID-19

W przychodniach i aptekach trwa również sezon szczepień przeciwko COVID-19. Szczepienia te są zalecane i bezpłatne. Podobnie jak w przypadku szczepień przeciwko grypie, dzieci przeciwko COVID-19 mogą zaszczepić się w placówkach POZ, a dorośli także w aptekach. Żeby skorzystać z takiej profilaktyki, wystarczy umówić się w wybranym punkcie szczepień – nie jest potrzebna recepta na preparat. Jak podkreślają lekarze, podczas takiej wizyty można przyjąć i szczepionkę przeciwko COVID-19, i jednocześnie tę chroniącą przed grypą.

Refundowane szczepienia dla dorosłych

Oprócz szczepionek przeciwko grypie i COVID-19, na liście leków refundowanych są także szczepionki przeciw pneumokokom, HPV, przeciw półpaścowi oraz RSV.

Szczepionka przeciwko pneumokokom jest refundowana w 100 procentach osobom w wieku 65+ ze zwiększonym ryzykiem choroby pneumokokowej.

Z refundowanych szczepień przeciwko półpaścowi mogą skorzystać osoby w wieku 65+ o zwiększonym ryzyku zachorowania na półpasiec (refundacja 100 procent) i osoby w wieku 18-64 lata o zwiększonym ryzyku zachorowania na półpasiec (refundacja 50 procent).

Z bezpłatnych szczepień przeciwko RSV mogą skorzystać kobiety w ciąży i osoby w wieku 65+. Osoby w wieku 60-64 lata mają prawo do 50-procentowej refundacji.

Dorośli mogą skorzystać też z 50 procentowej refundacji dwuwalentnej szczepionki przeciwko HPV.

eprasa.pl 2821d2dfc5

ALKOHOL I NOWOTWORY

Alarm WHO: lekarze ignorują bardzo ważny czynnik powstawania raka piersi

Emil Hoff

Picie alkoholu jest uznanym czynnikiem ryzyka raka piersi, ale lekarze rzadko pytają pacjentki o to, czy go spożywają – alarmuje Światowa Organizacji Zdrowia (WHO).

WHO uruchomiła specjalną nową platformę cyfrową z wbudowanym asystentem opartym na AI. Narzędzie to dostarcza pracownikom ochrony zdrowia niezbędnego wsparcia do prowadzenia z pacjentami rozmów na temat związku między spożywaniem alkoholu a ryzykiem zachorowania na nowotwory.

Alkohol karmi nowotwory, ale pacjenci o tym nie wiedzą

Alkohol przyczynia się do powstania co najmniej siedmiu rodzajów nowotworów, w tym raka piersi, a także chorób układu krążenia i wątroby. Mimo to wiele osób w regionie europejskim WHO wciąż nie zdaje sobie sprawy z tych zagrożeń.

Brak wiedzy jest szczególnie widoczny w przypadku raka piersi. W 14 krajach, w których WHO Europa przeprowadziła badania, zaledwie 15 procent respondentów wiedziało, że alkohol może przyczyniać się do rozwoju raka piersi. Wśród kobiet świadomość ta wynosiła jedynie 21 procent.

– Szkody wyrządzane przez alkohol nie są abstrakcyjne. Mogą to być choroby serca i wątroby. Może to być dziecko narażone na alkohol przed urodzeniem. Może to być lęk i depresja. A może to być kobieta, u której rozwinie się rak piersi, a która nigdy nie została poinformowana o ryzyku związanym z alkoholem – mówi dr Carina Ferreira-Borges, regionalna doradczyni WHO Europa ds. alkoholu. Jak przypomniała, badania przesiewowe i krótkie interwencje stanowią dla specjalistów praktyczne narzędzie pozwalające zidentyfikować ryzyko związane ze spożywaniem alkoholu, zanim pojawią się poważniejsze problemy.

Dlaczego lekarze nie pytają o alkohol?

Niestety, spożywanie alkoholu jest często tym modyfikowalnym czynnikiem ryzyka dla zdrowia, o którym pracownicy ochrony zdrowia rozmawiają z pacjentami najrzadziej – znacznie rzadziej niż o paleniu tytoniu, aktywności fizycznej czy sposobie odżywiania.

Specjalistom może brakować czasu, odpowiedniego przeszkolenia lub pewności siebie. Mogą nie wiedzieć, w jaki sposób poruszyć kwestię spożycia alkoholu, aby rozmówcy nie poczuli się oceniani.

Uruchomione przez WHO centrum ds. badań przesiewowych i krótkich interwencji w zakresie spożycia alkoholu (WHO Alcohol Screening and Brief Interventions Hub) gromadzi w jednym miejscu wiarygodne dane i praktyczne narzędzia, które są potrzebne do przeprowadzenia takiej rozmowy.

Dwa cenne narzędzia

1/ Pracownicy ochrony zdrowia mogą korzystać z kwestionariusza AUDIT – 10-punktowego narzędzia przesiewowego – aby ocenić poziom ryzyka związanego z piciem alkoholu u danej osoby.

2/ SBI Assistant, narzędzie oparte na sztucznej inteligencji, pomaga użytkownikom ustalić, jak rozpocząć rozmowę lub znaleźć odpowiednie materiały.

Stworzony przez WHO asystent udziela odpowiedzi wyłącznie na podstawie określonego zestawu dowodów naukowych oraz materiałów opracowanych przez organizację. Przy każdej odpowiedzi wskazuje źródło informacji i podpowiada, z jakiego narzędzia można skorzystać np. podczas konsultacji lekarskiej.

Źródło: PAP

PRZEPISY

Dobra wiadomość dla niepełnosprawnych. Ten obowiązek ma wreszcie zniknąć

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Otrzymanie karty parkingowej od lat wiąże się z formalnościami, które dla osób z niepełnosprawnościami są szczególnie uciążliwe. Jednym z największych problemów jest obowiązek osobistego złożenia wniosku. Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej zapowiada jednak zmiany, które mają uprościć całą procedurę.



FOT. MAŁGORZATA GENCA

Jak przekazała Monika Sikora, pełnomocnik rządu ds. osób niepełnosprawnych, prowadzone są prace nad zmianą przepisów, które mają zlikwidować obowiązek osobistego składania wniosków o wydanie karty parkingowej. W przyszłości dokument będzie można uzyskać także po przesłaniu wniosku pocztą lub przez upoważnioną osobę.

Osobiście trzeba złożyć wniosek, ale są wyjątki

Obecnie przepisy nie pozostawiają w tej kwestii dużej swobody. Osoba ubiegająca się o kartę parkingową musi co do zasady osobiście złożyć wniosek i podpisać go w obecności przewodniczącego powiatowego lub miejskiego zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności albo osoby przez niego upoważnionej. Nie ma możliwości, by formalności w jej imieniu załatwił pełnomocnik.

Od tej zasady przewidziano jedynie nieliczne wyjątki. W przypadku osób poniżej 18. roku życia lub całkowicie ubezwłasnowolnionych wniosek mogą złożyć rodzice albo opiekunowie prawni.

Z kolei osoby częściowo ubezwłasnowolnione mogą być reprezentowane przez ustanowionego przez sąd kuratora. Dla wszystkich pozostałych osób osobiste stawiennictwo pozostaje obowiązkowe.

O kartę parkingową mogą wnioskować osoby:

- u których stwierdzono znaczne ograniczone możliwości samodzielnego poruszania,
- posiadają odpowiednie wskazanie do wydania karty parkingowej uwzględnione w orzeczeniu o niepełnosprawności, stopniu niepełnosprawności lub o ulgach i uprawnieniach.

Osoby z niepełnosprawnością, które nie ukończyły 16 lat, a występują u nich znaczne ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się również mogą ubiegać się o taki dokument.

Samo orzeczenie o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności nie jest wystarczające. Musi zawierać ono także odpowiedni symbol, oznaczający przyczynę niepełnosprawności, np. 04-O (schorzenia dotyczące narządu wzroku), 05-R (upośledzenie narządu ruchu), 10-N (schorzenie neurologiczne). Brak wskazania do otrzymania karty parkingowe w orzeczeniu wyklucza uzyskanie dokumentu, który pozwala parkować na tzw. kopertach.

Karta parkingowa umożliwia nie tylko pozostawianie samochodu na tzw. kopertach, czyli specjalnie wyznaczonych miejscach postojowych dla osób z niepełnosprawnościami. Jej posiadacze mogą również, pod warunkiem zachowania szczególnej ostrożności, nie stosować się do wybranych znaków drogowych. Dotyczy to m.in. zakazu ruchu w obu kierunkach (B-1), zakazu wjazdu pojazdów silnikowych z wyjątkiem motocykli jednośladowych (B-3).

