

Przejście graniczne w Chałupkach „zagrało” w „Heweliuszu” – nowym hicie Netflixa **str. 2**



FOT. ARCHIWUM

Rak płuc dotyczy nie tylko palaczy. To najczęściej występujący nowotwór złośliwy w Polsce. Jakie są jego objawy? **Str. 9**

STRONA
ZDROWIA

DZIENNIK ZACHODNI

LAT

Środa
12.11.2025

www.dziennikzachodni.pl

Nr 262 (24 413)
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

„Węgiel jest paliwem przejściowym”. Rząd odpowiada na postulaty związkowców **str. 3**



FOT. GDDKiA

Trasa S1 w Śląskiem będzie dłuższa. Jest jednak małe „ale”, bo finał inwestycji się opóźni **str. 4**

Biało-czerwony Empire State Building. Mistrzem ceremonii był Robert Lewandowski **str. 8**



MATT ROBERTS/SHUTTERSTOCK

TRANSFORMACJA SKUTKI DECYZJI ODCZUJE 350 POLAKÓW

Czesi kończą erę węgla. Pracujący tam Ślązacy mają problem

Jacek Bombor
Górnictwo

Czeskie władze potwierdziły, że 31 stycznia 2026 roku zostanie zamknięta ostatnia działająca kopalnia w kraju - ČSM w Stonawie koło Karwiny, kończąc ponad 200 lat wydobywania. Decyzja ta będzie miała również wpływ na Polaków. W OKD (właściciel kopalni) zatrudnionych jest 44 polskich górników, a kolejnych 310 osób pracuje dla firm zewnętrznych, głównie ze Śląska.



FOT. ARCHIWUM DZ

Władze OKD (Kopalnie Ostrawsko-Karwińskie) podkreślają, że decyzja była nieunikniona - z powodów ekonomicznych i rynku surowców - ale jednocześnie zapewniają o wsparciu dla pracowników i planach transformacji spółki. Kierownictwo OKD potwierdziło, że wydobywanie zakończy się 31 stycznia 2026 roku. W tym dniu z przyczyn organizacyjnych odejdzie z pracy 750 pracowników, a miesiąc później - wraz z zamknięciem zakładu przerobczego - kolejnych 150 osób. Dyrektor personalny OKD, Radomir Štix, podkreśla wagę momentu. - Kończymy ponad dwustuletnią historię górnictwa. To czas niełatwy, pełen obaw, ale też dumy z wykonanej pracy - mówi.

Nastroje w zakładzie są mieszane: z jednej strony świadomość schyłku, z drugiej satysfakcja, że wydobywanie wciąż przekraczało plany: 858 tysięcy ton wobec planowanych 821 tys. w tym roku.

OKD zapewnia, że pracownicy odejdą z pakietami zgodnymi z układem zbiorowym - odpłaty wyniosą

od 4 do 11 średnich pensji, zależnie od stażu. Trwa aktualizacja „Příručky pro uvolňované zaměstnance”, a w firmie działa program „Nowa Zmiana/Nová šichta”, który ma pomóc pracownikom (w tym Polakom) znaleźć nową pracę lub rozpocząć działalność gospodarczą. Zamknięcie kopalni najmocniej dotknie pracowników z polskiej części Śląska. Przez ostatnie lata OKD było miejscem zatrudnienia dla setek Polaków, którzy dojeżdżali do Karwiny czy ČSM z Jastrzębia, Wodzisławia, Zembrzydowicz czy Cieszyńska.

Wśród osób zatrudnionych bezpośrednio większość ma otrzymać odpłatę oraz dostęp do czeskiego programu wsparcia. Zdecydowanie trudniejsza jest sytuacja 310 Polaków pracujących przez pośredników - ich przyszłość nie jest jeszcze jasno określona.

- W OKD pracuje obecnie 44 polskich pracowników, a kolejnych 310 pracuje za pośrednictwem firm górniczych i budowlanych - poinformowała „Dziennik Zachodni” Barbora Černá Dvořáková, rzeczniczka prasowa czeskiej firmy OKD.

- Do 31 stycznia 2026 roku, kiedy zakończymy wydobywanie, odejdzie 21 polskich pracowników i większość firm budowlanych. Pracownicy otrzymają odpłatę w wysokości od 4 do 11-krotności przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia, w zależności od stażu pracy - odpowiada pani rzeczniczka na pytania DZ. Dodała, że pracownicy z Polski mogą również skorzystać z programu „Nowa Zmiana” w OKD, który pomoże im znaleźć nową pracę lub założyć własną działalność gospodarczą.

A co z tymi 310 pracownikami zatrudnionych przez firmy zewnętrzne? - Następne miejsce pracy zostanie im przydzielone przez pracodawcę - ucina temat Dvořáková.

Wiadomo, że kilkuset polskich górników pracowało tam m.in. na zlecenie firmy Alpex. - Nie udzielamy informacji. Sytuacja z naszymi pracownikami nie została jeszcze uregulowana z czeską stroną - usłyszeliśmy w firmie. Nie chciano nam jednak powiedzieć, ilu konkretnie osób sytuacja dotyczy obecnie.

Co po zamknięciu kopalni? OKD zapewnia, że zakończenie wydobywania nie oznacza likwidacji firmy. Ta stawia na energię i nowe inwestycje.

Najbardziej zaawansowany jest projekt kogeneracji - urządzenia, które od IV kwartału 2026 r. będzie wytwarzać prąd i ciepło z gazu kopalnianego, zapewniając energię dla ok. 3000 gospodarstw domowych. Spółka inwestuje również w: pyroлиз odpadów kopalnianych, produkcję mieszanek energetycznych, budowę elektrowni wodnej, tworzenie hal przemysłowych, rozwój nowoczesnego centrum danych. To część programu transformacji zaplanowanego do 2050 r.

107. ROCZNICA POWROTU POLSKI NA MAPE

Radośnie, rodzinie, patriotycznie i na sportowo. Tak obchodziliśmy Narodowe Święto Niepodległości **str. 4**



FOT. KARINA TROJOK

W Katowicach odbył się m.in. Bieg Niepodległości im. Dziewięciu z „Wujka”. W rozgrywanej już po raz czwarty imprezie wystartowało tysiąc zawodniczek i zawodników, którzy rywalizując na dystansie 10 kilometrów, uczcili pamięć poległych górników katowickiej kopalni

Nowe schronisko górskie powstaje na Oźnej w Beskidzie Żywieckim **str. 6**

Nr ISSN 2353-6195

Nr indeksu 350-079



Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Handel żywym towarem i kontrola rynku usług seksualnych stanowiła domenę polskich Żydów. Był to wstydlivy problem tej społeczności

Zamów prenumeratę

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



FOT. MARCIN SZKODZIŃSKI

Naukowcy ze Śląska badają wysiłek koni z Morskiego Oka

Arkadiusz Biernat
Badania naukowe

Naukowcy z Politechniki Śląskiej oceniają, z jaką faktyczną siłą konie ciągną wozy z turystami na Morskie Oko. Pierwsze wyniki badań poznamy już wkrótce.

Pracownicy z Wydziału Elektrycznego Politechniki Śląskiej mają zmierzyć rzeczywistą siłę, z jaką konie ciągną tzw. fasiażki - czyli tradycyjne wozy - zarówno podczas podjazdu, jak i zjazdu z góry.

Jak przekazała Polska Agencja Prasowa, badania na szlaku do Morskiego Oka odbyły się 7 listopada. Mają być kontynuowane w różnych warunkach atmosferycznych. - Przeprowadziliśmy badania pomiaru tak naprawdę siły, z jaką konie ciągną wóz. Pojazd był dociążony jedną toną, co łącznie daje około 1650 kilogramów - to jest równowartość ciężaru wozu i 12 pa-

sażerów. Chcemy dokładnie sprawdzić, jaka siła faktycznie działa na każdego konia w zaprzęgu w różnych etapach drogi - mówił PAP dr inż. Marcin Szczygiel, prodziekan Wydziału Elektrycznego Politechniki Śląskiej. Pomiary były prowadzone przy użyciu precyzyjnej aparatury zbierającej dane z częstotliwością co jedną dziesiątą sekundy. Naukowcy sprawdzą m.in. to, jak zmienia się siła uciążu w zależności od warunków.

Prezes Stowarzyszenia Przewoźników do Morskiego Oka Andrzej Mąka zaznaczył, że inicjatywa ma charakter naukowy i ma na celu przedstawienie rzetelnych danych o pracy koni. To fiakrzy zwrócili się do naukowców z Politechniki Śląskiej o opracowanie opinii. Od lat trwa dyskusja wokół transportu konnego na trasie do Morskiego Oka. Pomysłodawcy badań chcą, aby opierała się na faktach, a nie na emocjach.

W „Heweliuszu”, nowym hicie Netflix, zagrały śląskie Chałupki

Arkadiusz Biernat
Film

Miniserial „Heweliusz” zadebiutował na Netflixie 5 listopada. Produkcja opowiada o największej powojennej katastrofie morskiej w Polsce - zatonięciu promu „Jan Heweliusz”.

„Heweliusz” to dramat katastroficzny i sądowy, ukazujący zarówno wydarzenia z nocy 13 stycznia 1993 roku, jak i ich konsekwencje. Jak do tej pory to najdroższa produkcja Netflix w Polsce. Występuje w niej plejada polskich aktorów: Borys Szyc, Michał Żurawski, Justyna Wasilewska, Magdalena Róžczka, Jacek Koman, Jan Englert i Anna Dereszowska. Wrażenie robi nie tylko obsada, ale również scenografia i efekty specjalne. Nieoficjalnie mówi się, że produkcja jednego odcinka kosztowała 25 mln zł.

Dziesięć miesięcy przygotowań, osiem miesięcy zdjęć - od stycznia do sierpnia 2024 roku - i aż 105 dni na planie. W serialu wystąpiło ponad 120 aktorów i 3000 statystów. Do tego 2000 pojazdów, w tym 200 ciężarówek, 700 ton wody (większość krążyła w obiegu zamkniętym), kilometr deszczownic i trawersów oraz 70 różnych planów zdjęciowych.

Spostrzegawczy widzowie dostrzegą w jednym z odcinków sceny, które kręcono w województwie śląskim. To bardzo charakterystyczne miejsce.



Przejście graniczne w Chałupkach „udawało” zachodnią granicę w Świnoujściu

Reżyser Jan Holoubek wraz z całym zespołem produkcyjnym oraz aktorami pojawił się na Śląsku w marcu 2024 roku. Na potrzeby „Heweliusza” polsko-czeskie przejście graniczne w Chałupkach stało się granicą polsko-niemiecką w Świnoujściu. Wykorzystano charakterystyczną zabudowę nieczynnego przejścia granicznego z blachą falistą na elewacji. Przez chwilę można też dostrzec stalową konstrukcję mostu granicznego nad Odrą. To Most Jubileuszowy Cesarza Franciszka Józefa z 1899 roku (zburzony i odbudowany w 1945 roku).

Około trzy minuty trwa scena na pobliskim dworcu autobusowym w Chałupkach. To mocny finał drugiego odcinka, w którym wystąpiła strażacka orkiestra dęta z Górek Wielkich.

Jest tutaj bardzo dobra granica, potrzebna nam do serialu, z dobrą infrastrukturą graniczną, i to jest główny powód, dla którego tutaj jesteśmy. Jesteśmy nad morzem, absolutnie. W tle kręcimy scenę przyjazdu ocalałych z katastrofy do Polski, „udajemy” przejście graniczne w Niemciami - opowiadał w 2024 roku na antenie „Radia 90” reżyser Jan Holoubek. Jak tłumaczył, scena w Chałupkach należała do większych, w której zaangażowano około 100 osób, w tym wielu statystów. Wykorzystane

przejście graniczne łączy ze sobą Chałupki i Stary Bogumin za pomocą mostu nad rzeką Odrą. Dawniej w zachowanych do dziś zabudowaniach zlokalizowana była Placówka Straży Granicznej. Funkcjonowała tam do 15 stycznia 2008 roku, kiedy to została zlikwidowana, co było następstwem wejściem Polski do Strefy Schengen.

Zabudowania placówki granicznej nie zostały rozebrane. Regularnie przy dawnym przejściu granicznym odbywa się „Jarmark na granicy”. Na imprezę przyjeżdżają handlarze z całego Śląska, swoje kramy rozkładają również mieszkańcy przygranicznych miejscowości.

Pogoda w regionie

Dzisiaj
Dzień 11°C
Noc 6°C
Barometr 1022 hPa
Wiatr pld.-zach. 4 km/h
Biomet korzystny

Czwartek
Dzień 13°C
Noc 3°C
Piątek
Dzień 13°C
Noc 5°C
Sobota
Dzień 11°C
Noc 4°C

NUMERY SANEPIDÓW

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

KALENDARIUM

1847
Brytyjczyk James Young Simpson 1. raz użył do znieczulenia chloroformu. W połowie lat 70. XX w. całkowicie zaniechano jego stosowania w anestezjologii.

1933
Ruch Chorzów, jeden z najbardziej utytułowanych polskich klubów w historii założony w 1920 r., zdobył swój pierwszy tytuł piłkarskiego mistrza Polski.

1987
Urodziła się 1. Polka z zapłodnieniem pozaustrojowego, którego dokonał prof. Marian Szamatowicz z Kliniki Ginekologii Akademii Medycznej w Białymstoku.

2014
Ładownik Philae, który odłączył się od sondy Rosetta Europejskiej Agencji Kosmicznej, wyładował pierwszy raz w historii na jądrze komety (Jowisza, 67P). JJ

DYŻURNY DZ

facebook.pl/dziennik-zachodni.pl
d.wygas@dz.com.pl

Dzisiaj od godz. 7 do 15 jestem reporterem dyżurnym. Postaram się odpowiadać na wszystkie interesujące Państwa kwestie.



Dawid Wygas
797 602 030

Rząd odpowiada na postulaty związkowców

Arkadiusz Biernat
Przemysł

Związkowcy ze Śląska podczas wielkiego protestu w Katowicach przekazali władzom wojewódzkim petycję z siedmioma postulatami do premiera Donalda Tuska. W Sejmie odniósł się do nich Konrad Wojnarowski, wiceminister energii.

Związkowcy przekazali petycję z postulatami wojewodzie śląskiemu Markowi Wójcikowi. W dokumencie skierowanym do premiera Donalda Tuska podkreślili, że pierwsze od lat zjednoczenie wszystkich central związkowych we wspólnym proteście świadczy o powadze sytuacji, w jakiej znalazł się nasz region i działające w nim zakłady przemysłowe.

„Nasz wspólny głos nie ma wymiaru politycznego. To głos ludzi pracy, głos hutników, górników i energetyków, pracowników motoryzacji i innych branż, którzy bronią nie tylko swoich miejsc pracy, ale również przyszłości swoich miast i lokalnych społeczności” - czytamy w petycji.



FOT. MARZENA BUGAŁA/ASTAZOW

4 listopada w Katowicach w obronie śląskiego przemysłu manifestowało 10 tysięcy osób

Liderzy związków zawodowych tworzących MKPS podkreślili, że tylko przemysł jest w stanie zapewnić godne miejsca pracy milionom mieszkańców Górnego Śląska i Zagłębia Dąbrowskiego. Zaznaczyli, że likwidacja przemysłu oznacza zapaść sektora usług, szeroko rozumianej sfery budżetowej oraz powolne obumieranie całych miast i miejscowości.

Siedem postulatów

1. Wypełnienie przez rząd zobowiązań wynikających z Umowy Społecznej dotyczą-

cej transformacji sektora górnictwa węgla kamiennego oraz wybranych procesów transformacji województwa śląskiego.

2. Ustanowienie węgla paliwem przejściowym w procesie transformacji polskiego sektora energetycznego.

3. Powołanie pod auspicjami Ministerstwa Aktywów Państwowych specjalnego zespołu z udziałem przedstawicieli związków zawodowych, którego celem będzie opracowanie planu ratunkowego dla Jastrzębskiej Spółki Węglowej.

4. Podjęcie bezzwłocznych działań na rzecz poprawy warunków funkcjonowania hutnic-

twy oraz innych branż przemysłu energochłonnego.

5. Podjęcie działań na rzecz głębokiej reformy unijnego systemu handlu emisjami EU ETS.

6. Aktywny udział polskiego rządu w procesie rewizji systemu ETS2, który powinien zakończyć się całkowitym odrzuceniem tego skrajnie szkodliwego systemu.

7. Podjęcie działań na forum Unii Europejskiej na rzecz wycofania się z planów wprowadzenia zakazu sprzedaży samochodów z silnikami spalinyowymi na terenie UE od 2035 roku.

„Węgiel jest paliwem przejściowym”

Do postulatów odniósł się w Sejmie wiceminister energii Konrad Wojnarowski. Jak odpowiedział, rząd jest w stałym kontakcie ze stroną społeczną, a procedowana w parlamencie nowelizacja ustawy o funkcjonowaniu górnictwa jest dowodem współpracy i realizacji Umowy Społecznej z 2021 roku. Podkreślił, że węgiel jest przejściowym paliwem w energetyce.

- Czymże jest dzisiaj węgiel, jak nie paliwem przejściowym tak naprawdę, skoro ma funkcjonować do czasu, kiedy po-

wstanie pierwsza elektrownia atomowa w roku 2036? A będzie zgodnie z Umową Społeczną funkcjonował dłużej, bo tak wynika z teje umowy - mówił Wojnarowski.

W kwestii powołania zespołu z udziałem strony społecznej, aby przygotować plan ratunkowy dla Jastrzębskiej Spółki Węglowej, odpowiedział: Robimy to, spotykamy się i Jastrzębska Spółka Węglowa jest ujęta w ustawie nie tylko jako część procesu restrukturyzacji, ale również jako ważna część polskiej gospodarki.

- Czwarta kwestia to podjęcie działań na rzecz poprawy warunków funkcjonowania hutnictwa. I przez ten projekt, chociażby w kontekście JSW, robimy to, ale przygotowujemy także plan dla hutnictwa, co również jest i będzie wynikiem rozmów z przedstawicielami tej branży - odniósł się Konrad Wojnarowski do kolejnego postulatu.

Rewizja unijnego systemu ETS

Wiceminister energii mówił o działaniach na rzecz głębokiej reformy unijnego systemu handlu emisjami.

