DZIŚ STRONA ZDROWIA

NIE TYLKO KORONAWIRUS, GRYPA I RSV

JESIENIĄ ZAATAKUJĄ NAS WIRUSY. NIE PODDAWAJ SIĘ BEZ WALKI

Nr ISSN 0137-9518
Nr indeksu 350-222

www.gazetalubuska.pl

Nr 215 (22.816) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 16.09.2026

74 lata

GAZETA LUBUSKA

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Zielona Góra

Więcej interwencji, ale generalnie było spokojnie

Zdaniem policji Winobranie upłynęło w miarę spokojnie i bezpieczne. Ale funkcjonariusze odnotowali dużo więcej interwencji niż rok temu.
– Str. 3

Zielona Góra

24 ronda i 7 przejść do przebudowy do końca czerwca

Będą utrudnienia. Poszczególne skrzyżowania i przejścia będą realizowane etapami, w miarę przygotowywania dokumentacji
– Str. 3

„Nie drzyj mordę" - czyli jak lokalna władza w postaci wójta wyszła do ludu podczas dożynek w Krzeszycach
– Str. 2

„Aż trudno mówić z wrażenia". Prawie sto rodzin znajdzie tu dom. Na nowy budynek Gorzowskiego TBS trzeba było czekać aż 20 lat
– Str. 4



FOT. BARTŁOMIEJ NOWOSIELSKI

POZNAŃ/SIECIEBORZYCE

Błażej K. z karą dożywocia

oprac. Urszula Baumann, EG-J, PAP

Sąd Apelacyjny w Poznaniu skazał wczoraj 37-letniego Błażeja K. na karę dożywotniego pozbawienia wolności za usiłowanie zabójstwa byłej partnerki i dwojga jej dzieci. Wyrok jest prawomocny, a mężczyzna będzie mógł się ubiegać o przedterminowe zwolnienie dopiero po 35 latach odbywania kary.

Rankiem 19 grudnia 2022 r. w Siecieborzycach w powiecie żagańskim 31-letnia wówczas Urszula, była partnerka skazanego mężczyzny, znalazła przed domem paczkę. Wyglądała jak przesyłka kurierska, było na niej jej nazwisko i adres.

Kobieta zaniosła pakunek do kuchni i gdy zaczęła ją rozpakowywać, doszło do wybuchu. Obok niej stała 7-letnia córka, którą zasłoniła własnym ciałem. Chwilę wcześniej z pomieszczenia wyszła babcia z trzyletnim Bartusiem. Siła wybuchu była potężna, w powietrzu latały odłamki metalu i potłuczonych talerzy.

Pani Urszula miała zmasakrowaną twarz i poranione ciało, straciła prawą rękę, palce lewej udało się przyszyć. Ranna została również córka. Pod wpływem wybuchu wypadły drzwi i uderzyły chłopca w plecy. Dziecko po eksplozji dusiło się, nie mogło oddychać. Babcia dzieci doznała zawału serca.

31-latka przez około miesiąc przebywała w Szpitalu Uniwersyteckim w Zielonej Górze. W pierwszej kolejności ortopedzi zajęli się m.in. rękami poszkodowanej. Następnie oczy pani Urszuli ratowali okuliści, a potem ponownie działali ortopedzi i chirurdzy. Wśród tych, którzy ratowali zdrowie i życie pani Urszuli, należy również wymienić psychologów, diagnostów i pielęgniarki z kilku szpitalnych oddziałów.



FOT. ARCHIWUM GL

Tak wyglądała kuchnia po wybuchu

Znęcał się nad kobietą

Śledczy ustalili, że ładunek przygotował i podłożył Błażej K. – były partner pani Urszuli i ojciec jednego z dzieci. Tydzień przed tragedią sąd ograniczył mu władzę rodzicielską i ustanowił kuratora w kontaktach z dzieckiem. Wcześniej, w styczniu tego samego roku, Prokuratura Rejonowa w Żaganiu skierowała akt oskarżenia przeciwko mężczyźnie w sprawie znęcania się nad pokrzywdzoną.

Błażej K. został zatrzymany w styczniu 2023 r. w Zgorzelcu. Został tymczasowo aresztowany. Mężczyzna nie przyznawał się do winy. Tłumaczył, że nie mógłby tego zrobić, bo podczas wybuchu mógł zginąć jego syn. Przekonywał, że w momencie zdarzenia przebywał za granicą, gdzie pracował jako kierowca tira.

Śledczy nie potwierdzili wersji podejrzanego. Zgromadzili opinie fizykochemiczne, opinię balistyczną oraz z zakresu medycyny sądowej, a także dane teleinformatyczne i nagrania z monitoringów. Badania psychiatryczne oskarżonego nie wykazały, aby można było mówić o osobie niepoczytalnej. Został skierowany wniosek do sądu.

Błażej K. został oskarżony o usiłowanie zabójstwa pięciu osób z użyciem materiałów wybuchowych oraz spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowiu byłej partnerki i jej dwojga dzieci, w tym swojego syna.

Apelacja po wyroku sądu okręgowego

Pierwszy wyrok zapadł 4 marca tego roku. Sąd Okręgowy w Zielonej Górze skazał podejrzanego na 25 lat pozbawienia wolności. Orzekł także zakaz zbliżania się do poszkodowanych przez 15 lat od momentu wyjścia z więzienia. Zasądził też kwoty tytułem odszkodowania na rzecz pokrzywdzonych: 500 tys. i 200 tys. zł.

Błażej K. nie wstał na ogłoszenie wyroku, pod adresem sądu kierował wulgarne wyzwiska. Został wyprowadzony z sali.

Po tym wyroku zarówno prokurator, pełnomocniczka oskarżycielki posiłkowej, jak i obrońcy oskarżonego zapowiedzieli apelację.

Prawomocny wyrok

Wczoraj Sąd Apelacyjny w Poznaniu wydał prawomocny wyrok, podwyższając wymiar kary do dożywocia. Zastrzegł także, że Błażej K. będzie mógł ubiegać się o warunkowe, przedterminowe zwolnienie po co najmniej 35 latach.

Sąd podkreślił, że zebrany materiał dowodowy – w tym zeznania świadków, pokrzywdzonych, a także opinie biegłych – potwierdza, że oskarżony jest sprawcą zarzucanych mu czynów.

– Choć nie ma bezpośrednich dowodów sprawstwa oskarżonego, to zgromadzone poszlaki prowadzą do zamkniętego kręgu logicznego, prowadzącego do wniosku, że sprawcą przestępstwa zarzucanego oskarżonemu był on. I w tym zakresie tak jak i sąd I instancji, tak i sąd apelacyjny nie ma najmniejszych wątpliwości – powiedział sędzia.

W uzasadnieniu sędzia wskazał także na przygotowanie oskarżonego do popełnienia przestępstwa, w tym gromadzenia materiałów pirotechnicznych.

– Licząc co najmniej od końca września 2022 r., (jego zachowanie – PAP) wskazuje na to, że powstał w jego głowie zamysł skonstruowania bomby, która miała posłużyć mu do pozbawienia życia pokrzywdzonej, ale też z zamiarem ewentualnym (...) również innych osób – powiedział.

eprasa.pl 4c75578529

POLECAMY

JUTRO: Na jakie zniżki mogą liczyć seniorzy? PIĄTEK: George Friedman o Rosji

16.09.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Edyta, Kamila, Kornel
Telefon alarmowy: 112

GAZETA LUBUSKA

Redaktor naczelna
Maja Majewska
Z-ca redaktora naczelnego
Mateusz Różański
Wydawcy
Michał Olszański,
Jacek Drumowicz

www.gazetalubuska.pl

Polska Press
Makroregion Zachód
Redakcja ul. Niepodległości 25,
65-042 Zielona Góra, skr. pocztowa 120,
tel. 68 324 86 00, 68 324 88 05,
fax 68 324 88 72
redakcja@gazetalubuska.pl
Prezes Makroregionu
Robert Glinkowski
Dyrektor reklamy
Marta Napiórkowska-Trzeciak
Dyrektor marketingu
Aleksandra Sobolewska
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

Komentarz dnia



Sandra Soczewa:
Pan wójt zatrzymał się chyba w innej epoce

Gmina to nie prywatny folwark, a scena na lokalnych imprezach to nie obora, chociaż po tym, co wydarzyło się w minioną niedzielę w Krzeszycach można mieć wątpliwości. O sprawie napisałam w artykule, który publikujemy obok komentarza.

Gdy odbywa się jakakolwiek impreza, w jakiejkolwiek miejscowości, włodarz wciela się w rolę gospodarza. A gospodarz powinien być serdeczny, uprzejmy, dogadzać gościom. Tutaj tak nie było. Najpierw było strofowanie prowadzącą imprezę (podziwiam, że nie rzuciła mikrofonem w diabły i nie poszła do domu). Publiczność zareagowała - zaczęła buczeć i gwizdać. Tutaj wójta poniosły już całkowicie emocje i rzucił do ludzi „Nie drzyj mordę". To właśnie było zachowanie rodem z przysłowiowej obory.

Zadzwoniłam do wójta. Chciałam, by powiedział, dlaczego tak się zachował, czy żałuje itp. Nie uzyskałam komentarza, bo wójt stwierdził, że „z redaktorami rozmawia tylko w cztery oczy" i absolutnie nic nie powie przez telefon.

I mogłabym uwierzyć (gdybym była naiwna), że faktycznie tak jest, gdyby nie to, że tego samego dnia, kilka godzin później, do wójta Krzeszyc zadzwoniła moja redakcyjna koleżanka z pytaniem o inwestycję. I wiecie co? Udzielił jej odpowiedzi! Ani razu nie zająknął się, że trzeba jechać po informacje do gminy.

Panie wójcie: fakt, że nie odniósł Pan się do sprawy, działa na Pana niekorzyść. To, że nie rozłączył Pan w porę telefonu i zaczął mój telefon komentować do kogoś, kto był obok, też nie. To nie te czasy, że ludzie są dla Pana i to Pan dyktuje warunki. To Pan jest dla ludzi. I to też nie te czasy, że nic się nie wyda, bo wydało się. Wydało się Pana zachowanie na imprezie i wydało się to, że czasami z redaktorami rozmawia Pan jednak przez telefon.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Gazetę Lubuską"

tel. 68 381 70 52
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gazetalubuska.pl

POGODA

dziś
23°C/17°C

jutro
19°C/9°C

KRZESZYCE

„Nie drzyj mordę" - czyli jak lokalna władza w dożynki wyszła do ludu

Sandra Soczewa

W niedzielę mieszkańcy gminy Krzeszyce świętowali. Miała być świetna zabawa i dobra atmosfera, a ostatecznie wyszedł skandal i pozostał niesmak. Wszystko przez zachowanie wójta Stanisława Peczkajtisa. „Gazeta Lubuska" dzwoniła do wójta. Odpowiedź była zaskakująca.

Organizatorzy „Krzeszyckiej Jesieni" postarali się, by ten dzień był pełen wrażeń: zaplanowano m.in. korowód dożynkowy, żywy jarmark rękodzieła, zabawę taneczną, występy lokalnych artystów i koncerty znanych i lubianych wokalistów. I wszystko byłoby super, gdyby nie wieczorny, sceniczny „popis" wójta.

Jego zachowanie nagrali mieszkańcy i opublikowali filmiki w sieci. „Gazeta Lubuska" natrafiła na dwa nagrania. Na pierwszym z nich wójt znajduje się na scenie w towarzystwie prowadzącej imprezę.

- Tu zapomniano, kto jest gospodarzem. Zapomniałaś? - mówi Stanisław Peczkajtis.

- Panie wójcie, nie, i myślę, że scena nie jest miejscem na tego typu rozmowy - odpowiada spokojnie, acz stanowczo prowadząca.

- To jest zabawa, scenariusz możesz sobie (...) na jakiejś imprezie (...) - odpowiada wójt prowadzącej i później zwraca się do publiczności, która zaczyna buczeć.

Jak przekazała nam jedna z osób obecnych na tym wydarzeniu, po tej „wymianie zdań" prowadząca zeszła ze sceny. Wójt przejął mikrofon, a ludzie już tylko buczeli i gwizdali.

Drugie z krążących po mediach społecznościowych nagranie pokazuje, jak Stanisław Peczkajtis na scenie stoi już sam.

- Dobra, mam nie powiedzieć, że poseł..., posłuchaj sołectwo! Nie drzyj mordę - rzuca ze sceny wójt (zapis dosłowny), a gwizdy i buczenie przybierają na sile.

- Dobra, gwiżdżcie, żadnego szacunku - kwituje włodarz.

Redakcja „Gazety Lubuskiej" próbowała ustalić, czy podczas niedzielnej imprezy doszło też do innych incydentów z udziałem wójta.

Dowiedzieliśmy się, że ten dzień, był całą serią niepowodzeń. Najpierw miał spóźnić się do kościoła, w kościele miał się przebierać, dziwnie się zachowywać, co ostatecznie opóźniło mszę.

- Cały dzień go praktycznie nie było, większość czasu spędzał w vipowskim namiocie, a nie między ludźmi - usłyszeliśmy od jednego z mieszkańców gminy.

- Buczenie zaczęło się od tego, że powiedział do pani Małgosi (prowadzącej imprezę - dop. red.) „nie wtrancaj się". Później wszystko już widać na nagraniu. Ludzie na te słowa tak zareagowali - usłyszeliśmy.

Chcieliśmy poprosić wójta o komentarz. Ustalić, co było przyczyną jego zachowania na scenie. Dlaczego w taki sposób odniósł się najpierw do prowadzącej wydarzenie, a później do publiczności. Chcieliśmy również zapytać, czy był przemęczony, czy boryka się z problemami zdrowotnymi? Czy chciałby przeprosić za swoje zachowanie?

Dodzwoniliśmy się wczoraj na komórkę wójta. Gdy zaczęliśmy zadawać pytania, uciął szybko rozmowę, mówiąc: „Nie będę rozmawiał przez telefon komórkowy. Z redaktorami rozmawiam w urzędzie, nie odpowiem na te pytania. Z redaktorami rozmawia się w cztery oczy."

FORUM CZYTELNIKÓW

Kamila z Zielonej Góry:
W środę rusza drugi już w tym roku budżet obywatelski. Super! Zastanawiam się tylko, czy dobrym rozwiązaniem była rezygnacja z podziału miasta na pięć okręgów. Moim zdaniem, ten podział dawał szansę na nowe inwestycje w różnych częściach miasta. Jak znam życie, teraz wciąż te same dzielnice, mające liderów i doświadczenie w zdobywaniu głosów, będą wygrywać duże pieniądze. A te np. gdzie mieszka dużo starszych osób, ich nie dostaną.

Krystyna z Gorzowa:
Uważam, że Festiwal Renety Landsberskiej i miodu to bardzo ciekawe wydarzenie i dobrze, że w sobotę odbędzie się jego druga edycja. Mnie na ryneczku przy ulicy Jerzego na pewno nie zabraknie. A nie tylko miód się przyda na jesienne przeziębienia.

Czytelnik z Zielonej Góry:
Wzorem Czech czy Niemiec przed przejazdami kolejowymi, niezależnie od tego czy są szlabany, światła czy nie, powinny stać znaki: Stop. Nie mielibyśmy wtedy takich wypadków jak w ostatnich dniach.

Lucjan z Żagania:
Cieszę się, że basen po dwóch tygodniach przerwy znów jest otwarty.

Sabina z Sulechowa:
Wszyscy narzekają na ochronę zdrowia, a ja chciałabym podziękować lekarzom, pielęgniarkom z naszego szpitala, bo nie tylko ja musiałam się tam poddać operacji, ale także mój mąż. Jesteśmy bardzo zadowoleni z profesjonalnej opieki i miłej atmosfery.

Agnieszka z Zielonej Góry:
Pewnie zaraz zaczną się prace nad przyszłorocznym budżetem miasta. Chciałabym, żeby znalazły się w nim pieniądze na oświetlenie starej części tzw. leśnego deptaka, łączącego osiedle Leśnym z Zaciszem. Brakuje nam tam lamp.

eprasa.pl 4c75578529

Lubuskie

• **Kontakt z redakcją:**
redakcja@gazetalubuska.pl

PO WINOBRANIU

Więcej interwencji, ale generalnie było spokojnie

Leszek Kalinowski

Winobranie 2026 to już przeszłość. Czas na podsumowania, analizy, wyciąganie wniosków na przyszły rok. Jakie było tegoroczne święto miasta? Zdaniem policji, w miarę spokojnie i bezpieczne. Ale funkcjonariusze odnotowali dużo więcej interwencji niż rok temu. Więcej było też popełnionych wykroczeń.



FOT. MARIUSZ KAPAŁA

- Podczas Winobrania zatrzymano ośmiu sprawców przestępstw na gorącym uczynku, dziewięć osób poszukiwanych, 17 osób nietrzeźwych. Policjanci ujawnili 678 wykroczeń, sporządzili 28 wniosków o ukaranie do sądu, nałożyli 415 mandatów karnych – wylicza podinsp. Małgorzata Stanisławska z Komendy Miejskiej Policji w Zielonej Górze.

