DZIŚ STRONA ZDROWIA

PIERWSZE OBJAWY OSTEOPOROZY

CICHY WRÓG KOŚCI ROZWIJA SIĘ LATAMI

Nr ISSN 0137-902X
Nr indeksu 350-087

www.echodnia.eu

Nr 245 (15 216) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

RADOMSKIE

Echo Dnia

55 lat

POWIAT GRÓJECKI
Nielegalna praca cudzoziemców w powiecie grójeckim. Kontrola trwała siedem miesięcy, a prezes firmy odpowie przed sądem – **Strona 5**

SPORT
Radomiak Radom przegrał wyjazdowy mecz z Wisłą Płock. Czwarta z rzędu porażka i trudne rozmowy z kibicami – **Strona 16**

Środa 21.10.2026

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Radom

Budują przejście dla pieszych przy Galerii Słoneczna

Po 13 latach zabiegów, by przejść przez ulicę Struga w Radomiu nie trzeba będzie windy. To efekt wieloletniej presji mieszkańców – **Strona 4**

Radom

Dzień Edukacji Narodowej w Radomiu. Wiele nagród

141 nagród dla nauczycieli i wyróżnienia dla uczniów wręczono podczas poniedziałkowej gali w Zespole Szkół Muzycznych w Radomiu – **Strona 5**

Ostatnie pożegnanie Tadeusza Osińskiego byłego starosty radomskiego, byłego wójta gminy Kowala, nauczyciela – **Strona 4**

Bartłomiej Kluth z ICT Pierrot Czarni Radom został najlepszym zawodnikiem wygranego przez radomskich siatkarzy meczu w Grodzisku Mazowickim – **Strona 16**



FOT. PIERROT CZARNI RADOM

Radom

Trzy bloki mieszkalne mogą powstać na Wośnikach. Zdecydują o tym radni

Janusz Petz

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Budowlani" chce wybudować trzy budynki wielorodzinne na radomskich Wośnikach. W poniedziałek 26 października radomska Rada Miejska ma zająć się projektem uchwały dotyczącym lokalizacji inwestycji.

Na Wośnikach może powstać nowa zabudowa mieszkaniowa. Spółdzielnia Mieszkaniowa „Budowlani" złożyła w Urzędzie Miejskim w Radomiu wniosek o ustalenie lokalizacji inwestycji obejmującej budowę trzech budynków mieszkalnych wielorodzinnych z garażami podziemnymi. Dokument wpłynął 31 sierpnia 2026 roku, a miasto opublikowało go w Biuletynie Informacji Publicznej na początku września. Do Rady Miejskiej złożono projekt uchwały wyrażającej zgodę na lokalizację inwestycji. Jego rozpatrzenie znalazło się w programie poniedziałkowej sesji. Ustalenie lokalizacji będzie istotnym etapem przygotowania inwestycji, ale samo w sobie nie oznacza rozpoczęcia budowy. Przed realizacją przedsięwzięcia konieczne będzie spełnienie pozostałych wymogów formalnych.



FOT. SPÓŁDZIELNIA BUDOWLANI

Tak mają wyglądać nowe bloki na radomskich Wośnikach.

Według załączonej do wniosku koncepcji urbanistyczno-architektonicznej budynki będą miały po 5 kondygnacji nadziemnych oraz każdy z nich będzie posiadał własny garaż podziemny. Każdy z garaży wyposażony w niezależny zjazd zapewniający bezkolizyjną obsługę komunikacyjną budynków. Na poziomie garażu podziemnego będą pomieszczenia porządkowo-gospodarcze. Każdy budynek wyposażony będzie w jeden klatkę schodową z windą. Na ostatniej kondygnacji przewiduje się połączenie wybranych lokali mieszkalnych oraz częściowy cofnięcie elewacji w celu zwiększenia powierzchni tarasów. Wszystkie mieszkania będą posiadać balkony. Dla lokali zlokalizowanych na parterze przewiduje się wydzielenie ogródków lokatorskich. Łącznie mają być 102 lokale mieszkalne.