- Tak, robimy to. Słowo „rewizja” jest tutaj kluczowe. Pan premier Donald Tusk ostatnio o tym mówił i przeforsował zatrzymanie ETS 2, ponieważ w 2027 r. system ten nie wejdzie w życie. Mówię o rewizji w odniesieniu do zarówno ETS, jak i ETS 2. Nie chcę już wracać do historii i tego, kto na ETS się zgadzał w kontekście transportu czy też ogrzewnictwa. Działamy również na rzecz wycofania się z planu wprowadzenia zakazu rejestracji samochodów z silnikami spalinyowymi na terenie Unii Europejskiej od roku 2035. Oczywiście to też było przedmiotem kamieni milowych w Krajowym Planie Odbudowy i jest przedmiotem działań tego rządu - tłumaczy Konrad Wojnarowski.

Jak zaznaczył, na wszystkie postulaty rząd odpowiada i wychodzi im naprzeciw. - W ramach projektowanej ustawy uwzględniamy wszystkie głosy sygnatariuszy umowy społecznej - przede wszystkim Umowy Społecznej - co będzie prowadziło nie tylko do sprawiedliwej transformacji, ale także do restrukturyzacji górnictwa węgla kamiennego i koksującego - przekazał Wojnarowski.

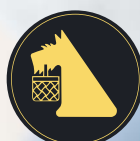
AUTOREKLAMA

0011424627

DZIENNIK ZACHODNI

do kupienia
także
w sieci

Netto



Tak obchodziliśmy Narodowe Święto Niepodległości



FOT. KARINA TROJOK

Patriotyczny piknik na Stadionie Śląskim w Chorzowie przyciągnął całe rodziny. Były pokazy militariów, razem odśpiewany hymn i koncerty (m.in. T. Love i Afromental)



FOT. JOLANTA PIERONCZYK

Stowarzyszenie „Aktywne Miasto” w Tychach zaprosiło mieszkańców na VII Bieg Niepodległości. Wokół jeziora Paprocany pobiegło 250 uczestników



FOT. MARZENA BUGAŁA-ASTASZOW

Już trzeci raz rozegrany został Będziński Półmaraton Niepodległości. Na starcie biegów (21 i 7 km) stanęło blisko 500 biegaczy i miłośników nordic walking



FOT. DAWID WYGAS

„Zmorsowani Częstochowa” na miejskim Adriatyku punktualnie o godzinie 11:11 uczcili rocznicę odzyskania niepodległości w lodowatej wodzie

WIĘCEJ NA STRONIE: dziennikzachodni.pl

Trasa S1 w woj. śląskim będzie dłuższa, ale finał prac się opóźni

Oprac. Piotr Sobierajski
Inwestycje drogowe

Trasa S1 w województwie śląskim będzie dłuższa, ale otwarcie będzie później niż planowano. Finał prac na odcinku Mysłowice - Bieruń nastąpi nie z końcem 2026 roku, ale w połowie 2027 roku.

Odcinek ten ma domknąć nowy, 40-kilometrowy przebieg S1 między Mysłowicami i Bielskiem-Białą.

GDDKiA podpisała z Budimexem wartą blisko 490 mln zł umowę na wykonanie projektu i budowę tego fragmentu trasy S1 w lipcu 2022 r. Odtąd trwało projektowanie i uzyskiwanie pozwoleń. Procedura zakończyła się wydaniem w lutym br. decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej (ZRID) przez. To otworzyło możliwość rozpoczęcia prac w terenie, na które przewidziano 16 miesięcy od przekazania placu budowy.

Jedna czwarta inwestycji już gotowa

Jak przekazał w końcu października katowicki oddział dyrekcji, zaawansowanie robót na tym odcinku wynosi obecnie 26 proc. W ostatnich dniach prowadzone były m.in. prace w branżach drogowej i mostowej (wykonywanie nasypów, roboty bitumiczne, a także zbrojenie, deskowanie oraz betonowanie obiektów).

Inwestycja obejmuje budowę drogi ekspresowej z dwiema jezdniami po dwa pasy ruchu i rezerwą pod budowę trzeciego pasa w przyszłości. Powstanie węzeł Kosztowy 2, który połączy istniejący odcinek drogi ekspresowej S1 z nowo budowanym, i węzeł Łędziny, a także dwa miejsca obsługi podróżnych. Planowanych jest 12 obiektów inżynierskich.



FOT. GODKIA

Budowa trasy S1 Mysłowice-Bieruń zaawansowana jest dziś w ponad 25 procentach. Tak wyglądają efekty prac w terenie

Po części nowej S1 kierowcy jadą już od sierpnia

Budowę głównej części ekspresowej trasy S1 zainaugurowano przy przyszłym węźle Hałcnów w październiku 2022 r. Chodzi o odcinki o łącznej długości ponad 27 km. Pierwszy z nich, obejmujący 10-kilometrowy fragment drogi ekspresowej S1 od węzła Oświęcim do węzła Brzeszcze oraz ponad 4-kilometrowy odcinek obwodnicy Oświęcimia w ciągu DK44 (od węzła Oświęcim do ronda w Pławach), został udostępniony do ruchu w sierpniu br.

Pozostała część tego odcinka, do Dankowic, zostanie oddana do ruchu pod koniec tego roku wraz z dwoma sąsiednimi odcinkami. Pierwszy to Dankowice - Bielsko-Biała Hałcnów, czyli połączenie z funkcjonującą S1 w kierunku granicy ze Słowacją. Drugi to odcinek Bieruń - Oświęcim

wraz z obwodnicą Bierunia, który ma być oddany do ruchu na zasadzie przejezdności i połączenia z DK44 (zakończenie prac planowane jest na III kw. 2026 r.).

Pozwoli to na zniesienie na S1 ograniczenia ruchu dla pojazdów powyżej 3,5 ton. Pozostanie ono na odcinku DK44 przechodzącym przez Oświęcim do momentu oddania ostatniej części obwodnicy tego miasta, co powinno nastąpić w połowie 2026 r.

Niesprzyjające warunki pogodowe i długie procedury

Dla przebiegu nowej S1 (Mysłowice Kosztowy - Oświęcim, ok. 13 km), gdzie powstały problemy w procedurze przetargowej, w sierpniu ub. roku wydano decyzję ZRID dla odcinka S1 Bieruń - Oświęcim o długości ok. 2,9 km oraz liczącego około 2,7 km odcinka obwodnicy Bierunia w ciągu DK44.

W lutym wydano ZRID na odcinek Mysłowice Kosztowy - Bieruń (ok. 10 km).

Według GDDKiA wydłużenie czasu realizacji odcinków od Mysłowic do Oświęcimia (z końca 2026 r. do połowy 2027 r.) wynika z przedłużających się procedur związanych z uzyskaniem decyzji administracyjnych. Wykonawcy złożyli też roszczenia terminowe z powodu warunków pogodowych i ich skutków, a także powodzi, która miała miejsce we wrześniu 2024 r.

Docelowo w pełni ekspresowa trasa S1 w województwie śląskim i małopolskim połączy węzeł z autostradą A1 w pobliżu lotniska Katowice w Pyrzowicach z granicą ze Słowacją w Zwardoniu. Standard drogi ekspresowej ma obecnie na odcinkach: Pyrzowice - Dąbrowa Górnicza - Tychy, a także Bielsko-Biała - Zwardoń.

Oprac. za PAP

Szpital w Gliwicach z kolejną, potężną dotacją

Ireneusz Stajer
Służba zdrowia

Blisko 15 mln zł z Krajowego Planu Odbudowy dla Szpitala Miejskiego w Gliwicach. Pozyskana kwota pozwoli na skuteczniejszą i bezpieczniejszą opiekę nad pacjentami z chorobami serca.

Serce szpitala w Gliwicach bije dziś mocniej - do placówki trafiły kolejne środki z Krajowego Planu Odbudowy. Tym razem Szpital Miejski w Gliwicach otrzymał 14 mln 597 tysięcy

482,77 zł na modernizację i wyposażenie Oddziału Kardiologii oraz Pracowni Hemodynamiki i Elektrofizjologii. To właśnie w tych miejscach każdego dnia ratuje się ludzkie życie. Pozyskane fundusze pozwolą na jeszcze skuteczniejszą i bezpieczniejszą opiekę nad pacjentami z chorobami serca. Dzięki uzyskanemu wsparciu szpital zakupi m.in. angiograf, tomograf komputerowy, pompy do korekcji rytmu serca, aparat do znieczulenia, respiratory, łóżka szpitalne oraz inny nowoczesny sprzęt i wyposażenie.

Całkowita wartość projektu wynosi 15 923 318,22 zł, a jego nazwa to „Modernizacja i wyposażenie Szpitala Miejskiego w Gliwicach celem poprawy jakości procedur kardiologicznych”.

Placówka pozyskała już w tym roku 65 mln zł z KPO

- To ogromny krok w stronę przyszłości i nowoczesnej medycyny. Dzięki tym środkom nasi pacjenci zyskają dostęp do jeszcze lepszej, bezpieczniejszej i bardziej efektywnej diagnostyki

i leczenia - podkreśla Przemysław Gliklich, prezes Szpitala Miejskiego w Gliwicach.

- To wielki sukces całego zespołu. W tym roku pozyskaliśmy już blisko 65 mln zł z Krajowego Planu Odbudowy - każda złotówka, którą zdobywamy, to inwestycja w zdrowie i bezpieczeństwo naszych pacjentów. Dla nas z kolei to naprawdę mocny zastrzyk energii i możliwość rozwoju, dzięki któremu konsekwentnie zmieniamy się i tworzymy nowoczesny szpital na miarę przyszłości - dodaje prezes Gliklich.

SKORZYSTAJĄ NIE TYLKO DZIECI PROJEKT POCHŁONIE PONAD 3 MLN ZŁ, Z CZEGO 2,6 MLN ZŁ TO PIENIĄDZE Z UNII

Sosnowiec inwestuje w przedszkola

Piotr Sobierajski
Edukacja najmłodszych

Demografię trudno oszukać, ale w Sosnowcu wierzą, że może być lepiej. Stąd przeróżne projekty i plany, jak sytuację zmienić. Jedną z takich nowości są inwestycje w przedszkola.

- Rozpoczynamy realizację projektu, który podniesienie jakości edukacji przedszkolnej w siedmiu miejskich przedszkolach. Inicjatywa obejmie 595 przedszkolaków oraz 52 nauczycielki i nauczycieli, którzy otrzymają kompleksowe wsparcie dydaktyczne, szkoleniowe i infrastrukturalne. Projekt zostanie zrealizowany w latach 2025-2027 - podkreśla Arkadiusz Chęciński, prezydent Sosnowca.

Nowoczesny sprzęt i nie tylko

Dofinansowaniem w ramach projektu „Kreatywny Przedszkolak w Sosnowcu” zostało objętych siedem przed-



FOT. WOJCIECH WOJTKIEWICZ / RP

W ramach programu w sosnowieckich placówkach będą organizowane m.in. dodatkowe zajęcia dla przedszkolaków wspierające rozwój kluczowych kompetencji

szkoli miejskich: nr 29, 31, 40, 43, 44, 55, 59.

- Kupimy sprzęt i pomoce dydaktyczne, takie „magiczne dywany”, długopisy 3D, zestawy do kodowania, tablety, laptopy, szklarnie mobilne, piece ceramiczne, specjalistyczne narzędzia terapeutyczne, wspierające realizację

zajęć dodatkowych z przedszkolakami co spowoduje unowocześnienie zaplecza przedszkoli - wyjaśnia Michał Wcisło, zastępca prezydenta Sosnowca, odpowiedzialny w mieście za edukację.

Projekt przewiduje modernizację i wyposażenie placówek zabaw w trzech przedszkolach

(PM 29, 40, 55) i ich dostosowanie do potrzeb dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. W czterech przedszkolach (PM 31, 44, 43, 59), zostaną wyremontowane gabinety specjalistyczne oraz łazienki.

Będą również dodatkowe zajęcia dla przedszkolaków wspierające rozwój kompeten-

cji kluczowych: cyfrowych, społecznych, emocjonalnych i ogólnorozwojowych. Dzieci wezmą udział w cyklach tematycznych m.in. z zakresu: kodowania i logicznego myślenia, edukacji ekologicznej i prośrodowiskowej, kreatywności i preorientacji zawodowej, umiejętności społecznych i emocjonalnych, zajęć terapeutycznych i korekcyjno-kompensacyjnych.

Szkolenia i studia podyplomowe dla kadry nauczycielskiej

Projekt skierowany jest również do 52 nauczycielek i nauczycieli. Kadra weźmie udział w szkoleniach i studiach podyplomowych dotyczących: edukacji włączającej i integracyjnej; zapobiegania dyskryminacji i przemocy rówieśniczej; pracy z dziećmi o specjalnych potrzebach rozwojowych; metod mindfulness (trening uważności i współczucia) w edukacji przedszkolnej; rozwijania kompetencji cyfrowych w oparciu o europejskie standardy DigComp.

Dofinansowanie w ramach projektu „Kreatywny Przedszkolak w Sosnowcu” otrzymają przedszkola nr 29, 31, 40, 43, 44, 55, 59

- W ramach projektu przewidziana jest także organizacja festynów integracyjnych we wszystkich siedmiu przedszkolach sprzyjających integracji dzieci o różnych potrzebach poprzez dostosowanie aktywności, co sprzyja rozwijaniu postaw tolerancji i otwartości oraz organizacja wyjazdów edukacyjnych wspomagających efekty zajęć dodatkowych dla dzieci - dodaje prezydent Chęciński.

Wartość przedsięwzięcia to ponad 3 mln zł, z czego 2,6 mln zł to unijne dofinansowanie. Wkład własny gminy to niecałe 50 tys. zł. Projekt jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus (EFS+) w ramach programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027.

MATERIAL INFORMACYJNY PGNiG OBRÓT DETALICZNY, GRUPA ORLEN

0011429311

Jak efektywnie korzystać z gazu i płacić mniej za ogrzewanie

Początek sezonu grzewczego to moment, kiedy wielu właścicieli domów zaczyna myśleć o tym, jak ograniczyć koszty ogrzewania. Wbrew pozorom oszczędzanie na ogrzewaniu nie polega na marznieniu - kluczem jest efektywność, mądre zarządzanie zużyciem i świadomość, jak rozliczany jest gaz w Twoim domu.

Jak przygotować dom do sezonu grzewczego?

Zanim uruchomisz ogrzewanie na pełną moc, warto zadbać o kilka kwestii technicznych i organizacyjnych. Pozwolą one utrzymać ciepło w domu, zwiększyć sprawność instalacji i uniknąć niepotrzebnych strat. Jak to zrobić?

Sprawdź, gdzie ucieka ciepło - stare okna, nieszczelne drzwi czy źle ocieplone ściany mogą zwiększać rachunki nawet o kilkanaście procent. Dlatego uszczelnij okna i drzwi gumowymi uszczelnkami, nie zasłaniaj grzejników meblami czy grubymi firanami i rozważ montaż mat odbijających ciepło za grzejnikami.

Zadbaj o instalację i kocioł - zanim zaczniesz sezon, warto wykonać przegląd instalacji gazowej i serwis kotła. Regularne czyszczenie filtrów, kontrola palników i sprawdzenie ciśnienia w instalacji poprawiają jej wydajność i bezpieczeństwo. Nawet cienka warstwa osadu na wymienniku może obniżyć efektywność kotła o kilka procent.

Wietrz krótko, ale skutecznie - zamiast trzymać okno uchylone



przez godzinę, lepiej otworzyć je szeroko na kilka minut. Pozwoli to wymienić powietrze bez wychładzania ścian i mebli.

Nie przegrzewaj pomieszczeń - ustaw odpowiednią temperaturę osobno dla sypialni, łazienki czy salonu. Pamiętaj, że każdy stopień mniej na termostacie to nawet **6% oszczędności na rachunku za ogrzewanie**.

Kontroluj zużycie - regularne spisywanie licznika i porównanie odczytów z danymi z poprzednich sezonów to sposób, by zauważyć, czy coś działa mniej efektywnie niż dotąd (np. szczelność okien czy zła regulacja kotła). Warto też pamiętać o udostępnieniu licznika pracownikowi Operatora Systemu Dystrybucyjnego (OSD) - umożliwia to dokładny odczyt i zakwalifikowanie do odpowiedniej grupy taryfowej. Brak aktualnego odczytu może skutkować zawyżonymi lub za-

niżonymi prognozami, co z kolei może przełożyć się na dotkliwą dopłatę na koniec okresu rozliczeniowego.

Jakie rozliczenie jest korzystniejsze? Rzeczywiste zużycie czy prognozy?

Jednym z najczęstszych powodów nieporozumień wokół rachunków za gaz jest sposób rozliczania. Wiele osób nie wie, **czym różni się rozliczenie rzeczywiste od prognozowanego** i jak to wpływa na faktury za gaz.

Czym jest rozliczenie prognozowane?

To model rozliczenia, w którym dostawca szacuje Twoje roczne zużycie gazu na podstawie zużycia z poprzednich lat, dzieli je równomiernie na 12 lub 6 miesięcy do przodu, wystawiając faktury prognozowane o podobnej wysokości. Na koniec usta-

lonego okresu rozliczeniowego następuje rozliczenie końcowe uwzględniające realne zużycie i dokonane płatności za prognozy - może więc pojawić się nadpłata lub niedopłata.

Czym jest rozliczenie rzeczywiste?

W tym przypadku płacisz za gaz na podstawie **faktycznego odczytu licznika** - zgłaszanego (np. w eBOK). Najpopularniejsza opcja to **taryfa 12T**, w której rachunek jest wystawiany co miesiąc za rzeczywiste zużycie. Zaletą tej opcji jest, że płacisz wyłącznie za faktycznie zużyty gaz, bez ryzyka dopłaty przy fakturze rozliczeniowej. Trzeba jednak pamiętać, że w sezonie grzewczym, gdy zużycie rośnie, faktury mogą być zauważalnie wyższe niż w pozostałych miesiącach. Bez względu na to, czy wybierasz rozliczenia na podstawie prognoz czy rzeczywistego zużycia - w całym okresie rozliczeniowym zapłacisz tę samą kwotę. Różnica polega wyłącznie na tym, jak ta kwota jest rozdzielona pomiędzy poszczególne rachunki.

Grupy taryfowe - co warto wiedzieć?

Jako odbiorca gazu, jesteś przypisany do określonej grupy taryfowej przez swojego operatora. Nie musisz wybierać jej samodzielnie - to sprzedawca gazu przypisuje do niej odbiorcę na podstawie rocznego zużycia gazu, mocy przyłączeniowej czy

częstotliwości odczytów licznika. W przypadku PGNiG OD, Grupa ORLEN podział wygląda następująco:

W-1 - to najczęściej odbiorcy, którzy korzystają wyłącznie z kucharek gazowych,
W-2 - oznacza nieco większe zużycie, np. gotowanie i ogrzewanie wody. Coraz częściej w tej grupie znajdują się też odbiorcy, którzy wykorzystują gaz razem z instalacją fotowoltaiczną do ogrzewania domu,
W-3 - to grupa, gdzie kwalifikowani są odbiorcy używający gazu do gotowania, podgrzewania wody i ogrzewania domu.