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

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

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

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

Matrymonialne

KAWALER lat 52, rencista, majętny, pozna pannę (studentkę) w wieku od 22 do 52 lat stanu wolnego. Adam z Oświęcimia. Tel. 732-799-854.

AUTOREKLAMA

aktualne z całej Polski przetargi

nasze komunikaty.pl

REKLAMA 0011604332

Komunikat
Wójta Gminy Rytro

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.),Wójt Gminy Rytro informuje, że od dnia 28 października 2026 r., na okres 21 dni, na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Rytro, na stronach internetowych urzędu oraz w Biuletynie Informacji Publicznej, zamieszczony zostanie wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Rytro, przeznaczonych do dzierżawy.

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

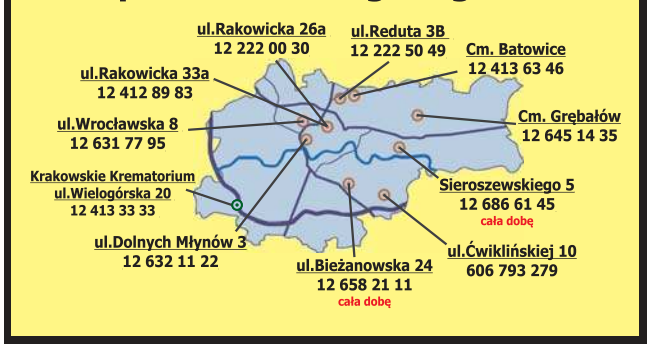
ibo.polskapress.pl

REKLAMA 0011589776

KARAWAN GRUPA FIRM POGRZEBOWYCH
TRADYCJE OD 1981 ROKU
www.karawan.pl

CAŁĄ DOBĘ
12 411 11 11
12 658 21 11
również w Niedziele i Święta

Kompleksowe Usługi Pogrzebowe



eprasa.pl 2821d2dfc5

HIPOKRATES 2026

LIDERZY RANKINGÓW

LEKARZ RODZINNY LUB POZ ROKU
1. **Wojciech Olczyk,** 5 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ, Kraków
2. **Hanna Łonak-Jarosz,** CenterMed Pułaskiego, Tarnów
3. **Karolina Knapik,** Centrum Medyczne, Wieliczka

PEDIATRA ROKU
1. **Marcin Kurdziel,** Szpital Miejski Specjalistyczny im. Gabriela Narutowicza, Kraków
2. **Aleksandra Florek,** Wiejski Ośrodek Zdrowia, Łęg Tarnowski
3. **Rafał Boczarski,** Szpital Specjalistyczny w Nowym Saczu im. J Śniadeckiego, Nowy Sącz

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU
1. **Anna Ptaszek,** Szpital Specjalistyczny im. Ludwika Rydygiera, Kraków
2. **Patrycja Dobrzańska,** Szpital św. Anny, Miechów
3. **Renata Piłka,** DPS, Olkusz

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU
1. **Łukasz Jarkowski,** Gabinet Stomatologiczny JarkowskiDENT, Chocznia
2. **dr n. med. Aleksandra Kalandyk-Konstanty,** Loftdent, Kraków
3. **Jacek Żurek,** Dr n. med. Jacek Żurek - Atelier Klinicznej Periodontologii, Olkusz

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU
1. **Beata Buszek,** Vivere Położna Środowiskowo-Rodzinna Beata Buszek, Chełmiec
2. **Joanna Kaja,** NZOZ Poradnia Medycyny Rodzinnej Łapanów, NZOZ Krzysztof Ptak, Gdów
3. **Alicja Miedzik,** Samodzielny Publiczny Miejski ZOZ, Bochnia

GINEKOLOG ROKU
1. **Thomas Tabaszewski,** Szpital Specjalistyczny im. Stefana Żeromskiego, Kraków
2. **Damian Kałuża,** 3Bell Opławski Centrum Medyczne, Kraków
3. **Lucyna Dynda,** NZOZ Marmed, Gorlice

CHIRURG ROKU
1. **dr n. med. Michał Tymowski,** Podhalański Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, Nowy Targ
2. **Maria Gołąb,** Szpital Wojewódzki im. św. Łukasza Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Tarnowie, Tarnów
3. **Jacek Tabor,** Centrum Medyczne LUX MED Kraków, Kraków

ORTOPEDA ROKU
1. **dr n. med. Łukasz Kawik,** Szpital Wojewódzki im. św. Łukasza, Tarnów
2. **Wojciech Chowaniec,** Podhalański Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, Nowy Targ
3. **Grzegorz Zawierucha,** Szpital Miejski Specjalistyczny im. Gabriela Narutowicza, Kraków

FIZJOTERAPEUTA/OSTEOPATA ROKU
1. **dr n. med. Łukasz Porębski,** Gabinety Lekarskie USG i Rehabilitacja, Kraków
2. **Maciej Walczewski,** Myślenice
3. **Natalia Szewczyk,** Fizjo-Progress, Kraków

KARDIOLOG ROKU
1. **Alina Łoboda,** ZZOZ, Wadowice
2. **dr n. med. Mariusz Kret,** Specjalistyczny Gabinet Lekarski, Tarnów
3. **Barbara Szlósarczyk,** Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, Kraków

UROLOG/NEFROLOG ROKU
1. **Małgorzata Pacuń,** Prywatna Praktyka Lekarska, Olkusz
2. **Jacek Kotuła,** ZOZ, Sucha Beskidzka
3. **Łukasz Curyło,** Szpital Miejski Specjalistyczny im. Gabriela Narutowicza, Kraków

OKULISTA ROKU
1. **Sylwia Kryla,** Centrum Medyczne PZU Zdrowie, Luxmed, Kraków
2. **Magdalena Adamczyk-Frystacka,** Oto Optyk, Wadowice
3. **Agnieszka Papierniak,** Gabinet Okulistyczny Agnieszka Papierniak, Nowy Sącz

DERMATOLOG ROKU
1. **Joanna Pac,** SPZOZ, Skała
2. **Karolina Polak-Kokoszka,** NOWOMED Specjalistyczne Centrum Medyczne, Kraków
3. **dr n. med. Katarzyna Galica,** Arte Medicina, Kraków

LARYNGOLOG ROKU
1. **dr n. med. Agnieszka Morawska-Wiatr,** UniCardia & UniMedica & UniEstetica Małopolskie Kliniki Specjalistyczne, Kraków
2. **Anna Olsza,** Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego, Chrzanów
3. **dr n. med. Klaudia Sowula-Musiał,** CM Gastromedica, Kraków

ANESTEZJOLOG ROKU
1. **Agnieszka Bara-Jaworska,** Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska, Kraków
2. **Dobrochna Jarosz,** Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska, Kraków
3. **Agata Bator,** Podhalański Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, Nowy Targ

NEUROLOG ROKU
1. **dr n. med. Lesław Typel,** SPZOZ, Skała
2. **Iwona Mazurkiewicz,** Szpital Uniwersytecki, Kraków
3. **Joanna Sobkowicz,** Gabinet Neurologiczny, Nowy Sącz

RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU
1. **Antoni Ogórek,** Szpital Powiatowy im. dr Tytusa Chałubińskiego, Zakopane
2. **Barbara Zajda,** Krakowskie Pogotowie Ratunkowe, Kraków
3. **Bartłomiej Ogórek,** SPZOZ, Myślenice

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU
1. **Łukasz Hońdo,** Szpital Uniwersytecki, Kraków
2. **Anna Rożek,** Apteka Pod Gwiazdą, Brzesko
3. **Aneta Kopczyńska,** Małopolski Szpital Chorób Płuc i Rehabilitacji im. Edmunda Wojtyły, Jaroszowiec

RADIOLOG/TECHNIK ELEKTRORADIOLOG ROKU
1. **Marta Ryciak-Perun,** Centrum Radioterapii AMETHYST, Kraków
2. **Paweł Matusik,** Polimedica, Kraków
3. **Maria Stanuch,** Stomatologia Giewont, Zakopane

ONKOLOG ROKU
1. **dr n. med. Joanna Streb,** SCM clinic, Kraków
2. **Maciej Lubaś,** Szpital Uniwersytecki, Kraków
3. **Jolanta Dobrzańska,** CM Dekerta, Kraków

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU
1. **Karolina Koczur,** Karolina Koczur Gabinet psychologiczny, Kraków
2. **Monika Wójcik-Przybyłowicz,** Ośrodek Profilaktyki Społecznej, Kraków
3. **Zofia Wróbel,** gabinet prywatny, Punkt Zmiany, Kraków

Pamiętasz z wizyty nie plombę, a człowieka

Stomatolodzy dbają o zdrowie naszej jamy ustnej, leczą zęby, wykonują zabiegi, pomagają... Stop, przecież to jest jasne! I tak z ręką na sercu: po latach pamiętasz z wizyty u dentysty plombę czy człowieka po drugiej stronie fotela? Specjalistę, którego cechuje nie tylko profesjonalizm, ale też cierpliwość i życzliwość. Lekarza, który pomaga pokonać lęk przed fotelem dentystycznym i wyjaśnia, co będzie robione, uśmierza strach dziecka. To wiedza specjalistów, ale także ich empatia i zaangażowanie mogą zmienić nie tylko przebieg leczenia, ale także całe nasze podejście do zdrowego i pięknego uśmiechu. Właśnie takich lekarzy, w tym dentystów, nominowaliście do wielkiego plebiscytu Medycznego Hipokrates 2026. - Wierzymy, że najlepszym głosem w tej sprawie są sami pacjenci. To oni wiedzą, komu zawdzięczają poczucie bezpieczeństwa i opiekę na najwyższym poziomie. Dlatego dziś kolejny raz możemy poznać bliżej lekarzy nominowanych do akcji - mówi dziennikarka Katarzyna Adamczyk.