Nowe Miasto nad Pilicą/Radom

Zlecił zabójstwo ojca przed 30 laty. Stanie przed sądem

Izabela Kozakiewicz

Prokuratura Okręgowa w Radomiu skierowała do sądu akt oskarżenia przeciwko Sławomirowi K., który zdaniem śledczych zlecił zabójstwo własnego ojca.

Do zabójstwa doszło 21 stycznia 1999 roku w Nowym Mieście nad Pilicą. Sławomir K. jest oskarżony o to, że kierował wykonaniem zbrodni. Z ustaleń śledztwa wynika, że to Sławomir K. namówił swojego kolegę, aby przyjechał do Nowego Miasta nad Pilicą i zabił jego ojca. Przekazał sprawcy potrzebne informacje, które ułatwiły dokonanie przestępstwa, a później ucieczkę.

Sławomir K. od maja tego roku jest w areszcie tymczasowym. Do jego zatrzymania doprowadziło drobiazgowe śledztwo podjęte przez policjantów z Archiwum X, Wydziału Kryminalnego Komendy Wojewódzkiej Policji z siedzibą w Radomiu, realizowanych pod nadzorem prokuratorów 1 Wydziału Śledczego Prokuratury Okręgowej w Radomiu.

Ustalono, że Sławomir K., skonfliktowany ze swoim ojcem namówił kolegę, z którym służył w Legii Cudzoziemskiej we Francji, aby zabił jego ojca. Sprawca, 23-letni wówczas Robertowi C. z Białegostoku przyjechał do Nowego Miasta nad Pilicą, zamordował mężczyznę w jego domu. Narzędzie zbrodni, nóż ukrył w toalecie ówczesnego dworca PKS w Nowym Mieście nad Pilicą, później odjechał autobusem do Warszawy, a następnie do Francji, gdzie mieszka na stałe.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

POLECAMY

JUTRO: Ile komornik może zabrać z emerytury PIĄTEK: Czy oddamy AI nasze myśli i uczucia?

21.10.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Urszula, Celina i Elżbieta
Telefon alarmowy: 112

ECHODNIA

Redaktor naczelny
Stanisław Wróbel
Z-ca redaktora naczelnego
Miłosz Skiba
Wydawcy
Marek Piórecki

www.echodnia.eu

Polska Press
Makroregion Południe, Radom
Redakcja ul. W. Krukowskiego 1,
26-600 Radom
tel/ fax 48 38 21 100 (centrala)
radom@echodnia.eu
Prezes Makroregionu
Dariusz Kołacz
Dyrektor reklamy oddziału
Sławomir Baćkowski
Biuro reklamy oddziału
tel. 500 324 230
Druk
Drukarnia ZPR Media S.A.,
04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

Komentarz na dziś



Alicja Polewska: Co Ty zrobisz, żeby świat Cię zauważył?

publicystka

Patrzę na nóż. Ten, którym zwykle rozkrawam bochenek żytniego. Wyjęłam go z drewnianego bloku, w którym stoi obok innych; tego małego do warzyw i większego do porcjowania na przykład pieczeni na niedzielny obiad.

Nóż. Może służyć do otwarcia koperty lub przycięcia tapety w czasie remontu. Albo ścięcia kwiatów w ogrodzie, kiedy zapodział się gdzieś sekator. Zwykłe czynności, a nóż po prostu jest pod ręką. Jest łatwy do użycia. Schowania, na przykład w rękawie albo między kajetami w plecaku z Myszką Miki. Jeszcze do niedawna nawet przez myśl by mi nie przeszło, że tak można. Ale lawina ruszyła. A lawina ma to do siebie, że nabiera rozpędu, bo żywi się energią, którą wchłania po drodze. W poniedziałek kolega napisał: W sobotę wieczorem tylko przez pół godziny spotkałem dwóch „nożowników". Pod rondem okrzyki i na płycie rynku to samo. Młodzi kręcą z tego tzw. bekę i jeszcze straszą ludzi. Żartownisie się znaleźli!