To, co możesz wybrać, to częstotliwość rozliczeń (np. co 6 lub 12 miesięcy) lub wspomnianą taryfę 12T, w której rozliczasz się co miesiąc na podstawie rzeczywistego zużycia gazu.

Warto pamiętać, że grupa taryfowa nie wpływa na cenę jednostkową gazu - różnice dotyczą głównie częstotliwości rozliczeń i sposobu wystawiania faktur.

Dlaczego warto regularnie podawać stan licznika?

Podanie aktualnego stanu licznika to jeden z najprostszych sposobów, by uniknąć dużych korekt, mrożenia gotówki czy niespodzianek w postaci dopłat przy rozliczeniu. Dlatego warto:

- samodzielnie podawać odczyt co miesiąc (np. przez eBOK),

- sprawdzać faktury i porównywać zużycie rok do roku,
- zadbać o możliwość łatwego dostępu do licznika przez inkasenta.

Co zrobić jeszcze, by zmniejszyć rachunki za gaz?

Oprócz właściwej taryfy i przygotowania instalacji istnieje cały zestaw działań, które mogą pomóc ograniczyć zużycie i zmniejszyć koszty - zwłaszcza teraz, w sezonie grzewczym.

Utrzymuj termostaty i zegary grzewcze w odpowiedniej konfiguracji: Zastosowanie w domu termostatów z programatorem pozwala dostosować temperaturę do trybu życia gospodarstwa (niższa nocą i podczas nieobecności mieszkańców, wyższa w strefie dziennej) - każdy stopień w dół to realna oszczędność.

Rozważ termomodernizację: Jeśli masz możliwość np. ocieplenia domu czy wymiany kotła na taki o sprawności powyżej 90-95%, to inwestycja ta przełoży się na mniejsze zużycie gazu, a co za tym idzie - niższe rachunki.

Efektywne korzystanie z gazu to połączenie **świadomego zarządzania zużyciem, dbałości o instalację i znajomości zasad rozliczania**. Warto poświęcić chwilę, by sprawdzić taryfę, przygotować dom do sezonu grzewczego i regularnie kontrolować licznik - bo to właśnie te proste działania najczęściej przekładają się na realne oszczędności.

Nowe niezwykle schronisko górskie powstaje na Oźnej w Beskidzie Żywieckim

Jacek Drost
Turystyka

Budynek na Oźnej w Beskidzie Żywieckim, gdzie kiedyś mieściła się szkoła, zmienia się nie do poznania. Już niebawem turyści będą mogli korzystać na całego z części gastronomicznej, a w przyszłym roku gospodarze chcą się zabrać za część noclegową.

Oźna to malowniczy szczyt na wysokości 953 m n.p.m. w grupie Wielkiej Raczy w Beskidzie Żywiecko-Kysuckim. Jest najwyższym wzniesieniem w grzbiecie, który znajduje się pomiędzy Skalanką a Kikulą. Można do niego dotrzeć idąc ze Zwardonia na Kikulę czerwonym szlakiem - jednak w rejonie Beskidu Wrzeszczowskiego trzeba odbić w lewo. Dalej szlak nie jest oznaczony, ale po około 20 minutach marszu dotrzemy na Oźną.

Tutaj na bezleśnej polanie, z której rozciągają się piękne widoki znajduje się uroczy budynek. Powstał w 1963 roku. Najpierw działała w nim szkoła

podstawowa, a w połowie lat 70. obiekt przejęło Polskie Towarzystwo Schronisk Młodzieżowych i urządziło w nim schronisko.

Nowi właściciele, nowe pomysły

Od czterech lat budynek ma nowych gospodarzy, przechodzi metamorfozę - zmienia się w klimatyczne górskie schronisko. Generalnie ostała się tylko bryła budynku - wszystko inne jest nowe: wymienione zostały dach i okna, elewacja także jest nowa, wnętrza zostały przystosowane do schroniska.

- W listopadzie mamy przerwę techniczną, ale jesteśmy już po wszystkich odbiorach, czekamy jedynie na decyzję sanepidu, która idzie pocztą, więc część gastronomiczna zostanie otwarta niebawem. Częścią noclegową zajmujemy się w przyszłym roku - opowiada Agnieszka Polak, współwłaścicielka schroniska na Oźnej.

W któryś z jesiennych weekendów warto wybrać się na Oźną, żeby samemu przekonać się jaka perełka powstaje w Beskidach.



Budynek na Oźnej w ostatnich latach zmienił się nie do poznania

Czy burmistrz Cieszyna i radni stracą stolki?

Ireneusz Stajer
Samorząd

200 tysięcy złotych będzie kosztowało podatków z Cieszyna referendum w sprawie odwołania burmistrza Gabrieli Staszkievicz i rady miejskiej. Komitet referendalny sformował wobec szefowej ratusza 32 zarzuty. Burmistrzini mówią, że to polityczna hucpa inspirowana przez ludzi związanych z Konfederacją.

Pełnomocnik Cieszyńskiego Komitetu Referendalnego Michał Wenglorz, asystent posła Konfederacji Bronisława Foltyna, wylicza, że wśród zarzutów sformułowanych w stosunku do władz miasta znalazły się kwestie dotyczące finansów, zadłużenia, komunikacji, inwestycji i braku dialogu z mieszkańcami.

- Mandat wyborczy nie daje immunitetu na całą kadencję. W ciągu roku pojawiły się 32 konkretne zarzuty wobec działań władz miasta - od decyzji finansowych po styl zarządzania. - wskazuje CKR.

3331 podpisów mieszkańców Cieszyna popierających inicjatywę referendum

Przez dwa miesiące trwała w Cieszynie akcja zbierania podpisów pod wnioskiem o przeprowadzenie referendum. 1 października, w Bielsku-Białej, CKR złożył w Państwowej Komisji Wyborczej wystarczające 3331 podpisów mieszkańców popierających inicjatywę referendum.

- To liczba znacznie przewyższająca wymagane minimum i dowód na to, że najwyższy czas, aby mieszkańcy sami zdecydowali o przyszłości swojego miasta - podkreśla CKR.

Miasto wyłoży 158 tys. zł na organizację referendum, Kra-



Referendum odbędzie się 7 grudnia br.

jowe Biuro Wyborcze ok. 45 000 zł na druk kart do głosowania

Komisarz Wyborczy w Bielsku-Białej wydał postanowienie o przeprowadzeniu referendum lokalnego w Cieszynie w sprawie odwołania Rady Miejskiej oraz burmistrza miasta Gabrieli Staszkievicz przed końcem kadencji. Głosowanie odbędzie się 7 grudnia 2025 roku, w godz. 7:00 - 20:00.

Burmistrzini Cieszyna zapewnia, że miasto zadba o to, by referendum przebiegło zgodnie z przepisami. 4 listopada, na sesji nadzwyczajnej, radni wyasygnowali na przeprowadzenie referendum 158 tys. złotych. Krajowe Biuro Wyborcze dodatkowo wyłoży około 45 000 zł na druk kart do głosowania. I tak mamy ponad 200 tys. zł, które tak naprawdę zapłaci podatkowcy. Każdy członek komisji wyborczej otrzyma od 350 do 450 zł za pracę w tym gremium.

Aby referendum było wiążące, musi zagłosować co najmniej 3/5 liczby osób, które uczestniczyły w wyborach samorządowych

Z Konfederacją mi nie po drodze - mówi burmistrzini

Gabriela Staszkievicz nie zgadza się z zarzutami. Mówi, że akcja referendalna jest podszyta polityką, a nie merytoryczną oceną jakości zarządzania miastem.

- Pełnomocnikiem komitetu referendalnego jest asystent posła Bronisława Foltyna. Spotkanie założycielskie komitetu odbyło się w jego biurze poselskim, więc dla mnie sprawa jest jasna. Wiadomo, że z Konfederacją mi nie po drodze - mówi burmistrzini.

Niezbędne warunki, żeby referendum było ważne

Aby wynik grudniowego referendum był wiążący, musi wziąć w nim udział co najmniej 3/5 liczby osób, które uczestniczyły w ostatnich wyborach samorządowych.

W przypadku burmistrza Cieszyna wymagana frekwencja to minimum 22 proc. Dla rady miasta próg wynosi 28 proc. Jeśli frekwencja zostanie osiągnięta, o odwołaniu władz zdecyduje większość bezwzględna głosów.

POW. CZĘSTOCHOWSKI

Z firmowego sejfu brał jak ze swojej kieszeni

Pracownik stacji paliw w gminie Mstów regularnie dobierał się do sejfu firmy. W sumie przywłaszczył sobie prawie 130 tysięcy złotych. Początkowo nikt nie podejrzewał, że sprawca działa „od środka”. Jednak gdy z kasy zaczęły zniknąć coraz większe sumy, właściciel firmy zgłosił sprawę policji. Zebrany materiał dowodowy okazał się przytłaczający. 27-latek usłyszał aż 53 zarzuty kradzieży z włamaniem i teraz grozi mu nawet 10 lat więzienia. Mężczyzna przyznał się do winy i został objęty policyjnym dozorem. Piotr Ciastek

POW. KŁOBUCKI

W Przystajni zderzył się fiat z ciężarówką

Wczoraj około godziny 7.40, na drodze wojewódzkiej DW494 w miejscowości Przystajń doszło do poważnej kolizji z udziałem samochodu osobowego i ciężarówki. Do zdarzenia doszło na ulicy Powstańców Śląskich. Droga została całkowicie zablokowana w obu kierunkach. Jak wynika ze wstępnych ustaleń policji, samochód osobowy marki Fiat Panda, po kontakcie z autem ciężarowym, wjechał w bariery energochłonne. W wyniku kolizji uszkodzony został kierowca fiata, w wieku około 60 lat. Dawid Wygas

AUTOREKLAMA

0011430402

Jesień

to dobry czas na odkrywanie

- Podróż po miastach
- Smaki kulinarne regionu
- Weekend w SPA i termach
- Aktywny wypoczynek
- Jeszcze jedna historia

stronapodrozy.pl/przewodnik

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

WARSZAWA

Wystawa dzieł Franciszka Bunscha

W Kordegardzie - Galerii Narodowego Centrum Kultury od 11 listopada obejrzeć można wystawę prac Franciszka Bunscha, zmarłego w 2025 r. nestora polskich grafików XX wieku, zatytułowaną „Franciszek Bunsch. Odyseja” - poinformował PAP dział prasowy Narodowego Centrum Kultury. Ekspozycja „Franciszek Bunsch. Odyseja” ma charakter retrospektywny i skupia się na motywach wędrówki - „uniwersalnym, archetypicznym doświadczeniu człowieka,

obecnym w sztuce Bunscha przez dekady”. Na wystawie zaprezentowanych zostanie 46 grafik i rysunków, pochodzących z różnych okresów twórczości artysty. „Zespół kuratorski Agnieszka Bełłowska-Bednarkiewicz, Jacek Bunsch oraz Katarzyna Haber poprowadzi przekrojową opowieść o wędrowcu - współczesnym everymanie, skazanym na nieustanne przemierzanie nieprzyjaznego krajobrazu, zawieszono między rzeczywistością a mitem” - czytamy w przesłanej informacji. PAP

DOLNY ŚLĄSK

Kolekcja płyt z Muru Berlińskiego



FOT. MICHAŁ PERZANOWSKI / POLSKA PRESS

W nocy z 9 na 10 listopada - 36 lat temu upadł Mur Berliński. Symbol - obok obrad Okrągłego Stołu w Polsce - upadku ustroju komunistycznego w Europie. Wówczas zapoczątkowane zostało też drugie zjednoczenie Niemiec. Mało kto wie, że na Dolnym Śląsku znajduje się dość pokaźna kolekcja płyt, z których mur został zbudowany.

POWIAT WEJHEROWSKI

Dwie osoby zginęły, jedna ranna

Wczoraj ok. godziny 2.30 doszło do tragicznego wypadku samochodowego w miejscowości Kurowo w powiecie wejherowskim. Na miejscu zginęły dwie osoby, jedna trafiła do szpitala.

- Ze wstępnych ustaleń wynika, że 17-letni kierowca samochodu marki Volkswagen Passat bez uprawnień, z nieustalonych przyczyn, zjechał

z drogi i uderzył w przydrożne drzewo. W wyniku zdarzenia śmierć na miejscu poniosły dwie pasażerki pojazdu - 16-latką i 17-latką - informuje asp. Karolina Pruchniak z KP w Wejherowie.

Kierującemu pojazdem 17-latkowi została pobrana krew do badań. Okoliczności i przyczyny wypadku są wyjaśniane. MK

POLITYKA

- Nikt nie ma monopolu na patriotyzm. Jesteśmy wspólnotą, zawsze wtedy, kiedy byliśmy zjednoczeni. Taki duch zjednoczenia towarzyszył nam w sierpniu 1980 roku, kiedy rodziła się na nowo pełna niepodległość. Też się spieraliśmy prawie o wszystko. Byliśmy bardzo różni, ale umieliśmy się jednoczyć wokół spraw najważniejszych, świętych, takich jak niepodległość - premier Donald Tusk.

”

Wspólnie, ale i każdy z nas z osobna zobowiązany jest do troski i odpowiedzialności za ojczyznę

Abp Wojciech Polak, prymas Polski

Polacy w całym kraju obchodzili Święto Niepodległości

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

Narodowe Święto Niepodległości w Warszawie i całej Polsce obchodzone jest na wiele sposobów. Marsze, koncerty, potańcówki, liczne zawody sportowe, a także ćwiczenia służb ratowniczych.

W stolicy uroczystości z okazji rocznicy odzyskania niepodległości rozpoczęły się od złożenia wieńca przed pomnikami Ojców Niepodległości w Warszawie.

Potem prezydencka para, Karol i Marta Nawrocki, a także szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz wzięli udział w mszy za ojczyznę.

Prezydent wręczył odznaczenia

Kolejnym punktem obchodów święta było tradycyjne wręczenie w Pałacu Prezydenckim przez Karola Nawrockiego odznaczeń państwowych.

Pisarz Waldemar Łysiak oraz dziennikarz i działacz polskiej mniejszości na Białorusi Andrzej Poczobut zostali odznaczni Orderem Orła Białego.

Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski uhonorowani zostali dziennikarz Przemysław Babiarz i fizyk, prof. Konrad Banaszak. Z kolei Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski otrzymali inżynier i astronauta Sławosz Uznański-Wiśniewski oraz aktor Adam Woronowicz.



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

W całym kraju świętowano wczoraj Dzień Niepodległości

Centralne uroczystości Święta Narodowego

W południe przedstawiciele najwyższych władz państwowych, z prezydentem i jego małżonką na czele, wzięli udział w uroczystej odprawie wart przed Grobem Nieznanego Żołnierza na placu Piłsudskiego.

W uroczystościach wzięli udział również m.in. wicepremier, minister cyfryzacji Krzysztof Gawkowski, prezydent Warszawy Rafał Trzaskowski, szef BBN Sławomir Cenckiewicz, I prezes SN Małgorzata Manowska i prezes Try-

bunału Konstytucyjnego Bogdan Święczkowski.

Premier Donald Tusk obchodził Święto Niepodległości w Gdańsku.

Prezydent Karol Nawrocki wręczył też nominacje generalskie jedenastu oficerom Wojska Polskiego, oficerowi policji, oficerowi straży granicznej oraz oficerowi Państwowej Straży Pożarnej.

W ceremonii, obok prezydenta, wzięli udział także wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz i szef MSWiA Marcin Kierwiński (w których gestii jest składanie wniosków

o awanse żołnierzy i funkcjonariuszy).

Po tej uroczystości do rodaków przemówił prezydent Karol Nawrocki. Po nim głos zabrał szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz.

Następnie delegacja przedstawicieli państwowych złożyła wieniec od narodu na płycie Grobu Nieznanego Żołnierza.

Kolejnym punktem była defilada wojsk, która zakończyła centralne państwowe uroczystości obchodów Święta Niepodległości.

Przez ulice Warszawy przeszedł też Marsz Narodowców z udziałem prezydenta i jego małżonki. Uczestnicy nieśli biało-czerwone flagi, mieli kotyliony, opaski, wianki i czapki w barwach narodowych.

Przed rozpoczęciem marszu uczestnicy odmówili modlitwę różańcową. Mimo zakazu, odpalili race i świece dymne.

Tegoroczny marsz szedł pod hasłem „Jeden naród, silna Polska”. (Kiedy zamykaliśmy to wydanie gazety, marsz jeszcze ruszył - dop. red.)

Bieg Niepodległości

Wcześniej w stolicy tradycyjnie o godz. 11.11 na ulicach pojawiło się ponad 20 tysięcy osób z całej Polski w biało-czerwonych barwach z okazji 35. Biegu Niepodległości.

Przed startem uczestnicy odśpiewali hymn. Jak mówili, to jest ich sposób na wspólne świętowanie niepodległości. PAP

Prezydent Karol Nawrocki chce przeprosin od szefów służb specjalnych. Zwrócił się też do Donalda Tuska

Aleksandra Jaros
Warszawa

Karol Nawrocki przekazał, że oczekuje od szefów służb specjalnych przeprosin za to, że odmówili spotkania się z nim. Wyraził też swój żal do Donalda Tuska za „posuwanie się do polityki twitterowej”.

- Po raz pierwszy w historii II Rzeczypospolitej, po roku 1989, szefowie służb odmówili spotkania z polskim prezydentem

wybrany demokratycznie - powiedział Karol Nawrocki w wywiadzie udzielonym Telewizji Republika.

Prezydent oczekuje przeprosin

- Czekam na przeproszenie i na stawienie się szefów służb u prezydenta Polski, żeby rozmawiać także o awansach oficerskich - zaznaczył. Podkreślił, że jako prezydent powinien być wyposażony „w pełną wiedzę”, biorąc pod uwagę kwestie bez-

pieczeństwa i „tego, co dzieje się na całym świecie, także za naszą wschodnią granicą”.

Nawrocki: mam nadzieję, że premier wyciągnie z tego konsekwencje

Według Nawrockiego szefowie służb nie przyszedli na rozmowę z prezydentem, a także na ustalenie tego, jak mają wyglądać kolejne awanse na stopnie oficerskie, na polecenie premiera Donalda Tuska, co jest -

jak określił - „bardzo niepokojące”. Wskazał przy tym, że „nie zamierzał być małosłowny” i informować o sprawie opinii publicznej, ale zrobił to po wystąpieniu premiera w serwisie X.