W czasie Dni Zielonej Góry policjanci wylegitymowali ponad 1000 osób i skontrolowali 180 pojazdów.

Powodem wielu interwencji było nadmierne picie alkoholu. Zdarzyło się, że promil alkoholu we krwi mężczyzna, który chciał wziąć udział w korowodzie winobraniowym. Funkcjonariusze mu to uniemożliwili. Policjanci wyjaśnią też sprawę pobicia przy ulicy Kasprowicza.

Nad bezpieczeństwem mieszkańców i gości codziennie czuwało około stu policjantów.

W utrzymaniu porządku na Winobraniu pomagało 23 funkcjonariuszy delegowanych ze Szkoły Policji w Katowicach. Dodatkowo w patrolach uczestniczyli także policjanci z Samodzielnego Pododdziału Prewencji Policji oraz funkcjonariusze Żandarmerii Wojskowej z Żagania. Ponadto policjantów ruchu drogowego wspomagali mundurowi z innych jednostek policji województwa lubuskiego: Nowej Soli, Krosna Odrzańskiego, Żar i Żagania.

Pełne ręce roboty, zwłaszcza w weekendy, miał też Szpitalny Oddział Ratunkowy, gdzie trafił m.in. mężczyzna, który miał 4,8 promila alkoholu we krwi.

Z kronikarskiego obowiązku odnotować należy też m.in. dewastację toalety na Placu Teatralnym, zniszczone ogródki letnie, powyrywane kwiaty...

GORZÓW

Dwa sportowe kluby chcą od miasta kolejnych pieniędzy

Jarosław Miłkowski

Miasto ogłosiło dodatkowy nabór wniosków na dofinansowanie sportu wyczynowego. Zgłosiły się dwa kluby. Oprócz żużlowej Stali także koszykarski AZS AJP Gorzów.



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

AZS AJP wnioskuje o 400 tys. zł

O tym, że miasto przeznaczy dodatkowe pieniądze na sport wyczynowy, wiadomo od kilku tygodni. Podczas ostatniej sesji radni zgodzili się zwiększyć wydatki na ten cel o 1,5 mln zł.

Z jednej strony z przebiegu sesji łatwo było wyciągnąć wniosek, że pieniądze mają być wsparciem dla żużlowej Stali Gorzów. Z drugiej - podczas obrad radnych dyrektor wydziału sportu Dawid Kuraszkiewicz mówił, że do naboru wniosków mogą przystąpić także inne kluby. Tak też się stało.

Gorzowski magistrat opublikował właśnie wnioski, które wpłynęły do konkursu. Oprócz żużlowej Stali Gorzów jest też wniosek koszykarskiego AZS-u AJP.

Stal Gorzów wpisała w dokumencie, że chce otrzymać 1,5 mln zł na „utrzymanie drużyny w PGE Ekstralidze jako wizytówki miasta Gorzowa Wielkopolskiego". Pieniądze mają pójść na realizację kontraktów żużlowych na sezon 2026 niezbędnych do otrzymania licencji na kolejny sezon.

Z kolei AZS AJP wpisał 400 tys. zł na „udział drużyny w rozgrywkach EuroCup Women oraz ekstraklasy kobiet w roku 2026".

Decyzja w sprawie podziału pieniędzy ma zapaść w ostatnich dniach września.

ZIELONA GÓRA

24 ronda i 7 przejść do przebudowy

Leszek Kalinowski

Niebawem rozpocznie się w mieście inwestycja warta blisko160 mln zł brutto. Dzięki niej mamy po mieście jeździć bezpiecznie, wygodniej, szybciej.



FOT. JACEK KATOS

ITS to Inteligentne Systemy Transportowe, czyli inwestycje, dzięki którym komunikacja w mieście ma być lepsza. Mieliśmy z nimi do czynienia, gdy na ulicy Bohaterów Westerplatte, alei Wojska Polskiego pojawiły się nowe sygnalizacje świetlne, nowe przejścia dla pieszych ze światłami. Ale to był zaledwie przedsmak tego, co nasz czeka.

W ramach podstawowego zakresu inwestycji zaplanowano budowę lub modernizację sygnalizacji świetlnych na 24 skrzyżowaniach oraz 7 przejściach dla pieszych. Do najważniejszych i najbardziej zauważalnych zmian należą:

1) rondo Batorego - przebudowa na skrzyżowanie z wyspą centralną o rozsuniętych wlotach i wylotach z sygnalizacją świetlną

2) rondo Rady Europy - przebudowa na skrzyżowanie z wyspą centralną o rozsuniętych wlotach i wylotach z sygnalizacją świetlną

3) skrzyżowanie Podgórna/Lwowska/Waryńskiego - dobudowa dodatkowych pasów ruchu na wlocie północnym (Waryńskiego) i południowym (Lwowska)

4) 2 skrzyżowania i przejście dla pieszych na Czarkowie w Łężycy tj.

- skrzyżowanie ul. Łężyca-Odrzańska (Droga wojewódzka: DW 281) / ul. Łężyca-Inżynierska - w tym dobudowa pasów do skrętu w lewo i prawo

- skrzyżowanie ul. Łężyca-Odrzańska (Droga wojewódzka: DW 281) / ul. Łężyca-Budowlanych - w tym dobudowa pasów do skrętu w lewo i prawo

- przejście dla pieszych w rejonie ul. Łężyca-Odrzańska (Droga wojewódzka: DW 281) / ul. Łężyca-Apartamentowa

5) skrzyżowanie Botaniczna/Kożuchowska - budowa pasa do skrętu w lewo z ul. Kożuchowskiej w ul. Botaniczną oraz budowa krótkiego pasa do skrętu w lewo z Batanicznej w Kożuchowską

6) skrzyżowanie Batorego/zjazd do Intermarche i PUP - budowa dodatkowych pasów do skrętu w lewo na drodze głównej (Batorego)

7) rozbudowa ul. Batorego do dwóch jezdni, w tym budowa buspasów, na wysokości zjazdów do Auchan i Leroy Merlin

8) kompleksowa przebudowa ul. Wyszyńskiego, od ronda św. Jana Pawła II do ul. Wojska Polskiego, w tym skrzyżowania z ul. Słowacką i Węgierską

9) skrzyżowanie Wyspiańskiego/Staszica - budowa dodatkowych pasów ruchu na wlocie południowym (Staszica) oraz zachodnim (Wyspiańskiego). - Podstawowym celem projektu, zgodnie z założeniami dofinansowania z programu FEnIKS, jest zapewnienie priorytetu dla miejskiej komunikacji zbiorowej, czyli autobusów MZK. W praktyce oznacza to możliwość takiego sterowania sygnalizacją, aby autobusy mogły sprawniej przejeżdżać przez skrzyżowania – wyjaśnia wiceprezydent Paweł Tonder. - W ramach inwestycji powstanie także sieć światłowodowa łącząca wszystkie objęte projektem obiekty z sygnalizacją świetlną oraz osiem stacji wideopomiaru na wybranych rondach.

- Dokumentacja przetargowa trafiła do kontroli Prezesa UZP, która potrwa, jak szacujemy, około 2–3 tygodni. Podpisanie umowy z wykonawcą, firmą Budimex, planujemy do końca września br. – informuje wiceprezydent Tonder.

Po podpisaniu umowy wykonawca będzie musiał przygotować dokumentację dla poszczególnych obiektów, dlatego prace w terenie nie rozpoczną się jednocześnie w całym mieście. Poszczególne skrzyżowania i przejścia będą realizowane etapami, w miarę przygotowywania dokumentacji. Zakończenie całego kontraktu planowane jest na czerwiec 2029 roku.

eprasa.pl 4c75578529

KRÓTKO

Gorzów

Wysyłali narkotyki do zakładów karnych

Prokuratura Rejonowa w Gorzowie skierowała do sądu akt oskarżenia przeciwko 42-letniej Ewelinie T. i 40-letniemu Marcinowi T. Jak ustalili śledczy małżeństwo miało przez ponad cztery lata zajmować się sprzedażą i wysyłaniem substancji psychoaktywnych m.in. do zakładów karnych i aresztów w całej Polsce. Substancje miały być również przekazywane innym odbiorcom. Prokuratura ustaliła, że łączna wartość wprowadzonych do obrotu środków wyniosła co najmniej 50 tys. zł. Według śledczych działalność ta była dla małżonków stałym źródłem dochodu. Oboje oskarżeni przyznali się do zarzucanych im czynów. Złożyli też szczegółowe wyjaśnienia dotyczące sposobu prowadzenia działalności. Małżonkowie nie byli wcześniej karani.

Żagań

Grozili śmiercią i pozbawili wolności

Policjanci z Żagania zatrzymali trzy osoby podejrzane o pozbawienie mężczyzny wolności, grożenie mu śmiercią i kradzież. Zarzuty usłyszała m.in. młoda, 22-letnia kobieta.
- Osoby te doprowadziły do stanu bezbronności pokrzywdzonego, grożąc mu pozbawieniem życia przy użyciu metalowej rury, a następnie ukradły jego rower, hulajnogę elektryczną oraz inne rzeczy, powodując straty w wysokości ponad czterech tysięcy złotych – poinformował podkomisarz Arkadiusz Szlachetko z Komendy Powiatowej Policji w Żaganiu.
- Wszyscy usłyszeli zarzut popełnienia wspólnie i w porozumieniu przestępstwa rozboju, które zgodnie z Kodeksem karnym jest zagrożone karą do 15 lat pozbawienia wolności – przekazał podkom. Szlachetko.
Sąd Rejonowy przychylił się do wniosków prokuratury i aresztował całą trójkę na trzy miesiące.
UB

GORZÓW

„Aż trudno mówić z wrażenia". Prawie sto rodzin znajdzie tu dom

Magdalena Marszałek

Pierwsi lokatorzy odebrali klucze do nowych mieszkań przy ulicy Przemysłowej. To chwila szczególna także dla miasta. Na nowy budynek Gorzowskiego Towarzystwa Budownictwa Społecznego trzeba było czekać aż dwadzieścia lat.



FOT. BARTŁOMIEJ NOWOSIELSKI

W przypadku pani Kazimiery i pana Henryka przeprowadzka to rozwiązanie dużego problemu

Na placu kończącej się inwestycji zamiast ekip budowlanych pojawili się przyszli mieszkańcy. W rękach trzymali dokumenty i klucze do miejsc, które za kilka dni staną się ich domami. Pierwsi najemcy mogą już zaglądać do swoich mieszkań, planować ustawienie mebli i szykować przeprowadzkę.

- Dzisiaj jest jedna z najpiękniejszych chwil w pracy w samorządzie, kiedy efekty wielomiesięcznej pracy stają się namacalne i możemy jakimś dobrem się podzielić. Po dwudziestu latach oddajemy do użytku blisko sto nowych mieszkań. Mam nadzieję, że już za chwilę wypełnią się życiem. Od pierwszego października będzie tu naprawdę gwarno, bo wszyscy zaczną się urządzać - mówi Jacek Wójcicki, prezydent Gorzowa.

Budowa ruszyła na dobre w styczniu ubiegłego roku. Pierwotnie inwestycja miała być gotowa do końca roku. Termin udało się jednak znacząco przyśpieszyć.

- Nie wierzyliśmy, że tak szybko uda nam się dotrzeć do dnia, w którym będziemy mogli przekazać klucze. Dotrzymujemy obietnicy. W czerwcu razem z prezydentem zadeklarowaliśmy, że zrobimy wszystko, aby nowi najemcy mogli wprowadzić się od pierwszego października i tak też się stanie - mówi Tomasz Gierczak, prezes Gorzowskiego Towarzystwa Budownictwa Społecznego.

Kolejni lokatorzy będą odbierać klucze w najbliższych dniach. Do końca września mają je otrzymać wszyscy.

Dla urzędników to zakończenie dużej inwestycji. Dla mieszkańców znacznie więcej. Pani Grażyna długo czekała na tę chwilę. Jej nowe mieszkanie znajduje się na parterze i ma trzy pokoje.

- Nie możemy się już doczekać. Zamieszkam tutaj z rodziną i jestem przekonana, że będzie nam się bardzo dobrze mieszkało. Są dwa pokoje, a trzeci to salon z aneksem kuchennym. Wszystko jest nowe i świeże. Naprawdę jestem bardzo zadowolona - mówi.

Jeszcze więcej emocji towarzyszy pani Kazimierze i jej mężowi Henrykowi. W ich przypadku przeprowadzka oznacza rozwiązanie bardzo konkretnego problemu. Teraz mieszkają na trzecim piętrze, co ze względu na problemy męża z poruszaniem się jest ogromnym utrudnieniem.

- Bardzo też chcieliśmy mieszkanie z prysznicem, bo mąż nie jest w stanie wejść do wanny. Dostaliśmy lokal na parterze właśnie z prysznicem. Cieszymy się ogromnie. Aż trudno mi mówić z wrażenia - mówi pani Kazimiera.

Na pytanie, kiedy się przeprowadzą, odpowiada:

- Może jutro, może pojutrze. Przyjedzie córka, syn, na pewno pomogą. Trzeba jeszcze przejrzeć rzeczy, niepotrzebne wyrzucić, potrzebne zabrać. Już o tym myślimy.

Klucze do mieszkanie w nowym bloku dostała także pani Karolina. Dla niej są one symbolem startu w dorosłe życie.

- Myślę, że taka inwestycja jest bardzo potrzebna właśnie młodym ludziom. Naprawdę było bardzo dużo chętnych, więc pozostaje powiedzieć: oby więcej takich inwestycji. Gdyby nie to, prawdopodobnie dalej mieszkałabym u rodziców. No i może w przyszłości gdzieś tam by się udało starać o jakiś kredyt - mówi. - Wszystko jest już zaprojektowane, stolarz zamówiony, więc teraz czekamy. Budynek jest nowoczesny, infrastruktura jest fajna i naprawdę jest duże pole do popisu, żeby ładnie wszystko urządzić - dodaje.

Nowy budynek to największa inwestycja Gorzowskiego Towarzystwa Budownictwa Społecznego od ponad dwóch dekad. Powstało w nim 97 mieszkań. Najemcy otrzymują mieszkania wyposażone między innymi w kuchenkę elektryczną, zlewozmywak oraz kompletny biały montaż w łazience.

Skala zainteresowania najlepiej pokazuje, jak bardzo takich mieszkań w Gorzowie brakuje. W ciągu zaledwie trzech tygodni naboru złożono ponad trzysta wniosków.

0011583976

„Odszedłeś cicho i bez pożegnania,
Jak ten, co nie chce swym odejściem smucić
Jak ten, co wierzy w chwili rozstania,
Że ma niebawem z dobrą wieścią wrócić."

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że 12.09.2026 r. w wieku 85 lat
odszedł od nas nasz kochany Mąż,
Tato, Teść i Dziadek.

Człowiek o niezwykłej szlachetności,
wielkim sercu i wyjątkowej empatii.
Przez całe swoje życie
z bezgranicznym zaangażowaniem
ratował i leczył zwierzęta,
będąc jednocześnie życzliwym doradcą,
oparciem i przyjacielem dla wszystkich.

ŚP

Władysław Chlamtacz

Lekarz Weterynarii

Msza św. pogrzebowa zostanie odprawiona
18.09.2026 r. o godz. 8:00
w kościele pw. Najświętszego Zbawiciela
w Zielonej Górze.
Pogrzeb odbędzie się tego samego dnia po mszy św.
na cmentarzu komunalnym NOWY w Zielonej Górze
o godz. 10:00.

Pogrążona w smutku
Rodzina

REKLAMA 0011568674

INFORMATOR POGRZEBOWY

MIEJSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY
Zielona Góra, Masarska 13,
tel. **68-3202235, 68-3202232,** przewóz zwłok,
kompleksowa obsługa pogrzebów **601798365** całą dobę.

KAMIŃSCY Zielona Góra, ul. Kościelna 4, Zyty 19,
tel. **693 424 440; 68-3230509** oraz Polkowice ul. Spokojna 1;
Legnica ul. Chojnowska 7; Szprotawa ul. Kościuszki 31A
przewóz zmarłych 24 godz., kompleksowa organizacja
pogrzebów oraz transmisja pogrzebu online.

PRO MORTE Gorzów Wlkp. ul. Żwirowa 19E, tel. **95-7810083**
Organizacja Pogrzebów, Pogotowie Pogrzebowe 24 h.

eprasa.pl 4c75578529

GORZÓW

Ludzie napisali petycję do prezydenta: „Chcemy tu Lidla lub Biedronkę”

Jarosław Miłkowski

Takiego żądania jeszcze w historii miasta nie było! Grupa dziesięciu mieszkańców napisała do urzędników, by ci doprowadzili do zbudowania marketu spożywczego u zbiegu ul. Sikorskiego i Jancarza.