A teraz przejdźcie na drugą stronę. Macie kilkanaście lat. W domu - standard albo i nie, ale generalnie wieje nudą : obiad, telewizor, co tam w szkole, pogadamy później, głowa mnie boli, muszę zdążyć z tym raportem... Mówicie sobie: moje życie będzie inne. (Co, nie pamiętacie, że tak właśnie myśleliście kiedyś? No proszę! To przecież naturalne, kiedy wchodzi się w dorosłość). Inność to kumple, ale już nie ci na boisku, podwórku czy z sekcji judo. W sieci. Mają dziwne fotki czy avatary i nicki; im bardziej pojechane, tym lepiej. Ty też tak robisz. Społeczność zobowiązuje. Zaczynają wrzucać coś dla śmiechu, ot wyzwanie, jakiś przerobiony filmik, cytat, mroczny tekst. Czujesz się wyróżniony, że możesz to oglądać. Jesteś wybrany. Potrzebujesz tej uwagi jak tlenu.

A co Ty zrobisz, żeby świat Cię zauważył?

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Echo Dnia"

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.echodnia.eu

POGODA

dziś
17°C/10°C

jutro
13°C/8°C

GMINA BORKOWICE

15-lecie Szkoły Muzycznej w Ruszkowicach - jubileuszowa uroczystość z koncertem

Antoni Sokołowski

W piątek, 16 października, odbyły się uroczyste obchody 15-lecia Szkoły Muzycznej imienia Oskara Kolberga w Ruszkowicach, w gminie Borkowice.

Piętnaście lat działalności placówki to historia zaangażowania, konsekwencji i wiary w potencjał młodych ludzi. Szkoła, powstała 1 września 2011 roku, stworzyła dzieciom i młodzieży z Ruszkowic oraz okolic możliwość bezpłatnego, profesjonalnego kształcenia muzycznego. To dowód, że dostęp do kultury i edukacji artystycznej nie powinien być przywilejem mieszkańców dużych miast, lecz realną szansą dla młodych ludzi niezależnie od miejsca zamieszkania. Obecnie kształci się tu prawie 130 uczniów nie tylko z Borkowic, ale i z dziesięciu okolicznych gmin.

Uroczystość uświetniły występy uczniów i nauczycieli oraz koncert jubileuszowy, które dostarczyły wielu pięknych emocji.

Jubileusz był okazją do wyrażenia uznania dla dyrekcji, nauczycieli, pracowników, uczniów oraz rodziców, którzy wspólnie budują to wyjątkowe miejsce. Za każdym występem młodego artysty stoją godziny ćwiczeń, cierpliwość pedagogów i wsparcie najbliższych.



FOT. ZIEMIA PRZYSUSKA/SZKOŁA MUZYCZNA

Uroczystość w szkole muzycznej

W obchodach wzięli udział zaproszeni goście, w tym między innymi kierownik radomskiej Delegatury Urzędu Wojewódzkiego Rafał Molga, burmistrz Gielniowa Aneta Raczyńska, burmistrz Przysuchy Adam Pałgan wraz z wiceburmistrz Jadwigą Tomasik i sekretarzem Dorotą Widawską, wójt Potworowa Marta Kaczor, wójt Klwowa Piotr Reguła, wójt Wieniawy Krzysztof Sobczak, radny województwa mazowieckiego Leszek Przybytniak, Magdalena Nowacka, radna Sejmiku Województwa Mazowieckiego, oraz przedstawicielka Powiatu Przysuskiego Luiza Kozłowska, dyrektor Wydziału Edukacji Starostwa Powiatowego w Przysusze, reprezentująca starostę. W uroczystości uczestniczyli również Waldemar Cichawa, dyrektor Szkoły Muzycznej I Stopnia imienia Oskara Kolberga w Ruszkowicach, uczniowie, ich rodzice i nauczyciele szkoły.

Wszystkich przywitał Robert Fidos, wójt gminy Borkowice. Wójt podkreślił, że 15 lat szkoły muzycznej w Ruszkowicach to jubileusz talentu, pasji i odpowiedzialności za kulturę.