Szczegółów szukajcie na: gazetakrakowska.pl/hipokrates

Tak wiele wiedzy, precyzji i odpowiedzialności wymaga każdy zabieg

Dla Łukasza Jarkowskiego (Gabinet Stomatologiczny JarkowskiDENT, Chocznia) wybór zawodu stomatologa był naturalnym połączeniem chęci niesienia pomocy innym z zainteresowaniem medycyną oraz zdolnościami manualnymi. W swojej pracy odnajduje to, co ceni sobie najbardziej: możliwość realnego wpływu na zdrowie i samopoczucie pacjentów. Każdego dnia pomaga im pozbywać się bólu, odzyskiwać zdrowy uśmiech oraz pewność siebie, a jednocześnie mierzy się z różnorodnymi wyzwaniami wymagającymi precyzji, dokładności i indywidualnego podejścia. - Pacjenci często nie dostrzegają, jak wiele wiedzy, precyzji i odpowiedzialności wymaga każdy zabieg stomatologiczny - zarówno ten pozornie prosty jak i ten skomplikowany. Praca ta wymaga dużej koncentracji, sprawności manualnej i umiejętności radzenia sobie ze stresem związanym m.in z możliwością wystąpienia nagłego zaostrzenia się chorób ogólnych pacjenta - mówi. Satysfakcję sprawia mu rozwijanie swoich umiejętności, poznawanie nowych metod leczenia i dążenie do tego, aby każdemu pacjentowi zapewnić opiekę na jak najwyższym poziomie. - Staram się dawać pacjentom poczucie bezpieczeństwa, aby podjęli próbę walki o swoje zdrowie i tzw. zdrowy uśmiech - podkreśla.



Stomatologia była idealnym połączeniem wyznawanych wartości

Jej podejście do zawodu pokazuje, że stomatologia to znacznie więcej niż leczenie zębów. To wymagająca dziedzina medycyny, w której specjalistyczna wiedza łączy się z odpowiedzialnością, empatią i autentyczną troską o drugiego człowieka. Dzięki temu pacjenci mogą liczyć nie tylko na profesjonalną opiekę, ale także na wsparcie i poczucie bezpieczeństwa na każdym etapie leczenia. - Wybierając swoją drogę zawodową, wiedziałam, że chcę być kobietą niezależną, samodzielną i mieć w ręku konkretny fach, który da mi poczucie bezpieczeństwa i pozwoli odnaleźć się w każdej sytuacji życiowej. Zależało mi również na tym, aby moja praca miała realne znaczenie dla innych ludzi. Stomatologia okazała się idealnym połączeniem tych wartości. To zawód, który daje ogromne możliwości rozwoju, ale jednocześnie wymaga odpowiedzialności, precyzji i ciągłego doskonalenia swoich umiejętności. Dziś wiem, że był to bardzo dobry wybór - mówi dr n. med. Aleksandra Kalandyk-Konstanty (Loftdent, Kraków). Największą satysfakcję przynosi jej zaufanie, jakim obdarzają ją pacjenci. Szczególnie cenne są sytuacje, gdy osoby, którym pomogła, wracają do niej i zostają na lata.



PSYCHIATRA ROKU
1. **Katarzyna Janusz-Dziurdzik,** Barska Clinic, Nowy Sącz
2. **Agnieszka Widera,** Centrum Zdrowia Psychicznego, Zakopane
3. **Maciej Jachymiak,** Zespół Leczenia Środowiskowego, Nowy Targ

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU
1. **Agnieszka Pawlik,** Jagiellońskie Centrum Medyczne, Kraków
2. **Anna Tylek,** Szpital Miejski Specjalistyczny im. Gabriela Narutowicza, Kraków
3. **Marcin Jędrychowski,** Szpital Uniwersytecki, Kraków

PARTNER GŁÓWNY PLEBISCYTU
synoptis pharma
PARTNER REGIONALNY PLEBISCYTU
MAŁOPOLSKA DBA O ZDROWIE

PATRON HONOROWY:
Łukasz Smółka Marszałek Województwa Małopolskiego

eprasa.pl 2821d2dfc5

PLEBISCYT EDUKACYJNY 2026

Są z uczniami w latach, gdy są jak młode ptaki i rozwijają skrzydła

Przygotowują do matury, uczą zawodu. Pomagają odkrywać zainteresowania i podejmować decyzje, które decydują o przyszłości. Potrafią zarazić pasją do swojego przedmiotu, zachęcić do wysiłku i dodać odwagi. Dziś bliżej przedstawiamy nauczycieli szkół ponadpodstawowych.

To właśnie w liceach, technikach i szkołach branżowych młodzi ludzie zaczynają budować podwaliny pod swoją dalszą edukację i przyszłą karierę. Belfrom takiego poszukującego młodego człowieka przydają się jednak nie tylko wiedza i doświadczenie, ale też cierpliwość, poczucie humoru i zwyczajna życzliwość. Nauczyciele szkół ponadpodstawowych mają różne specjalizacje, doświadczenia i sposoby pracy, ale wszyscy na co dzień spotykają się właśnie z młodymi ludźmi, którzy powoli wkraczają w dorosłość i potrzebują jeszcze nie tylko tych, którzy tłumaczą świat, ale i czynią go łatwiejszym do zniesienia. Wielu z nas nawet po latach pamięta nauczyciela, który w ciekawy sposób prowadził lekcje, pomógł rozwinąć talent albo uwierzył w nas wtedy, gdy sami mieliśmy jeszcze wątpliwości. - Za takimi wspomnieniami stoją konkretni ludzie, którzy każdego dnia wchodzą do swoich klas z nowymi pomysłami, energią i zaangażowaniem, by rozpalić w uczniach pasję. Ale co sprawiło, że sami wybrali ten zawód? Co najbardziej lubią w swojej pracy, co daje im satysfakcję i czym zajmują się po szkolnym dzwonku? O to zapytaliśmy uczestników tegorocznego wielkiego Plebiscytu Edukacyjnego -mówi Katarzyna Adamczyk, która opiekuje się tą akcją od strony redakcyjnej.
Poznajmy więc historie, zainteresowania i pasje kolejnych nauczycieli. Możecie o nich poczytać również na naszej stronie.