- Mam nadzieję, że pan premier wyciągnie z tego konsekwencje i że jest to pierwszy i ostatni raz, gdy posuwa się do polityki twitterowej wokół kwestii bezpieczeństwa - podkreślił Nawrocki. PAP

Zakaz dostępu do mediów społecznościowych

Kazimierz Sikorski
Dania

Kopenhaga ogłosiła porozumienie w sprawie zakazu dostępu do mediów społecznościowych osobom poniżej 15. roku życia. Tak Dania wywiera presję na Big Techy.

Kopenhaga zwiększa presję na platformy Big Tech w związku z rosnącymi obawami, że dzieci są zbyt mocno wciągane w cyfrowy świat szkodliwych treści i interesów komercyjnych.

Taki środek byłby jednym z najbardziej radykalnych kroków podjętych przez rząd kraju będącego w Unii Europejskiej.

Caroline Stage, minister ds. cyfrowych Danii, powiedziała AP, że 94 procent duńskich dzieci poniżej 13. roku życia ma profile

na co najmniej jednej platformie mediów społecznościowych, a ponad połowa dzieci poniżej 10. roku życia ma takie profile.

Zakaz nie wejdzie w życie od razu. Krok ten jest następstwem decyzji podjętej w grudniu w Australii, gdzie uchwalono pierwszy na świecie zakaz korzystania z mediów społecznościowych przez dzieci, ustalając minimalny wiek na 16 lat.

Urzednicy w Danii nie wyśnili, jak taki zakaz będzie egzekwowany w świecie, w którym miliony dzieci mają łatwy dostęp do ekranów. Stage zauważyła jednak, że Dania posiada krajowy system elektronicznej identyfikacji - prawie wszyscy duńscy obywatele powyżej 13. roku życia posiadają taki dokument - i planuje uruchomić aplikację weryfikującą wiek. PAP



Rząd Danii zamierza zakazać dzieciom dostępu do mediów społecznościowych

Diamant florencki odnaleziony po ponad wieku

Kazimierz Sikorski
Kanada

137-karatowy diament florencki w końcu odnaleziony. Klejnot, noszony przez wieki przez europejską rodzinę królewską, zaginął ponad 100 lat temu, pod koniec I wojny światowej.

Diamant znajdował się w kanadyjskim skarbcu bankowym i był częścią rodzinnej tajemnicy. 137-karatowy diament o charakterystycznym żółtym odcieniu był noszony przez europejską rodzinę królewską przez wieki, ale nie był widziany od 1918 r.

Jest obecnie własnością potomków austro-węgierskiej rodziny królewskiej, którzy ujawnili rodzinną tajemnicę po tym, jak klejnot trafił do Europy.

Ostatnimi znanymi właścicielami kamienia byli Karol I,

ostatni cesarz Austro-Węgier, i jego żona, cesarzowa Zyta. Para uciekła z Austrii pod koniec I wojny światowej i uważano, że klejnot zaginął. Karol I zmarł w 1922 r., a Zyta i reszta rodziny przenieśli się do Kanady.

Istnieje wiele teorii na temat losów diamentu. Jednak wnuk pary, Karl von Habsburg-Lothringen, powiedział, że jego babcia podróżowała z diamentem, a także kilkoma innymi cennymi klejnotami, w tekturowej walizce. Przypuszcza, iż po przyjeździe do Kanady umieściła skarby w kanadyjskim banku, dodając: „I w tym bankowym sejfie zostały”.

Zyta, która zmarła w 1989 r., poinformowała o miejscu przechowywania diamentu tylko swoich synów Roberta i Rodolphe'a i poprosiła, aby przez 100 lat po śmierci jej męża zachowali lokalizację kamienia w tajemnicy.

Słynny wieżowiec w Nowym Jorku podświetlony na biało-czerwono

Jacek Czaplewski
USA

Robert Lewandowski jako mistrz ceremonii podświetlił na biało-czerwono słynny wieżowiec Empire State Building. Stało się tak z okazji Narodowego Święta Niepodległości - pierwszy raz w historii.

Robert Lewandowski, jako jeden z najbardziej rozpoznawalnych Polaków na świecie, skorzystał z zaszczytu podświetlenia biało-czerwonych barw na ikonie Nowego Jorku, za który uważa się budynek Empire State Building.

Lewandowski dokonał tego za pomocą specjalnej wajchy. Towarzyszyła mu żona Anna.

- To światło jest kierowane do wszystkich Polaków w Polsce, Stanach Zjednoczonych i rozsyłanych po całym świecie. Jestem szczególnie zaszczycony, że mogę tu być w tak wielkim dniu. To wielkie wyróżnienie dla Polaków, całej ojczyzny, a dla mnie osobiście wielkie przeżycie, że możemy świętować swoją niezależność. Jestem dumny, że jestem Polakiem. Jestem dumny, że mogę reprezentować nasz kraj niezależnie od tego, gdzie gram. Zawsze robię to dla naszej ojczyzny. Powinniśmy wszyscy razem celebrować naszą niezależność. Cieszymy się! - mówił Lewandowski, który otrzymał miniaturową wersję budynku.



Robert Lewandowski podświetlił na biało-czerwono słynny wieżowiec Empire State Building. Stało się tak z okazji Narodowego Święta Niepodległości

To gest uznania dla polskiej historii i kultury, a także dla milionów Polaków mieszkających w Ameryce. Biało-czerwona iluminacja Empire State Building jest pierwszą w historii z okazji Święta Niepodległości.

Gmach słynie z tradycji zmiennych iluminacji

Empire State Building to jeden z najbardziej rozpoznawalnych budynków na świecie. Zbudowany w 1931 roku, przez wiele lat był najwyższym wieżowcem globu. Położony w sercu Manhattanu, stanowi nie tylko atrakcję turystyczną, lecz także miej-

sce licznych wydarzeń kulturalnych i symbolicznych.

Od 1976 roku gmach słynie z tradycji zmiennych iluminacji, które wyrażają wsparcie dla ważnych inicjatyw, świąt narodowych, wydarzeń sportowych czy kampanii społecznych. Dzięki nowoczesnemu systemowi LED

Od 1976 roku gmach słynie z tradycji zmiennych iluminacji, które wyrażają wsparcie m.in. dla ważnych inicjatyw i świąt narodowych

na drapaczu chmur można tworzyć spektakularne pokazy świetlne widoczne z wielu zakątków miasta.

Pierwszy raz w historii

Robert Lewandowski przyjechał do Nowego Jorku na zaproszenie amerykańskiej Polonii i konsulatu RP. Zjawił się tam w poniedziałek. Po godzinie 16 miejscowego czasu (22 w Polsce) jako mistrz ceremonii podświetlił na biało-czerwono słynny wieżowiec Empire State Building. Stało się tak z okazji Narodowego Święta Niepodległości - pierwszy raz w historii. PAP

Sarkozy opuszcza więzienie. Sąd zgodził się na zwolnienie byłego prezydenta Francji

Aleksandra Jaros
Paryż

Były prezydent Francji Nicolas Sarkozy opuścił więzienie Sante w Paryżu, w którym odbywał od 21 października wyrok pozbawienia wolności.

Wcześniej w poniedziałek sąd zgodził się, by Sarkozy został zwolniony pod nadzorem sądowym.

Samochód z przyciemnionymi szybami, w którym znajdował się Sarkozy, wyjechał z więzienia 10 listopada, krótko po godz. 15 pod eskortą policji. Niedługo później prezydent przybył do swego domu w dzielnicy 16. w zachodniej części Paryża.

Sarkozy nie będzie mógł opuszczać terytorium Francji. Sąd zabronił mu również kon-



Były prezydent Francji Nicolas Sarkozy

taktowania się z ministrem sprawiedliwości Geraldem Darmaninem, który wcześniej odwiedził go w więzieniu.

Adwokaci byłego prezydenta podkreślili po ogłoszeniu decyzji, że następnym etapem będzie odwołanie się od wy-

roku przed sądem wyższej instancji.

Sąd rozpoczął obrady nad wnioskiem w poniedziałek rano. Do sali posiedzeń nie mogli wejść fotoreporterzy, a dziennikarzom nie pozwolono na używanie telefonów komórkowych, by uniknąć robienia zdjęć uwięzionemu byłemu prezydentowi. Sarkozy wystąpił przez łącze wideo i był wyraźnie spięty.

- Będę walczył, aby prawda zwyciężyła - mówił były prezydent w około 15-minutowym wystąpieniu. Jego adwokat Christophe Ingrassia przekonywał, że pobyt za kratami jest zagrożeniem dla byłego szefa państwa, któremu - ze względów bezpieczeństwa - trzeba było zapewnić ochronę w paryskim więzieniu Sante.

Sarkozy po raz kolejny przekonywał, że nie dopuścił się

czynów, za które został skazany, czyli domniemanego finansowania jego kampanii wyborczej przez Libię. - Nigdy nie miałem pomysłu ani szalonego zamiaru, by prosić o pieniądze (byłego przywódcy Libii Muammara) Kaddafiego - powiedział były prezydent.

Przyznał też, że nie wyobrażał sobie, że w wieku 70 lat trafi do więzienia. Powiedział, że to „bardzo trudne” doświadczenie. - To pozostawia ślady na każdym uwięzionym - powiedział Sarkozy.

Przekonywał, że w razie zwolnienia będzie respektował wszelkie zobowiązania, które zostaną na niego nałożone, i podkreślił, że jego rodzina znajduje się we Francji.

Na sali sądowej obecna była jego małżonka Carla Bruni i jeden z synów. PAP

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE: Zakaz picia w sanatoriach?

Jadą podreperować zdrowie – w teorii. Niestety, nie brakuje kuracjuszy, którzy zamiast regenerować siły i korzystać z zabiegów, nadużywają alko-

holu. Już teraz są surowe regulaminy, ale niektórzy je obchodzą. Sytuację ma unormować nowelizacja ustaw regulujących sprzedaż i spożywanie alkoholu w sanatoriach. Czego będzie dotyczył zakaz, kiedy wejdzie w życie i co się zmieni dla kuracjuszy?

ZA TYDZIEŃ:

● Padaczka: jak żyją pacjenci dotknięci chorobą? Czas przełamać stereotypy dotyczące tego schorzenia

● Tłuszcze w diecie. Czy smalec z gęsi jest zdrowy?



FOT. 123RF

Rak płuca to groźny i podstępny przeciwnik. Jakie są jego objawy?

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Rak płuca jest najczęściej występującym i jednym z najgorzej rokujących nowotworów złośliwych w Polsce. Rozwija się wolno, początkowo nie dając wyraźnych objawów. Zagraża nie tylko palaczom.

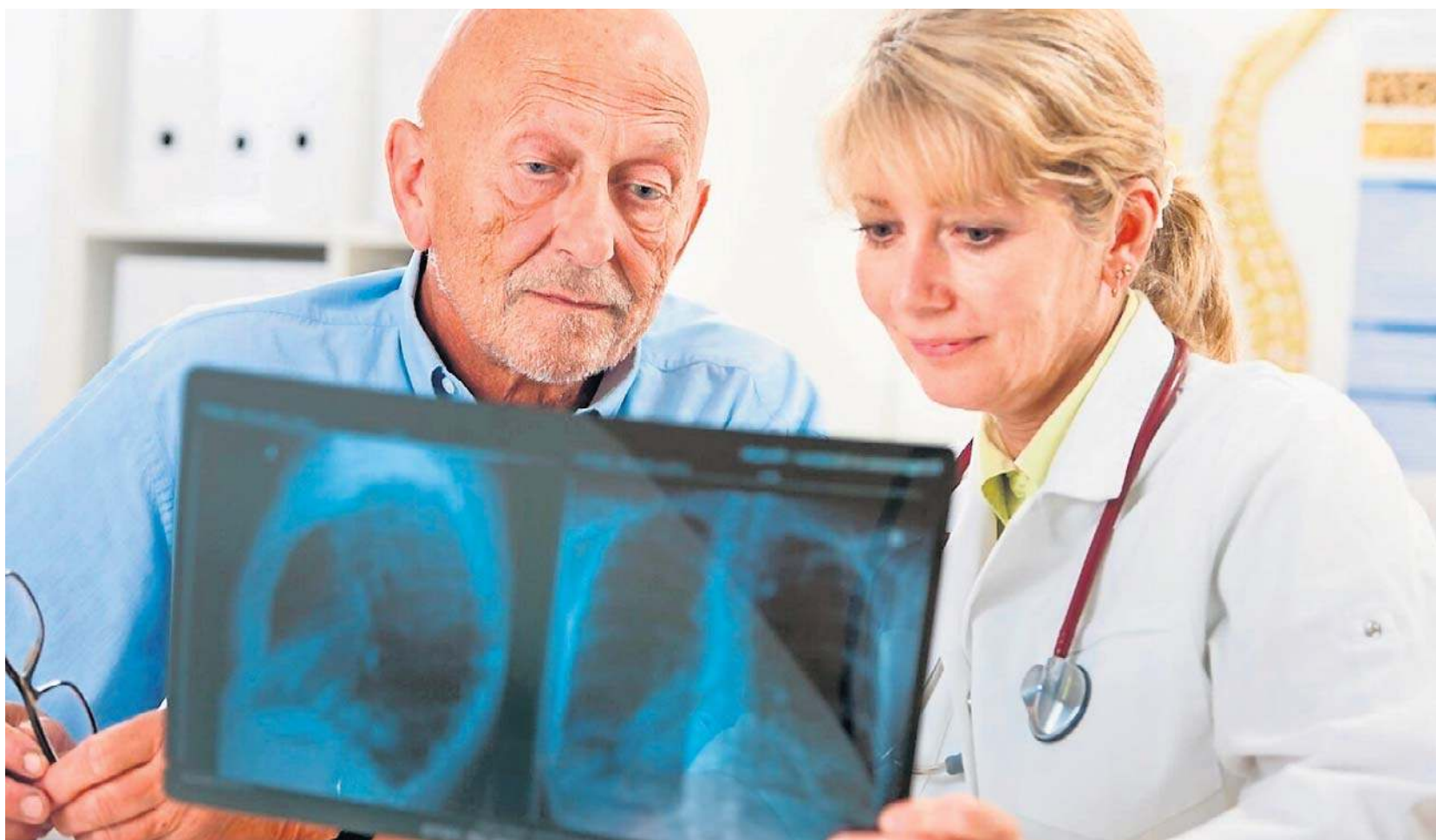
Ten nowotwór złośliwy najczęściej diagnozowany w Polsce u mężczyzn oraz drugi po nowotworach piersi u kobiet (wg danych Krajowego Rejestru Nowotworów za 2019 r. – nowszych liczb brak). Jego główną przyczyną jest palenie papierosów, a także biernie narażanie się na wdychanie dymu tytoniowego.

Do innych przyczyn raka płuca należą narażenie na substancje chemiczne, np. azbest, krzemionka, kontakt z pierwiastkami promieniotwórczymi (radon), predyspozycje genetyczne, zanieczyszczenie powietrza, wiek. Przyczyną raka płuca może być także zanieczyszczenie środowiska. Według badań ryzyko zachorowania na ten nowotwór jest znacznie większe w regionach zurbanizowanych i wysokoprzemysłowych.

Zdarza się, że rak płuca diagnozowany jest przypadkowo podczas leczenia nawracających epizodów zapalenia oskrzeli lub zapalenia płuc. Jeśli guz znajduje się w pobliżu dróg oddechowych, może powodować ich niedrożność, co z kolei przyczynia się do powstawania nawracających infekcji. Jeśli więc cierpisz na przewlekłe infekcje klatki piersiowej, koniecznie się przebadaj.

Pierwsze objawy raka płuca łatwo zbagatelizować

Rak płuca najczęściej rozwija się bezobjawowo. Pierwsze objawy nowotworu pojawiają się, gdy guz jest już tak duży, że uciska sąsiadujące tkanki lub na nie naciska. Zwykle wykrywany jest przypadkowo w badaniu rentgenowskim płuca lub



FOT. 123RF

Rak płuca dotyczy nie tylko palaczy. To najczęściej występujący nowotwór złośliwy w Polsce

tomografii komputerowej wykonywanych z powodu nasilających się objawów takich jak kaszel, duszność czy podejrzenie zapalenia oskrzeli. W zaawansowanym stadium choroby mogą pojawić się już przerzuty, które najczęściej powstają w wątrobie, mózgu, nadnerczach i kościach.

Jakie objawy powinny zaniepokoić i skłonić do pilnego kontaktu z lekarzem?

● Utrata masy ciała jest jednym z pierwszych objawów każdego nowotworu, w tym raka płuca, jest niewyjaśniona utrata masy ciała. Szacuje się, że 40 proc. osób, u których zdiagnozowano raka, doświadczyło niewyjaśnionej utraty wagi. Dzieje się tak m.in. przez zmiany w układzie odpornościowym, zmiany hormonalne i metaboliczne, a także przez brak apetytu oraz trudności

z połykaniem. Jeśli w ostatnim czasie straciłeś kilka kilogramów na wadze bez żadnego wysiłku, a do tego palisz papierosy, warto, abyś skontaktował się z lekarzem.

● Chrypka może być niegroźnym objawem zwykłej infekcji górnych dróg oddechowych. Jednak, gdy chrypliwy głos i drapanie w gardle przez dłuższy czas (minimum 2-3 tygodnie) dokucza palaczowi, powinien on udać się na kontrolę do lekarza specjalisty.

Duszności i świszczący, „ciężki” oddech pojawiają się

Rak płuca zwykle diagnozowany jest zbyt późno, dlatego bardzo ważne jest reagowanie na wszystkie niepokojące symptomy

u większości palaczy i również mogą być wczesnymi objawami raka płuca. Rozrastający się guz może bowiem blokować światło oskrzeli. W przypadku duszności, które w miarę upływu czasu nasilają się, należy udać się na wizytę do lekarza pierwszego kontaktu lub pulmonologa.

● Uporczywy kaszel to jeden z najczęściej występujących objawów raka płuca. W momencie rozpoznania choroby występuje on u ok. 50 proc. pacjentów. Kaszel może być suchy lub mokry i może pojawiać się o każdej porze dnia. Wiele osób usprawiedliwia tę dolegliwość alergiami lub suchym powietrzem w okresie zimy. Tymczasem kaszel palacza może zwiastować poważną chorobę, w tym raka płuca. Nie należy więc go lekceważyć.