Robert Fidos, a także inni uczestnicy, na ręce dyrektora Waldemara Cichawy z okazji jubileuszu złożyli nauczycielom i uczniom gratulacje oraz wyrazy uznania za 15 lat pracy na rzecz edukacji muzycznej i rozwijania talentów młodego pokolenia.

GMINA STARA BŁOTNICA

Nowa stacja uzdatniania wody i magazyn ochrony za 1,5 miliona

Izabela Kozakiewicz

Prawie 1,5 miliona złotych będzie kosztowała przebudowa dawnej stacji uzdatniania wody w Czyżówce koło Starej Błotnicy.

Będzie tam tak zwana baza magazynowa na potrzeby ochrony ludności. Pieniędzy wystarczy także na zakup agregatu prądotwórczego i mobilnych urządzeń do uzdatniania wody potrzebnych na wypadek sytuacji kryzysowych.

Budynek przejdzie kapitalny remont. Zostaną zmodernizowane dwie hale magazynowe, budynki zostaną ocieplone, będą wstawione nowe okna i drzwi. Trzeba wykonać także nowe posadzki przemysłowe oraz wymienić instalacje, także ogrzewanie. Gmina kupi także agregat prądotwórczy oraz mobilną stację uzdatniania wody – wyposażenia, które może odegrać ważną rolę w zapewnieniu ciągłości dostaw i sprawnym reagowaniu w sytuacjach kryzysowych.

Prace i zakupy będą kosztowały 1 489 000,01 złotych, gmina Stara Błotnica korzysta z z dofinansowane z budżetu państwa z Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej na lata 2025–2026. Dotacja to 1 268 160,00 złotych.

- Inwestujemy w bezpieczeństwo. Nowoczesne zaplecze magazynowe i specjalistyczne wyposażenie to kolejny krok w budowaniu gminy lepiej przygotowanej na różnego rodzaju sytuacje kryzysowe - przekazuje Marcin Kozdrach, wójt gminy Stara Błotnica.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

BIAŁOBRZEGI

Dwa parki powstają w Białobrzegach. Są pierwsze alejki, będzie plac zabaw i nowa tężnia solankowa

Mieszkańcy Białobrzegów będą mieli miejsce na spacery, najmłodsi nowy plac zabaw, a przy okazji gmina zadba o środowisko naturalne i retencjonowanie wody, bo przy budowie parków stosuje ekologiczne rozwiązania

Izabela Kozakiewicz

Prace trwają przy ulicy 11 Listopada oraz Mikowskiej. Mieszkańcy Białobrzegów będą mieli miejsce na spacery, najmłodsi nowy plac zabaw, a przy okazji gmina zadba o środowisko i retencjonowanie wody, bo przy budowie parków stosuje ekologiczne rozwiązania.

Przy ulicy Mikowskiej, w sąsiedztwie nowego dworca autobusowego powstaje park naturalistyczny. Co to oznacza? Alejki będą miały nawierzchnię przepuszczalną, ze specjalnego materiału naturalnego. Także ławki i kosze będą nawiązywały do otoczenia. Alejki są prowadzone wśród sosen, które rosną na działce. Będą oczywiście dodatkowe nasadzenia, ale nawiążą do klimatu lasu.

Zgodnie z projektem wykonawca wykorzysta też naturalne zagłębienie terenu, w którym będą się zbierały wody opadowe. W czasie intensywnych opadów nie będzie podmakania alejek. Będzie tam rodzaj kładki, czy drewnianej platformy dla spacerujących. Park będzie miał też oświetlenie.



FOT. UMIG BIAŁOBRZEGI

Na skwerze przy ulicy 11 Listopada jest budowany nowy park.

Na miejscu trwają prace przy alejkach, wykonywana jest ich podbudowa, są układane obrzeża. Wcześniej wykonano instalację elektryczną.