Więcej o akcji na: gazetakrakowskapl/nauczyciel

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

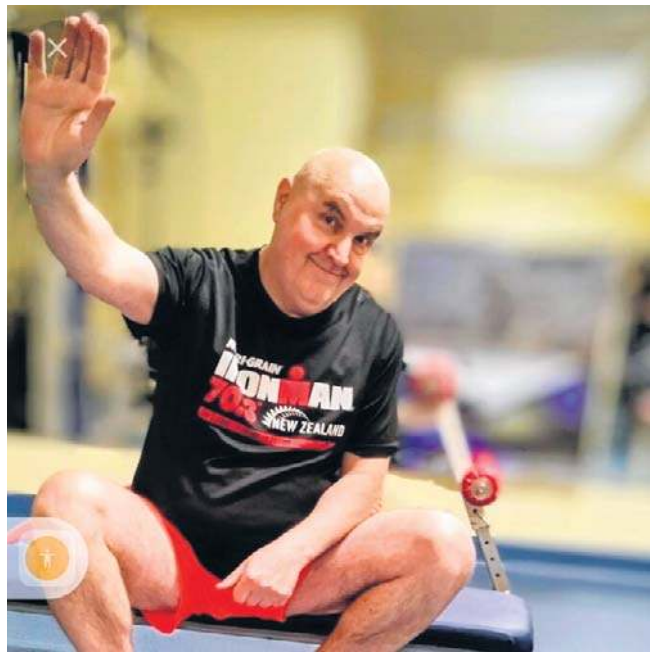
Nauczycielstwo ma po prostu w genach



- Nauczycielstwo mam po prostu w genach. Moi rodzice oraz brat również wykonują ten zawód, więc tradycje pedagogiczne towarzyszyły mi od dziecka. Pierwsze myśli o pójściu w ich ślady pojawiły się w szkole średniej, kiedy zacząłem dostrzegać, jak wielki i pozytywny wpływ można mieć na młodych ludzi. Wybór tej drogi był świadomy. Uwielbiam dynamiczne środowisko pracy, bezpośredni kontakt z młodzieżą i przebywanie wśród ludzi. To praca, która wymaga pasji, ale daje w zamian ogromną satysfakcję - mówi Marcin Kowalczyk (Zespół Szkół Mechanicznych nr 1 im. Szczepana Humberta, Kraków). Największą satysfakcję w pracy nauczyciela przynoszą mu sukcesy jego uczniów - zarówno te duże, jak zdobywanie podium w ogólnopolskich konkursach i zawodach branżowych, jak i te codzienne, kiedy widzi, jak pokonują własne trudności i rozwijają skrzydła. Uważa, że praca z młodzieżą ma w sobie niesamowitą dynamikę; ich energia, dociekliwość i pasja stanowią dla niego nieustanną motywację. To, co po latach nadal podtrzymuje jego zaangażowanie, to również fakt, że rola nauczyciela wymaga stałego rozwoju.

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

Uczniowie doceniają go, pamiętają i lubią



Dlaczego zdecydował się zostać nauczycielem? Kiedy narodził się ten pomysł? Może ktoś był dla niego inspiracją lub zachęcił do wyboru tej drogi zawodowej? - Pomysł narodził się, gdy odbywałem zasadniczą służbę wojskową w stanie wojennym - wspomina Adam Trepiak (Powiatowe Centrum Kształcenia Technicznego i Branżowego, Oświęcim). Będąc wojsku zrozumiał, że może przekazać wiedzę uczniom, będąc nauczycielem, wtedy przysposobienia obronnego. - W drugim roku służby wojskowej zdawałem egzaminy do WSP w Krakowie i zostałem przyjęty na kierunek wychowanie obronne. Z wojska wyszedłem końcem września i od razu rozpocząłem naukę na WSP w Krakowie. Tak, że do chwili obecnej uczę EDB i WF, studia podyplomowe AWF Katowice - przekazuje. Ponadto 11 razy uczestniczył w obozach przysposobienia obronnego. Co daje mu największą satysfakcję w pracy nauczyciela? - Zadowolenie oraz to, że uczniowie doceniają, pamiętają i lubią mnie jako nauczyciela - mówi. Jego czas wolny zajmuje siłownia, rower, modelarstwo, a także spacery.

LIDERZY RANKINGÓW

Oto lista nauczycieli, którzy od początku głosowania do wtorku do godz. 9 zdobyli najwięcej głosów wśród liderów z powiatów oraz lista liderów głosowania na dyrektorów, nauczycieli akademickich, logopedów i placówki edukacyjne.

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Małgorzata Kuś,** Przedszkole Samorządowe nr 11 im. Misia Uszatka, Kraków
2. **Anna Lupa,** Niepubliczne Domowe Przedszkole Integracyjne, Nowy Sącz
3. **Paola Łysoń,** Niepubliczne Przedszkole Językowe Dzieci Świata, Andrychów

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

1. **Agnieszka Dykas,** Szkoła Podstawowa nr 14 im. Heleny Modrzejewskiej, Kraków
2. **Beata Skamaj,** Szkoła Podstawowa nr 3 im. Klementyny Tańskiej-Hoffmanowej, Oświęcim
3. **Magdalena Muzyka,** Szkoła Podstawowa im. Polskich Noblistów, Bobrowniki Wielkie

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

1. **Tomasz Łysak,** Szkoła Podstawowa nr 31 im. dr. H. Jordana, Kraków
2. **Filip Płoskonka,** Szkoła Podstawowa im. św. brata Alberta, Czechówka
3. **Edyta Tarnawska,** Szkoła Podstawowa im. Stanisława Wyspiańskiego, Bibice

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Marcin Kowalczyk,** Zespół Szkół Mechanicznych nr 1 im. Szczepana Humberta, Kraków
2. **Adam Trepiak,** Powiatowe Centrum Kształcenia Technicznego i Branżowego, Oświęcim
3. **Maria Borek,** Zespół Szkół im. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego, Dąbrowa Tarnowska

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **Tomasz Kuta,** Politechnika Krakowska im. Tadeusza Kościuszki, Kraków
2. **Bernadeta Cich,** Uniwersytet Papieski Jana Pawła II, Kraków
3. **Krzysztof Wielgus,** Politechnika Krakowska im. Tadeusza Kościuszki, Kraków

DYREKTOR SZKOŁY LUB PRZEDSZKOLA

1. **Alicja Antosik,** Publiczna Katolicka Szkoła Podstawowa im. św. Jana Pawła II, Zakopane
2. **Natalia Dorula-Janus,** Szkoła Podstawowa im. św. Jana Pawła II, Chomranice
3. **Iwona Doniek,** Szkoła Podstawowa nr 2 Im.Błogosławionej Salomei, Skała

PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

1. **Sylwia Janik,** Zespół Szkół Techniczno - Ekonomicznych, Skawina
2. **Agnieszka Ćwiklik,** Szkoła Podstawowa nr 2 im. Tadeusza Kościuszki, Wieliczka
3. **Bogusława Kocięga,** Szkoła Podstawowa im. Michaliny Stasiukowej, Ochojno

LOGOPEDA ROKU

1. **Halina Szopa,** Logos Centrum Terapii Mowy, Kraków
2. **Joanna Olszewska,** Prywatne Przedszkole nr 9 Ognisko Językowo-Artystyczne, Kraków
3. **Magdalena Michalik,** Gabinet Logopedyczny U Pani Madzi, Kraków

PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Samorządowe Przedszkole,** Łącko, Łącko 445
2. **Przedszkole Niepubliczne Kiddie City,** Kraków, Opolska 112
3. **Juniors Academy,** Nowy Sącz, Borelowskiego 22

SZKOŁA ROKU

1. **Publiczna Katolicka Szkoła Podstawowa im. św. Jana Pawła II,** Zakopane, Kościeliska 47A
2. **Szkoła Podstawowa nr 1 im. Królowej Jadwigi,** Oświęcim, Królowej Jadwigi 12
3. **Społeczna Szkoła Podstawowa nr 7,** Kraków, Stanisława ze Skalbmierza 7

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **Szkoła Językowa Yes I Can,** Chrzanów, Oświęcimska 73
2. **Firma Lingwistyczna Prospekt,** Limanowa, Zielona 15
3. **ProfiLingua Szkoła Języków Obcych,** Kraków, Podwale 6

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na: www.gazetakrakowskapl/nauczyciel

eprasa.pl 2821d2dfc5

PROGRAMOWO

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Krystyna martwi się o Tomka. Daria i Krzysztof zamieszkali razem i obojgu jest dobrze. Jedna z pielęgniarek zgłasza Gośce, że Sara ją okradła. Monitoring nie pozostawia wątpliwości. Gośka zmierza oddać pieniądze za nią, ale coś w niej pęka. Tego dnia ma odbyć się komisja mobbingowa, Rogowski nieopatrznie mówi o tym Krzysztofowi i Darii, którzy nie mieli o tym pojęcia. Na SOR trafia kobieta w 36 tygodniu ciąży, która zemdlała w domu. Wymaga intubacji, jest nieprzytomna. Dochodzi do zatrzymania krążenia, stan pacjentki jest krytyczny. Dr Bursztyn wykonuje cesarskie cięcie. Krzysztof chce porozmawiać z synem, uwierzył w oskarżenia wobec niego. Adrian daje znać matce, że urodził jej się wnuk. Chce spotkać się z Sabiną.

G. 16:55

Gliniarze Śląsk

Polsat

Pod wiaduktem kolejowym został brutalnie zamordowany 16-letni kieszonkowiec. Gutek i Kowalski rozpoczynają śledztwo, które prowadzi ich do rodzinnej szajki złodziei na terenie Chorzowa. Głównym podejrzanym staje się ojciec ofiary – recydywista. Okazuje się jednak, że chłopak prowadził podwójne życie, a jego śmierć może mieć związek z nieudanym skokiem, zemstą i romansem z dziewczyną z bogatego domu. Finał śledztwa przynosi tragiczne konsekwencje. Równolegle Gutek dotrzymuje obietnicy i pomaga Kowalskiemu w polowaniu na Mitręgę. Jednocześnie Gutek próbuje poradzić sobie z narastającym konfliktem z synem Dawidem, który po wyroku sądu wciąż nie potrafi zaakceptować konsekwencji własnych decyzji.