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

Działka, na której grupa mieszkańców chciałaby mieć market, jest w rękach prywatnych

Miejsce, o którym mowa, jest dosyć charakterystyczne. To działka u zbiegu ulic Sikorskiego, Jancarza, Estkowskiego i al. 11 Listopada, naprzeciwko wyjazdu z placu manewrowego PKS-u. Przed wielu laty stał tu budynek, w którym mieścił się wydział komunikacji. Dziś działka jest niezagospodarowana i porasta zielenią. I właśnie w jej sprawie do urzędu miasta wpłynął nietypowy dokument. Grupa mieszkańców chce bowiem, by w tym miejscu powstał market spożywczy. Takich próśb jeszcze wcześniej w mieście nie było.

„Zwracamy się z uprzejmą prośbą o podjęcie działań mających na celu przeznaczenie i zagospodarowanie działki znajdującej się naprzeciwko budynku przy ul. Sikorskiego 89 pod budowę wielkopowierzchniowego sklepu spożywczego sieci Lidl lub Biedronka” - czytamy w apelu, pod którym podpisało się dziesięć osób. Mieszkańcy przedstawiają kilka argumentów.

Pierwszy: „W najbliższej okolicy brakuje dużego ogólnodostępnego sklepu spożywczego oferującego szeroki asortyment w przystępnych cenach”. Drugi: „Budowa sklepu wraz z niezbędną infrastrukturą (parking, chodniki, oświetlenie) pozwoli na zrewitalizowanie i estetyczne uporządkowanie tego zaniedbanego obecnie punktu na mapie miasta”. Trzeci: „Taka inwestycja do także dodatkowe miejsca zatrudnienia dla lokalnej społeczności oraz stałe wpływy z podatków od nieruchomości do budżetu miasta”.

Oczywiście, podkreślmy to, sygnatariusze nie chcą, by to miasto budowało market.

„Rozumiemy, że realizacja takiej inwestycji wymaga analizy planistycznej, rozmów z potencjalnymi inwestorami oraz ewentualnej zmiany przeznaczenia tereny w planie zagospodarowania przestrzennego. Wierzymy jednak, że Urząd Miasta wyjdzie naprzeciw realnym potrzebom swoich mieszkańców i podejmie kroki w celu przyciągnięcia w to miejsce inwestora handlowego” - czytamy pod koniec pisma.

Działka, o której mowa to teren, który - według aktualnych dokumentów planistycznych - przeznaczony jest do zabudowy usługowej i zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej.

W Gorzowie jeden duży market przypada na mniej niż trzy tysiące mieszkańców. Na terenie miasta jest już bowiem ponad czterdzieści wielkopowierzchniowych sklepów spożywczych. Biedronka ma ich dziesięć, Netto - siedem, Lidl, Stokrotka i Dino - po sześć, Aldi i Intermarche mają trzy sklepy, duże sklepy Carrefour są dwa, jest też jeden Kaufland i jedna Chata Polska.

O tym, że naprzeciwko wyjazdu z placu PKS-u mógłby stanąć market, mówiło się cztery lata temu, gdy przewoźnik sprzedawał swój teren pod budownictwo mieszkaniowe. Inwestorowi nic z tego nie wyszło, teraz działka znów jest na sprzedaż. Działka, na której mieszkańcy chcą postawienia marketu, jest w rękach prywatnych. Jej właściciel ma zgodę na budowę budynku mieszkalnego wielorodzinnego z usługami i garażami w parterze oraz garażami podziemnym. Póki co, jest tu dziki parking. Bystre oko osób, które przechodzą w pobliżu regularnie może dostrzec, że co jakiś porzucane są tu samochody na rejestracjach spoza regionu.

Dokument wpłynął do miasta w ostatnich dniach. Urzędnicy już szykują się do odpowiedzi.

REKLAMA 0011583319

WYCIAG Z OGŁOSZENIA

Burmistrz Gminy i Miasta Nowe Miasteczko

z dniem 16.09.2026 r. ogłasza I przetarg ustny na sprzedaż prawa własności nieruchomości stanowiących własność Gminy Nowe Miasteczko

Oznaczenie nieruchomości wg księgi wieczystej	Numer działki	Powierz. działki [m²]	Opis i położenie nieruchomości	Cena wywoławcza (brutto)	Wysokość wadium (w złotych)	Termin przetargu
ZG1N /00062942/2	792	1328	Działka niezabudowana, położona jest w Nowym Miasteczku, opis użytku: zurbanizowane tereny niezabudowane lub w **trakcie zabudowy - symbol klasoużytku – Bp oraz grunty orne – RVI.**	108.486,00 zł	1.100,00 zł	Przetarg ustny nieograniczony, 19.10.2026 r. o godz. 10^{00}
ZG1N /00062942/2	793	1366	Działka niezabudowana, położona jest w Nowym Miasteczku, opis użytku: zurbanizowane tereny niezabudowane lub w **trakcie zabudowy - symbol klasoużytku – Bp oraz grunty orne – RVI.**	111.930,00 zł	1.200,00 zł	Przetarg ustny nieograniczony, 19.10.2026 r. o godz. 10^{45}

W miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego teren działek oznaczony jest symbolem MN, U1 - teren zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej, tereny usług. Przetarg odbędzie się w siedzibie tut. Urzędu Miejskiego w Nowym Miasteczku, ul. Rynek 2, pok. nr 1. Szczegółową informację dotyczącą przetargu zawiera ogłoszenie wywieszone na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miejskiego oraz na stronach internetowych urzędu: www.nowemiasteczko.pl. Wadium w pieniądzu z podanym numerem działki należy wpłacić do dnia 13.10.2026 r., tzn. do tej daty musi wpłynąć na konto Gminy. Bliższych informacji udzieli – stanowisko ds. mienia komunalnego Urzędu Miejskiego w Nowym Miasteczku, pokój nr 12, lub tel. nr 68 388 81 54 wew. 37.

REKLAMA 0011583415

Wójt Gminy Niegosławice

Informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy w Niegosławicach zostały wywieszone następujące wykazy nieruchomości stanowiących własność Gminy Niegosławice przeznaczonych do sprzedaży:
- Zarządzeniem Wójta Gminy Niegosławice Nr 0050.26.2026 z dnia 14.09.2026 r.
- Zarządzeniem Wójta Gminy Niegosławice Nr 0050.27.2026 z dnia 14.09.2026 r.
- Zarządzeniem Wójta Gminy Niegosławice Nr 0050.28.2026 z dnia 14.09.2026 r.
- Zarządzeniem Wójta Gminy Niegosławice Nr 0050.29.2026 z dnia 14.09.2026 r.

Wykazy są też opublikowane na stronie internetowej Urzędu Gminy N-ce i Bip.

REKLAMA 0011583263

OGŁOSZENIE DOTYCZY PRZETARGU NA TERMOMODERNIZACJĘ BUDYNKÓW

Wspólnoty Mieszkaniowe położone w Gronowie ul. Leśna nr 1, nr 3, nr 5 zapraszają do złożenia ofert na przeprowadzenie termomodernizacji trzech budynków.

SIWZ dostępna jest na stronie www.zarzadcaklim.pl w zakładce Przetargi.

Dodatkowe informacje można uzyskać w biurze zarządcy nieruchomości Artur Klim Zielona Góra, Al. Niepodległości 26/1 tel. 502 518 915.

REKLAMA 0011583268

OGŁOSZENIE DOTYCZY PRZETARGU NA TERMOMODERNIZACJĘ BUDYNKÓW

Wspólnota Mieszkaniowa położona w Zaborze ul. Akacjowa 2 abc zaprasza do złożenia ofert na przeprowadzenie termomodernizacji budynku.

SIWZ dostępna jest na stronie www.zarzadcaklim.pl w zakładce Przetargi.

Dodatkowe informacje można uzyskać w biurze zarządcy nieruchomości Artur Klim Zielona Góra, Al. Niepodległości 26/1 tel. 502 518 915.

DROBNE

Nauka

JĘZYKI OBCE

ANGIELSKI, niemiecki 607 185 564

Zdrowie

INNE

UZDRAWIANIE tel. 512 594 490

Usługi

MONTAŻOWE

OKNA, bramy drzwi, roletki, naprawy okien, montaż PlastMat. Tel. 68 470 19 70, Wrocławska 35.

OKNA, rolety, roletki. Montaż-serwis- naprawa. Ptasia 32/7B, tel. 535 530 555

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

eprasa.pl 4c75578529

FOKUS

• **W sierpniu ceny towarów i usług konsumpcyjnych wzrosły rok do roku o 3,4 proc.**, a w porównaniu z lipcem o 0,4 proc.

POLITYKA

„Wstyd na cały świat". Donald Tusk o doniesieniach ws. Orlenu

„Jak Polska straciła 230 milionów dolarów, próbując kupić za kryptowaluty ropę z Wenezueli". Wtorkowy „Financial Times" napisał tekst poświęcony nieudanym transakcjom spółki Orlen

oprac. Karolina Wrońska

Wtorkowy „Financial Times" opisał, że Orlen stracił 230 mln dolarów na transakcji związanej z zakupem wenezuelskiej ropy. Gazeta relacjonuje, że Orlen nadal próbuje odzyskać 230 mln dolarów wpłaconych jako zaliczka dla Hannon International, która jako pośrednik miała kupić 6 mln baryłek wenezuelskiej ropy.

Do publikacji „FT" przed wtorkowym posiedzeniem rządu odniósł się premier Donald Tusk.

– Wstyd na cały świat. „Financial Times" pisze o największym, czy jednym z największych skandali w historii naszego kraju. Cały świat dzisiaj o tym czyta – stwierdził Tusk. Stwierdził, że publikacja dotyczy „afery Orlenu za czasów Obajtka (byłego prezesa Orlenu Daniela Obajtka – PAP)".

Dodał, że straty państwa polskiego tylko w tej jednej sprawie, choć śledztw toczy się kilka, to 1,6 mld zł. – Są brudne interesy na paliwie, są kryptowaluty. Okazało się, że to właśnie kryptowaluty pomogły w realizacji tego brudnego interesu. Dziwni pośrednicy: Palestyńczyk, Chińczyk, Wenezuelczyk. Przekazanie gigantycznych sum pieniędzy bez żadnej gwarancji uzyskania paliwa. Później de facto zero paliwa i tak jak powiedziałem, 1,6 mld zł strat – podkreślił szef rządu.



FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Premier przed posiedzeniem Rady Ministrów odniósł się do wtorkowej publikacji „Financial Times" na temat Orlenu

W ocenie premiera „możemy mieć do czynienia z siecią brudnych i bardzo groźnych interesów, która bardzo przerosła polityków PiS-u zaangażowanych w te biznesy".

– Będę prosił prokuratora generalnego (Waldemara Żurka – PAP) o możliwie pilne przedstawienie pełnej informacji na tyle, na ile to jest możliwe na tym etapie różnych śledztw. Tak, żeby Polacy dowiadywali się o tym niekoniecznie z „Financial Times" i z prasy międzynarodowej, ale także od nas – zapowiedział Tusk.

Dziennikarskie śledztwo

Autorem artykułu „Jak Polska straciła 230 milionów dolarów próbując kupić za kryptowaluty ropę z Wenezueli" opublikowanego przez „Financial Times", jest dziennikarz śledczy Paul Caruana Galizia.

„Wyścig po ropę naftową i kryptowaluty przerodził się w jeden z największych skandali korporacyjnych w historii Polski" – pisze w tekście Galizia, dodając, że historia rzuca światło na „nieprzejrzysty segment rynku ropy, w którym tradycyjni nabywcy i standardowe kanały płatności zastępowane są przez mało znanych pośredników i kryptowaluty".

Gazeta opisuje, że pod koniec listopada 2023 r. Samer Awad, wówczas szef szwajcarskiej spółki OTS należącej do Orlenu, spotkał się z Kam Ho „Alexem" Tse, założycielem spółki Hannon International z siedzibą w Dubaju. Podczas przyjęcia na łodzi towarzyszącego Grand Prix Formuły 1 Awad miał przekazać Tse, by załatwił Orlenowi dostawy wenezuelskiej ropy. OTS podpisał umowę na zakup ok. 6 mln baryłek wenezuelskiej ropy. Kontrakt wymagał zapłaty z góry, wynoszącej 2/3 całkowitej transakcji, czyli 230 mln dolarów.

„FT" zwrócił uwagę, że państwowy wenezuelski koncern PDVSA od dłuższego czasu oczekiwał jednak najczęściej opłat w kryptowalucie USDT, której kurs powiązany był z dolarem. Ścieżka ta pozwalała na omijanie amerykańskich sankcji. Tse po otrzymaniu pieniędzy przystąpił do zdobywania kryptowaluty, a jego firma zobowiązała się do dostarczenia ropy w trzech transzach, najpóźniej do 19 grudnia 2023 roku. Część pieniędzy utknęła jednak przy wymianie na USDT w zarejestrowanych w Dubaju firmach, a pośrednicy, do których zwrócił się Tse, nie byli w stanie zapewnić obiecanej ropy.

PAP

IMMUNITET

Grzegorz Braun bez immunitetu ws. Holokaustu

oprac. Karolina Wrońska

Parlament Europejski w głosowaniu w Strasburgu uchylił immunitet europosła Grzegorza Brauna. Sprawa dotyczy negowania przez niego Holokaustu.

Sprawa dotyczy wypowiedzi Brauna podczas publicznej debaty w Warszawie we wrześniu 2025 r., transmitowanej na żywo w internecie.

Według wniosku o uchylenie immunitetu Braun miał publicznie i wbrew faktom zaprzeczać zbrodniom ludobójstwa popełnionym w latach 1941-1944 przez funkcjonariuszy III Rzeszy w niemieckim obozie koncentracyjnym i zagłady Auschwitz-Birkenau. W szczególności chodzi o jego wypowiedzi dotyczące zagłady żydowskich więźniów w komorach gazowych.

Wtorkowe głosowanie w PE nie oznacza uznania europosła za winnego, umożliwia krajowym organom sądowym prowadzenie dochodzenia lub procesu sądowego.

PE już kilkukrotnie uchylił immunitet Brauna. PAP

SEJM

Czarzasty zapowiada projekt ws. aborcji

oprac. Karolina Wrońska

Marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty zapowiedział, że koalicja rządząca powróci do rozmowy o zmianie przepisów dotyczących aborcji po zakończeniu sprawy ustawy o statusie osoby najbliższej.

– Powiedziałem swego czasu, to było pół roku temu, że najpierw zakończymy procedowanie w sprawie statusu osoby najbliższej – to robimy na tym posiedzeniu Sejmu – a potem wrócimy do spraw związanych z projektami wolnościowymi, jeżeli chodzi o kobiety. Ten Sejm zakończy procedowanie spraw związanych ze statusem osoby najbliższej. (...) No i wrócimy do rozmowy w sprawie ustaw aborcyjnych – zapowiedział.

Sejmowa komisja nadzwyczajna ds. rozpatrzenia projektów ws. aborcji miała się zebrać w poniedziałek. Posiedzenie jednak zostało odwołane z powodu, jak informowały portale TVN24 i TVP Info, braku stanowiska Ministerstwa Zdrowia.

PAP

KRÓTKO

Warszawa

Straż Graniczna wykryła ponad 80 kg marihuany

Strażnicy graniczni z lotniska Warszawa-Okęcie przejęli ponad 82 kg marihuany. Narkotyki przyleciały z Kanady w przesyłce cargo i były ukryte w specjalnie zmodyfikowanych metalowych butlach – poinformowała Komenda Główna Straży Granicznej. W ich ujawnieniu pomógł Drops – pies służbowy wyszkolony do wykrywania narkotyków. Czarnorynkowa wartość przejętych narkotyków wynosi około 4 mln zł.

Zdrowie

Nowe terapie na liście leków refundowanych

Od 1 października na liście leków refundowanych znajdą się 24 nowe terapie – poinformowała we wtorek wiceminister zdrowia Katarzyna Kacperczyk. Refundacją zostanie objętych 13 terapii onkologicznych, 11 nieonkologicznych i 8 dedykowanych chorobom rzadkim.
W przypadku 18 terapii refundacja obejmie nowe, tzw. cząsteczkowskazania, zaś w przypadku sześciu terapii zostaną rozszerzone dotychczasowe wskazania.

Ceny paliw

Czy będzie kolejny wariant programu CPN?

– Jeżeli prezydent podpisze złożoną ponownie ustawę o podatku od nadzwyczajnych zysków firm paliwowych, to rząd natychmiast zrealizuje kolejny wariant programu Ceny Paliwa Niżej (CPN) – poinformował we wtorek premier Donald Tusk. – Zobaczymy, na ile starczy środków, ale mam nadzieję, że tutaj już nikt nie może mieć wątpliwości, że tę ustawę trzeba podpisać – dodał.

PAP



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Na platformy cyfrowe trzeba nałożyć chomąto. Jak lejce popuścisz, to oni nie tylko najmłodszych, ale też najstarszych zaprowadzą na manowce.

KRZYSZTOF GAWKOWSKI
wicepremier i minister cyfryzacji

eprasa.pl 4c75578529

USA

Rosyjski oligarcha opłacił luksusowe wesele Trumpa Jr. „To po prostu prezent ślubny”

Kazimierz Sikorski

Bettina Trump, synowa prezydenta Donalda Trumpa, powiedziała w poniedziałek, że opłacone przez powiązanego z Kremlem oligarchę Umara Kremlewa dwa dni poślubnej zabawy były bezinteresownym prezentem od „drogiego przyjaciela”.