Drugi park powstaje przy ulicy 11 Listopada i Rzemieślniczej, w okolicy Zakładu Wodociągów i Kanalizacji. Tam zagospodarowywany jest teren o powierzchni około pół hektara. Powstają alejki z przepuszczalnych materiałów. Staną ławki ze stolikami, będzie też tężnia solankowa i plac zabaw.

Tam prace zaczęły się wcześniej i są bardziej zaawansowane. Wykonano instalację elektryczną pod przyszłe oświetlenie, w części jest nawierzchnia alejek, w innych miejscach wykonywana jest podbudowa. Wykonano koryto pod piaskowy plac zabaw dla dzieci oraz koryto pod nieckę tężni solankowej, która stanie tam w przyszłości.

Jak informuje Urząd Miasta i Gminy informuje, że także ten park to ważny element szerokiej strategii ekologicznej gminy. Zastosowanie wodoprzepuszczalnych nawierzchni mineralnych pozwoli na efektywne gromadzenie i wchłanianie wód opadowych w miejscu ich opadu, zwiększając małą retencję i przeciwdziałając skutkom lokalnych podtopień oraz suszy.

Jak już pisaliśmy, budowa parku to część jednego projektu. Kolejnym będą też remonty kilku ulic w Białobrzegach. Mają być zdjęte płyty, w ich miejsce mają być tereny zielone, przepuszczające wodę. Mowa o ulicach: Polańskiej, Śniadeckich, łączniku między ulicami Kościelną i Targowicką, odnogą ulicy Polnej w kierunku północnym i odnogą ulicy Reymonta w kierunku wschodnim. Przebudowana będzie też część miejskiego targowiska.

Cały projekt jest wart 15 256 463,69 złotych, w tym jest prawie 13 tysięcy złotych unijnej dotacji.

RADOM

Hoop!land zamiast klubu Explosion. Otworzą w Radomiu salę zabaw dla dzieci

Julia Sosnowska

W lokalu przy ulicy Wernera 10a w Radomiu, gdzie wcześniej działał klub Explosion, powstaje sala zabaw dla dzieci Hoop!land. Właściciele zapowiadają otwarcie w listopadzie.

Co już wiadomo o nowym miejscu dla najmłodszych?

Przy ulicy Wernera 10a w Radomiu trwają przygotowania do otwarcia nowego miejsca dla rodzin z dziećmi. W miejscu, gdzie do niedawna działał klub Explosion, powstaje Hoop!land. Jak zapowiedziano, nowa sala zabaw ma zaoferować najmłodszym mnóstwo atrakcji, a rodzicom możliwość wspólnego spędzania czasu z pociechami.

Informację o nowym przedsięwzięciu przekazali właściciele w mediach społecznościowych. Jak zapowiadają, lokal przechodzi dużą metamorfozę. Dawna przestrzeń dyskotekowa stopniowo zmienia się w kolorowe miejsce stworzone z myślą o dziecięcej zabawie.

Przekształcenie lokalu po Explosion to spore wyzwanie. W obiekcie trwają już prace konstrukcyjne i adaptacyjne.

Zmienia się między innymi przestrzeń, która wcześniej służyła działalności klubu. Dawna garderoba artystów nabiera nowego wyglądu. Z kolei scena artystyczna ma zostać zaadaptowana na potrzeby DJ-a oraz małych artystów.

- Tak powstaje Hoop!land,nasza nowoczesna i jakże kolorowa sala zabaw dla dzieci, gdzie rodzice również znajdą rozrywkę dla siebie i będą mogli wspólnie ze swoimi dziećmi podjąć niektóre wyzwania zabawowe - zapowiadają właściciele w mediach społecznościowych.

Właściciele zapowiedzieli otwarcie Hoop!land w listopadzie. Na razie nie podano jednak szczegółowego harmonogramu uruchomienia obiektu ani pełnej listy atrakcji, które będą czekały na odwiedzających.

Na szczegóły dotyczące cennika, godzin otwarcia, dostępnych atrakcji i zasad korzystania z obiektu trzeba jeszcze poczekać.