G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Hubert w kompletnej tajemnicy przed Pauliną szykuje wypasioną podróż poślubną – oczywiście na możliwości swojego budżetu. Tymczasem Paulinę odwiedza była żona Huberta. Czy to, z czym przychodzi, pokrzyżuje plany nowożeńców? Odpowiedź wcale nie jest jednoznaczna... Z kolei Kacper składa Julce propozycję na wspólny wypad. To, czego nie wie, to że to samo popołudnie zaplanował już dla niej Paweł... Gdy panowie orientują się w sytuacji, żaden z nich nie chce być kulturalnym dżentelmenem i odpuścić. Przeciwnie, zaczyna się „walka kogutów" o pierwszeństwo! Tego Julka jednak ma dość i każe im się wreszcie dogadać. Czy to się uda? Emilka zapewnia Bartka, że cieszy się jego szczęściem. Prawda jest zgoła inna: wciąż nie może się pogodzić z utratą. Gdy Ilona próbuje nawiązać z nią relację, traci cierpliwość i wygarnia rywalce, co o niej myśli.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



Lew spotyka w szpitalu Grega – Kalski zamierza wykorzystać urlop i... wrócić do pracy! Nalepa nie wytrzymuje... W tym czasie Roztocka jedzie do Eweliny, która wróciła do męża-potwora. Błaga ją, żeby ratowała siebie i córkę! Kobiety nakrywa wracający Greg. Siłą odciąga Weronikę od żony i grozi Roztockiej... śmiercią! Z kolei Judyta spędza kolejną noc z Fabianem – szczęśliwa oznajmia mu, że zarząd telewizji właśnie zatwierdził jej program! Gdy Bradecka idzie pod prysznic, Krawiec widzi w jej telefonie powiadomienie o terminie chemioterapii jej synka. Fabian alarmuje szefa – Judyta nie da rady uciągnąć nowego projektu, bo jej syn ma białaczkę! Gwiazdor jako prowadzącego proponuje siebie – w duecie z... Martą! Kajtek martwi się o sąsiadkę, którą wczoraj napadł „czyściciel" mieszkań – ale obiecał pani Janinie, że nikomu o tym nie powie. Chłopak sprytnie podpytuje rodziców, czy można kupić połowę mieszkania, w którymś ktoś żyje... Jakiś czas później Monika widzi jak sąsiadka przegania jakiegoś mężczyznę – nie wie, że ten zaproponował Janinie odkupienie jej połowy mieszkania za jakieś grosze!



G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Gloria z Begerem wciąż ukrywają przed wszystkimi z pracy, że na nowo są parą. Łatwo nie jest... Z kolei Maria jedzie do Krakowa, gdzie spotyka się z dawną koleżanką ze szpitala – pielęgniarką Teresą. Kobieta może jej pomóc w walce z Jakubem Dobrym. Na kolejnym dyżurze pacjentem Julki zostaje młody sprinter – nastolatek, który zemdlał podczas treningu. Gdy chłopiec przechodzi w szpitalu badania, jego serce nagle staje, a jego matka, będąca w zaawansowanej ciąży, traci w dodatku wody płodowe. Gdy doktor Zawada stawia w końcu diagnozę, okazuje się, że medycznej pomocy wymaga także ojciec młodego pacjenta. Tymczasem Blanka wciąż rozpacza po zniknięciu córki, a szalona porywaczka – Zuza – gromadzi pieniądze na ucieczkę z kraju, gotowa do wyjazdu. Mała Nina zaczyna jednak nagle poważnie chorować...

eprasa.pl 2821d2dfc5

KRZYŻÓWKA NR 167

Poziomo:

3) rysunkowy lub mieszkalny,
6) informacje w komputerze,
11) przemawia pięknym językiem,
12) mocne, ciemne piwo,
13) paraliżuje przed publicznym występem,
14) kobiecy powab i wdzięk,
15) krzykliwy ptak nadmorski,
16) dawna złota moneta wenecka,
17) jednostka administracyjna w Szwajcarii,
18) solenizantka z 25 sierpnia,
19) cieplny lub słoneczny,
21) wojskowy traktat północnoatlantycki,
23) David, aktor z serialu „Kryminalne zagadki Miami”,
26) Salvador, hiszpański malarz, surrealista,
27) Gall, autor „Kroniki polskiej”,
30) prezenterka programu „Nasz nowy dom”,
31) pieszczotliwie o małym burku,
34) Nicole, zagrała główną rolę w filmie „Australia”,
38) tajne sprzysiężenie, zmowa,
39) poręczyciel pożyczki, gwarant,
40) oficerska w polskiej armii,
41) … Cyms, polski piosenkarz i autor tekstów,
42) element elektroniczny z trzema elektrodami.

Pionowo:

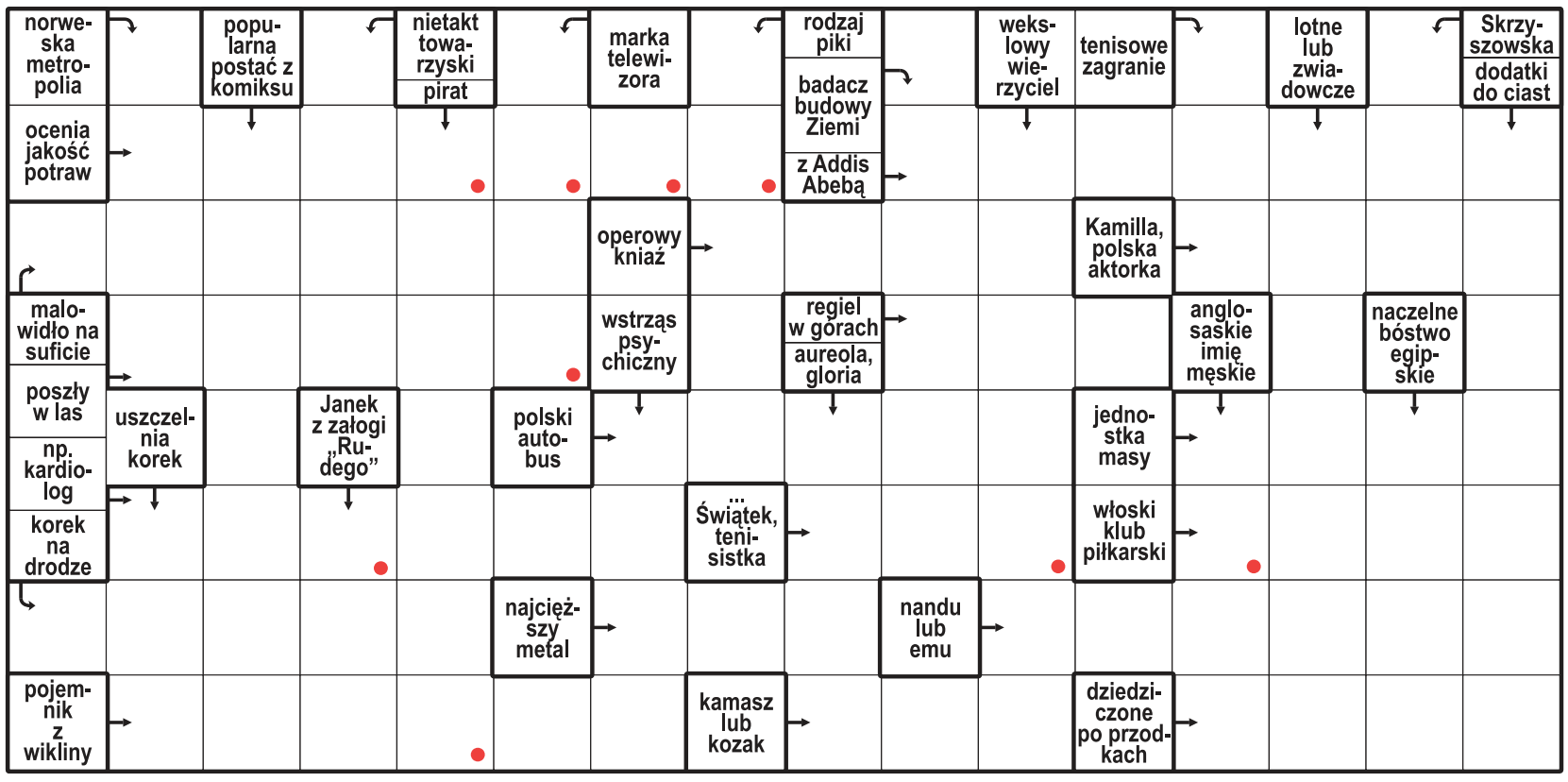
1) mały chłopiec, szkrab,
2) rzadkie imię męskie,
3) przeciwnik Juliusza Cezara,
4) twarda podstawa, fundament,
5) wpleciona w warkoczyk,
6) wiara w złe duchy, diabliczność,
7) scena dla iluzjonisty i klauna,
8) wzorzec jednostki miary,
9) jednostka wojskowa w starożytnym Rzymie,
10) stan odrętwienia, zobojętnienie,
20) zakres działania, dziedzina,
22) pilnik o grubych nacięciach,
24) przyrząd do wykonywania ćwiczeń siłowych,
25) Jan, trener polskiej reprezentacji w piłce nożnej,
28) wyborczy lub elektryczny,
29) niewielka przyczyna pożaru,
31) film w reżyserii Krystyny Jandy,
32) epos Homera o wojnie trojańskiej,
33) ciężka praca, harówka,
35) Jan … Sztaudynger, fraszkopisarz,
36) Karol, śląski działacz narodowy,
37) przyroda oraz zachodzące w niej zjawiska i procesy.