● Odkrztuszanie płwociny z krwią (krwiopłucie) jest bar-

dzo niepokojące i może sugerować raka. Występuje u około jednej piątej pacjentów z nowotworem płuca, czasami jako pierwszy objaw tej choroby. Krwiopłucie jest symptomem, który może bardzo szybko stać się poważny. Odkrztuszanie nawet 2 łyżeczek krwawej płwociny jest uważane za nagły przypadek medyczny.

● Ból w klatce piersiowej, plecach lub ramionach. Tego typu dolegliwość nasila się zwykle podczas kaszlu, śmiechu lub głębokiego oddychania. Większość osób z rakiem płuca nie odczuwa bólu ani innych objawów we wczesnych stadiach. Jest tak, ponieważ same płuca nie mają nerwów czuciowych.

Te znajdują się natomiast w otaczających je tkankach. Ból może wystąpić, gdy rak płuca zaatakuję ścianę klatki piersiowej, żebra, kręgi lub niektóre

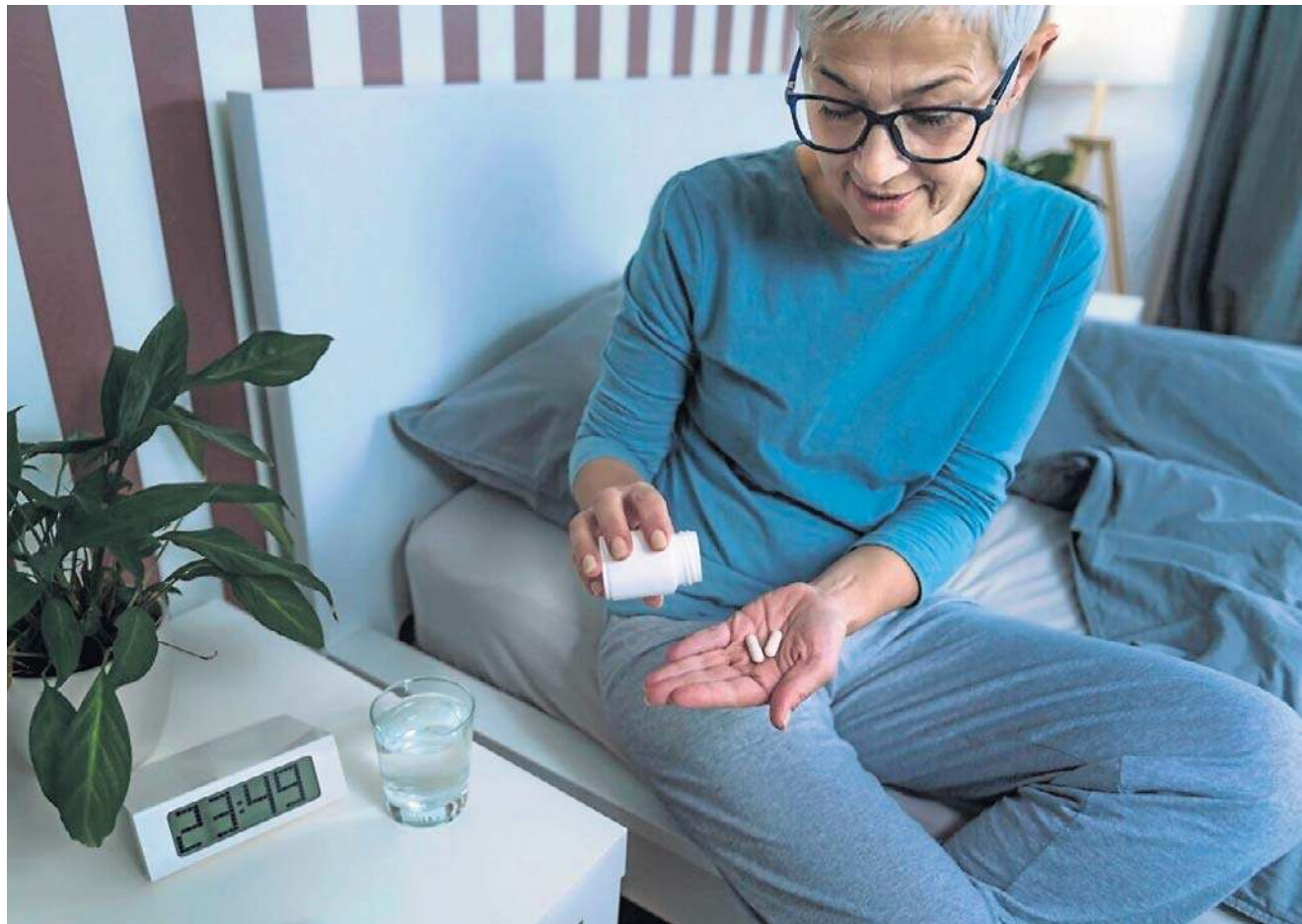
nerwy. Na przykład guz Pancosta, który tworzy się na samym szczycie płuc, często atakuje pobliskie tkanki, powodując ból ramion.

Leczenie i rokowania

Leczenie raka płuca polega przede wszystkim na operacyjnym wycięciu guza. Często jednak nowotwór ten wykrywany jest w zaawansowanym stadium, gdy całkowite usunięcie zmian nie jest już możliwe. W takim przypadku stosuje się radioterapię i chemioterapię.

Leczenie raka płuca nie daje zadowalających efektów, a śmiertelność jest bardzo duża (okres 5 lat od postawienia diagnozy przeżywa w Polsce tylko 14,4 proc. pacjentów), dlatego najważniejsza jest profilaktyka związana głównie z unikaniem dymu tytoniowego oraz innych czynników rakotwórczych.

Zażywasz melatoninę? Uwaga, może zwiększać ryzyko niewydolności serca



Amerykańscy specjaliści zalecają ostrożność w przyjmowaniu melatoniny

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

Długotrwałe przyjmowanie suplementów melatoniny, często stosowanych w celu poprawy snu i łagodzenia bezsenności, może być niebezpieczne dla serca - twierdzą amerykańscy naukowcy.

Dokładnie - może wiązać się z wyższym ryzykiem rozwoju niewydolności serca, hospitalizacji z jej powodu oraz zgonu z jakiegokolwiek przyczyny - ogłoszono podczas konferencji American Heart Association w Nowym Orleanie.

Czym jest melatonina?

Melatonina jest hormonem odpowiedzialnym za regulację cyklu snu i czuwania, produkowanym przez szyszynkę. W nocy jej poziom naturalnie wzrasta, natomiast w ciągu dnia spada.

Osobom, które mają problemy z zasypianiem lub odczuwają dyskomfort związany ze zmianą stref czasowych, często poleca się suplementację melatoniną w postaci syntetycznych preparatów o takiej samej strukturze jak hormon

wytwarzany przez organizm. Można je kupić bez recepty jako leki lub suplementy diety, przy czym suplementy nie są ściśle kontrolowane, co może skutkować różnicami w ich składzie i dawkowaniu.

Naukowcy przeanalizowali dane medyczne ponad 130 tys. pacjentów z przewlekłą bezsennością. W badaniu porównano osoby stosujące melatoninę nieprzerwanie przez co najmniej rok z grupą, która jej nie używała. Z analizy wyłaczono chorych z istniejącą niewydolnością serca oraz osoby przyjmujące inne środki nasenne.

Melatonina a wydolność serca

Wyniki wskazały, że długotrwałe przyjmowanie melatoniny wiązało się z blisko 90-procentowym zwiększeniem ryzyka wystąpienia niewydolności

Wciąż brakuje solidnych danych dotyczących długotrwałego wpływu melatoniny na układ sercowo-naczyniowy

ności serca w porównaniu z osobami niestosującymi tego hormonu. Ponadto osoby suplementujące melatoninę miały prawie 3,5-krotnie wyższe ryzyko hospitalizacji z powodu niewydolności serca oraz niemal dwukrotnie większe ryzyko zgonu z jakiegokolwiek przyczyny w ciągu pięciu lat obserwacji.

- Preparaty z melatoniną mogą nie być tak nieszkodliwe, jak się powszechnie uważa. Jeśli nasze wyniki się potwierdzą, może to wpłynąć na zalecenia lekarzy dotyczące ich stosowania w celu na poprawę snu - powiedział dr Ekenedilichukwu Nnadi, główny autor badania z SUNY Downstate Health Sciences University w Nowym Jorku. Jak podkreślił, szczególnie zaskoczyło ich to, że podwyższone ryzyko pozostawało wyraźne nawet po uwzględnieniu wielu innych zmiennych, takich jak wiek pacjentów, współistniejące choroby czy stosowane terapie.

Naukowcy zaznaczyli również, że choć melatoninę powszechnie postrzega się jako naturalny i bezpieczny sposób na poprawę snu, wciąż brakuje solidnych danych dotyczących

jej długotrwałego wpływu na układ sercowo-naczyniowy. To właśnie ta luka w wiedzy skłoniła ich do przeprowadzenia badania, w którym skoncentrowali się na ryzyku niewydolności serca - jednym z najpoważniejszych problemów zdrowotnych związanych z krążeniem.

- Jestem zdziwiona, że lekarze tak łatwo przepisują pacjentom melatoninę i pozwalają na jej stosowanie przez ponad rok. (...) Nie powinno tak być bez wyraźnych wskazań - skomentowała zaprezentowane wyniki prof. Marie-Pierre St-Onge z Columbia University, która nie uczestniczyła w badaniu.

Badacze podkreślili, że przedstawione wyniki należy traktować z ostrożnością, ponieważ analiza opiera się na wczesnych danych i ma charakter obserwacyjny, więc nie dowodzi związku przyczynowego. Mimo tych ograniczeń autorzy zwracają uwagę, że uzyskane rezultaty są na tyle alarmujące, iż potrzebne są pilne, bardziej szczegółowe badania oceniające bezpieczeństwo stosowania melatoniny pod kątem zdrowia serca.



Już obecnie w wielu sanatoriach obowiązuje surowy regulamin, jednak pacjenci notorycznie go obchodzą

Koniec spożywania alkoholu w sanatoriach

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

Szykują się zmiany w prawie. Już od 1 stycznia 2026 turnusy w polskich sanatoriach mogą się bardzo zmieścić: rząd chce wprowadzić całkowity zakaz sprzedaży alkoholu w sanatoriach.

Jeszcze w ostatnim kwartale 2025 r. pod obrady Sejmu mają wpłynąć trzy różne projekty nowelizacji ustaw o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi oraz o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych. Zgłosiły je Lewica, Polska 2025 i Ministerstwo Zdrowia.

Projekt ministerialny zakłada istotne zmiany dla kuracjuszy. Otóż, jeśli nowelizacja wejdzie w życie, od 1 stycznia 2026 r. na terenie zakładów leczniczych w całym kraju, także sanatoriów, będzie obowiązywał zakaz sprzedaży, podawania i spożywania alkoholu.

Co to oznacza w praktyce?

To, że skończą się w sanatoriach wieczorne dancingi przy drinkach. W internecie znaleźć można wiele historii o piciu na turnusach, opowiadanych przez kuracjuszy i pracowników sanatoriów. Przeważają opinie negatywne. Owszem, najczęściej kurację wypić, by się rozluźnić i zabawić wieczorem bez sprawiania kłopotów, ale wystarczy, że trafi się jedna czarna owca, by zepsuć turnus wielu osobom.

Pacjenci obchodzą regulamin

Do tej pory wszystko zależało od regulaminów sanatoriów i decyzji gmin, które wydawały zgodę na handel alkoholem na terenie zakładów leczniczych takich jak sanatoria. Regulaminy bywały bardzo różne. W jednych sanatoriach obowiązywał surowy zakaz spożywania alko-

holu, inne miały kawiarnie, w których można było kupić różnego rodzaju napoje wysokowe, i zachęcały kuracjuszy do ich nabywania oraz spożywania w czasie wieczornych zabaw. Bywało, że zakrapiane imprezy w sanatoriach niewiele różniły się od podobnych wieczorków na wakacjach all inclusive, zarówno w przypadku turnusów finansowanych przez NFZ, jak i prywatnych. Przypadki wykłuczenia pacjenta z turnusu za pijaństwo zdarzały się, ale rzadko.

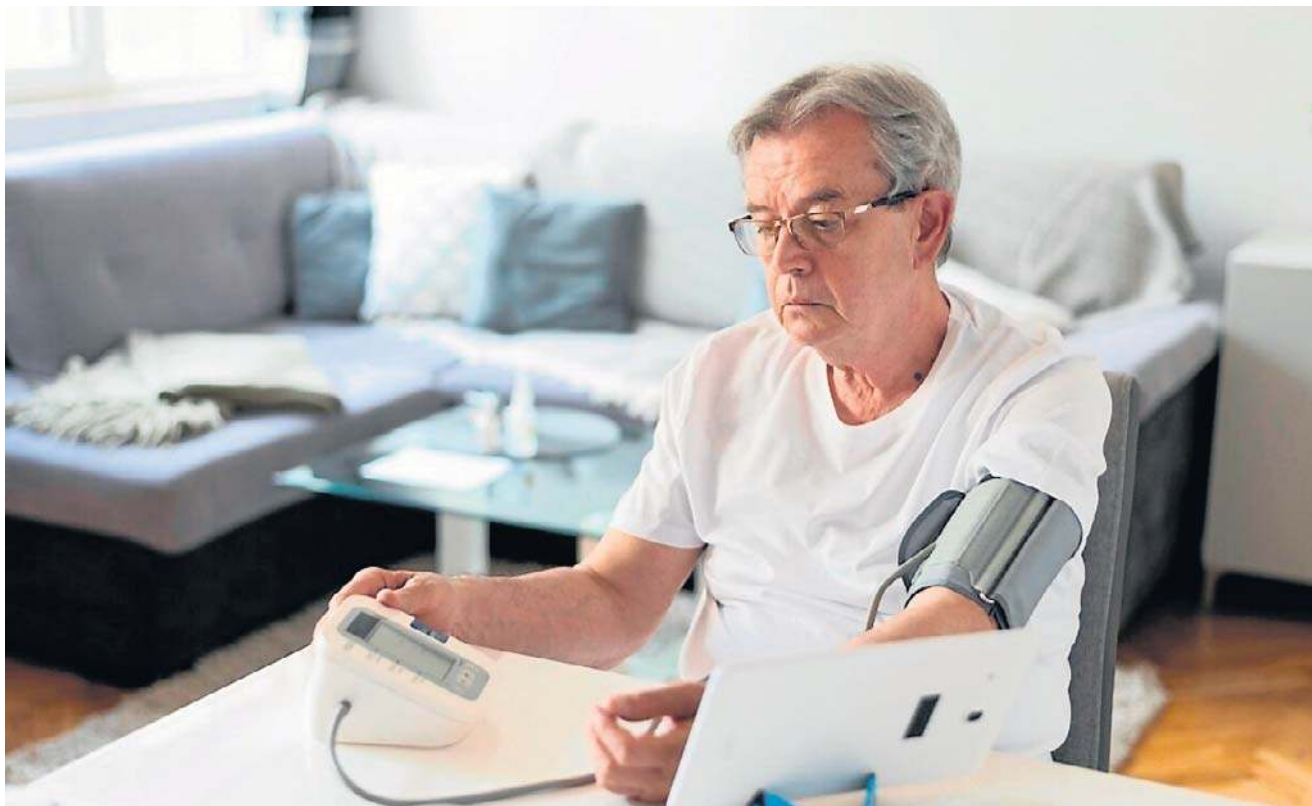
Sami pacjenci też potrafili obchodzić sanatoryjne regulaminy i po prostu zaopatrywali się w alkohol w okolicznych sklepach, by spożywać go potem w zaciszu własnych pokoi w zakładzie leczniczym, lub chodzili na lampkę wina do knajp na mieście - kuracjusze nie są przecież ubezwłasnowolnieni i mogą opuszczać tereny sanatoriów wedle woli.

Jeśli nowe przepisy wejdą w życie, zakrapiane imprezki na terenie sanatoriów nie będą już możliwe, podobnie - przynajmniej w teorii - ścigane będzie popijanie w pokojach. Jednak nadal nic nie będzie stało na przeszkodzie, by po prostu wyjść na drinka poza sanatorium.

Ministerstwo Zdrowia raportuje, że jedną z przyczyn przygotowania projektu antyalkoholowych zmian w ustawach były liczne skargi, napływające do NFZ, na zakłócanie spokoju w czasie turnusów, spowodowane głośnymi i trwającymi do późnej nocy imprezami na terenie sanatoriów.

Zdrowy sen i porządek w poczynku to jeden z ważnych elementów kuracji w sanatoriach i uzdrowiskach, a rozochoceni alkoholem uczestnicy dancingów pozbawiali go nie tylko siebie, ale też innych uczestników turnusu. Zmiany w przepisach mogą położyć kres tego rodzaju ekscesom, o ile zakaz sprzedaży i spożywania alkoholu na terenie sanatoriów będzie egzekwowany.

Wahania ciśnienia przyczyną demencji? Mózg cierpi, gdy ciśnienie ciągle skacze



Badania naukowe dowodzą, że stabilizacja ciśnienia krwi może zapobiec rozwojowi demencji

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

Szybkie wahania ciśnienia krwi mogą prowadzić do wczesnych symptomów degeneracji mózgu u osób starszych, mimo iż ogólne ciśnienie pozostaje dobrze kontrolowane i jest w normie.

Badania przeprowadzone przez naukowców z University of Southern California wskazują na związek między zmiennością ciśnienia krwi a uszkodzeniem mózgu. „Dynamiczna niestabilność” ciśnienia krwi, obserwowana w krótkich odstępach czasu, jest powiązana z utratą tkanki mózgowej w obszarach odpowiedzialnych za pamięć i funkcje poznawcze.

Profesor gerontologii i medycyny w USC Leonard Davis School, starszy autor badania Daniel Nation zauważył, że nawet przy prawidłowym średnim ciśnieniu krwi zmienność między uderzeniami serca może obciążać mózg.

- Te wahania z chwili na chwilę wydają się związane z tymi samymi rodzajami zmian w mózgu, które obserwujemy we wczesnej neurodegeneracji - powiedział Daniel Nation.

To nowe podejście pokazuje, że różnice między uderzeniami serca mogą być równie istotne jak ogólne wartości ciśnienia. Chociaż od lat wiemy, że wysokie ciśnienie krwi zwiększa ry-

zyko demencji, najnowsze badania skupiają się na nowym, cichym zagrożeniu: zmienności ciśnienia krwi. Dowody sugerują, że to właśnie gwałtowne wahania - gdy ciśnienie wzrasta i spada w krótkim czasie - mogą obciążać małe naczynia krwionośne w mózgu i upośledzać stały przepływ krwi. To odkrycie zmienia podejście do profilaktyki demencji.