FOT. HOOPLAND SALA ZABAW/FACEBOOK

W miejscu klubu Explosion przy ulicy Wernera 10a w Radomiu powstaje sala zabaw Hoop!land. Ma zaoferować mnóstwo atrakcji.

RADOM

W Radomiu Ford uderzył w Chevroleta, a ten w BMW

Patryk Samborski

W poniedziałek, 19 października, na ulicy Warszawskiej w Radomiu doszło do wypadku z udziałem trzech samochodów: Forda, Chevroleta i BMW.

W zdarzeniu ranna została jedna osoba. Została odwieziona do szpitala.

Według wstępnych ustaleń policji 65-letni kierowca Forda nie dostosował prędkości do warunków na drodze i uderzył w Chevroleta. Następnie Chevrolet uderzył w BMW, którego kierowca zatrzymał się przed przejściem dla pieszych, aby ustąpić pierwszeństwa pieszemu.

- Apelujemy do wszystkich uczestników ruchu drogowego o ostrożność i przestrzeganie przepisów - przekazuje Justyna Jaśkiewicz, rzeczniczka prasowa Komendy Miejskiej Policji w Radomiu.



FOT. HOOPLAND SALA ZABAW/FACEBOOK

Wypadek na ulicy Warszawskiej w Radomiu. Przyczyną było niedostosowanie prędkości do warunków na drodze.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

GMINA KOWALA

Pożegnanie Tadeusza Osińskiego, zasłużonego samorządowca regionu

Janusz Petz

Pogrzeb Tadeusza Osińskiego, byłego starosty radomskiego, byłego wójta Kowali, zasłużonego nauczyciela odbył się we wtorek. Spoczął na cmentarzu w Kowali.

We wtorek, 20 października w kościele w Mazowszanach odbyły się uroczystości pogrzebowe Tadeusza Osińskiego, byłego starosty radomskiego i byłego wójta gminy Kowala. Zasłużonego samorządowca, który spoczął na cmentarzu parafialnym w Kowali żegnali najbliżsi, przedstawiciele władz samorządowych z regionu radomskiego, strażacy oraz liczne grono osób, z którymi przez lata współpracował.

W uroczystościach uczestniczyli członkowie rodziny zmarłego - żona, siostry, brat oraz liczni krewni. Obecni byli również wójtowie i starostowie z regionu radomskiego, samorządowcy oraz strażacy. Ich obecność podkreśliła, jak wiele środowisk łączyła działalność Tadeusza Osińskiego.

Po zakończeniu mszy świętej Tadeusza Osińskiego wspominali również przedstawiciele środowiska samorządowego. W ich wystąpieniach powracały słowa o wieloletniej pracy zmarłego, jego profesjonalizmie, przywiązaniu do lokalnej społeczności oraz relacjach, które budował przez lata.

Głos zabrał między innymi Mirosław Skiwierczyk, były starosta radomski, a obecnie dyrektor szpitala w Krychnowicach. W swoim wystąpieniu podkreślał nie tylko zasługi Tadeusza Osińskiego dla regionu, ale także osobisty wymiar ich znajomości. Wspominał go jako profesjonalistę, człowieka zaangażowanego w rozwój małej ojczyzny, a przede wszystkim przyjaciela.

Jak zaznaczył, ich relacja opierała się na wspólnej pracy, podobnych celach, wzajemnym zaufaniu i silnych więziach osobistych. Wspomnienie miało szczególnie osobisty charakter, ponieważ żegnał nie tylko wieloletniego współpracownika, ale również bliskiego sobie człowieka.

Swoimi wspomnieniami podzielił się także Marek Oleszczuk, były rzecznik Starostwa Powiatowego w Radomiu. Przywoływał Tadeusza Osińskiego jako osobę odpowiedzialną, zaangażowaną i ciekawą świata. W jego wystąpieniu wybrzmiały zarówno zawodowe dokonania zmarłego, jak i wspomnienia związane z jego osobowością oraz relacjami z ludźmi, z którymi spotykał się na co dzień.