AUTOPROMOCJA 0110990500
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 12 312 53 88

ROZWIĄZANIE NR 166

R	■	C	■	T	R	A	P	■	■	S	A	N	D	■	I	■	B
O	Ż	Y	N	A	■	T	O	S	T	E	R	■	R	U	G	I	A
Z	■	T	■	B	I	E	G	■	■	R	E	G	A	■	N	■	S
B	U	R	K	A	■	S	Ł	U	P	E	K	■	P	Ł	A	C	Z
Ó	■	Y	■	K	A	T	O	■	■	N	A	W	A	■	C	■	T
J	A	N	T	A	R	■	S	U	M	A	■	A	K	C	Y	Z	A
■	L	■	U	■	K	■	K	■	■	D	■	C	■	U	■	B	■
A	U	S	T	R	A	L	I	A	Ż	A	C	H	O	D	N	I	A
■	M	■	K	■	D							T	■	A	■	Ó	■
G	N	I	A	D	Y							A	N	K	A	R	A
Ą	■	M	■	A	■							■	I	■	B	■	B
S	O	B	O	L	E							W	E	R	S	J	A
Z	■	R	■	L	■							■	C	■	U	■	Ż
C	H	Y	B	A	■							■	K	O	R	F	U
Z	■	K	■	S	T	R	Z	Y	K	A	W	K	A	■	D	■	R

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



Litery z pól oznaczonych kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

ROZWIĄZANIE: KOSZYKARZ.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj odważnie, ale nie pod wpływem emocji. Horoskop dzienny mówi, że ktoś miło Cię zaskoczy.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokojny dzień sprzyja rozmowom i planom. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać intuicji.

Baran (21.03 - 19.04)
Czeka Cię ciekawa wiadomość i nowe możliwości. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na ludzi.

Byk (20.04 - 20.05)
Zadbaj o odpoczynek i bliskich. Horoskop dzienny zapowiada, że szczera rozmowa rozwieje wątpliwości.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi pamiętać o potrzebach innych ludzi.

Rak (22.06 - 22.07)
Dobra organizacja pomoże Ci osiągnąć cel. Horoskop dzienny na środę mówi, że ucieszy to nie tylko Ciebie.

Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia wróci do Twoich relacji. Horoskop dzienny podpowiada, by nie bać się wyrażać uczuć.

Panna (23.08 - 22.09)
Odkryjesz coś ważnego. Horoskop na dziś sugeruje nie zdradzać jednak wszystkich swoich planów.

Waga (23.09 - 22.10)
Energia sprzyja przygodom i nowym znajomościom. Horoskop dzienny na środę radzi nie bać się zmian.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by znaleźć też chwilę dla siebie i bliskich.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Uda Ci się zrealizować wszystkie zaplanowane zadania. Horoskop na dziś mówi, że postanowisz to uczcić.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Twoje propozycje będą padać na podatny grunt. Horoskop dzienny na środę zapowiada udany dzień.

eprasa.pl 2821d2dfc5

PIŁKA NOŻNA

Złota Piłka dla Anglika. Wielki sukces także Polki

– Pracuj ciężko w ciszy. Niech sukces będzie twoim hałasem – napisał Harry Kane po zdobyciu debiutanckiej Złotej Piłki. Wśród kobiet o najbardziej prestiżową nagrodę otarła się Ewa Pajor. Nasza rodaczka zajęła drugie miejsce

Jacek Czaplewski

Za nami jubileuszowa gala Złotej Piłki. Pierwszy raz trofeum przyznano w 1956 roku. Triumfował wówczas Anglik Stanley Matthews. Właśnie z tego powodu tegoroczna ceremonia odbyła się nie w Paryżu – jak w ostatnich latach – lecz w Londynie. Czyli tam, gdzie wszystko się zaczęło. I wygrał też Anglik, który był faworytem bukmacherów; choć nie ekspertów mocno tym razem podzielonych.

Organizatorzy zaliczyli zresztą wizerunkową wpadkę, obwieszczając na stronie trzech laureatów. Teksty z Kylianem Mbappe i Laminem Yamalem zniknęły. Ten z Harrym Kane'em wrócił tuż po oficjalnym werdykcie, który legendarny brazylijski Ronaldo ogłosił tuż przed północą polskiego czasu. Gdyż tak długo zajęło bowiem wręczenie wszystkich trzynastu nagród. Kane odebrał w sumie dwie statuetki, bo uznano go także najlepszym napastnikiem.

W przypadku Złotej Piłki, organizowanej przez francuski magazyn „France Football" i europejską federację UEFA, zdecydowały głosy dziennikarzy z całego świata. Polskę reprezentował Maciej Iwański z redakcji TVP Sport. On i pozostałych 99 jurorów musiało zagłosować na dziesięciu spośród trzydziestu nominowanych. Ocenianych nie za rok kalendarzowy, ale do czerwcowych mistrzostw świata włącznie. Szczegółową punktację, czyli kto jak na kogo głosował, poznamy w weekend.

Wiemy zatem, że wygrał Harry Kane, ale nie wiem, z jaką przewagą. 33-latek grający dla niemieckiego Bayernu Monachium na podium wyprzedził Kyliana Mbappe i trzeciego Lamine'a Yamala. Dopiero siódme miejsce zajął triumfator ubiegłej edycji, Ousmane Dembele. Piąty był Leo Messi, który z ośmioma zwycięstwami pozostaje rekordzistą tej nagrody. Poza trzydziestką nominowanych znaleźli się natomiast Robert Lewandowski i Cristiano Ronaldo. – Brakuje mi słów. Dziękuję wszystkim, którzy na mnie głosowali. Domyślam się, że w tym roku wybór nie był łatwy – wyznał Kane, dziękując bliskim z rodziny i drużyny, w tym przebywającemu w szpitalu trenerowi Vincentowi Kompany'emu, który kilka dni wcześniej zasłabł podczas treningu.



FOT. PAP/EPA

Alexia Puttellas i Harry Kane zdobywcami Złotych Piłek. Gala w tym roku odbyła się w Londynie

Za co doceniono Kane'a? Złośliwi stwierdzą, że za sezon w Bayernie, a przecież podobnych Lewandowski zaliczył tam co najmniej kilka. Anglikowi nie udało się zdobyć Ligi Mistrzów ani tytułu mistrza świata, ale indywidualnie był nie do zatrzymania, o czym świadczą aż 73 strzelone gole w 65 występach dla klubu i kadry. To pierwszy „angielski" triumf w Złotej Piłce od 2001 roku, gdy wyróżniono Michaela Owena. Jeszcze dłużej czekał Bayern, bo od 1981 roku, kiedy Karl-Heinz Rummenigge zwyciężył trzeci raz z rzędu. Dla Kane'a, w dowód uznania, na złoto podświetlono w poniedziałek Allianz Arenę.

My też mieliśmy podczas ostatniej gali wielki powód do dumy. 29-letnia Ewa Pajor pierwszy raz w karierze zajęła drugie miejsce, dorównując sukcesowi Lewandowskiego z 2021 roku. On wtedy przegrał z Messim, ona teraz tylko ze swoją niedawną koleżanką z Barcelony Alexią Puttellas. Wspólnie świętowały mistrzostwo Hiszpanii, puchar kraju i Superpuchar, a także wygranie Ligi Mistrzyń, w której nasza rodaczka została królową strzelczyń i najlepszą zawodniczką samego finału. Wkrótce przed nią kolejne wyzwanie – 1 grudnia zagra z reprezentacją Polski w II rundzie baraży o mistrzostwa świata.