Zmienność ciśnienia krwi, jak mówi Daniel Nation, „nie jest statyczna, stale dostosowuje się do potrzeb organizmu”. Jednak w miarę starzenia się ta regulacja może być mniej dokładna, co prowadzi do przedwczesnego starzenia naczyń krwionośnych i potencjalnego uszkodzenia mózgu. Te nadmierne wahania mogą zmniejszać zdolność naczyni do dostarczania stałego przepływu krwi, obciążając małe naczynia w mózgu.

Badanie wykorzystało średnią rzeczywistą zmienność oraz wskaźnik sztywności tętnic do oceny „dynamicznej niestabilności ciśnienia krwi”. Badanie obejmowało 105 osób, których zmienność ciśnienia była monitorowana w krótkich odstępach, co dostarczyło nowych wglądów w sposób, w jaki ciśnienie krwi może wpływać na zdrowie mózgu.

Badanie wykazało, że osoby z wysokim stopniem zmienności ciśnienia krwi i sztywności tętnic mają mniejszą objętość hipokampa i kory śródwęchowej,

kluczowych obszarów mózgu odpowiedzialnych za uczenie się i pamięć. Co więcej, te same osoby miały wyższy poziom neurofilamentów lekkich (NfL), co wskazuje na uszkodzenie komórek nerwowych.

To sugeruje, że zmienność ciśnienia krwi może być kluczowym czynnikiem ryzyka dla zdrowia mózgu, niezależnie

WARTO WIEDZIEĆ

Przepis na prawidłowe ciśnienie krwi

Na utrzymywanie ciśnienia na właściwym poziomie znaczący wpływ ma przede wszystkim styl życia oraz aktywność fizyczna. - Stosując szeroką gamę ćwiczeń lub czynności, takich jak ćwiczenia cardio, rozciągające, związane z postawą ciała, a także wymagające zaangażowania psychicznego, emocjonalnego i dotyczące duchowości, można naprawić osiągnąć wiele korzyści dla ciała. Obejmuje to zmniejszenie stresu, większą jasność umysłu, lepszy wskaźnik masy ciała, niższy poziom cholesterolu, lepszą tolerancję glukozy i utrzymanie ciśnienia krwi na prawidłowym poziomie - zaznacza kardiolog, dr Rigved V. Tadvalkar.

od ogólnych wartości. Zmiany te były bardziej widoczne po lewej stronie mózgu, co potwierdza wcześniejsze badania o większej podatności lewej półkuli na uszkodzenia.

Dzięki tej nowej wiedzy możliwe będzie opracowanie nowych strategii zapobiegania chorobom neurodegeneracyjnym, takim jak różne rodzaje demencji. - Tradycyjnie koncentrowaliśmy się na obniżaniu średnich wartości ciśnienia krwi. Jednak to badanie sugeruje, że powinniśmy również zwracać uwagę na to, jak stabilne jest ciśnienie krwi w danej chwili. Zmniejszenie tych wahań może pomóc chronić mózg, nawet u osób, których średnie odczyty wyglądają dobrze - powiedział Trevor Lohman, adiunkt neurologii i geriatryi na Uniwersytecie Południowej Kalifornii oraz pierwszy autor badania.

Możliwe interwencje obejmują zmiany w stylu życia, takie jak regularne ćwiczenia, odpowiednie zarządzanie stresem oraz dostosowanie godzin przyjmowania leków, co może przyczynić się do spowolnienia starzenia się mózgu i zmniejszenia ryzyka demencji.

- Nasze wyniki podkreślają, jak ściśle powiązane są serce i mózg. Utrzymanie stałego, prawidłowego przepływu krwi może być jednym z najlepszych sposobów wspierania zdrowia mózgu w miarę starzenia się - zaznaczył Lohman.

Poważne problemy pacjentów! Niektóre szpitale przesuwają planowane operacje

Anna Moyseowicz
anna.moyseowicz@polskapress.pl

Część szpitali ogranicza przyjęcia nowych pacjentów do programów lekowych i odkłada planowe operacje - wynika z ustaleń PAP. Zabiegi pilne i ratujące życie odbywają się bez zakłóceń.

Jak przekazał PAP rzecznik Naczelnej Rady Lekarskiej Jakub Kosikowski, do samorządu lekarskiego wpływają informacje o szpitalach, które przestają przyjmować nowych pacjentów.

W przypadku Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego nr 4 w Lublinie nieuregulowane przez NFZ zobowiązania z pierwszych dziewięciu miesięcy br. wynoszą 75,5 mln zł. Rzecznik placówki Alina Pospischil podała, że brak płatności i zapewnień co do ich wykonania ze strony NFZ zmusza szpital do przesuwania terminów zabiegów planowych na przyszły rok.

- Dyrekcja placówki zdecydowała o ograniczeniu planowych zabiegów operacyjnych i wstrzymaniu ich wykonywania w godzinach popołudniowych. Tzw. zabiegi „ostre” i ratujące życie odbywają się bez zmian - przekazała Pospischil.

Dodała, że szpital został zmuszony do ograniczenia zapisów do programu lekowego RDTL (ratunkowy dostęp do technologii lekowych), a brak terminowych rozliczeń negatywnie wpływa też na płynność finansową szpitala, „powodując opóźnienia w regulowaniu zobowiązań wobec kontrahentów dostarczających leki, materiały medyczne i usługi niezbędne do zapewnienia ciągłości leczenia pacjentów”.

Z problemem przesuwania planowych zabiegów zmagają się też rzeszowski Szpital Miejski im. Jana Pawła II. Jak poinformował PAP dyrektor szpitala Grzegorz Materna, w związku z nadwykonaniami świadczeń ponad limity zawarte w umowie z NFZ na chwilę obecną zostały ograniczone przyjęcia pacjentów na planowe świadczenia. Terminy na planowe zabiegi przesuwane są o około cztery miesiące. - Aktualnie terminy na planowe zabiegi endoprotezoplastyki stawu biodrowego lub kolannowego wyznaczane są na kwiecień 2027 r. - mówi.

Wartość niezapłaconych przez NFZ na rzecz tego szpitala nadwykonań za ten rok wynosi ponad 9,6 mln zł. Z kolei wykonanie ryczałtu PSZ za ten sam okres przekroczyło wartość z kontraktowaną o ponad 1,7 mln zł. - Obecnie nie ma możliwości włączenia nowych pacjentów do programów lekowych na rok 2025 - dodał dyrektor Materna.

Realizację programów lekowych w zakresie włączania nowych pacjentów do programów ograniczył także Kliniczny Szpital Wojewódzki im. Św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie.

Jarosław Szyszka, dyrektor ds. medycznych Opolskiego Centrum Rehabilitacji w Korfanowie, w rozmowie z PAP zauważył, że ograniczenia finansowe ze strony NFZ w znacznym stopniu zmniejszają liczbę pacjentów, którym można wszczepić nowe endoprotezy stawów.

- Popyt na nasze usługi jest ogromny, a w kolejce na wszczepienie endoprotezy czeka się około pięciu lat. W tej chwili robimy 900 endoprotez i około 100 zabiegów rewizji, czyli poprawiania operacji wykonanych przez szpitale w różnych częściach kraju. Możemy zwiększyć liczbę wykonywanych operacji do tysiąca, ale NFZ nie daje gwarancji zapłaty - wskazał.

Marcin Misiewicz, prezes Krapkowickiego Centrum Zdrowia podkreśla, że jego szpital stara się zapewnić opiekę wszystkim pacjentom, choć wiąże się to z rosnącym zadłużeniem. - Prowadzimy domowe leczenie żywieniowe dojelitowe i pozajelitowe. Za czwarty kwartał NFZ nie płaci już za nadwykonania. Od początku roku nie mamy zapłaty za nadwykonania w ZOL-u. To oczywiście generuje problemy finansowe dla szpitala, jednak trudno odmówić opieki osobom potrzebującym długoterminowego wsparcia - uważa.

Rzeczniczka Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze Sylwia Malcher-Nowak poinformowała PAP, że szpital nie planuje zamykania lub zawieszania pracy oddziałów. Zapadła jednak decyzja o przesuwaniu pacjentów planowych na późniejsze terminy.

W Wielospecjalistycznym Szpitalu Miejskim im. Józefa Strusia w Poznaniu część planowych zabiegów została przesunięta na późniejszy termin. Rzeczniczka placówki Zuzanna Pankros przekazała PAP, że wynika to z konieczności dostosowania się do limitów finansowych określonych przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Wielkopolskie Centrum Onkologii w Poznaniu nie planuje żadnych przesunięć terminów planowych zabiegów. Rzeczniczka WCO, Nicole Młodziejewska, przekazała, że wszystkie procedury odbywają się zgodnie z ustalonym harmonogramem, a pacjenci są przyjmowani w zaplanowanych terminach. Także Ginekologiczno-Położniczy Szpital Kliniczny im. H. Święcickiego w Poznaniu poinformował, że wszystkie świadczenia udzielane są na bieżąco, zgodnie z planem.

Polska wieś to przede wszystkim są ludzie

Rolnicy, sołtysi, liderzy społeczności i gospodynie, właściciele agroturystyk... To oni z oddaniem dbają każdego dnia o gospodarstwo, pielęgnują tradycje i rozwijają lokalne inicjatywy.

Polska wieś zawsze była sercem kraju. To tutaj tradycja spotyka się z nowoczesnością. To tutaj rodzą się inicjatywy, które zmieniają lokalne spo-

łeczności, a plony codziennej pracy zapełniają nasze stoły.

Za tym wszystkim stoją ludzie - pracownicy, wytrwali, pełni energii, pomysłów i oddania temu, co robią. Oddani swoim małym ojczyznom.

To właśnie tych bohaterów dnia codziennego uhonorujemy w ramach plebiscytu Mistrzowie Agro 2025 - największej w Polsce tego typu akcji poświęconej mieszkańcom ma-

łych miejscowości. W jej ramach co roku wyróżniamy osoby, które z pasją i determinacją rozwijają swoje gospodarstwa, angażują się w życie sołectw i budują więzi, bez których żadna społeczność nie mogłaby istnieć.

Kandydatów do nagród w plebiscycie Mistrzowie Agro nominują nasi partnerzy, patroni akcji i dziennikarze, a także Czytelnicy. W tym roku

nagrody zostaną przyznane w siedmiu kategoriach, by docenić pracę na wielu polach i nagrodzić przejawy różnorodnej działalności.

Plebiscyt Mistrzowie Agro to jednak nie tylko prestiżowe tytuły i nagrody. To przede wszystkim opowieść o ludziach - ich pracy, wartościach i codziennych wyzwaniach.

Chcemy, by wyszli z cienia i pokazali się światu!

Już sam udział w plebiscycie pozwala nominowanym kandydatom na przedstawienie swoich dokonań i działalności. W czasie trwania głosowania liderów rankingów prezentujemy nie tylko w gazecie, jak dziś, ale również w internecie, a także na naszych fanpage'ach na Facebooku. Po zakończeniu plebiscytu do gazety dołączymy specjalny dodatek, w którym zaprezentujemy lau-

reatów. Dołączenie dodatku będzie zapowiadane w gazecie, internecie, a także na Facebooku. Zanim to jednak nastąpi, trwa głosowanie, które wyłoni wspaniałych Mistrzów Agro. Laureatów poznamy najpierw w powiatach, następnie w skali województwa, a potem finał ogólnopolski wyłoni prawdziwych mistrzów nad mistrzami - którzy udowodnią, że siła polskiej wsi tkwi w ludziach.

Czytaj więcej o akcji na www.dziennikzachodni.pl/agro

Działa na rzecz społeczności sercem i czynem

- Największą radość daje mi to, że mogę działać razem z ludźmi - że wspólnie tworzymy coś trwałego i wartościowego - mówi Bożena Daniszewska (Sołectwo Wojnowice, gmina Krzanowice).

Jej historia z działalnością na wsi zaczęła się jeszcze zanim została sołtysiem - od codziennego zaangażowania. Od zawsze starała się wspierać lokalne inicjatywy. Jako członkini rady sołeckiej i innych grup po raz pierwszy poczuła, jak ogromną satysfakcję daje wspólne tworzenie czegoś dobrego dla innych. Z czasem to nie była już tylko działalność społeczna - to stało się Jej pasją. - Dziś, jako sołtys, mogę ją realizować w pełni - sercem i czynem. Mam przy tym ogromne szczęście, że towarzyszy mi cudowna Rada Sołecka. To ludzie,



na których zawsze mogę liczyć - są przy mnie w każdej sytuacji, wspierają, pomagają i razem ze mną tworzą dobro dla naszej wsi - wyjaśnia nominowana do ty-

tułu Sołtys Roku. Po pracy znajduje odpoczynek blisko natury. Najchętniej spędza czas z rodziną. Lubi cieszyć się z małych rzeczy.

Kiedy inni doceniają Jej pracę, wie, że było warto

Klaudia Kowalczyk (Niegowonice, prezes Stowarzyszenia Wsi Niegowonice i Niegowoniczki) walczy o tytuł Liderki Społeczności Roku.

- Jestem jednym z założycieli Stowarzyszenia Wsi Niegowonice i Niegowoniczki, które powstało ponad 10 lat temu. Od początku byłam w zarządzie, od dwóch lat wybrano mnie na prezes Stowarzyszenia. Lubię pomagać i organizować różnego rodzaju zabawy, festyny oraz spotkania, aby zjednoczyć naszą społeczność. Zakładając Stowarzyszenie z innymi członkami, był to świadomy wybór i chęć działalności na rzecz naszych sołectw - podkreśla pani Klaudia. Największą satysfakcję przynosi Jej to, że ludzie doceniają poświęcenie i bezinteresowny wkład w organizację różnego ro-



dzażu wydarzeń. Jak spędza czas poza pracą? - Po ciężkim dniu np. przy organizowaniu festynu, gdy pracę zaczynamy od 8 do późnych godzin nocnych, najważ-

niejszy jest odpoczynek oraz kilka godzin spokojnego snu. A następnego dnia czas spędzony z rodziną i zabawy z moim synkiem - odpowiada.

Łączy Je poczucie przynależności do wspólnoty i świadomość, że praca ma sens i przynosi realną korzyść

KGW Suszec (gmina Suszec) to zgrana grupa kobiet, które połączyła miłość do małej ojczyzny i do zajęć związanych z prowadzeniem domu i pracą na roli.

W Ich szeregach są przedstawicielki różnych pokoleń, ale bez względu na wiek, wszystkie są młode duchem. Każda z pań wnosi do koła ważności i swoistą energię. To niemała mieszanka charakterów, ale to również jedynie Je ubogaca, bo zawsze potrafią się dogadać i zgodnie współpracować



na rzecz społeczności. - Najważniejsze dla nas wartości, to pielęgnowanie tradycji, zachowywanie pamięci o dawnych czasach i minionych pokoleniach oraz wspólnota, szacunek i tolerancja. Szczególnie bliskie są nam tradycje Suszcia i Ziemi Pszczyńskiej - wyznaje Kornelia Zając. Co daje Im największą radość ze wspólnego działania? - Przede wszystkim poczucie przynależności do wspólnoty i świadomość, że nasza praca ma sens i realnie przynosi korzyść lokalnej społeczności. Kieruje nami poczucie misji. Uwieli-

biamy spędzać czas we własnym gronie, ale też zapraszać inne osoby do wspólnego działania, np. poprzez warsztaty, pokazy itd. - mówią. Każde działanie to dla Nich możliwość rozwoju, ale też spędzenia czasu w piękny sposób i w doborowym towarzystwie. Udział w Mistrzach Agro to dla KGW Suszec wielkie wyróżnienie: - Nasza działalność jest nierozdzielnie związana z obszarami wiejskimi oraz rolnictwem, obecność pośród tylu znamienitych kandydatów z całej Polski napawa nas dumą i radością.

Patroni honorowi:

Partnerzy plebiscytu:



Ministerstwo Rolnictwa
i Rozwoju Wsi

Minister Rolnictwa i Rozwoju Wsi
Stefan Krajewski



Agencja Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa



Krajowy Ośrodek
Wsparcia Rolnictwa



Targi Kielce
exhibition & congress centre



DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 32 420 73 74

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

Handlowe

ANTYKI

ANTYKI i wszelkie starocie - od igły po szafę kupię - 660-35-35-35

MASZYNY URZĄDZENIA

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTOSKUP osobowe, dostawcze (stan obojętny) Dojazd, gotówka 602-871-305, 515-274-430 Własny transport

Autoskup, wszystkie 515274430

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

SPŁACIMY Twoje chwilówki i inne długie, zamienimy na jedną niską ratę, 20 lat doświadczenia 733-556-449

Praca

ZATRUDNIĘ

OCHRONA z gr. niepełnosprawności Czechowice-Dziedzice tel. 604 630 556

OCHRONNA z gr. niepełnosprawności Gliwice/Zabrze tel. 604 630 556

SERWIS sprząający z gr. niepełnosprawności Psar/Gródków tel. 668 085 925

SERWIS sprząający z gr. niepełnosprawności Sosnowiec tel. 604 630 556

AUTOPROMOCJA

SERWIS sprząający z gr. niepełnosprawności Wojkowice tel. 604 630 556

Usługi

BIUROWO - PROJEKTOWE

ŚWIADECTWA energetycz: 606307123

PORZĄDKOWE

CZYSZCZENIE wykładzin, tapicerek, dywanów. Solidnie! Tel.: 606-274-056.

PRZEPROWADZKI

A-Z Przeprowadzki+Ekipa: 504709047

Turystyka

KRAJ - GÓRY

WISŁA - Sylwestrowy Kulig z Biesiadą w Kolybie, regionalne menu, Kapela. Tel.503-492-612

Matrymonialne

"ROMEO" biuro matrym. 502 363 127

Różne

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

Usługi pogrzebowe

0011232402

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

REKLAMA 0011427675

AGENCJA MIENIA WOJSKOWEGO

Dyrektor Oddziału Regionalnego Agencji Mienia Wojskowego w Krakowie

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1145) podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń w biurze Oddziału przy ul. Montelupich 3 w Krakowie (I piętro) został wywieszony wykaz nieruchomości położonej **w Bielsku – Białej przy ul. Babiogórskiej 15** przeznaczonej do najmu w trybie bezpłatnego na czas nieoznaczony:

LP.	Miejsce postojowe nr	Powierzchnia użytkowa (m²)
1	5	12,50
2	6	12,50
3	13	12,50

Dodatkowe informacje można uzyskać w biurze OR AMW Kraków przy ul. Montelupich 3 (I piętro pokój nr 38) lub pod numerem telefonu 12/211-40-56.