To reakcja na doniesienia, że Umar Kremlew wyłożył setki tysięcy dolarów na sfinansowanie weekendu ślubnego pary na prywatnej wyspie na Bahamach.

Para, określając Kremlewa „bliskim przyjacielem”, opublikowała na Instagramie oświadczenie wraz z 20 zdjęciami z wydarzenia. Napisali, że Kremlew „bardzo hojnie zorganizował dla nas dwa niesamowite wieczory świętowania po naszym ślubie”, nazywając to „niezwykle hojnym prezentem ślubnym od przyjaciela” i zaznaczając, że pobrali się podczas prywatnej ceremonii dzień przed wyjazdem na Bahamy.

Serwis ProPublica donosi, powołując się na dokumenty i rozmowy z trzema anonimowymi źródłami, że Kremlew pokrył koszty wynajmu prywatnych wysp i inne wydatki, takie jak pokaz sztucznych ogni i organizacja imprezy.

W majowym ślubie Trumpa Jr. z Bettiną Anderson, bywalczynią salonów z Palm Beach, uczestniczyło około 50 gości, w tym Jared Kushner i Ivanka Trump, Eric Trump oraz Tiffany Trump z mężem Michaelem Boulosem.

Według ProPublica obecność Kremlewa i jego współpracowników wydawała się pozostałym gościom tym bardziej zaskakująca.

W tej uroczystości prezydent USA nie uczestniczył. Kremlew utrzymuje długotrwałe relacje z rosyjskimi władzami: na kilka dni przed ślubem wchodził w skład delegacji towarzyszącej Putinowi podczas wizyty w Chinach, wcześniej otrzymał od Putina Order Przyjaźni, a Ukraina nałożyła na niego sankcje z powodu powiązań z prezydentem Rosji.



FOT. BRENDAN SMIALOWSKI/AFP/EAST NEWS

Para nie widzi nic dziwnego w tym, że część ich wesela opłacił rosyjski oligarcha

LITWA

Myśliwce NATO zestrzeliły drona nad terytorium Litwy

oprac. Anna Nagel

Myśliwce NATO zestrzeliły drona, który wtargnął w przestrzeń powietrzną Litwy nad wschód od Kowna - poinformowało we wtorek po północy Narodowe Centrum Zarządzania Kryzysowego.

– Bezzałogowiec prawdopodobnie przedostał się na Litwę od strony Białorusi – podała agencja BNS. Początkowo po wykryciu drona przez radary ogłoszono alert o możliwym zagrożeniu powietrznym w rejonie Wilna, Trok oraz Kowna.

Prezydent Litwy Gitanas Nauseda podziękował personelowi NATO za szybką reakcję. – Wraz z zintensyfikowaniem przez Rosję agresji przeciwko Ukrainie taka gotowość jest kluczowa dla naszego regionu. Wspólnie z naszymi sojusznikami Litwa będzie bronić swojej przestrzeni powietrznej – oświadczył litewski lider na portalu X.

Jak przekazało litewskim mediom kierownictwo Narodowego Centrum Zarządzania Kryzysowego (NKVC), dron został zestrzelony nad obszarami wiejskimi.

Wspólne działania

Minister obrony Litwy Robertas Kaunas poinformował we wtorek, że wraz z szefem MON Władysławem Kosiniakiem-Kamyszem uzgodnił wspólne działania i mobilizację sił w celu wyjaśnienia okoliczności najnowszych incydentów z udziałem dronów w obu krajach.

– W nocy skontaktowałem się z ministrem obrony Polski, skontaktowaliśmy się natychmiast po incydencie – powiedział Kaunas litewskiej telewizji publicznej LRT.



FOT. PAP/PAWEŁ SUPERNAK

Szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz spotkał się we wtorek z ministrem obrony Włoch

– Uzgodniliśmy, że wspólnie wyjaśnimy okoliczności, skoncentrujemy siły, aby ustalić wszystkie szczegóły – dodał.

Kaunas ocenił, że najnowszy incydent pokazuje, iż wojna Rosji przeciwko Ukrainie pozostaje intensywna i ma szeroki zasięg, mimo że działania wojenne toczą się w odległości ponad 1 tys. km od Litwy. – Niechęć Rosji do podjęcia negocjacji pokojowych wpływa na bezpieczeństwo również naszego regionu Morza Bałtyckiego – podkreślił.

Włoskie myśliwce w służbie NATO

Do incydentu odniósł się, po spotkaniu w Warszawie z włoskim ministrem obrony Guido Crosettą,szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz.

– Dziś w nocy włoskie myśliwce operujące nad terytorium Litwy zestrzeliły rosyjskiego drona. O tym zostaliśmy poinformowani przez naszych litewskich kolegów – powiedział Kosiniak-Kamysz.

Zaznaczył, że był w nocy w kontakcie z ministrem obrony Litwy i była wówczas informacja, że to myśliwce NATO zestrzeliły rosyjskiego drona.

– Doprecyzujemy tę informację, to były myśliwce włoskie, piloci włoscy, w służbie NATO, działający w ramach misji Air Policing nad państwami bałtyckimi – powiedział Kosiniak-Kamysz.

Podkreślił, że jest to „wyraz praktycznej solidarności sojuszniczej, ochrona flanki wschodniej przez naszych sojuszników” oraz jest to „również ochrona Polski”.

Agencja BNS przypomniała, że od początku rosyjskiej inwazji na Ukrainę na Litwie kilkakrotnie publikowano ostrzeżenia o możliwym zagrożeniu z powietrza, jednak po raz pierwszy dron nad terytorium kraju został zestrzelony. PAP

BUDAPESZT

Węgierska rewolucja obyczajowa. Rząd zmienia przepisy anty-LGBT+

oprac. Robert Szulc

Rząd przedstawił w poniedziałek projekt ustawy uchylającej przepisy wprowadzone za rządów premiera Viktora Orbana, które zakazywały „promowania” homoseksualizmu wśród nieletnich.

Przedstawiony przez gabinet Petera Magyara projekt nowelizuje wprowadzoną w 2021 roku przez rząd Orbana ustawę i stanowi, jak zauważa agencja AFP, pierwszy wyraźny sygnał zmiany polityki w zakresie praw osób LGBT+ na Węgrzech.

Ustawa z 2021 roku wprowadziła zakaz udostępniania osobom poniżej 18. roku życia treści - jak to określono - promujących tzw. tranzycję i homoseksualizm, i była następnie wykorzystywana do zakazywania organizacji marszów równości (Pride).

W kwietniu br. Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej orzekł, że ustawa ta narusza prawo unijne.

Nowy projekt wprowadza przepisy zakazujące publikacji treści, które mogłyby „poważnie zaszkodzić fizycznemu, intelektualnemu, emocjonalnemu lub moralnemu rozwojowi dziecka”. Zdaniem węgierskiego rządu zasady te będą miały zastosowanie „niezależnie od orientacji seksualnej”, co pozwoli na ich dostosowanie do unijnych standardów.

W sobotę Magyar zasygnalizował, że rząd rozważa nowelizację ustawy z 2020 roku, która ogranicza prawo do adopcji wyłącznie do małżeństw i uniemożliwia adopcję dzieci przez pary jednopłciowe. PAP

HOLANDIA

Chaos na kolei. Władze podejrzewają sabotaż

oprac. Anna Nagel

Poważne zakłócenia objęły we wtorek holenderską kolej. Zdaniem zarządcy infrastruktury ProRail to prawdopodobnie wynik sabotażu.

Zakłócenia rozpoczęły się około godz. 5.30. Według ProRail problemy z systemami bezpieczeństwa stwierdzono w co najmniej 20 miejscach. Najbardziej dotknięte zostały połączenia między Utrechtem, położonym w środkowej części kraju, a jego częścią północną i wschodnią, jednak skutki awarii odczuwalne są w całej Holandii.

Zarządca infrastruktury poinformował, że na torach znaleziono umieszczone tam celowo materiały. W późniejszym komunikacie sprecyzowano, że do szyn przymocowano rury.

Wywołane zakłócenia w działaniu systemów bezpieczeństwa sprawiły, że nie dawało się ustalić, czy na danym odcinku znajduje się pociąg, a sygnalizacja automatycznie zmieniała się na czerwone światło. Na części tras pociągi mogą poruszać się jedynie z niewielką prędkością.

ProRail poinformował, że pracownicy muszą sprawdzać całe odcinki torów, ponieważ wiadomo, na jakich trasach wystąpiły awarie, ale nieznane są wszystkie dokładne miejsca ingerencji.

Na razie nie wiadomo, kto odpowiada za incydent. Nie potwierdzono również, czy akcja ma związek z obchodzonym we wtorek w Hadze Prinsjesdag (Dniem Księcia), w którym rząd przedstawia założenia budżetu państwa na kolejny rok. PAP

eprasa.pl 4c75578529

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Zawał serca - objawy, leczenie, zapobieganie i powikłania. Co robić, gdy liczy się każda minuta?

PROFILAKTYKA

Nie tylko koronawirus, grypa i RSV. Tych 7 wirusów jest już w obiegu. Nie poddawaj się bez walki

Przestrzeganie zasad higieny, unikanie bliskiego kontaktu z chorymi osobami i szczepionki to kilka ze sposobów, które możesz zrobić, aby ograniczyć ryzyko zachorowania

G. Fedyk, A. Kamińska/PAP

Mimo że Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) w maju 2023 roku ogłosiła koniec pandemii koronawirusa, to SARS-CoV-2 (w tym niebezpieczny FLiRT) wciąż pozostaje w obiegu. To niejedyny wirus, który należy znać. Sezon na infekcje zbliża się wielkimi krokami, a poza COVID-19 i grypą możesz zachorować na inne choroby. Oto 7 wirusów, które atakują:



FOT. 123RF

Grypa, koronawirus i inne wirusy mogą być groźne dla twojego zdrowia. Przez to, że rozprzestrzeniają się w podobny sposób, możesz próbować się przed nimi chronić

Covid-19

Covid-19 to choroba zakaźna układu oddechowego wywołana zakażeniem wirusem SARS-CoV-2. W Polsce ludzie najczęściej chorują na wariant Omikron, w którego obrębie wyróżnia się podwarianty, m.in. Kraken (podwariant Omikron XBB.1.5); Pirola (podwariant Omikron BA.2.86); Eris (podwariant Omikron EG.5.1).

Objawy charakterystyczne dla Covid-19, to: katar, kichanie, ból głowy, ból gardła, zmęczenie, zaburzenia węchu i smaku.

Grypa

Grypa to jedna z najpowszechniejszych infekcji dróg oddechowych. Szczyt zachorowań przypada zazwyczaj na zimowe miesiące roku. Wirus grypy bardzo szybko mutuje, przez co przechorowanie daje krótkotrwałą odporność.

Do objawów grypy należą: nagła wysoka temperatura, bóle mięśni, uczucie zmęczenia lub wyczerpania, suchy kaszel, ból gardła, ból głowy, trudności z zasypianiem, brak apetytu.

Nudności i wymioty nie są częstymi objawami u dorosłych, ale czasami występują u dzieci. Większość objawów ustępuje po 1 do 2 tygodni od ich wystąpienia, ale suchy kaszel i ogólne zmęczenie mogą utrzymywać się przez kilka kolejnych tygodni.

Wirus RSV

Wirus RSV należy do rodziny paramyxowirusów. Zwykle powoduje objawy podobne do przeziębienia. Tak jak w przypadku innych wirusów oddechowych, do zakażenia dochodzi drogą kropelkową poprzez bliski kontakt z osobą zakażoną. Okres inkubacji wirusa RSV wynosi od 2 do 8 dni. Jest szczególnie niebezpieczny u dzieci i osób starszych.

Charakterystyczne objawy RSV to: gorączka, kaszel, kichanie, katar, szybsze oddychanie, trudności z karmieniem lub jedzeniem, głośny oddech (świszczący oddech), drażliwość, ból gardła, ból głowy, mniejszy apetyt.

Ze względu na podobne objawy bez testów nie da się odróżnić RSV od innych wirusów.

Adenowirus

Adenowirusy to powszechne wirusy. Zazwyczaj powodują łagodne objawy przeziębienia, na które co roku zapada wiele osób. Mogą też powodować zapalenie spojówek. Symptomy pojawiają się od 2 do 14 dni po początkowej ekspozycji.

Objawy zakażenia adenowirusem to: kaszel, ból gardła, biegunka, uczucie piasku pod powiekami i łzawienie oczu. W przypadku zdrowego układu odpornościowego objawy są zwykle łagodne i szybko mijają.

Paragrypa

Paragrypa (grypa rzekoma) odnosi się do grupy wirusów zwanych ludzkimi wirusami paragrypy (HPIV). Powodują one infekcję górnych lub dolnych dróg oddechowych.

Objawy paragrypy często są podobne do objawów przeziębienia. Gdy przypadki są łagodne, wirusy mogą zostać błędnie zdiagnozowane. Osoby z osłabionym układem odpornościowym są zagrożone rozwojem zagrażającej życiu infekcji lub powikłań.

Rinowirus (HRV)

Ludzkie rinowirusy (HRV) są wysoce zaraźliwe i są najczęstszą przyczyną przeziębienia. Rzadko prowadzą do poważnych konsekwencji zdrowotnych. Objawy zakażenia rinowirusem obejmują: kaszel, kichanie, katar, zatkanie nosa, ból gardła, ból głowy, bóle ciała, gorączkę.

Dzieci najczęściej roznoszą infekcje, to są swego rodzaju rodzinni bioterroryści. Najwyższa liczba zakażeń występuje wśród dzieci i młodzieży do 14. roku życia
DR IRENA MAŁECKA

Metapneumowirus

Ludzki metapneumowirus, określany też jako hMPV, to wirus atakujący drogi oddechowe. Należy do tej samej rodziny co wirus RSV. Jest on obecnie uważany za drugą lub trzecią główną przyczynę wirusowych infekcji dolnych dróg oddechowych i wirusowego zapalenia płuc u dzieci wymagających pomocy medycznej.

Typowe objawy hMPV to: kaszel, gorączka, przekrwienie błony śluzowej nosa, ból gardła. Mogą wystąpić też poważniejsze symptomy, obejmujące dolne drogi oddechowe, takie jak: krup, zapalenie oskrzelików, zapalenie płuc, zaostrzenie astmy.

Dzieci najczęściej chorują i przenoszą infekcje

Sezon zachorowań na infekcje dróg oddechowych trwa zwykle od października do kwietnia. Specjaliści wskazują, że najmłodsi odgrywają kluczową rolę w transmisji zakażeń w społeczeństwie.

- Dzieci najczęściej roznoszą infekcje, to są swego rodzaju rodzinni bioterroryści – mówi dr Ilona Małecka z Katedry i Zakładu Profilaktyki Zdrowotnej Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

Najbardziej widoczne jest to w przypadku grypy sezonowej. Najwyższa liczba zakażeń występuje wśród dzieci i młodzieży do 14. roku życia. Dane pokazują również, że hospitalizacje z powodu grypy niemal równie często dotyczą dzieci do 5. roku życia, jak i osób po 65. roku życia.

Seniorzy ponoszą największe koszty zakażeń

Eksperci zwracają uwagę, że zagrożenie związane z infekcjami układu oddechowego rośnie wraz z wiekiem. Dotyczy to szczególnie zakażeń wirusem RSV, które coraz częściej są postrzegane jako poważny problem zdrowotny wśród osób starszych – wskazuje prof. Adam Antczak, przewodniczący Rady Naukowej Ogólnopolskiego Programu Zwalczania Chorób Infekcyjnych.

Jak podkreśla ekspert, w grupie osób w wieku 65-74 lata ryzyko hospitalizacji jest niemal dwukrotnie wyższe niż wśród osób między 18. a 49. rokiem życia. W przypadku osób po 75. roku życia jest ono już trzykrotnie wyższe. Podobne zależności dotyczą inwazyjnej choroby pneumokokowej, która występuje przez cały rok i może prowadzić do bardzo ciężkich powikłań.

Mimo że szczepienia przeciw grypie są w Polsce zalecane od 6. miesiąca życia i bezpłatne dla osób do 18. roku życia, poziom ich wykorzystania pozostaje niski. Według danych Centrum e-Zdrowia w sezonie 2025/2026 zaszczepiono jedynie 97 tys. dzieci do 4. roku życia, 100 tys. dzieci w wieku 5-9 lat, 63 tys. osób w wieku 10-14 lat oraz 42 tys. nastolatków w wieku 15-19 lat.

eprasa.pl 4c75578529

SANATORIA

„Wracam do domu z nową energią". Najlepsze sanatoria w lasach i puszczach

Stworzyłem aktualny ranking najlepszych polskich sanatoriów w lasach i puszczach, oparty na opiniach samych kuracjuszy

Emil Hoff

Późne lato i wczesna jesień to doskonały czas na turnus w sanatorium. Tym razem wybrałem dla was najlepsze polskie sanatoria na NFZ w lasach, w sam raz na relaks i wzmocnienie zdrowia przed nadchodzącą jesienią.