Podczas tegorocznej gali Złotej Piłki wręczono także nagrody w innych kategoriach. Najlepszym bramkarzem uznano Unaia Simona z Athletic Bilbao. Najlepszym młodym piłkarzem został ponownie Lamine Yamal z FC Barcelony. Tytuł najlepszego trenera powędrował natomiast do selekcjonera reprezentacji Hiszpanii Luisa de la Fuente w dowód uznania za zdobycie mistrzostwa świata od razu po mistrzostwie Europy. Najlepszym klubem okazało się PSG. ©℗

PIŁKARSKI PUCHAR POLSKI

„Słonie" wdarły się do 1/8 finału

Piotr Pietras

Bruk-Bet Termalica w meczu 1/16 finału Pucharu Polski, rozegranym na stadionie Wdy Świecie pokonała Olimpię i awansowała do 1/8 finału PP.

Olimpia Grudziądz	0
Bruk-Bet Termalica	1 (1)

Bramka: 0:1 Kubica 90+3.
Olimpia: Jerke - Brzęk, Stolc, Zbiciak [87], Abramowicz - Frelek, Stec (73 Fietz), Cichoń (89 Wichtowski), Wilak (59 Olejarka) - Siemaszko (73 Bałdyga), Jastrzembski (73 Szafranek).
Bruk-Bet Termalica: Topór - Zarówny, Synoś, Masoero, Kozik - Jaroszewski, Olejnik (46 Kurzawa), Kubica, Dąbrowski (67 Drąg) - Jakubik (41 Sławiński), Durdov.
Sędziował: Tomasz Marciniak (Płock).
Widzów: 150.

Niecieczanie niezbyt miło wspominają konfrontacje z klubem z Grudziądza. Przypomnijmy bowiem, że 13 lat temu to właśnie zespół Olimpii, na boisku w Niecieczy w doliczonym czasie gry, odebrał „Słoniom" pierwszy, upragniony awans do ekstraklasy.



FOT. TOMASZ MADEJSKI/BRUK-BET TERMALICA

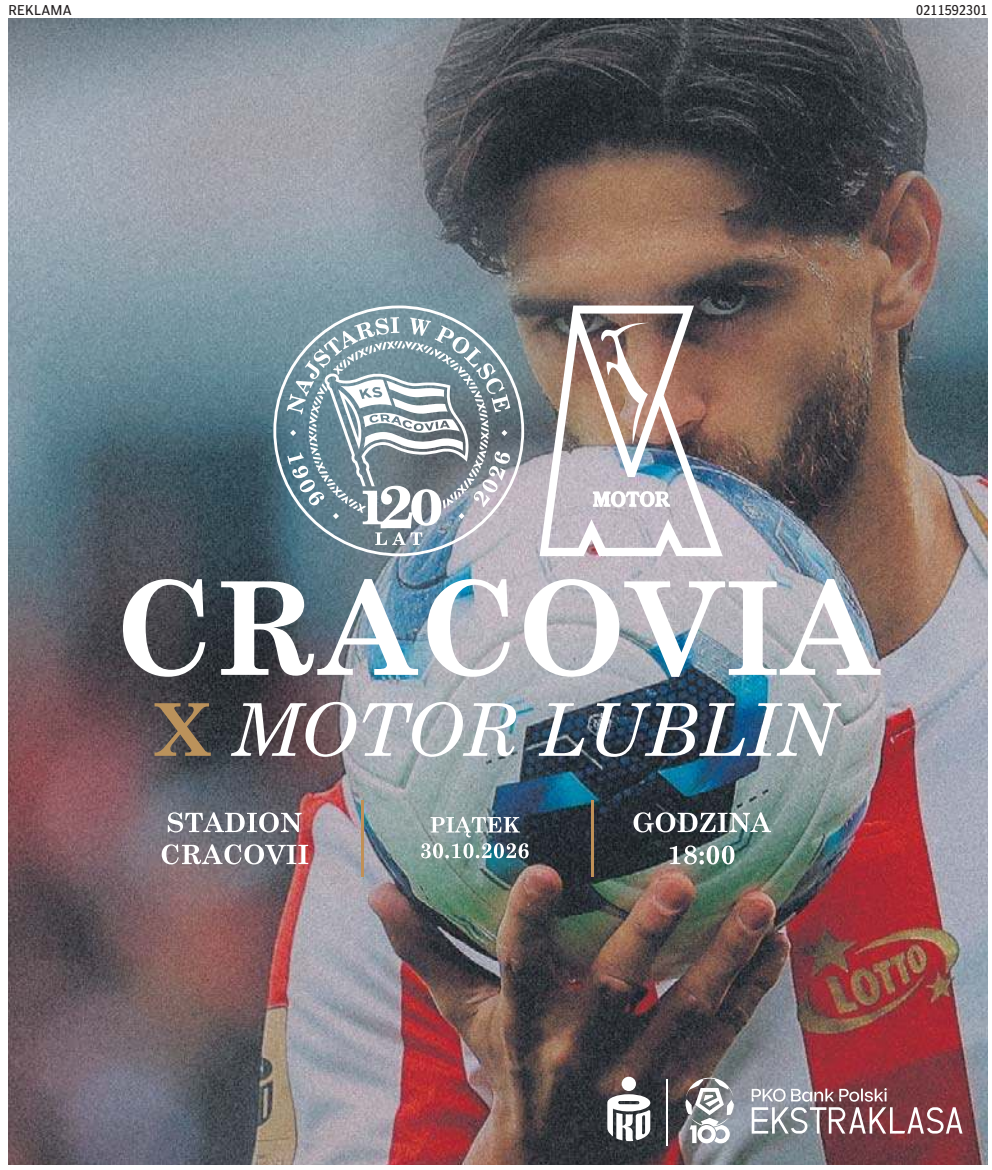
Bruk-Bet miał ciężką przeprawę z II-ligowcem

Wtorkowy rywal Bruk-Betu Termaliki do spotkania z Niecieczanami przystąpił mocno podbudowany II-ligowym, wyjazdowym zwycięstwem z Hutnikiem Kraków. Z kolei drużyna z Małopolski w Świeciu chciała się odbudować po sobotniej porażce w Gdyni.

W pierwszej połowie Niecieczanom niezbyt to się udawało, gdyż zdecydowanie korzystniej prezentował się zespół z Grudziądza, którzy niemal cały czas niepokoił defensywę Bruk-Betu Termaliki. Najbliższy szczęścia w tej części gry dwukrotnie był Filip Wilak, który w 18 min trafił piłką w poprzeczkę, natomiast w 36 min w słupek. Kilkakrotnie gości od utraty gola ratował także bramkarz Eric Topór.

I-ligowcy, grający w tym meczu w odmłodzonym składzie, do ofensywy ruszyli dopiero po zmianie stron. W pierwszym kwadransie zepchnęli rywali do głębokiej defensywy i wydawało się, że gol dla nich jest jedynie kwestią czasu. Tymczasem zespół z Grudziądza długo utrzymywał wynik bezbramkowy. Znakomitych okazji nie wykorzystali m.in. Maciej Jaroszewski oraz dwukrotnie Ivan Durdov, który z bliska posyłał futbolówkę nieznacznie obok bramki. Zespół z Małopolski do końca nie rezygnował z rozstrzygnięcia meczu przed dogrywką. Zadanie nieco ułatwiło mu osłabienie kadrowe gospodarzy spowodowane czerwoną kartką obrońcy Bartosza Zbiciaka. W doliczonym czasie gry, po agresywnym pressingu Niecieczanie przejęli piłkę, ta trafiła do niepilnowanego Kubicy, który z bliska posłał futbolówkę do siatki. ©℗

REKLAMA 0211592301



eprasa.pl 2821d2dfc5

SPORT

• **Wisła Kraków podpisała** nowe kontrakty z Alanem Urygą i Mateuszem Kutwą, obowiązują do 2028 roku

ROZMOWA

Jeżeli to ma być „Liga Erasmusa" to nie tędy droga

Jacek Żukowski

- W Cracovii nie widać jakiejś logiki, ciągłości myśli, co mnie martwi – mówi Robert Podoliński, były trener Cracovii, ekspert telewizyjny.

Co pan by pan radził Cracovii, czy nerwowe ruchy odnośnie trenera są zasadne, czy należy mu jeszcze dać szansę?

Nie wiem, czy to trener jest największym problemem „Pasów". Patrząc na to, co się dzieje, to zastanawiam się, czy od mieszania herbata stanie się słodsza. Generalnie nie bardzo mi pasuje kształt kadry Cracovii.