Oddział Regionalny w Krakowie
31-155 Kraków • ul. Montelupich 3
Tel.: 48 12 211-40-24 • Fax: 48 12 211-40-05
e-mail: marketing.krakow@amw.com.pl • www.amw.com.pl

WYKAZ WYKAZ WYKAZ WYKAZ

REKLAMA 0011429528

OGŁOSZENIE

Prezydenta Miasta Sosnowca

o przystąpieniu do sporządzenia:

zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta Sosnowca dla terenu zlokalizowanego w rejonie Parku Sieleckiego przyjętego uchwałą nr 623/L/2017 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 22 czerwca 2017 r. dla terenu oznaczonego symbolem RR.34 US

Na podstawie art. 17 pkt. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym oraz art. 8h ust. 1 (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r., poz. 1130 ze zm.) oraz art. 39 ust. 1 pkt. 1, 2, 3, 4, 5 i art. 40, art. 54 ust. 2 i 3 art. 55 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r. poz. 1112 ze zm.),

zawiadamiam o podjęciu przez Radę Miejską w Sosnowcu

Uchwały nr 315/XX/2025 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 30 października 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego miasta Sosnowca dla terenu zlokalizowanego w rejonie Parku Sieleckiego przyjętego uchwałą nr 623/L/2017 Rady Miejskiej w Sosnowcu z dnia 22 czerwca 2017 r. dla terenu oznaczonego symbolem RR.34 US.

Zainteresowani mogą składać wnioski do sporządzanej zmiany planu miejscowego oraz do strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, a także mogą zapoznać się z dokumentacją sprawy dostępną do wglądu w Wydziale Planowania Przestrzennego (I piętro budynek przy ul. Mościckiego 14).

Wnioski do zmiany planu mogą być wnoszone w formie papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, **przez platformę epuap**, na adres poczty elektronicznej sekretariat.wpp@um.sosnowiec.pl., **w siedzibie Urzędu Miejskiego w Sosnowcu, al. Zwycięstwa 20 (w kancelarii), elektronicznie w terminie do 4 grudnia 2025 r.**

Składający wniosek podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem, oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Wnioski należy składać na druku zgodnie z rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (DZ.U. z 2023 r. poz. 2059), który dostępny jest w BIP/wnioski do pobrania/ Wydział Planowania Przestrzennego/ WPP 05 - Wniosek dotyczący aktu planowania przestrzennego.

Wnioski do strategicznej oceny oddziaływania na środowisko mogą być wnoszone w terminie **do 4 grudnia 2025 r.**

1. w formie pisemnej;
2. ustnie do protokołu;
3. za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres sekretariat.wpp@um.sosnowiec.pl bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym.

Organem właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Prezydent Miasta Sosnowca.

z up. Prezydenta Miasta
ZASTĘPCA PREZYDENTA
/-/ Jeremiasz Świerzawski

Realizacja obowiązku informacyjnego w związku z wymaganiami art. 13 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) dalej: RODO.

1. Administratorem danych osobowych jest Prezydent Miasta Sosnowca. Informacje o przetwarzaniu danych osobowych można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Sosnowcu z siedzibą przy Al. Zwycięstwa 20.
2. nspektorem Danych Osobowych wyznaczonym przez Prezydenta Miasta Sosnowca jest Agata Kozłowska. Można się z nią skontaktować w sprawie ochrony danych osobowych osobiście pod adresem ul. Mościckiego 14 pokój 406, e-mail: iod@um.sosnowiec.pl, nr telefonu 515-041-778 lub 32-296-0-687.
3. Administrator przetwarza dane na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO w celu spełnienia obowiązków wynikających z art. 11 oraz 17 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym w zakresie sporządzania dokumentów studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego oraz miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, w tym rozpatrzenia wniosków, rozpatrzenia uwag, sporządzenia dokumentacji prac planistycznych itp.
4. Podanie danych osobowych jest dobrowolne. Jeżeli dane nie zostaną podane, wniosek lub uwaga nie zostanie rozpatrzona.
5. Dane są udostępniane podmiotom upoważnionym na podstawie przepisu prawa lub takim, z którymi Administrator zawarł umowę, w tym firmom informatycznym świadczącym usługi dla Urzędu tj. Hyperview sp. z o.o. ul. Ligocka 103, Katowice, Madkom S.A., Przemysłowa 12, 30-701 Kraków.
6. Pani/Pana dane osobowe są przechowywane jedynie w okresie niezbędnym do sporządzania dokumentów studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego oraz miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego. Po spełnieniu celu, dla którego dane zostały zebrane, tj. po przyjęciu ww. dokumentów, dane będą przechowywane jedynie w celach archiwalnych, zgodnie z obowiązującymi przepisami. Okres przechowywania w Urzędzie Miejskim danych osobowych w większości przypadków wynika z Rozporządzenia Prezesa Rady Ministrów w sprawie instrukcji kancelaryjnej, jednolitych rzeczowych wykazów akt oraz instrukcji w sprawie organizacji i zakresu działania archiwów zakładowych i w tym przypadku jest to okres wieczystego przechowywania akt.
7. W związku z przetwarzaniem danych osobowych istnieje prawo do żądania od administratora dostępu do nich, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania oraz wniesienia sprzeciwu. Prawo dostępu do danych w zakresie informacji skąd administrator pozyskał dane przysługuje, jeżeli nie wpływa to na prawa i wolności innych osób. Pozostałe prawa mogą zostać ograniczone zgodnie z przepisami RODO. Administrator realizuje wskazane prawa związane z przetwarzaniem danych osobowych na wniosek.
8. W przypadku uznania, że przetwarzanie danych narusza przepisy o ochronie danych osobowych, każdemu przysługuje prawo do wniesienia skargi wobec ich przetwarzania do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, z siedzibą w Warszawie przy ul. Stawki 2.

DZIENNIK ZACHODNI

Dzień dobry
w **poniedziałek**

Kup dziennik
z dodatkiem Sportowy24
dziennikzachodni.pl

Rozwód nie oznacza, że przyjaźń nie może trwać dalej

Joanna Krupa na Instagramie o swoim byłym mężu Romainie Zago Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

Dominika Tajner kocha botoks

Celebrytka w wywiadzie dla serwisu Jastrząb Post przyznała się do poprawiania wyglądu. – Kocham botoks. Oczywiście robię sobie stymulatory tkankowe. Prowadzi mnie pani doktor i ona uznaje, co mi potrzeba, a czego nie. Nie mam z tym najmniejszego problemu – stwierdziła.

Sylwia Grzeszczak ma pomysłowego faceta

Obecnym wybrankiem piosenkarki jest Michał Buzała – biznesmen, który zajmuje się montażem i serwisem klimatyzacji. Teraz mężczyzna obwieścił w audycji „Pałac Kultury”, że wymyślił... cmentarną aplikację, za pomocą której można zapalić wirtualny znicz albo opłacić opiekę nad danym grobem.

Sandra Kubicka rozdzieliła walczące psy

W niedzielę celebrytka opublikowała filmik na Instagramie, na którym pokazała walczące psy. Kubicka wyjaśniła, że jej synek Leoś uderzył jednego z nich, a ten w odpowiedzi... ugryzł jej pocięgę. „Leoś uderzył Lilly. Nie słucha się w ogóle i za dziesiątym razem Lilly go ugryzła. Luna skoczyła na Lilly w obronie Leosia, mimo tego, że Leoś ją też naparza... Lucky musiałam odciągnąć, bo chciała pogryźć wszystkich. Jest dopiero 10 rano. Mam dość. Wychodzę dzisiaj z domu” – napisała. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Ikar. Legenda Mietka Kosza

TVP Kultura, 20:00
Legenda jazzu. Niewidomy, który grał na pianinie z niebiańskim połotem. Ikar, który zmarł w wieku dwudziestu dziewięciu lat. Obsypany nagrodami film biograficzny w reżyserii Macieja Pieprzycy. W roli Mieczysława Kosza – Dawid Ogrodnik

El immortal. Gangi Madrytu

Canal+ Premium, 21:00
2. sezon opartej na faktach historii grupy przestępczej Los Miami's. Świat zbudowany przez José Antonio powoli się rozpada. Kierowany pragnieniem zemsty, rozpoczyna brutalną wojnę na ulicach Madrytu.

Wszystkie stworzenia duże i małe

Epic Drama, 21:00
6. sezon serialu. Koniec II wś jest tuż tuż. Siegfried zmaga się z problemami sercowymi i wspiera Jamesa w modernizacji kliniki. Tristan wraca z wojny, wkrótce się zakochuje. Jenny wyjeżdża do Londynu, by podjąć naukę w szkole pielęgniarstwa. Do Skeldale wraca Dorothy.

Belfer

Metro, 22:00
Śmierć dziewczyny wstrząsa lokalną społecznością Dobrowic. W tym samym czasie w zjawia się tu nauczyciel z warszawskiej szkoły, Paweł Zawadzki (Maciej Stuhr). Rozpoczyna własne śledztwo. Choć wszyscy się tu znają i wiedzą o sobie wszystko, Pawłowi nikt nic nie powie...

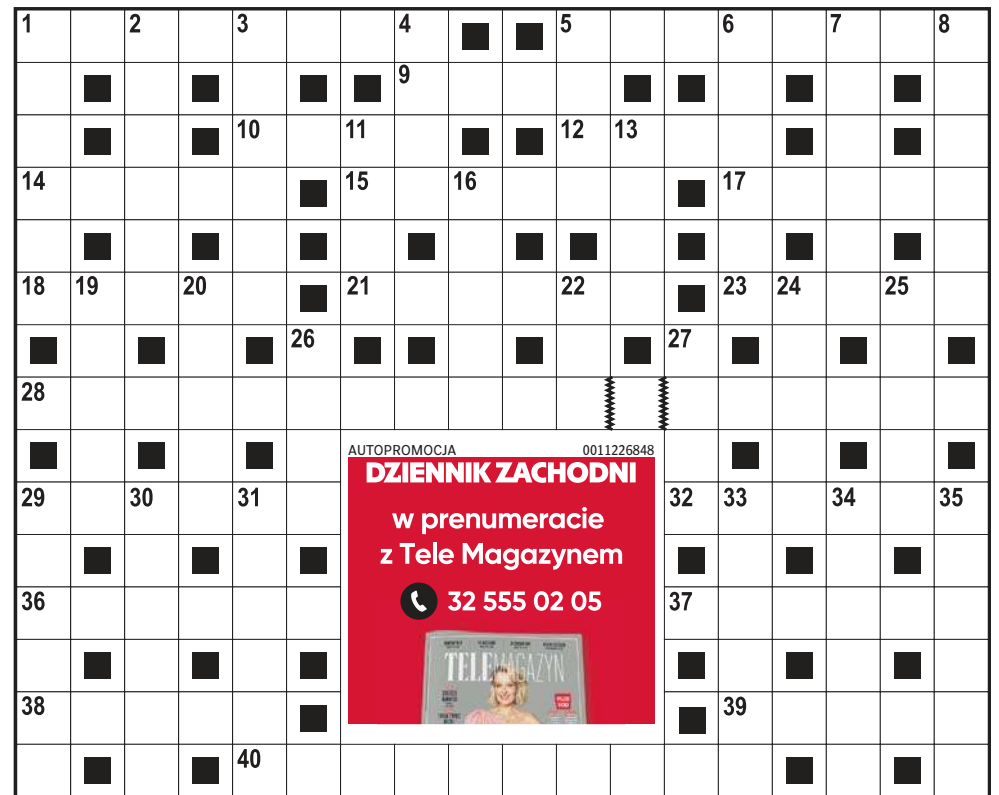
KRZYŻÓWKA NR 174

Poziomo:

- 1) śródziemnomorskie warzywo o jadalnych koszykach kwiatowych,
- 5) jeden z Rycerzy Okrągłego Stołu,
- 9) ukojenie w cierpieniu,
- 10) klatka taśmy filmowej,
- 12) donośny głos cyranki,
- 14) taniec ludowy z figurami,
- 15) płynie przez Żelazową Wołę i Sochaczew,
- 17) niejeden w leksykonie,
- 18) był nim Sean Connery i Walter Scott,
- 21) kulisy wiedzy tajemnej,
- 23) stale mija się z prawdą,
- 28) powieść Jarosława Iwaszkiewicza,
- 29) maluje się na twarzy dostojnika,
- 32) tkanina na letnie ubrania,
- 36) jednostka kąta płaskiego,
- 37) periodyk poświęcony modzie,
- 38) popularny kabaret z Zielonej Góry,
- 39) katolickie wyznanie wiary,
- 40) „Klan” lub „M jak miłość”.

Pionowo:

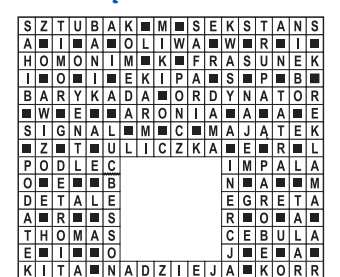
- 1) przestrzeń pozaziemska,
- 2) mały skorupiak jadalny,
- 3) ostry wiraż na drodze,
- 4) zbiorowa sprzedaż towaru,
- 5) układ zawarty między państwami,
- 6) gwałtowny, krótkotrwały wiatr nad morzem,
- 7) bogactwo mieniących się barw, pulsujących światła,
- 8) ryba z rodziny karpiowatych,



- 11) „... i uprzedzenie”, sfilmowana powieść Jane Austen,
- 13) kogucia lub ciężka w boksie,
- 16) zakończony mankietem,
- 19) cenny metal na obrączki,
- 20) brunatna farba z glinki,
- 22) biblijny patriarcha, budowniczy arki,
- 24) pasmo górskie w Beskidach Zachodnich,
- 25) szeroki brzeg sombrero,

- 26) słodkowodny delfin Amazonki,
- 27) baśniowy stwór ziejący ogniem,
- 29) dawna nazwa Iranu,
- 30) samica w wilczym stadzie,
- 31) pisząca część ołówka,
- 33) linka do podawania cumy,
- 34) krakowiak lub kujawiak,
- 35) niedozwolony chwyt w zapasach.

ROZWIĄZANIE NR 173



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Dziś zaskoczysz sam siebie odwagą. Horoskop dzienny zapowiada, że zrobisz pierwszy krok w sprawie, którą odkładasz od wielu tygodni. **Ryby (19.02 - 20.03)** Twoja cierpliwość w końcu zostanie nagrodzona. Nie spiesz się: horoskop na dziś wyraźnie wróży, że los sprzyja ci. **Baran (21.03 - 19.04)** Zaskakująca wiadomość odmieni Twój dzień. Wykaż się elastycznością, bo horoskop dzienny na środę mówi, że zmiana wyjdzie Ci na dobre.

Byk (20.04 - 20.05)

Potrzebujesz po południu spokoju. Horoskop dzienny stanowczo radzi wyłączyć telefon, zaparzyć herbatę i wsłuchać się w własne myśli. **Bliznięta (21.05 - 21.06)** Świat zauważy Twoje talenty. Horoskop na dziś zapowiada, że wystarczy jeden uśmiech, aby przyciągnąć pozytywną uwagę. **Rak (22.06 - 22.07)** Uporządkuj swoje sprawy – i biurko, i serce. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że porządek przyniesie Ci jasne myśli i harmonię.

Lew (23.07 - 22.08)

Ktoś szuka dziś Twojej rady. Wykaż się szczerością, ale i delikatnością. Horoskop dzienny mówi, że Twoje słowa będą miały dużą moc. **Panna (23.08 - 22.09)** Nie bój się zaufać intuicji. Horoskop na dziś bardzo wyraźnie zapowiada, że podpowie Ci coś, czego rozum nie zdołałby pojąć sam. **Waga (23.09 - 22.10)** Energia będzie Cię wręcz rozpierać. Zrób coś spontanicznego. Horoskop dzienny na środę mówi, że szczęście czeka za rogiem przygody.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Zrób przerwę, choć na chwilę. Ambicja jest dobra, lecz horoskop dzienny wyraźnie przypomina, że serce potrzebuje wytchnienia. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Twoja kreatywność eksploduje. Nie bój się eksperymentować. Horoskop na dziś radzi to robić nawet z nieco szalonymi pomysłami. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Dziś emocje mogą Cię zaskoczyć. Pozwól im płynąć. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że szczerość wobec siebie przyniesie ulgę...

Duże problemy selekcjonera Urbana przed Holandią

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Reprezentacja z problemami rozpoczęła zgrupowanie przed meczem z Holandią i wieńczącym eliminacji MŚ 2026 z Maltą. Jan Urban musi znaleźć zastępstwo dla czterech piłkarzy.

W poniedziałek do godziny osiemnastej kadrowicze mieli się zakwaterować w stałej warszawskiej bazie. Tego dnia w ogóle nie pojawił się Robert Lewandowski, który z okazji Narodowego Święta Niepodległości wziął udział w ceremonii podświetlenia legendarnego wieżowca Empire State Building w Nowym Jorku. Kapitan dołączył do drużyny we wtorek.

Pierwotną listę powołanych na listopadowe spotkania Jan Urban podał w ubiegły piątek. Liczne kontuzje sprawiły, że w poniedziałek musiał jednak dokonać szeregu zmian. Na zgrupowanie nie ogłosił dotarli bramkarz Łukasz Skorupski, środkowy obrońca Jan Bednarek i napastnik Krzysztof Piątek.

- Skorupski w trakcie ligowego meczu doznał znacznego uszkodzenia mięśnia dwugłowego uda. Piątek naciągnął mięsień przywodziciela, natomiast Bednarek naciągnął więzadło w kolanie - wymieniał lekarz reprezentacji Polski Jacek Jaroszewski.

W trybie awaryjnym selekcjoner dowołał więc dwóch zawodników: bramkarza Mateusza Kochalskiego z azerskiego Karabachu Agdam oraz obrońcę włoskiego Palermo Bartosza Bereszyskiego, którego prowadził przeszło dekadę temu w Legii Warszawa. Na alternatywę dla Piątka Urban się nie zdecydował.



Jan Urban musi znaleźć zastępstwo dla czterech piłkarzy: dwóch kontuzjowanych i dwóch pauzujących za kartki

Już w październiku było jasne, że nie zagramy w optymalnym zestawieniu. W wygranym meczu z Litwą w Kownie (2:0) żółte kartki obejrzel stoper Przemysław Wiśniewski i defensywny pomocnik Bartosz Slisz, a to w obu przypadkach oznaczało pauzę właśnie w spotkaniu z Holandią.