Czemu w lasach? Leśne sanatoria mają wiele walorów:

Powietrze pełne jest olejków eterycznych i fitoncydów, które niszczą bakterie, grzyby i wirusy. To jak naturalna inhalacja, która zabezpieczy was przed przeziębieniem.

Jeśli pogoda dopisze i znowu nadejdą upały, w lasach otaczających uzdrowiska możecie znaleźć cień i wytchnienie. Lasy to oczywiście także doskonałe miejsca na relaksujące spacery, kojące nerwy i przynoszące ulgę oczom. W dodatku, jeśli wasz turnus wypadnie bliżej października, w czasie leśnych spacerów będziecie mogli podziwiać piękne, kolorowe liście.

By sprawdzić, które polskie sanatoria w lasach są najlepsze, musiałem najpierw dokonać wyboru. Wyszukałem uzdrowiska słynące z tego, że otaczają je wyjątkowo bujne, malownicze lasy i puszcze.

Pominąłem Augustów i Gołdap, bo pojawiły się już w moim zestawieniu najlepszych sanatoriów nad jeziorami, a także Krynicę-Zdrój, Świeradów-Zdrój i Żegiestów-Zdrój, bo pojawiają się w rankingu najlepszych sanatoriów w górach.

Do rankingu najlepszych sanatoriów w lasach i puszczach wybrałem 7 miejscowości:

- Wieniec-Zdrój w woj. kujawsko-pomorskim otaczają piękne lasy sosnowe.
- Muszyna w woj. małopolskim sąsiaduje z Popradzkim Parkiem Krajobrazowym, czekają tu na was wzgórza Beskidu Sądeckiego, porośnięte lasami bukowymi i jodłowymi, i słynne ogrody.
- Wapienne w woj. małopolskim to najmniejsze polskie uzdrowisko, częściowo położone na terenie Magurskiego Parku Narodowego, w pobliżu Puszczy Karpackiej.
- Konstancin-Jeziorna to jedyne uzdrowisko na Mazowszu; otaczają je sosnowe Lasy Chojnowsko-Słomczyńskie i Las Kabacki.
- Nałęczów w woj. lubelskim leży blisko Kazimierskiego Parku Krajobrazowego, w okolicy nie brakuje pięknych grądów i łęgów, są też malownicze wąwozy.
- Rymanów-Zdrój na Podkarpaciu, w Beskidzie Niskim, otaczają górskie lasy bukowo-jodłowe.

Przełom lata i jesieni to jeden z najlepszych momentów na wyjazd do uzdrowiska. Temperatury są łagodniejsze, upały zelżały, a spacery po parkach zdrojowych, górskich szlakach i promenadach stają się cudowne.

Jak powstał ranking?

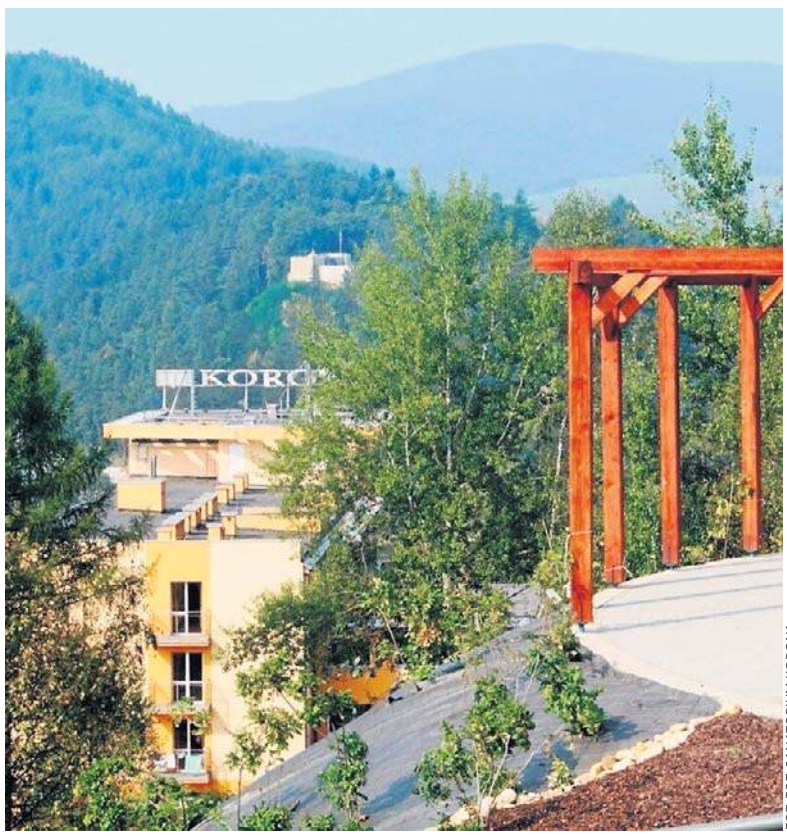
Kiedy już wybrałem miejscowości do swojego rankingu, sprawdziłem w oficjalnej bazie, które działające w nich sanatoria świadczą usługi w zakresie leczenia uzdrowiskowego w ramach współpracy z NFZ. Zidentyfikowałem 14 sanatoriów.

Następnie sprawdziłem, które z sanatoriów z mojej listy cieszą się najlepszymi opiniami kuracjuszy. Wykorzystałem do tego opinie Google. To miejsce, w którym każdy może napisać recenzję dowolnego obiektu, także – jeśli chce – anonimowo, nie trzeba więc się krygować ani przymilać. Recenzje sanatoriów mogą być w pełni szczere. Ich autorzy oceniają najczęściej jakość zakwaterowania, zabiegów, wyżywienia, profesjonalizm kadry, oferowane dodatkowe atrakcje i ogólną atmosferę.

Każde z sanatoriów w moim rankingu dostało punktację. Przemnożyłem średnią ocen w opiniach Google przez liczbę recenzji, tak by premiować sanatoria z dobrymi opiniami, ale też popularne, ocenione przez jak najwięcej osób. Im więcej zadowolonych recenzentów, tym bardziej wiarygodna średnia ocen. Sanatoria ze średnią poniżej 4,0 dostawały karę: minus 400 punktów.

Ostatecznie do mojego rankingu trafiło 8 najlepszych sanatoriów leśnych w Polsce, z wynikiem powyżej 400 pkt. Cztery z nich uzyskały wynik ponad 1000 punktów.

W Polsce działa kilkaset ośrodków uzdrowiskowych, ale tylko część z nich specjalizuje się w schorzeniach narządu ruchu i kręgosłupa. Leczenie uzdrowiskowe łączy rehabilitację, fizjoterapię i naturalne źródła.



FOT. FOT. SANATORIUM KORONA,

Możecie tam spędzić niezapomniany turnus na przełomie lata i jesieni, przesycony zapachem żywicy, wśród cudownych kolorów

STYL ŻYCIA

Jak uniknąć demencji? 6 prostych sposobów do stosowania na co dzień

Oprac. Ola Głowacka

Demencja nie rozwija się z dnia na dzień. Badania dowodzą, że na zdrowie mózgu wpływają codzienne nawyki, a część przypadków otępienia można opóźnić lub nawet im zapobiec dzięki zmianie stylu życia.

Jedną z osób zwracających uwagę na rolę codziennych nawyków jest dr Eva Feldman, profesor neurologii w Michigan Medicine i University of Michigan, specjalizująca się w chorobach układu nerwowego. W rozmowie cytowanej przez „The New York Times" wskazała sześć prostych działań, które mogą wspierać zdrowie mózgu i zmniejszać ryzyko pogorszenia funkcji poznawczych wraz z wiekiem.

Używaj zatyczek do uszu

Jedna z najważniejszych rad dr Feldman dotyczy ochrony słuchu. Jak podkreśla neurolog, utrata słuchu wiąże się ze zwiększonym ryzykiem demencji. Naukowcy przypuszczają, że może mieć to związek z bliskością obszarów mózgu odpowiedzialnych za odbieranie dźwięków i pamięć. Inna hipoteza wskazuje, że osoby niedosłyszące częściej wycofują się z życia społecznego, a mniejsza liczba kontaktów z ludźmi może przyspieszać pogorszenie funkcji poznawczych.

Ekspertka zaleca używanie zatyczek do uszu lub ochronników słuchu podczas pracy w hałaśliwym otoczeniu, na przykład przy koszeniu trawnika. Radzi również kontrolować słuch przynajmniej raz na trzy lata.

Nie spędzaj dnia na siedząco

Regularny ruch jest jednym z najlepiej udokumentowanych sposobów dbania o mózg. Ćwiczenia poprawiają ukrwienie mózgu i zwiększają dopływ tlenu do komórek nerwowych. Co ważne, nie muszą to być wyczerpujące treningi. Korzyści mogą przynieść nawet codzienne spacery, rozciąganie czy lekkie ćwiczenia wykonywane regularnie.

Dr Feldman zwraca uwagę, że liczy się nie tylko aktywność, ale także ograniczenie czasu spędzanego w pozycji siedzącej. Długotrwałe siedzenie jest uznawane za jeden z czynników niekorzystnie wpływających na zdrowie.

Używaj stołka zamiast fotela

W artykule przywołano również opinię dr. Kevina Bickarta z University of California w Los Angeles, który od lat zachęca swoich pacjentów do korzystania ze stołków zamiast miękkich foteli czy wygodnych krzeseł. Taki sposób siedzenia wymaga większego zaangażowania mięśni i pomaga utrzymywać bardziej aktywną postawę.

Czyść i lecz zęby

Zdrowie jamy ustnej ma większe znaczenie dla mózgu, niż wiele osób przypuszcza. Dr Feldman przypomina, że infekcje w obrębie jamy ustnej mogą rozprzestrzeniać się na sąsiednie tkanki i prowadzić do poważnych powikłań zdrowotnych. Badania wykazały również związek między chorobami dziąseł a zwiększonym ryzykiem demencji.

Dlatego neurologowie zalecają regularne szczotkowanie zębów, codzienne używanie nici dentystycznej oraz wizyty kontrolne u dentysty co najmniej raz w roku.

Spotykaj się z innymi ludźmi

Mózg potrzebuje nie tylko aktywności fizycznej, ale także kontaktów z innymi ludźmi. Jak zwraca uwagę dr Jessica Choi, koordynatorka badań klinicznych w Duke University School of Medicine w Północnej Karolinie (USA), izolacja społeczna może sprzyjać depresji i przyspieszać pogarszanie funkcji poznawczych u seniorów. Eksperci zachęcają do uczestnictwa w klubach książki, zajęciach grupowych, spotkaniach sąsiedzkich czy innych aktywnościach pozwalających utrzymywać regularne relacje społeczne. Rozmowy, dyskusje i wspólne działania stanowią naturalny trening dla mózgu.

Chroń i ćwicz szyję

Choć niewiele osób kojarzy szyję z profilaktyką demencji, dr Feldman podkreśla, że to właśnie przez nią biegną naczynia dostarczające krew do mózgu. Urazy szyi mogą zaburzać przepływ krwi i ograniczać dopływ tlenu do komórek nerwowych.

Neurolog zaleca unikanie gwałtownych skrętów, szarpnięć oraz ryzykownych manipulacji szyją, które mogą prowadzić do urazów.

Wysypiaj się

Ostatnia rada dotyczy snu. Zdaniem dr Feldman odpowiednia ilość i jakość snu to jeden z filarów zdrowia mózgu. W czasie nocnego odpoczynku mózg utrwala wspomnienia, porządkuje informacje i usuwa produkty przemiany materii gromadzące się między komórkami nerwowymi.

Eksperci podkreślają, że przewlekłe niedosypianie może negatywnie wpływać na pamięć, koncentrację i zdolności poznawcze. Dlatego regularny, dobrej jakości sen warto traktować jako element profilaktyki demencji.

eprasa.pl 4c75578529

RAPORT GIS



FOT. GETTY IMAGES

Polska ma powody do umiarkowanego optymizmu, ale nie brakuje też sygnałów ostrzegawczych

WZW typu A atakuje w Polsce cztery razy częściej niż dotąd. Błonica wróciła po 25 latach

Z raportu Państwowej Inspekcji Sanitarnej wynika, że w ub.r. wyraźnie spadła liczba zachorowań na krztusiec i gruźlicę. Są jednak i niepokojące sygnały

Ola Głowacka

Jedną z najbardziej widocznych zmian odnotowanych przez inspektorów sanitarnych jest spadek liczby zachorowań na krztusiec. W 2024 roku zarejestrowano 32 430 przypadków tej choroby, podczas gdy rok później było ich 11 339. To niemal trzykrotnie mniej.

Autorzy raportu wskazują, że krztusiec podlega charakterystycznym cyklom epidemicznym. Przypominają również, że szczepienie przeciw tej chorobie jest w Polsce obowiązkowe u dzieci, a osobom dorosłym zaleca się przyjmowanie dawek przypominających co 10 lat.

Gruźlicy prawie nie ma

Dobre wiadomości dotyczą także gruźlicy. W 2025 roku zapadalność na tę chorobę po raz pierwszy spadła do poziomu 9,9 przypadków na 100 tys. mieszkańców. Dzięki temu Polska została zaliczona do państw o niskiej zapadalności na gruźlicę. Wcześniej znajdowała się w kategorii krajów o średniej zapadalności. Według autorów raportu jest to efekt wieloletnich działań profilaktycznych i diagnostycznych ukierunkowanych na ograniczanie liczby zachorowań.

Błonica wróciła po 25 latach

Największe poruszenie wzbudziła informacja o pierwszym od 25 lat przypadku błonicy gardła w Polsce. Zachorowało sześcioletnie dziecko, które nie było zaszczepione.

Błonica należy do chorób, które mogą prowadzić do ciężkich powikłań, dlatego wymagają pilnej hospitalizacji. Eksperci podkreślają, że najskuteczniejszą formą ochrony pozostają szczepienia.

Niepokojący wzrost ognisk zapalenia wątroby typu A

Niepokojące dane dotyczą wirusowego zapalenia wątroby typu A. W 2025 roku w Polsce zarejestrowano 115 ognisk tej choroby. Rok wcześniej było ich zaledwie 26. Oznacza to ponad czterokrotny wzrost w ciągu zaledwie 12 miesięcy.

Przeciw WZW typu A dostępna jest szczepionka. Zaleca się ją m.in. osobom podróżującym do krajów o wyższej liczbie zachorowań oraz wybranym grupom zawodowym związanym z produkcją żywności czy gospodarką odpadami.

Kleszcze aktywne dłużej

Raport wskazuje również na wzrost liczby przypadków boreliozy i kleszczowego zapalenia mózgu. Zdaniem autorów dokumentu może mieć to związek m.in. ze zmianami klimatycznymi, które wydłużają okres aktywności kleszczy i zwiększają ryzyko kontaktu ludzi z tymi pajęczakami.

W ub.r. odnotowano także 30 przypadków tzw. choroby Haff, określanej również jako choroba Zalewu Wiślanego. Zachorowania były związane głównie ze spożyciem samodzielnie złowionych węgorzy.

HIV, kiła i rzeżączka na wysokim poziomie

Największy niepokój specjalistów budzi jednak wzrost liczby nowo wykrywanych zakażeń HIV oraz chorób przenoszonych drogą płciową. Raport wskazuje, że liczba przypadków HIV należała do najwyższych w historii obserwacji. Wzrosła także liczba zachorowań na kiłę i rzeżączkę.

Autorzy raportu przypominają, że od maja 2025 roku test na HIV można wykonać również w podstawowej opiece zdrowotnej, a badanie jest finansowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Dane pokazują dwa równoległe trendy

Z jednej strony Polska notuje sukcesy w ograniczaniu zachorowań na krztusiec i gruźlicę. Z drugiej strony rośnie znaczenie zagrożeń związanych z chorobami odkleszczowymi, WZW typu A, HIV oraz innymi infekcjami przenoszonymi drogą płciową. Powrót błonicy po 25 latach przypomina natomiast, że nawet choroby uznawane za niemal wyeliminowane mogą ponownie się pojawić.

CHOROBA ALZHEIMERA

Zaskakujące wnioski rok po uruchomieniu infolinii Helpline

Oprac. Emil Hoff

Konsultanci specjalnej infolinii Helpline dla osób chorych na alzheimera i inne zaburzenia otępienne podsumowują pierwszy rok działalności. Okazuje się, że to wcale nie chorzy dzwonią z prośbami o pomoc.

Niemal rok temu – 1 października 2025 r. – Rzecznik Praw Pacjenta we współpracy ze związkiem organizacji non-profit Alzheimer Polska uruchomił ogólnopolską, bezpłatną infolinię Helpline. Jej rola jest prosta: konsultanci mają pomagać osobom chorym na alzheimera i inne zaburzenia otępienne, a także ich rodzinom i opiekunom.

Po prawie roku działalności konsultanci Helpline raportują, kto i w jakich sprawach korzystał w tym czasie z infolinii. Ich wnioski są bardzo ciekawe. Okazuje się, że to nie osoby chore na alzheimera, lecz głównie ich rodziny dzwonią na specjalną infolinię. To bliscy pacjentów stanowią 84 proc. rozmówców Helpline.