Było chwilowe przebudzenie Cracovii, ale w meczu z Piastem sytuacja wróciła do normy.

Mecz z Legią był OK. A spotkanie z Piastem? Ono pokazało jak wielki wpływ na zespół ma trener Daniel Myśliwiec. A funkcjonuje Cracovia? Zawsze twierdziłem, że problemy mają zespoły, które nie do końca mają jakąkolwiek tożsamość. A jak patrzę na „Pasy" to rzuca mi się to w oczy. Są oczywiście Sebek Madejski, Knap, jest „Clichy", Glik i sporo młodzieży. Ale gdy patrzę na to, kto rozdaje karty, kto jest na „kierownicy" to już mam wątpliwości. Nie wiem, czy byłyby jakieś wielkie gorzkie żale, gdyby cokolwiek tu się wydarzyło złego. Ci ludzie po prostu powędrują sobie gdzie indziej, a pewnie pod trybuną rozmawiać z kibicami będzie znowu Glik z Klichem...

Skoro największym problemem Cracovii nie jest trener, to co nim jest, ta międzynarodowość kadry?

Tak uważam. To jest może zbyt prosta diagnoza, ale jak patrzę na skład to nie wiem, czy jakakolwiek flaga się powtarza?

Belgijska, są Berte i Burlet.

No tak. Ale żebym musiał te nazwiska tłustym drukiem zapisywać, to niekoniecznie. Czekam na efekty, bo spore nakłady poszły na akademię, a jakiejkolwiek ciągłości nie widzę. Nie wiem, gdzie są ci młodzi piłkarze „Pasów", którzy w tej akademii mieli się wychowywać... A choćby Lech czy Zagłębie pokazują, że można się na tym oprzeć.



FOT. CRACOVIA.PL

Piłkarze Cracovii po meczu w Gliwicach musieli wysłuchać żalu kibiców, przegrali z Piastem 1:3 i są na 13. miejscu w tabeli

Nawet Legia pokazuje, że można oprzeć się na Polakach.

No właśnie. Odpowiedź na kryzys jest taka, że grają młodzi Polacy z akademii. Bo jeżeli to ma być ciągle „Liga Erasmusa", no to chyba nie tędy droga. Nie ukrywam, że to nie moja bajka.

Cracovia ma 12 punktów po 12 meczach. Z takim punktowaniem to się spada, prawda?

Ja bym już nie pracował... Dawno byłbym okrzyczany słabym trenerem. Przypomnę, że przychodziłem do Cracovii, która rok wcześniej dość szczęśliwie się utrzymała. Te oczekiwania zawsze przy Kałuży są ogromne. Wobec mnie też były. To dobrze dla trenera, muszę przyznać. Natomiast nie widać tam jakiejś logiki, ciągłości myśli, co mnie martwi.

A czas ucieka. Mecz z Motorem jest bardzo szybko, bo już w piątek, a potem derby. Kibice nie wybaczą już wpadki.

Derby wyrzucam poza nawias, bo nawet jak nie idzie to na derby mobilizować nikogo nie trzeba. Nieważne jaki masz paszport i czy mówisz w esperanto. Nie odkrywam nic wielkiego, ale mecz z Motorem jest kluczowy. Patrzę na kadry - Radomiaka, Wieczystej, Rakowa, Widzewa. Gdyby zastanawiać się, kto odstaje potencjałem od „Pasów", to kolejki chętnych nie widzę.

A przede wszystkim dwa takie mecze Cracovia już przegrała - z Radomiakiem i Wisłą Płock, czyli z potencjalnymi rywalami do utrzymania.

No właśnie i to jest niepokojące. I nieważne, że pojedyncze mecze są bardzo przyjemne do oglądania, jak choćby ten z Legią. Natomiast to jest wyjątek potwierdzający regułę. Jeżeli nie będzie ciągłości nie da rady zbudować czegoś trwałego. Potrzeba kilku zwycięstw. Liga nie wybacza błędów. Powtarzam, martwi mnie ta tożsamość „Pasów", czegoś mi tu brakuje.

Z Cracovii zwolniono dyrektora pionu sportowego Filipa Trubalskiego. Tego domagali się kibice. Ale czy to nie jest tylko zagranie pod publiczkę? Jak pan ten ruch ocenia?

Nie prowadzi się polityki transferowej w oderwaniu od władz. Więc to jest jakby ucięcie ręki, a zostawienie korpusu i głowy. To zmieni tylko tyle, że będzie niedowład. Albo ta praca nie była na tyle ważna, że zrezygnowali z Filipa, albo rzeczywiście to jest poświęcenie osoby po to, żeby uciszyć kibiców. ©℗

PIŁKARSKI PUCHAR POLSKI

Puszcza Niepołomice gra z Wisłą Płock. Bardzo chce powtórzyć wynik sprzed 8 lat

Jacek Żukowski

Puszcza Niepołomice dzisiaj o godz. 17.30 zagra w meczu 1/16 finału Pucharu Polski z Wisłą Płock. „Żubry" przystępują do tego spotkania w lepszych humorach, bo ostatnio w lidze pokonały Lechię Gdańsk 2:1.

Puszcza jest w strefie spadkowej I ligi, ale mecz Pucharu Polski to jest coś dodatkowego, święto. Z pewnością liga jest priorytetem ale jak zostaną potraktowane rozgrywki PP?

- Traktujemy poważnie puchar, bez dwóch zdań – mówi trener Puszczy Tomasz Tułacz. - Tylko problem mamy innej natury. Zobaczymy, kto będzie w ogóle zdrowy, by zagrać. Nie szukam usprawiedliwień, ale w przerwie ostatniego meczu trzech zawodników chciało zejść z boiska. Zszedł tylko Omar Kocar, nie chciałem go już narażać na większą kontuzję. A inny z zawodników wziął leki przeciwbólowe i dotrwał do końca. Przy wąskiej kadrze najważniejsze będzie to, kto będzie zdrowy. Liczę bardzo na młodzież, na Gerstensteina, Kurzeję, Kamińskiego, że będą gotowi powalczyć, tak jak w meczu z Pogonią Siedlce. Są inni młodzi, Pieprzyca, Jaworski. Ale też będę patrzył na to, który z tych doświadczonych zawodników będzie mógł zagrać, nie narażając nikogo na utratę zdrowia. Musimy działać pragmatycznie. Wiadomo, że głównym celem jest utrzymanie się na poziomie pierwszej ligi, ale nikomu nie można zabrać marzeń. Chcemy w Pucharze jak najlepiej się zaprezentować. Czy to będzie kadra taka, czy inna, wyjdziemy wygrać mecz. Będziemy chcieli się przeciwstawić Wiśle Płock, postawić jak najtrudniejsze warunki. Wiadomo, kto jest faworytem, ale Puchar ma swoje prawa i często te skazane na pożarcie drużyny potrafią się przeciwstawić i sprawić niespodziankę. Liczę, że tak będzie też teraz.

W Pucharze Polski Puszcza już nieraz sprawiła niespodziankę pokonując teoretycznie silniejszego rywala. A w 2018 r. wygrała z Wisłą Płock 3:1 w 1/8 finału PP.

- Może historia zatoczy koło i znowu to zrobimy? – zastanawia się Tułacz. - Bardzo na to liczę. Cieszę się, że w dobrych nastrojach przygotowujemy się do tego meczu, że odbiliśmy się troszkę od dna. To jest dopiero mały kroczek, ale kroczek, który daje nadzieję na lepsze dni.

W meczu z Bruk-Betem Termalicą przegranym przez Puszczę 0:2 grało trochę młodzieży, z Lechią trener Tułacz wrócił do swojej „starej gwardii".

- Nie mam wyjścia, nas jest tylko osiemnastu zawodników z pola – mówi szkoleniowiec Puszczy. - I w tej „18" jest pięciu młodych chłopaków, takich jak Jaworski, który przyszedł z IV ligi, czy Igor Pieprzyca, rocznik 2008, Kacper Wołowiec, który przyszedł z trzeciej ligi, rocznik 2007. Są chłopcy z niższych lig, jak Gerstenstein czy Kurzeja z drugiej ligi. Są to chłopcy na dorobku i muszę nimi zarządzać. Jeszcze jak dochodzą jakieś urazy, kontuzje, to naprawdę ta kołdra jest krótka, ale nie mam zamiaru narzekać. ©℗



FOT. OVERLIA STUDIO

Po ostatnim meczu z Lechią w Niepołomicach była radość. Kibice chcieliby zobaczyć taki sam obrazek po środowym spotkaniu

eprasa.pl 2821d2dfc5