Urban nie mógł natomiast przewidzieć, że w weekend poprzedzający zgrupowanie wypadną dwaj kolejni gracze pierwszego wyboru, a więc wspomniani Skorupski z Bednarkiem. Kto za nich wskoczy do jedenastki?

Pewniakiem między słupkami wydaje się być Kamil Grabara, który zbiera po-

chlebne recenzje w Bundeslidze, a poprzedni selekcjoner Michał Probiez konsekwentnie pomijał go w powołaniach. Miejsca w defensywie powinni zająć młody Jan Ziłkowski z doświadczonym Tomaszem Kędziórą bądź dowołanym Bartoszem Bereszyskim. Trudno orzec natomiast, jak zostanie rozstrzygnięta sprawa środka pola; prawdopodobnie, że na pozycję „numer sześć” zostanie cofnięty Piotr Zieliński.

Pierwszy trening w pełnym gronie Biało-Czerwoni zaplanowali dzisiaj. W samo południe zapoznają się z murawą PGE Narodowego. Podobnie będzie w czwartek. Holendrzy

nie zrobią tego w ogóle, bo przed wylotem do Polski zamierzają ćwiczyć u siebie. W przeddzień widowiska wezmą udział jedynie w oficjalnej konferencji prasowej zaplanowanej na godzinę 20.

Selekcjoner Ronald Koeman, rozważający zakończenie kariery po mundialu, też boryka się z problemami kadrowymi. Z Polską zagrożony jest występ Wouta Weghorsta, dlatego w trybie awaryjnym dowołany został we wtorek Emmanuel Emegha, klubowy kolega Maxiego Oyedele z francuskiego Strasbourga.

We wrześniu w debiucie Urbana Polska potrafiła zremisować w Rotterdamie dzięki bramce Matty’ego Casha, ale jeszcze więcej zawdzięczaliśmy interwencji Łukasza Skorupskiego. Według bukmacherów zdecydowanym faworytem rewanżu pozostaje Holandia.

Polska zajmuje w grupie eliminacyjnej drugie miejsce. W przypadku wygranej może zrównać się punktami z Holandią, z którą przegrywa jednak bilansem bramkowym. Wszystko wskazuje więc na to, że Oranje awansują bezpośrednio na turniej (w finałowej kolejce podejmują Litwę), a nam pozostaną dwuetapowe baraże w marcu przyszłego roku.

Transmisję od godz. 20.45 zapowiedziano na kanałach TVP 1 i TVP Sport. Mecz skomentują Mateusz Borek z Grzegorzem Mielcarskim. Wcześniej, czyli o godz. 16, w Szczecinie przy pełnych trybunach zagra z Włochami kadra U-21 Jerzego Brzęczka, która z kompletem punktów i bilansem bramkowym 15-0 jest liderem grupy w eliminacjach młodzieżowego Euro. ©©

Kibice klubów zajmą się dopingiem reprezentacji. Jakie obawy ma PZPN?

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Reprezentacja Polski doczeka się po latach zorganizowanego dopingu na PGE Narodowym w Warszawie. Podczas piątkowego hitu z Holandią będą za niego odpowiadać kibice.

Dotąd ultrasi nie mieli żadnych przywilejów na meczach domowych i te zresztą konsekwentnie bojkotowali. Za drużyną jeździli natomiast na wyjazdy. W październiku kilka tysięcy wybrało się do nieodległego Kowna. Popokonaniu Litwy długo świętowali z piłkarzami.

- Kibiców było słychać przez cały mecz. W drugiej połowie to był dla nas bodziec, żeby atakować i jeszcze zdobyć bramkę - stwierdził kapitan Robert Lewandowski. Piotr Zieliński dodawał, że czegoś podobnego na kadrze sobie nie przypomina, a ma w niej ponad sto występów. - Jak oni śpiewali, że gramy u siebie, to można było to poczuć z boiska - powiedział.

Teraz piłkarze mają dość wiadczyć tego samego także w Warszawie. W piątek do stolicy zjadą kibice wspierający na co dzień Górniką Zabrze, Jagiellonię Białystok, Lechię Gdańsk, ŁKS Łódź czy Śląsk Wrocław. Wszystko wskazuje na to, że zajmą kilka tysięcy miejsc za jedną z bramek.

Doping wróci na PGE Narodowy po wielu latach. Ostatni raz ultrasi pojawili się w 2013 roku podczas meczu eliminacji MŚ 2014. Potem w zorganizowanych grupach przybywali na stadion już tylko za swoimi klubami - na kolejne finały Pucharu Polski.

PZPN zarządzany przez Cezarego Kuleszę także długo się przed nimi wzbraniał. Miał i nadal ma sporo obaw. Obok siebie zasiadą bowiem fani zwaśnionych klubów, mogą odpalić zakazane prawem race i jeszcze dopuścić się skandalu politycznego, jak miesiąc temu na Litwie, gdzie wznoszono hasło „Polskie Wilno” i obrażano premiera polskiego rządu. Ryzyko zostało jednak podjęte... ©©



Reprezentacja Polski doczeka się po wielu latach zorganizowanego dopingu grup klubowych ultrasów

Biało-Czerwone rozpoczynają walkę o pierwszy od 12 lat awans na mistrzostwa Europy

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

KOSZYKÓWKA. Wyjazdowym środowym meczem ze Słowacją udział w pierwszej fazie kwalifikacji Eurobasketu rozpocznie reprezentacja Polski koszykarek.

Eliminacje turnieju, który w 2027 roku odbędzie się w czterech krajach (Belgia, Finlandia, Litwa, Szwecja), tym razem składać się będą z dwóch etapów. W pierwszym udział weźmie 27 dru-

żyn podzielonych na siedem grup - sześć czterozespołowych i jedna złożona z trzech ekip. W tym gronie są także Biało-Czerwone, które rywalizować będą ze Słowaczkami, Rumunkami i Cypryjkami.

Inny niż dotychczas będzie harmonogram gier w kwalifikacjach. Do tej pory reprezentantki w trakcie zgrupowania rozgrywały po dwa mecze o stawkę, teraz całe eliminacje odbędą się w dwóch terminach. W listopadzie nasz zespół poza środowym star-

ciem w Bratysławie ze Słowacją (godz. 18.00) zagra także dwa razy przed własną publicznością. W Sosnowcu gościć będzie Rumunię (sobota, 15 listopada, 18.00) i Cypr (wtorek, 18 listopada, 18.00).

- Trochę szkoda, że kwalifikacje zaczynamy na wyjeździe, ale z drugiej strony nie będziemy faworytem, więc ciężać będzie na nas mniejsza presja. Chcemy z pełnym uderzeniem wejść w ten pierwszy mecz, zaprezentować wszystko, co mamy najlepsze, i miejmy nadzieję, że

zakończymy to spotkanie zwycięstwem - powiedział Karol Kowalewski, trener naszej reprezentacji (za pzkosz.pl).

Słowaczki, przynajmniej na papierze, wydają się być najtrudniejszymi rywalkami. Co prawda w tegorocznym Eurobasketce nie wezmą udziału (zajął drugie miejsce w grupie eliminacyjnej, nie znalazły się jednak wśród czterech wicemistrzyń, które uzyskały prawo startu w turnieju), ale zarówno dwa, jak i cztery lata temu były w gro-

nie szesnastu najlepszych drużyn Europy. Rumunki ostatni raz w elitarnym gronie znalazły się w 2015 roku i to tylko dlatego, iż były współgospodyniami zmagania. Z kolei Cypryjki dopiero po raz drugi w historii przystąpiły do kwalifikacji ME (poprzednio w 2003 roku).

Po dwie najlepsze drużyny z każdej grupy, a także trzy ekipy z trzecich miejsc (łącznie 17 zespołów) wywalczą przepustkę do drugiej fazy kwalifikacji, w której dołączy siedem najsilniejszych repre-

zentacji. Rywalizacja odbywać się będzie w sześciu czterozespołowych grupach, z których promocję na ME wywalczą ekipy z pierwszych i drugich lokat.

Druga część kwalifikacji została zaplanowana w terminie od 11 do 17 marca. Biało-Czerwone, jeśli przebrną przez pierwszą fazę, o przepustkę na mistrzostwa Europy, w których po raz ostatni wystąpiły w 2015 roku, zagrają w listopadzie 2026 i lutym 2027 roku. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Fajnie, że udało mi się strzelić gola, który dał wygraną, ale to kto inny zasłużył na podwyżkę

Jacek Sroka
j.sroka@dz.com.pl

HOKEJ NA LODZIE. Rozmowa z Pawłem Zygmuntem, napastnikiem reprezentacji Polski, którego bramka zadecydowała o wygraniu przez Biało-Czerwych turnieju Sosnowiec Cup.

Jak oceniasz pierwsze występy reprezentacji Polski pod wodzą Pekki Tirkkonena?
To był dla nas taki zapoznawczy okres. Wiadomo, że najcięższym rywalem byli Włosi, bo przygotowują się do igrzysk olimpijskich, które czekają ich już za trzy miesiące. Wygrane mecze na pewno budują kadrę. Szkoda tej porażki ze Słowenią, bo uważam, że byliśmy lepsi, ale generalnie cały turniej w Sosnowcu oceniam na duży plus.

Zwycięska bramka strzelona przez pana w meczu z Wielką Brytanią też z pewnością podbudowuje.
Oczywiście, że tak, ale w tym spotkaniu to przede wszystkim bramkarz Michał Kieler pokazał, że zasługuje na podwyżkę, bo zdołał zachować czyste konto przez całe 60 minut gry.

We wcześniejszych meczach kadry w Sosnowcu z Włochami i Słowenią miał pan asysty, ale gola nie strzelił. Była lekka frustracja z tego powodu?
Fajnie mi koledzy podawali krążek i miałem te sytuacje, a to

jest najważniejsze. Frustracji nie było, bo wiedziałem, że wcześniej czy później coś wpadnie i fajnie, że udało mi się strzelić bramkę, która dała nam zwycięstwo.

We wszystkich spotkaniach imponował pan na lodzie grą ciałem...

Lubię grać ciałem. Mam do tego warunki i jak jest okazja to staram się trafić w obrońcę rywala. Po takiej akcji morale drużyny idzie do góry i chłopakom się wówczas lepiej gra. Każde takie zagranie ciałem odbiera też trochę sił przeciwnikowi.

Jak się czuliście na lodowisku w Sosnowcu. Ta tafla będzie przecież w maju areną mistrzostw świata dywizji 1A.
Bardzo dobrze. Super, że mamy taką nowoczesną arenę. Słyszałem, że na MŚ ma być jeszcze rozbudowana, więc mam nadzieję, że to będzie taka nasza twierdza.

W końcu tego ostatniego spotkania z Brytyjczykami trochę zabrakło wam chyba sił.
Ciężko się gra trzy mecze z rzędu. Nawet na mistrzostwach świata gra się tylko dwa pojedynki i potem jest dzień przerwy, a tutaj ponad 10 zawodników kadry zaliczyło po trzy występy, więc faktycznie sił już trochę brakowało, zwłaszcza, że zasypialiśmy o drugiej nad ranem, bo późno kończyliśmy te spotkania. ©



Paweł Zygunt (w środku) w meczu z Wielką Brytanią zdobył dla reprezentacji Polski gola na wagę zwycięstwa

NIEDOSYT ZAGŁĘBIA SOSNOWIEC

W meczu 16. kolejki Betclac 2. Ligi piłkarze Zagłębia Sosnowiec zremisowali na wyjeździe z KKS 1925 Kalisz 1:1 (0:1).

Prowadzenie dla gospodarzy zdobył Nikodem Zawistowski (30). Wyrównał Kacper Skóra (66). Podopieczni Wojciecha Łobodzińskiego (na zdj.) przeważali po przerwie i remis zostawił niedosyt. Skład Zagłębia: Kabała - Szot, Janiszewski, Matras, Gryszkiewicz - Skóra, Broniewski (80. Zawojski), Wasiluk, Gogół, Rönnberg (61. Boruń) - Rakels (61. Snopczyński). **JAC**



FOT. LUCYNA NENOW

MECZE RAKOWA I PIASTA

Zagłębie spotkają PKO Ekstraklasę odbędzie się 14 grudnia.
Raków Częstochowa z Zagłębiem Lubin zagra w grudniową niedzielę o g. 14.45, Motor Lublin z Jagiellonią Białystok o 17.30, a Legia Warszawa z Piastem Gliwice o 20.15. **JAC**

Holendrzy myślą już o mundialu w 2026 r.

Jaromir Kruk
redakcja@polskapress.pl

PIŁKA NOŻNA. 2022 - ćwierćfinał, 2018 - nieobecni, 2014 - 3. miejsce, 2010 - 2. miejsce, 2006 - 1/8 finału - tak Holandia zaprezentowała się w ostatnich pięciu mundialach.

Nawet tak silna nacja nie zakwalifikowała się na finały w Rosji, co bardzo zabolalo i wciąż działa na Holendrów jak przestroga. Mało realna jest zatem strata przez Oranje pierwszego miejsca w grupie eliminacji MŚ 2026 na rzecz Polski, ale piłkarze Ronald Koemana traktują starcie z Białą-Czerwoną jak ważny sprawdzian przed przyszłorocznymi finałami.

- Holandia ma niesamowity wybór zawodników w każdej formacji - mówi Andrzej Niedzielan, 19-krotny reprezentant Polski, który w latach 2004-2007 z powodzeniem występował w NEC Nijmegen i jest fanem holenderskiej myśli szkoleniowej.

- Holendrzy na pewno pragną się zrewanżować Polsce za wrześniowy remis w Rotterdamie, wtedy nasza kadra ich zaskoczyła. W gronie powołanych na spotkania z Polską i Litwą najbardziej brakuje wszechstronnego Teuna Koopmeinersa, który wywalczył niezłą pozycję w Juventusie - dodaje Jacek Pawelec, Polak od lat mieszkający w Holandii, ak-



FOT. GRZEGORZ WAJDA - ROTTERDAM

Holendrzy pragną rewanżu za remis w Rotterdamie...

tywny w środowisku piłkarskim.

Koopmeiners grał całe derby z Torino, a kilka dni wcześniej w pełnym wymiarze czasowym z Lidze Mistrzów ze Sportingiem Lizbona. W drużynie narodowej ma silną konkurencję, wygrany 4:0 mecz z Finlandią w październiku spędził na ławce, a w obecnych eliminacjach nie zaliczył nawet minuty. Zinnego pominiętego w listopadzie zawodnika, Stefana de Vrija Koeman korzystał w walce o mundial 2026, ale 33-letni defensor, który w 2014 sięgnął po brąz mistrzostw świata (zagrał w nich 7 meczów na 7) w Serie A w Interze siedzi na ławce, a trener Christian Chivu korzysta z niego

ostatnio tylko w Lidze Mistrzów. W drużynie narodowej nie do ruszenia na środku obrony zostaje Virgil van Dijk z Liverpoolu, a u jego boku selekcjoner stawia ostatnio na Jurriena Timbiera z Arsenalu. Personalnie obrona Oranje wygląda okazale, zarówno Denzel Dumfries (Inter) na prawej stronie, jak i Micky van de Ven (Tottenham) mają wartościowych dublerów.

Koeman ma swój pomysł na reprezentację i wprowadza do niej uczestników tegorocznych finałów Euro U-21 na Słowacji, gdzie Holandia pod wodzą Michaela Reizigera dotarła do półfinału, eliminując Portugalie. Na debiut czeka golkeeper Robin Roefs, który latem prze-

niósł się za ponad 10 milionów euro z NEC Nijmegen do Sunderlandu i zbiera świetne recenzje w Premier League. Na razie w kadrze Oranje numerem jeden pozostaje Bart Verbruggen, mocno chwalony za występy w Brighton. Drugi na tę chwilę bramkarz - Mark Flekken bardzo dobrze radzi sobie w Bayerze Leverkusen, gdzie przeniósł się po dwóch dobrych sezonach w Brentford.

- Jeżeli ostatnio rezerwowym jest Nathan Ake z Manchesteru City, a z samego powołania cieszy się Matthijs de Ligt z Manchesteru United to nie trzeba chyba komentować, jak mocną linią defensywy dysponują Holendrzy. Kibice wymagają jednak więcej przede wszystkim w ofensywie - tłumaczy Pawelec.

Słysząc głosy krytyczne na temat gry w ataku, choć - uwaga - w tym roku Holandia strzeliła w 8 spotkaniach 27 goli, z czego w dwumeczu Ligi Narodów Hiszpanii aż 5. Z Furia Roja ludzie Koemana przegrali tylko konkurs karnych, a z powołanych na Polskę i Litwę zawodników Memphis Depay (Corinthians) ma 54 gole w drużynie narodowej, Cody Gakpo (Liverpool) 18, Wout Weghorst (Ajax) 14, Donyell Malen (Aston Villa) 12, a obrońcy van Dijk i Dumfries po 11.

A kibice i tak narzekają...
©

O czekającym nas w piątek spotkaniu Polska - Holandia czytaj także na str. 15

GKS Katowice został mistrzem Polski. O tytule zadecydowały karne

Jacek Sroka
j.sroka@dz.com.pl

BILARD. Katowiczanie byli faworytem rywalizacji w Bilarowym Ekstraklasie, ale wygrana nie przyszła im łatwo.

W turnieju Final4 wystąpiły cztery najlepsze zespoły rundy zasadniczej Bilarowej Ekstraklas. W półfinale GKS Katowice, mający w składzie mistrza świata Wojciecha Szewczyka i drugiego w światowym rankingu Daniela Macioła, nie dał najmniejszych szans Arkadii Tczew wygrywając 12:3 i 12:4.



FOT. MACIEJ JURBAN / POLSKI ZWIĄZEK BILARDOWY

GKS Katowice został nowym mistrzem Polski w bilardzie

W finale rywalem katowickiego klubu była najlepsza ekipa rundy zasadniczej Fortis Bilar Kielce grająca na swoim terenie w kieleckiej Galerii Echo. Pierwszy mecz GieKSa przegrała 7:12. W drugim przy remisie 11:11 kielczanie byli przy stole i mieli łatwy układ do skończenia, jednak kuriozalny faul popełnił Mariusz Skoneczny. Wygrana katowiczanie 12:11 oznaczająca, że losy tytułu rozstrzygną rzuty karne. GKS rozegrał ten konkurs lepiej od utytułowanych rywali i wygrał 7:4 sięgając tym samym po mistrzostwo Polski. ©