- Dzwoni córka, która zauważyła, że mama zaczęła powtarzać te same pytania. Syn, bo ojciec coraz gorzej radzi sobie z codziennymi sprawami. Wnuczka, bo babcia zaczęła gubić się w dobrze znanych miejscach. Bliscy często nie wiedzą, gdzie przebiega granica między zmianami związanymi z wiekiem a objawami, które powinny skłonić do konsultacji ze specjalistą. Pytają więc, co obserwować, do kogo zgłosić się w pierwszej kolejności i jak rozmawiać z osobą, która sama nie widzi problemu albo nie chce szukać pomocy – opowiadają konsultanci.

A jeśli chodzi o poruszane sprawy, to w większości przypadków wcale nie chodzi o dodatkowe fakty i poszerzanie wiedzy o chorobie. 70 proc. porad udzielanych na linii Helpline dotyczy tego, jak konkretnie można uzyskać pomoc dla chorego w miejscu jego zamieszkania. Dominuje więc ścisła praktyka, a nie teoria.

Do kwestii najczęściej poruszanych w czasie rozmów na linii Helpline należą: • organizacja codziennej opieki • dostępne świadczenia finansowe • uzyskiwanie pomocy od Miejskich Ośrodków Pomocy Społecznej (MOPS) • znajdowanie lokalnych organizacji pomocowych • możliwości i sposoby dostosowania mieszkania do potrzeb chorych,

W przypadkach zaawansowanej choroby padają też pytania:

• o Zakłady Opiekuńczo-Lecznicze (ZOL) i Domy Pomocy Społecznej (DPS) • o kwestie prawne, związane np. z pełnomocnictwem, ubezwłasnowolnieniem, orzeczeniem o niepełnosprawności.

Na Helpline dzwonią też regularnie opiekunowie osób chorych z pytaniami o to, jak reagować na trudne zachowania chorego, kiedy zacząć szukać pomocy w opiece i jak rozpoznać moment, w którym sami dochodzą do granicy swoich możliwości. Konsultanci Helpline z przygotowaniem psychologicznym pomagają im wtedy radzić sobie z poczuciem winy, wyczerpania, bezradności czy po prostu złością.

Jak skorzystać z linii Helpline?

Z Helpline można skorzystać zarówno po diagnozie, jak i przed nią, gdy pojawiają się niepokojące zmiany pamięci czy funkcjonowania. Konsultanci pomagają znaleźć dostępne lokalnie formy wsparcia. W ramach Helpline można również skorzystać z pomocy psychologa, prawnika i terapeuty zajęciowego.

Infolinia Helpline jest bezpłatna i dostępna sześć dni w tygodniu:

- poniedziałek–piątek: 10–21
- sobota: 10–16

Telefon: 800 201 801
e-mail: alzheimer@rpp.gov.pl



FOT. 123RF

To bliscy pacjentów stanowią 84 proc. rozmówców Helpline

eprasa.pl 4c75578529

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Ręczniki

Nieodzowne po myciu i kąpieli. Kiedy są czyste, kiedy brudne, a kiedy trzeba je wyrzucić?

Dla wielu osób kąpiel czy prysznic to ulubiony moment dnia – czas relaksu i odświeżenia. Ale czy naprawdę pozostajesz czysty, jeśli kilka razy używasz tego samego ręcznika? Zapytaliśmy ekspertów, jak często należy prać ręczniki i co się stanie, jeżeli robimy to zbyt rzadko.

Jak często powinno się prać ręczniki?

Może ci się wydawać, że ręcznik pozostaje czysty nawet po kilku użyciach, ale w rzeczywistości stanowi on idealne środowisko dla rozwoju bakterii. Ręczniki pochłaniają wilgoć i długo pozostają mokre, co sprzyja namnażaniu się mikroorganizmów. Z tego względu ręczniki należy prać po trzech użyciach. Każdego dnia z twojego ciała złuszczają się miliony komórek skóry, a spora ich część trafia właśnie na ręcznik. Choć część z nich usuwasz pod prysznicem, reszta osadza się na tkaninie, co może być problematyczne dla twojej higieny.

Czasem warto zachować wzmożoną czujność

Aby zapobiec namnażaniu się bakterii, wysusz ręcznik po każdym użyciu i pierz go co najmniej co trzy użycia. Oznacza to pranie ręcznika dwa razy w tygodniu, jeżeli codziennie się kąpiesz. Jeżeli masz choroby skóry, chodzisz na siłownię lub basen, twój ręcznik powinien być prany po każdym użyciu. Regularne pranie wystarczy, aby ręczniki utrzymać w czystości.

Co się stanie, jeśli nie pierzesz ręczników?

Brudne, nieprane ręczniki mogą rozprzestrzeniać wirusy, grzyby i bakterie. Konsekwencje używania brudnego ręcznika obejmują podrażnioną skórę i możliwość rozprzestrzeniania się infekcji. Bakteria wywołująca zakażenia gronkowcem (MRSA) rozprzestrzenia się właśnie na ręcznikach i pościeli.

Pamiętaj!

Nigdy nie dziel się ręcznikiem z kimś, kogo nie znasz lub z kimś, kto jest chory. Użycie ręcznika o kilka razy więcej razy między praniami raczej nie będzie wielkim błędem, ale częstsze pranie sprawi, że ty i twoja skóra będziecie zdrowsi.

Jak poprawnie prać ręczniki

Wiesz już, że ręczniki należy prać co trzy użycia, ale jak prać ręczniki, aby były naprawdę czyste? Oto kilka wskazówek:

- Zawsze pozwól ręcznikom dobrze wyschnąć przed wrzuceniem ich do pralki. Nie wkładaj też mokrych ręczników bezpośrednio do kosza na pranie.
- Wybielacz nie jest konieczny do eliminacji zarazków.
- Stosuj odpowiednią ilość detergentu i zwracaj uwagę na temperaturę prania.
- Możesz dodać ocet do cyklu płukania, aby lepiej zdezynfekować ręczniki.
- Nie przeładowuj pralki. Zbyt dużo ręczników utrudnia ich dokładne wypranie.
- Dbaj o regularne czyszczenie pralki, aby wyeliminować bakterie. Możesz uruchomić cykl płukania z samym octem. Może to zabić niepożądanych gości w pralce.



FOT. FREEPIK

Jak często kupować nowe ręczniki?

To, jak długo posłuży ci ręcznik, zależy od jego jakości i tego, jak o niego dbasz. Pamiętaj, że bardzo tanie ręczniki mogą szybciej się strzępić, a używanie zbyt gorącej wody może również powodować szybsze niszczenie włókien. Zawsze czytaj etykietę produktu i postępuj zgodnie z instrukcjami prania. Jeśli ręczniki mają wilgotny lub stęchły zapach, spróbuj użyć ustawienia dezynfekcji w pralce. Możesz je też namoczyć w occie, aby usunąć nieprzyjemne zapachy. Przy odpowiedniej pielęgnacji ręcznik kąpielowy powinien służyć ci przez długi czas. Aby ręczniki były jak najczystsze, zawsze rozwieszaj je i pozwól im całkowicie wyschnąć między użyciami. **Gabriela Fedyk**

ZDROWA DIETA

Soczewica ma więcej zalet, niż ci się wydaje. To tani sposób, by dostarczyć sobie więcej białka

Przez lata była traktowana jako składnik zupy lub potraw dla wegetarian. Dziś soczewica wraca do łask jako jeden z najcenniejszych produktów roślinnych. Wspiera serce i jest doskonałą alternatywą dla mięsa

Redakcja Strony Zdrowia

Soczewica jest bogata w białko, błonnik, żelazo i witaminy z grupy B, a przy tym kosztuje znacznie mniej niż mięso. Nic dziwnego, że dietetycy coraz częściej polecają ją osobom, które chcą odżywiać się zdrowiej i ograniczyć produkty odzwierzęce.

Wartościowy produkt i do tego niedrogi

Soczewica należy do roślin strączkowych, które uznawane są za jedne z najbardziej wartościowych produktów spożywczych. Dostarcza dużych ilości białka roślinnego, dzięki czemu może częściowo zastępować mięso w codziennej diecie. Jest również źródłem błonnika wspierającego pracę jelit oraz składników mineralnych, takich jak żelazo, cynk i magnez.

Jej regularne spożywanie pomaga zwiększyć udział produktów roślinnych w jadłospisie bez konieczności całkowitej rezygnacji z mięsa. Dietetycy zwracają uwagę, że soczewica dobrze sprawdza się jako składnik dań dla osób dbających o serce, poziom cholesterolu i prawidłową masę ciała.

Rosnące ceny żywności sprawiają, że coraz więcej osób szuka tańszych, a jednocześnie wartościowych zamienników mięsa. Soczewica doskonale spełnia tę rolę.



FOT. GETTY IMAGES

Soczewica jak gąbka wchłania aromaty i w gotowym daniu nie rzuca się w oczy. Efekt: mniej tłuszczu, mniej cholesterolu i więcej błonnika

Można dodawać ją do sosów, zup, gulaszów czy kotletów, zwiększając wartość odżywczą posiłku i ograniczając ilość mięsa.

Eksperci podkreślają, że soczewica świetnie chłonie przyprawy i aromaty innych składników. Dzięki temu w wielu potrawach może pozostać niemal niewyczuwalna, a jednocześnie dostarczyć cennego białka i błonnika.

Którą soczewicę wybrać? Każdy rodzaj ma inne zastosowanie

- Czerwona i żółta soczewica - są najczęściej pozbawione łupiny, dlatego gotują się bardzo szybko, zwykle w ciągu 10-15 minut. Łatwo się rozpadają, dzięki czemu idealnie nadają się do zup kremów, purée, pasztetów warzywnych czy indyjskiego dhalu.
- Brązowa soczewica - dobrze zachowuje strukturę i sprawdza się w jednogarnkowych daniach, gulaszach oraz sycących zupach. Czas jej gotowania wynosi około 40 minut.
- Beluga, puy i soczewice delikatesowe- to odmiany cenione przez szefów kuchni. Zachowują jędrność po ugotowaniu, mają wyrazisty smak i dobrze prezentują się na talerzu. Są doskonałym dodatkiem do sałatek, dań warzywnych i kuchni premium.

Jak gotować soczewicę, by była smaczna i lekkostrawna?

Przed gotowaniem soczewicę należy przepłukać pod bieżącą wodą. Usuwa to kurz i ewentualne zanieczyszczenia znajdujące się na ziarnach.

Osoby, które po strączkach odczuwają dyskomfort trawienny, mogą podczas gotowania dodać kminek, koper włoski, imbir lub majeranek. Przyprawy te pomagają poprawić strawność potraw.

Wbrew popularnym mitom sól dodana podczas gotowania nie powoduje twardnienia soczewicy. Warto natomiast pamiętać, że składniki kwaśne, takie jak ocet czy sok z cytryny, najlepiej dodawać dopiero pod koniec przygotowywania potrawy, ponieważ mogą wydłużać proces mięknięcia nasion.

Nigdy nie jedz soczewicy na surowo

To jedna z najważniejszych zasad dotyczących roślin strączkowych. Surowa soczewica zawiera substancje utrudniające trawienie, a niektóre z nich mogą działać szkodliwie dla organizmu. Z tego powodu nasiona zawsze powinny zostać ugotowane przed spożyciem.

Wyjątek stanowi soczewica konserwowa lub sprzedawana w puszkach, która została już wcześniej poddana obróbce termicznej i jest gotowa do jedzenia.

Soczewica trafia nawet do kuchni fine dining

Jeszcze kilkanaście lat temu kojarzyła się z prostymi, domowymi potrawami. Dziś wykorzystują ją również szefowie restauracji premium. Powstają z niej chrupiące chipsy, aromatyczne pasty, wyszukane dodatki do dań oraz autorskie fermentowane produkty inspirowane tradycyjnym miso.

eprasa.pl 4c75578529

HIPOKRATES 2026

LIDERZY RANKINGÓW

LEKARZ RODZINNY LUB POZ ROKU
1. **Marcin Kierkus,** Praktyka Lekarza Rodzinnego, Szprotawa
2. **Alina Babenko,** Aldemed Centrum Medyczne, Zielona Góra
3. **Magdalena Makulska,** Przychodnia Bogdaniec, Bogdaniec

PEDIATRA ROKU
1. **Zofia Hasik,** Przychodnia Familia, Nowa Sól
2. **Kazimierz Antonowicz,** Szpital Międzyrzecki, Międzyrzecz
3. **Łukasz Jarosławski,** Aldemed Centrum Medyczne, Zielona Góra

PIELĘGNIARKA/PIELĘGNIARZ ROKU
1. **Katarzyna Petela,** Wielospecjalistyczny Szpital SPZOZ, Nowa Sól
2. **Marta Bagrowska,** Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki, Gorzów Wielkopolski
3. **Jolanta Soczek,** Nowy Szpital, Szprotawa

STOMATOLOG/ORTODONTA ROKU
1. **Agnieszka Cholewa,** Stomatologia i medycyna Estetyczna Agnieszka Cholewa, Cybinka
2. **Monika Pyra,** Den-Med, Diamante Dental, Zielona Góra
3. **Piotr Pater,** PaterMed Stomatologia, Medycyna Estetyczna i Laseroterapia, Gorzów Wielkopolski

POŁOŻNA/POŁOŻNY ROKU
1. **Bożena Hrynkiewicz,** NZOZ Ars Medica Bis, Kożuchów
2. **Renata Szymarek,** Centrum Medyczne TopMed, Sulechów
3. **Wanda Leniart,** Indywidualna Praktyka Położnej Środowiskowo Rodzinnej, Szprotawa

GINEKOLOG ROKU
1. **Małgorzata Niedźwiecka,** Szpital Na Wyspie, Żary
2. **Wojciech Wiktorowicz,** IPL, Skwierzyna
3. **Zdzisława Makosz-Dittrich,** 105 Kresowy Szpital Wojskowy z Przychodnią SPZOZ, Żagań

CHIRURG ROKU
1. **Michał Zalewski,** Szpital na Wyspie, Żary
2. **Jerzy Dubiel,** Wielospecjalistyczny Szpital SP ZOZ, Nowa Sól
3. **Marek Żabczuk,** Nowy Szpital, Wschowa

ORTOPEDA ROKU
1. **Dawid Kawka,** Grande Medica, Zielona Góra
2. **Adrian Kita,** Szpital Międzyrzecki, Międzyrzecz
3. **Kamil Siuta,** Ośrodek Zdrowia Monika Lipnicka, Dobiegniew

FIZJOTERAPEUTA/OSTEOPATA ROKU
1. **Anna Sroka,** Gabinet Fizjoterapii Anna Sroka, Lubuski Szpital Specjalistyczny Pulmonologiczno-Kardiologiczny, Torzym
2. **Monika Górna-Siemiatowska,** Studio Fizjoterapii i Rehabilitacji Monika Górna-Siemiatowska, Trzciel
3. **Anna Malińska,** FizjoNeuroTerapia Anna Malińska, Gorzów Wielkopolski

KARDIOLOG ROKU
1. **Rafał Zimoląg,** Wielospecjalistyczny Szpital SP ZOZ, Nowa Sól
2. **Artur Filipczak,** Wiśniowa Clinic, Zielona Góra
3. **Paweł Banasiak,** 105 Kresowy Szpital Wojskowy z Przychodnią, Żary

UROLOG/NEFROLOG ROKU
1. **Marta Cylka,** Szpital Powiatowy im. dr Henryka Jordana, Sulęcin

OKULISTA ROKU
1. **Ewa Kuźmicz,** Aldemed, Zielona Góra
2. **Janusz Jasiński,** Gabinet Okulistyczny, Żary
3. **Aleksander Rzepka,** Gabinet Okulistyczny, Żagań

DERMATOLOG ROKU
1. **Aleksandra Bilińska,** Łużyckie Centrum Medyczne, Żary

LARYNGOLOG ROKU
1. **Małgorzata Wróbel,** Aldemed Centrum Medyczne, Zielona Góra

ANESTEZJOLOG ROKU
1. **Bartosz Kudliński,** Szpital Uniwersytecki im. Karola Marcinkowskiego, Zielona Góra
2. **Marek Maślicki,** SP ZOZ, Nowa Sól
3. **Aleksandra Bobek,** Indywidualna Praktyka Lekarska, Zielona Góra

NEUROLOG ROKU
1. **Katarzyna Rynkiewicz,** NZOZ Kormed, Żagań
2. **Małgorzata Chorążyk,** Wielospecjalistyczny Szpital SP ZOZ, Nowa Sól
3. **Tymoteusz Czarnecki,** Wielospecjalistyczny Szpital SP ZOZ, Nowa Sól

RATOWNIK MEDYCZNY/RATOWNIK PRZEDMEDYCZNY ROKU
1. **Monika Staszak,** Transport Medyczny, Gubin
2. **Remigiusz Belau,** Nowy Szpital, Świebodzin
3. **Michał Lewandowski,** Szpital Uniwersytecki im. Karola Marcinkowskiego, Zielona Góra

FARMACEUTA/TECHNIK FARMACEUTYCZNY ROKU
1. **Adam Szczęś,** Apteka DOZ Akademicka, Zielona Góra
2. **Izabela Maćkowiak,** Punkt Apteczny Medis, Zielona Góra
3. **Maciej Tracz,** Dom Leków, Gorzów Wielkopolski

RADIOLOG/TECHNIK ELEKTRORADIOLOG ROKU
1. **Julia Kościak,** Prokardio, Zielona Góra
2. **Marek Szpyra,** Centrum Medyczne Medi-Raj, Gorzów Wielkopolski

ONKOLOG ROKU
1. **Marcin Napierała,** Szpital Uniwersytecki im. Karola Marcinkowskiego, Zielona Góra
2. **Bartłomiej Delijewski,** Centrum Medyczne Medyk, Gorzów Wielkopolski
3. **Agnieszka Bachan,** Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki, Gorzów Wielkopolski

PSYCHOLOG/PSYCHOTERAPEUTA ROKU
1. **Izabela Matkowska,** Relacja Pracownia Psychoterapii i Psychoedukacji, Gorzów Wielkopolski
2. **Anna Pawelska-Mały,** Gabinet Psychologiczny Anna Pawelska-Mały, Poradnia Zdrowia Psychicznego Pozytywka, Zielona Góra
3. **Anna Mikułko,** Gabinet Psychologiczny, Międzyrzecz

PSYCHIATRA ROKU
1. **Katarzyna Antonowicz,** Samodzielny Publiczny Szpital dla Nerwowo i Psychicznie Chorych, Międzyrzecz
2. **Błażej Antosz,** Centrum Zdrowia Antoszówka, Gorzów Wielkopolski
3. **Norbert Miszczyk,** Ośrodek Profilaktyki i Pomocy Psychiatrycznej Relacja, Zielona Góra

MENEDŻER PLACÓWKI MEDYCZNEJ ROKU
1. **Małgorzata Mazur,** Centrum Medyczne Medi-Raj, Gorzów Wielkopolski
2. **Błażej Antosz,** Centrum Zdrowia Antoszówka, Gorzów Wielkopolski
3. **Mariola Bajor,** Nowy Szpital, Szprotawa

To oni pomagają, gdy tu boli, a tam strzyka

- Drugi tydzień głosowania w wielkim Plebiscycie Medycznym Hipokrates 2026 za nami, a dziś przedstawiamy kolejne historie jego uczestników - zapowiada Ewelina Żuberek, która opiekuje się tą akcją od strony redakcyjnej. Tym razem wyjątkowe światło kierujemy na fizjoterapeutów, osteopatów. Do ich gabinetów często trafiamy przede wszystkim wtedy, kiedy ciało zaczyna nas ograniczać. Kiedy tu boli, tam strzyka, głową nie możemy pokręcić, kolano przeskakuje, łupie w kręgosłupie, a każdy krok nagle staje się problemem... Kiedy po urazie, operacji albo dniach życia z bólem chcemy po prostu znowu normalnie żyć! Fizjoterapeuta nie pracuje jednak tylko z miejscem, które boli. On wytrwale szuka przyczyny, obserwuje, pyta. Analizuje wyniki badań i sposób, w jaki działa całe nasze ciało. - Hipokrates to także okazja, żeby pokazać ludzi, którzy na co dzień stoją za tymi poszukiwaniami, żebyśmy wrócili do sprawności - tłumaczy dziennikarka, dzięki której możecie poznawać bliżej różnych uczestników naszego plebiscytu.

Szczegółów szukajcie na: www.gazetalbuska.pl /hipokrates

Stara się być dla każdego pacjenta dobrym i uważnym fizjoterapeutą

- Do wyboru fizjoterapii skłoniła mnie przede wszystkim chęć niesienia pomocy innym oraz możliwość realnego wpływania na poprawę ich zdrowia i jakości życia. W tej pracy najbardziej fascynuje mnie indywidualne podejście do pacjenta, obserwowanie jego postępów oraz możliwość wspierania go na kolejnych etapach procesu powrotu do sprawności - mówi Anna Sroka (Gabinet Fizjoterapii Anna Sroka, Lubuski Szpital Specjalistyczny Pulmonologiczno-Kardiologiczny, Torzym).

Każdego dnia stara się być dla każdego pacjenta przede wszystkim dobrym i uważnym fizjoterapeutą. - Zależy mi na tym, aby indywidualnie dopasowywać swoje podejście do jego potrzeb, możliwości i oczekiwań. Mam świadomość, że każdy pacjent jest inny i nie każdemu będzie odpowiadał ten sam fizjoterapeuta czy sposób pracy - podkreśla.

W pracy szpitalnej sukcesem jest dla niej sytuacja, kiedy pacjent trafia do szpitala w pozycji leżącej, a dzięki ciężkiej pracy z czasem zaczyna samodzielnie się poruszać. Z kolei w gabinecie dużą satysfakcję daje jej praca z noworodkami - kiedy dzięki odpowiednio dobranej terapii dolegliwości ustępują, dziecko staje się spokojniejsze, a rodzice odzyskują poczucie bezpieczeństwa.



Od lat z zaangażowaniem pomaga pacjentom odzyskiwać sprawność

Anna Malińska (FizjoNeuroTerapia Anna Malińska, Gorzów Wielkopolski) od lat z zaangażowaniem pomaga pacjentom odzyskiwać sprawność, samodzielność i lepszą jakość życia. Specjalizuje się przede wszystkim w rehabilitacji osób dorosłych zmagających się z problemami neurologicznymi, wykorzystując swoje doświadczenie oraz indywidualne podejście do każdego pacjenta.

Na co dzień pracuje z osobami po udarach mózgu, urazach czaszkowo-mózgowych i operacjach neurochirurgicznych, a także z pacjentami cierpiącymi na chorobę Parkinsona, stwardnienie rozsiane (SM), stwardnienie zanikowe boczne (SLA) oraz inne choroby neurodegeneracyjne. W swojej pracy koncentruje się nie tylko na poprawie sprawności ruchowej, ale również na zwiększaniu samodzielności i komfortu życia podopiecznych.

Dzięki wieloletniemu doświadczeniu pomaga pacjentom poprawić funkcjonalność, ruchomość stawów, siłę mięśniową oraz ograniczyć dolegliwości bólowe. Każdy proces rehabilitacji dostosowuje do indywidualnych potrzeb i możliwości pacjenta, wierząc, że odpowiednio dobrana terapia może przynieść wymierne efekty nawet w bardzo trudnych przypadkach.



PARTNER GŁÓWNY PLEBISCYTU

synoptis pharma

eprasa.pl 4c75578529

PROGRAMOWO



G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Kryzys w relacji Marcina i Renaty pogłębia się. Po kolejnej kłótni Kodur śledzi ją, co skutkuje policyjnym zatrzymaniem dilera, a ona sama niemal trafia do aresztu. Uczucie łączące Olę i Justina ponownie przybiera na sile. Skotnicki spotyka się z Kępskim, zdeterminowany do wejścia w otwarty konflikt z Karoliną. Z kolei Aldona i Borys nieustannie niepokoją się o przyszłość Romeo. Boją się, że zakochany Włoch nie zda egzaminu dojrzałości. W zaistniałej sytuacji Grzelakowie postanawiają przedstawić chłopakowi konkretną propozycję.

G. 20:15

Na Wspólnej

TVN

Greg wciąż wypomina żonie stłuczkę i wydane pieniądze. Ich córka Jagoda namawia mamę, aby była niezależna. Ewelina prosi o pomoc Weronikę. Pomysł rozjusza Grega, a efekty są dla Kalskiej opłakane. Igor zawozi córkę na odwyk. Agnieszka spotyka się z Tworkowskim, bratem jej podopiecznego. „Żaba" prosi, by Tomek pracował w służbie zieleni. Olszewska zgadza się, ale jest pełna obaw – widząc to, Hebel obiecuje mieć Tomka na oku.



Lalka

PREMIERA

Netflix



16 września w serwisie Netflix zadebiutuje produkcja, która w ostatnich miesiącach była tematem numer jeden. Mowa o współczesnej reinterpretacji polskiej klasyki literackiej, czyli „Lalce", społeczno-obyczajowej powieści Bolesława Prusa w reżyserii Pawła Maślony. Historia, choć inaczej zagrana i przedstawiona, jest ta sama – napędzany ambicją Stanisław dąży do awansu społecznego, a jego obsesyjne zauroczenie Izabelą staje się bramą do świata, który chce zdobyć. Izabela próbuje wymknąć się ciasnym ramom arystokratycznego porządku i określić swoje miejsce w przeobrażającym się świecie. Ogarniające ich uczucie rozpięte jest między przepaścią klasową, obsesją, pragnieniem wolności i uwodzącą potęgą bogactwa. W nowej adaptacji w główne role wciela się Tomasz Schuchardt (Stanisław Wokulski) oraz Sandra Drzymalska jako Izabela Łęcka. Na ekranie zobaczymy również Dariusza Chojnackiego jako Ignacego Rzeckiego, Magdalenę Cielecką która występuje jako Kazimiera Wąsowska, Jacka Braciaka w roli Tomasza Łęckiego, Julię Wyszyńską wcielającą się w postać Florentyny, Małgorzatę Hajewską-Krzysztofik jako prezesową Zasławską oraz Mateusza Króla jako Juliana Ochockiego.

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Ratownicy otrzymują wezwanie do nieprzytomnej kobiety znalezionej na przystanku. Pacjentka w ciężkim stanie i z objawami hipotermii trafia do szpitala, gdzie jej przypadek przejmuje dr Maciej Bilewicz. Wciąż nie wiadomo, jak znalazła się na mrozie. Placówka przechodzi audyt. Na SOR trafia kobieta z pękniętą kością biodrową, wymagająca operacji. Inspekcja ujawnia także braki kadrowe na ortopedii. Łukasz Wroński otrzymuje propozycję zatrudnienia nowego lekarza.

G. 16:55

Gliniarze Śląsk

Polsat

Młoda matka mdleje podczas spaceru. Gdy odzyskuje przytomność, leży we własnym łóżku, ale nigdzie nie ma jej niemowlęcia. Detektywi rozpoczynają dramatyczną walkę z czasem, próbując ustalić, kto stoi za porwaniem. Na jaw wychodzą mroczne tajemnice rodziny, w których główną rolę odgrywa mąż kobiety... Podczas treningu Piter poznaje Dominikę. Seksowną, wygadaną i otwartą na nowe znajomości. Nie spodziewa się, że ich spotkanie nie było przypadkowe.

G. 20:30

Felicita

TVP 1

Wieść o domu Giulii rozchodzi się błyskawicznie. Oliwia bierze udział w proteście, a demonstracja szybko wymyka się spod kontroli i Oliwia upada w tłumie. Zośka prowadzi sesję z pacjentem, nieświadoma tego, co się dzieje. Oliwia i jej przyjaciele trafiają na komisariat. Zośka dowiaduje się o wszystkim w panice rusza po córkę. Na posterunku kontrolę przejmuje Ewka, wyciągając wszystkich. Śledztwo w sprawie domu trwa. Zośka odwiedza firmę Kamila i pyta Piotra o nieruchomość. Wspólnik udaje zaskoczonego, a Zośka żąda przeszukania dokumentów. Planuje wizytę u rodziców Kamila, ale w ostatniej chwili rezygnuje. Oliwia wraca do wspomnień z dzieciństwa. W starym liście, który jako dziecko napisała do siebie w przyszłości, znajduje marzenie o domku na drzewie. Przyznaje matce, że widok domku Nico bardzo ją zabolał.



eprasa.pl 4c75578529

KRZYŻÓWKA NR 143

Poziomo:

1) pocisk do broni myśliwskiej,
6) był nim Jurand ze Spychowa,
11) zakonnicy żyjący na odludziu,
12) eksperyment w laboratorium,
13) cichy głos morza,
14) rzymska pieśń żałobna,
15) prośba na piśmie, petycja,
17) zjazd dostojników kościelnych,
18) dawna włoska moneta,
19) świadoma część osobowości,
20) polski trunek przypominający brandy,
23) surowiec na tradycyjnego chochoła,
25) miękka, elastyczna skóra,
26) organizacja działająca na rzecz ochrony przyrody,
27) czasem głęboko skrywana,
28) najgrubszy palec u ręki,
31) potajemne porozumienie kilku osób,
34) Artur, dziennikarz i artysta kabaretowy,
36) gruby sznur skręcony z włókna,
37) pośredniczy w transakcji handlowej,
38) bez niego żołnierz jest bezbronny,
39) „… z celulozy”, powieść Igora Newerlego,
40) zarzucana przez rybaka.

Pionowo:

2) wskazany podczas gry w szachy,
3) w osadzie wioślarskiej nadaje je sternik,
4) jeden z modeli Kia,
5) obyczaj w noc świętojańską,
6) lampa obrazowa w telewizorze,
7) obraz olejny Leonarda da Vinci,
8) gruszka pod drzewem,
9) potocznie o Sztabie Generalnym,
10) Akira Kurosawa lub Toshiro Mifune,
16) męstwo wykazane na polu walki,
21) biblijny budowniczy arki,
22) rodzaj mocnej ciupagi w ekwipunku taternika,
23) Indianin z Ameryki Północnej,
24) chroniony kuzyn żyrafy,
29) czterostrunowa gitara hawajska,
30) odgłos nienaoliwionych zawiasów,
32) … Adamczyk, aktor z filmu „Lejdis”,
33) … prawa na Dzikim Zachodzie to szeryf,
34) zapachowy składnik perfum,
35) miętowy cukierek w rulonie.

AUTOPROMOCJA 0111227864
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 68 381 70 52

ROZWIĄZANIE NR 142

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

popularne radio
Onufry z Trylogii
zarzewie ognia
bóle lędźwi
gliniane naczynie
ryba morska
„Biały …”, western
Agata Kulesza
listwa z żabkami
antylopa z Afryki
mknie w Kosmos
jedno u cyklopa
bzdury
polewa
węgierski autobus
cięta lub kłuta
kilka kompanii
kolczasta jaszczurka
płynie przez Zagrzeb
zespół rockowy
weselny wypiek
pruski w laboratorium
część Tour de Pologne
prawna lub lekarska
duchowny w cerkwi
waltornia
liczman z kasyna
karciana czerwień
polski herb szlachecki
dramat Witkacego
sprzeciw głowy państwa
groźny w rzece
demon z 7 klasy
buddyjska świątynia
mocna karta w talii
podmokłe gleby

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

ROZWIĄZANIE: KLASZTOR.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Emocje będą silniejsze niż zwykle. Horoskop dzienny radzi posłuchać serca, lecz nie zapominać o rozsądku.

Ryby (19.02 - 20.03)
Inspiracja przyjdzie niespodziewanie. Horoskop na dziś sugeruje dać sobie szansę na ciekawą zmianę.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny na środę podpowiada, by nie rezygnować z planów.

Byk (20.04 - 20.05)
Dziś sprzyja Ci szczęście. Horoskop dzienny to wskazówka, by odważyć się na coś nowego.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Tajemnicza sytuacja wreszcie się wyjaśni. Horoskop na dziś podpowiada, by zaufać swojemu przeczuciu.

Rak (22.06 - 22.07)
Nie próbuj zadowolić wszystkich. Horoskop dzienny na środę radzi odbyć szczerą rozmowę.

Lew (23.07 - 22.08)
Uporządkujesz sprawy odkładane od dawna. Horoskop dzienny wróży, że wieczorem czeka Cię relaks.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi wykorzystać czas na działanie.

Waga (23.09 - 22.10)
Potrzebujesz spokoju. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że bliska osoba okaże Ci wsparcie i zrozumienie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Nowa wiadomość poprawi Ci humor. Horoskop dzienny radzi postawić na pomysłowość i unikać chaosu.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Czeka Cię miła niespodzianka. Horoskop na dziś podpowiada, by znaleźć chwilę tylko dla siebie.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Działaj odważnie, lecz spokojnie. Horoskop dzienny na środę wróży, że spokojna rozmowa wiele wyjaśni.

eprasa.pl 4c75578529

PIŁKA NOŻNA

Nasi w Lidze Europy. Więcej pieniędzy, ale trudniejsi rywale

Jacek Czaplewski

Środa to dzień inauguracji fazy ligowej Ligi Europy, czyli klubowych rozgrywek będących w hierarchii za Ligą Mistrzów, ale przed Ligą Konferencji. Na pierwszy ogień idzie Jagiellonia Białystok, którą czeka ciężka przeprawa w Pireusie z tamtejszym Olympiakosem. Jutro Lech Poznań zagra w Anglii z Crystal Palace.



FOT. WOJCIECH WOJTKIELEWICZ

Jagiellonia dokonała historycznego osiągnięcia i awansowała do fazy ligowej Ligi Europy. Czeka ją mecz z Olympiakosem

Liga Konferencji pozwoliła naszym zespołom w ubiegłej edycji nabić rekordową liczbę punktów do rankingu UEFA. W tegorocznej Lidze Europy już tak łatwo nie będzie, nie tylko z powodu okrojonego o połowę grona. Skala wyzwań bowiem rośnie. Łatwiejsi rywale, owszem, też się zdarzą, jak choćby z Armenii czy zaplecza Portugalii, ale nie tak powszechnie jak wtedy, gdy praktycznie co kolejkę mieliśmy przeciwników z niżej notowanych lig. Teraz przyjdzie walczyć o zwycięstwa w zdecydowanie lepszym gronie.Trafnie to, co nas czeka, zanalizował zaraz po ogłoszeniu par Joel Pereira. Boczny obrońca Lecha pytany o spodziewany dorobek po ośmiu meczach odrzekł, że dziewięć punktów jest w zasięgu.

Jagiellonia nigdy nie miała okazji występować w Lidze Europy, choć sześć razy o nią walczyła w eliminacjach. Przed nią trzecia z rzędu jesień w pucharach poprzedzona sukcesami w Lidze Konferencji. Lech do Ligi Europy wraca po pięciu latach. Wtedy obowiązywała jeszcze faza grupowa, w której zajął ostatnie miejsce – za Rangersami, Benfiką Lizbona oraz Standardem Liege. Z ówczesnego składu ostał się przy Bułgarskiej tylko Mikael Ishak.

Lech z Jagiellonią liczą, że uda im się pokrzyżować szyki możniejszym i awansować do fazy pucharowej. Do podniesienia jest wiele milionów euro. Już za awans do fazy ligowej gwarantowane jest 4,31 mln euro, czyli ponad 1 mln więcej niż w Lidze Konferencji. Dużo można ugrać z tytułu zwycięstw czy remisów - mowa bowiem kolejno o 450 tys. i 150 tys. euro. Dodatkowe premie UEFA wypłaci również za zajęcie konkretnych miejsc, a potem sukcesy w dalszej części rozgrywek. Finansowo będzie więc to świetna przygoda, jeśli weźmiemy pod uwagę jeszcze wpływy z biletów, praw transmisyjnych czy marketingowych. Pytanie tylko, jak nasze kluby poradzą sobie piłkarsko?

Jagiellonia wczoraj przez Warszawę i Ateny wybrała się do słonecznego Pireusu. Dziś o godz. 21.00 zabrzmi pierwszy gwizdek w jej debiutanckim meczu z Olympiakosem, aktualnym wicemistrzem Grecji, który odpadł z walki o Ligę Mistrzów z holenderskim NEC Nijmegen. Najlepszy strzelec zespołu, uczestnik mistrzostw świata z reprezentacją Maroka Ayoub El Kaabi, nie zagra z powodu złamanej nogi. W kadrze i tak jest jednak kilku innych cenionych graczy - skrzydłowy Leon Bailey czy zarejestrowany w ostatniej chwili napastnik Roman Jaremczuk, autor jednego z goli dla Ukrainy w majowym sparingu z Polską we Wrocławiu. Jest też Santiago Hezze, urodzony w Buenos Aires środkowy pomocnik łączony jeszcze niedawno z reprezentacją Polski.

Olympiakos to zdecydowany faworyt, ale Jagiellonia może napsuć mu krwi, walcząc o dziesiąty z rzędu (!) wyjazdowy mecz bez porażki w europejskich pucharach. Transmisja w paśmie otwartym na kanale Super Polsat.©℗

SPORT

PKOl ma nowego prezesa tymczasowego. Będzie pełnił funkcję do kwietnia 2027 roku

Zbigniew Czyż

Marian Kmita, który dotychczas był jednym z wiceprezesów, został wybrany przez zarząd Polskiego Komitetu Olimpijskiego na pełniącego obowiązki prezesa do końca kadencji upływającej w kwietniu 2027 roku.

Marian Kmita – dyrektor do spraw sportu telewizji Polsat – przejmie obowiązki dotychczasowego prezesa Radosława Piesiewicza, który przebywa w areszcie. Marian Kmita był jedynym kandydatem. Głosowało na niego 43 członków zarządu, przeciw było dziewięciu, a jedna osoba wstrzymała się od głosu. Wybór dokonał się w myśl artykułu 21. statutu, który stanowi m.in., że wobec „niemożności pełnienia funkcji przez prezesa PKOl", na mocy uchwały, zarząd powierza ją – do końca kadencji – jednemu z wiceprezesów. Nowo wybrany prezes odniósł się do stanu finansów Komitetu, powołując się na sekretarza generalnego Marka Pałusa.

– Jest ona dość trudna i będzie teraz nam spędzała sen z powiek przez najbliższe tygodnie, miesiące. To jest rzecz, za którą się musimy zabrać natychmiast – stwierdził.

Innym poruszonym tematem jest naprawa relacji z Ministerstwem Sportu. Władze PKOl będą zabiegały o spotkanie z ministrem Jakubem Rutnickim.

– Jestem zbudowany, bo mówiliśmy (podczas obrad) jednym głosem co do roli tej instytucji w ekosystemie polskiego sportu. Otrzymałem deklarację od wszystkich członków zarządu, że mogę liczyć na ich wsparcie. Myślę, że tych zadań jest bardzo dużo, czyli nowy statut, czyli sponsorzy, czyli wizerunek, który mocno został nadszarpnięty, czego symbolem jest umowa z firmą Zondacrypto – stwierdził Marian Kmita.

Pełniący obowiązki prezesa obiecał, że na czas sprawowania funkcji w PKOl zrezygnuje z pracy w telewizji Polsat. Zadeklarował, że na nowym stanowisku nie będzie pobierał pensji. Podkreślił, że jeszcze nie zdecydował, czy będzie kandydował w wyborach na prezesa PKOl na nową kadencję, które mają się odbyć w kwietniu przyszłego roku.

Chęć ubiegania się o stanowisko szefa PKOl-u w kwietniowych wyborach zadeklarował natomiast Robert Korzeniowski, który przekazał, że zamierza współpracować z Marianem Kmitą na rzecz poprawy wizerunku PKOl. Takie deklaracje – według niego – złożyli też m.in. młociarka Anita Włodarczyk, która powoli kończy karierę, i narciarka Justyna Kowalczyk. Liczy także na zaangażowanie byłego prezesa federacji narciarskiej Adama Małysza, a także kierowcy rajdowego Rafała Sonika.

– To jest moment, kiedy możemy rzeczywiście razem wziąć się do pracy. Możemy na gruncie prawa, na gruncie obowiązujących przepisów, ale również na gruncie zdrowego rozsądku i konsensualnego dogadania się, pracować na rzecz uzdrowienia Polskiego Komitetu Olimpijskiego. Wiemy, że będzie to praca skierowana na to, by naprawiać, by otworzyć tzw. szafy i szuflady, i dowiedzieć się, jak bardzo trudna jest sytuacja, w tym finansowa, PKOl. Ta sytuacja na pewno radykalnie nie poprawi się w ciągu kilku miesięcy, ale z całą pewnością sam proces będzie bardzo cenny. Chcę w nim uczestniczyć – mówił Robert Korzeniowski.©℗

TENIS

Magdalena Fręch walczy dziś o awans do ćwierćfinału turnieju WTA w Meksyku

Zbigniew Czyż

Magdalena Fręch pokonała Japonkę Nao Hibino 6:1, 6:4 i awansowała do drugiej rundy turnieju WTA 500 w Guadalajarze. Dziś zagra o awans do ćwierćfinału z Amerykanką Caroline Dolehide.

Z klasyfikowaną na 199. pozycji w rankingu światowym Hibino nasza reprezentantka spotkała się po raz trzeci i odniosła drugie zwycięstwo. Z Dolehide (246. WTA) podopieczna trenera Andrzeja Kobierskiego nigdy wcześniej nie grała.

28-letnia Łodzianka walczy o powtórzenie sukcesu z 2024 roku, gdy wygrała ten turniej, odnosząc jednocześnie największy sukces w karierze. O powtórkę nie będzie jednak łatwo. W tegorocznej obsadzie zawodów są m.in. Ukrainka Marta Kostiuk, Amerykanka Ova Jovic czy Czeszka Sara Bejlek. Bój o awans do ćwierćfinału Fręch (57. WTA) z Dolehide rozpocznie się o godz. 18.00.

W Guadalajarze w deblu gra też Katarzyna Piter, która w pierwszej rundzie - w parze z Amerykanką Quinn Gleason - pokonała Aleksandrę Panową z Rosji i Hiszpankę Sarę Sorribes Tormo 6:2, 3:6, 10-6.



FOT. FRANK FRANKLIN II/EAST NEWS

Magdalena Fręch w turnieju w Meksyku gra ze zmiennym szczęściem - w 2024 roku wygrała, a przed rokiem odpadła w ćwierćfinale

eprasa.pl 4c75578529

SPORT

• **Wyniki lubuskich piłkarzy w rozgrywkach CLJ:** U-17: Stilon Gorzów - Zagłębie Lubin 3:3; U-15: Lechia Zielona Góra - OKS Odra Opole 2:1, BTS Rekord Bielsko-Biała - Stilon Gorzów 2:1.

PIŁKA RĘCZNA

Szczypiorniści Aurum zechcą grać w Arenie? Jeśli tak, będzie teraflex

Jarosław Miłkowski

- Staramy się połączyć wszystkie dyscypliny. Jeśli drużyna piłki ręcznej będzie chciała grać u nas mecze, wówczas będziemy musieli postarać się o teraflex - mówi „Gazecie Lubuskiej" Agata Dusińska, prezes gorzowskiej Słowianki, której częścią jest Arena Gorzów.



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

Ostatni mecz piłki ręcznej w Arenie Gorzów odbył się prawie rok temu

Temat miejsca rozgrywania spotkań przez zespół gorzowskich piłkarzy ręcznych - od wakacji nosi on nazwę Aurum Gorzów - stał się jednym z gorętszych w ostatnich dniach. Zaczęło się od tego, że klub, przed startem rozgrywek Ligi Centralnej, postanowił wytłumaczyć kibicom, dlaczego pierwsze sześć spotkań sezonu rozegra na wyjeździe.

Prawie cały poprzedni sezon szczypiorniści (wówczas jako Stal Gorzów) rozgrywali domowe spotkania w hali Szkoły Sportowej nr 20 przy ul. Szarych Szeregów. Jak tłumaczył klub, na razie tam grać nie może, bo trwa remont.

Do rozpoczętego kilka dni temu sezonu klub przygotowywał się, trenując w gorzowskiej hali sportowej przy ul. Czereśniowej. Przed wielu laty był to wiodący obiekt w mieście. Dziś jednak nie spełnia standardów ligowych. - Żeby hala przy Czereśniowej spełniała standardy, potrzebne byłyby inwestycje, choćby w oświetlenie i bezpieczeństwo kibiców, na poziomie kilkudziesięciu tysięcy złotych – mówił „Gazecie Lubuskiej" Przemysław Zatylny, prezes Aurum.

W teorii, szczypiorniści mogliby grać w Arenie Gorzów. W praktyce wygląda to jednak tak, że w mieście nie ma terafleksu dla szczypiorniaka, czyli specjalnego podłoża na boisko i w związku z tym klej, którego piłkarze ręczni używają podczas treningów i meczów, niszczy nawierzchnię. Nie bez znaczenia jest to, że klubu na razie nie stać na rozgrywanie spotkań w Arenie (w przypadku hali przy SP20 to tysiąc kilkaset złotych, w Arenie koszt wzrasta kilka razy). Siłą rzeczy wrócił temat nawierzchni dla szczypiornistów. - Będzie ten teraflex czy go nie będzie? - zapytaliśmy Agatę Dusińską, prezes Słowianki, której częścią jest Arena Gorzów.

- To, czy teraflex będzie kupiony, zależy tylko od klubu oraz tego, czy będzie chciał rozgrywać mecze w Arenie Gorzów. To jest oczywiście decyzja Aurum i jeżeli do takich porozumień dojdziemy pomiędzy klubem, miastem a Areną Gorzów i będzie chęć grania u nas, to wówczas będziemy musieli postarać się o teraflex - odpowiedziała Agata Dusińska.

Czyli jeśli klub powie, że będzie go stać na organizowanie meczów w Arenie, to wy kupicie nawierzchnię? - upewnialiśmy się. - Wówczas możemy myśleć o inwestycjach - odpowiedziała prezes Słowianki.

Z rozgrywaniem meczów w Arenie jest tak, że koszykarki grają na parkiecie. W przypadku siatkarzy układa się teraflex, który został użyczony przez związek siatkarski. Szczypiorniści ostatni mecz rozegrali tu w październiku zeszłego roku. I grali na parkiecie.

- Na pewno mamy takie możliwości grafikowe, żeby przyjąć te wszystkie trzy dyscypliny - mówi Agata Dusińska.

- O tym, by rozgrywać mecze w Arenie, będziemy mogli rozmawiać, gdy hala będzie mogła być dla nas miejscem zarówno treningów jak i spotkań – odpowiada prezes klubu Przemysław Zatylny.

Gorzowscy szczypiorniści ostatni mecz w Arenie Gorzów rozegrali 26 października 2025 roku, w obecności 1570 widzów. W hali SP20 na atrakcyjnych spotkaniach liczba osób na widowni dochodziła do sześciuset.

W związku z zawirowaniami dotyczącymi domowych meczów, Gorzowianie rozegrają na wyjazdach sześć pierwszych pojedynków nowego sezonu Ligi Centralnej.©℗

ŻUŻEL

Falubaz wygrał zawody, ale to stalowcy zdobyli Puchar Ekstraligi

Jarosław Miłkowski

W Zielonej Górze odbyła się finałowa - szesnasta - runda Drużynowego Pucharu Ekstraligi 500R. Zwycięstwo w zawodach odnieśli nastolatkowie gospodarzy. Cały cykl wygrali natomiast zawodnicy Stali Gorzów.

Po turnieju zadowoleni byli reprezentanci obu lubuskich klubów. Jeśli chodzi o młodych Falubaziaków, to - po raz pierwszy w historii startów w Drużynowym Pucharze Ekstraligi - wygrali samodzielnie turniej (raz zwyciężyli ex aequo). Duża w tym zasługa Kajetana Jarosiewicza, który zdobył komplet punktów. O zwycięstwie Falubazu nad stalowcami - w poprzednich trzynastu zawodach podopieczni trenera Piotra Rembasa wygrywali aż jedenastokrotnie (!) - zdecydował już ich pierwszy wyścig. W biegu IV para Marcel Czyżniejewski - Julian Wronecki pokonała bowiem 4:2 Damiana Bełtowskiego i Saszę Hliba.

Zwycięstwo w zawodach pozwoliło Zielonogórzanom zająć trzecie miejsce na koniec rozgrywek.

Młodzi stalowcy też nie mieli powodów do narzekań. Po raz czternasty - na czternaście rund, w których wystartowali - zakończyli zawody na podium. Ich przewaga nad pozostałymi ekipami była tak duża, że Michał Głębocki, William Forstner i Damian Bełtowski, z którymi w trzech ostatnich turniejach startował Sasza Hlib, byli pewni trofeum już na kilka turniejów przed końcem rozgrywek.

Wyniki 16. rundy DPE 500R:

1. Falubaz Zielona Góra - 26 pkt.: Marcel Czyżniejewski 9+1 bonus (3,1,2',3), Julian Wronecki 5+1 (1,2',1,1), Kajetan Jarosiewicz 12 (3,3,3,3); **2. Stal Gorzów - 24 pkt.:** Michał Głębocki 7+1 (2',-,3,2), William Forstner 5+1 (3,1,-,1'), Damian Bełtowski 7+1 (2,3,2',-), Sasza Hlib 5+1 (0,2',3); **3-4. Motor Lublin - 18 pkt.:** Kacper Szewczyk 9 (1,3,3,2), Filip Kopacz 2+1 (0,1',1,0), Ignacy Knop 7+1 (1,2',2,2); **3-4. Unia Leszno - 18 pkt.:** Piotr Morawiak 7+1 (2',0,2,3), Dawid Oscenda 9 (3,2,2,2), Paweł Silski 0 (0,-,-,-), Marcin Kuźniak 2+2 (1',u,1'); **5. KS Toruń - 17 pkt.:** Bartosz Byszewski 12 (3,3,3,3), Szymon Kazaniecki 1 (1,0,0,0), Kevin Orczykowski 4 (1,1,2,0); **6. Sparta Wrocław - 13 pkt.:** Piotr Romański 6 (2,2,1,1), Nikodem Martyniak 7 (0,1,3,3), Maja Jona 0 (0,0,0,0); **7. Włókniarz Częstochowa - 10 pkt.:** Adam Kielan 4 (1,w,3,w), Tomasz Zyskowski (0,0,0,0), Adam Syguda 6 (2,1,1,2).©℗



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

Najlepsi zawodnicy rozgrywek Drużynowego Pucharu Ekstraligi 500R. Ostatni turniej w tym sezonie odbył się w Zielonej Górze

1. Stal	80,5 pkt.	+342
2. GKM	57 pkt.	+2747
3. Falubaz	51,5 pkt.	+271
4. Unia	49 pkt.	+250
5. KS Toruń	41,5 pkt.	+255
6. Motor	29 pkt.	+208
7. Spart	14,5 pkt.	+177
8. Włókniarz	13 pkt.	+161

eprasa.pl 4c75578529