Tadeusza Osińskiego pożegnał również Wiesław Pachniewski, obecny wójt gminy Kowala. Podkreślił, że choć zmarły pełnił ważne funkcje publiczne, był starostą i radnym powiatowym, to przede wszystkim pozostawał człowiekiem bliskim mieszkańcom.

- Przez te wszystkie lata ukochał swoją rodzinę, ale znalazł też wielką rodzinę samorządową - mówił wójt, wspominając jego zaangażowanie w sprawy gminy i powiatu.

Jak zaznaczył, dla Tadeusza Osińskiego ważne były inwestycje, drogi, szkoły i rozwój samorządu, jednak najważniejsi pozostawali ludzie. To właśnie troska o mieszkańców i budowanie relacji stanowiły istotną część jego działalności.



FOT. JANUSZ PETZ

Uroczystości pogrzebowe w Mazowszanach. Zmarłemu Tadeuszowi Osińskiemu w jego ostatniej drodze towarzyszyłą najbliższa rodzina.

RADOM

Budują przejście dla pieszych przy Galerii Słoneczna. Po 13 latach wielkich zabiegów

Przejście dla pieszych przez ulicę Struga w Radomiu przy skrzyżowaniu z Pileckiego i Chrobrego to efekt 13-letniej batalii mieszkańców i społeczników

Izabela Kozakiewicz



FOT. IZABELA KOZAKIEWICZ

Prace przy budowie przejścia dla pieszych przez ulicę Struga na plac Jagielloński trwają już od kilku dni.

Wreszcie ruszyła budowa, żeby przejść przez ulicę wystarczy zebra, do tej pory trzeba było korzystać, albo z windy, albo z kładki dla pieszych. - To nie jest prezent od miasta. To efekt wieloletniej presji mieszkańców i konsekwentnego działania Bractwa Rowerowego - pisze Sebastian Pawłowski z Bractwa Rowerowego.

Przejście dla pieszych przez ulicę Struga zostało zlikwidowane lata temu, jeszcze za rządów ekipy Prawa i Sprawiedliwości w Radomiu. Po przebudowie ulicy Pileckiego i przebudowie skrzyżowania z Chrobrego zabrakło jednej zebry. Można było przejść przez ulice Chrobrego, Pileckiego i Struga, ale tylko po stronie galerii ViS a ViS. Aby z ulicy Struga dostać się na plac Jagielloński trzeba było, albo robić koło przez dwie inne zebry, albo skorzystać z kładki dla pieszych z Galerii Słoneczna lub windy pod kładką. Sami przyznacie, że to czasochłonne, a dla seniorów i osób z niepełnosprawnościami także męczące rozwiązanie. Co młodsi przebiegali przez ulicę, po drodze skacząc też przez barierki rozdzielające jezdnie. Ryzykowne, a kiedy pojawił się patrol policji, także kosztowne wyjście z sytuacji.

Stąd też batalia mieszkańców i społeczników, przede wszystkim Bractwa Rowerowego, o przywrócenie brakującego przejścia. Były spotkania, petycje, zbieranie podpisów, posiedzenia Rady Miejskiej. Były też obietnice, także już tej ekipy rządzącej, że już się uda. Potrzeba było 13 lat, żeby w końcu ruszyły prace!

- Trzynaście lat od pierwszych interwencji do rozpoczęcia budowy. Trzynaście lat przypominania, że miasto jest także dla pieszych, a dojście do ważnych miejsc nie powinno wymagać niepotrzebnego nadrabiania drogi. To nie jest prezent od miasta. To efekt wieloletniej presji mieszkańców i konsekwentnego działania Bractwa Rowerowego. Dziękujemy wszystkim, którzy podpisywali petycje, wspierali nasze postulaty i nie pozwalali, by sprawa została zapomniana. Dziś można powiedzieć jedno: warto walczyć o sensowne rozwiązania, nawet jeśli urzędowe „zaraz" trwa trzynaście lat - pisze Bractwo Rowerowe.

O tym, co zostanie wybudowane na skrzyżowaniu obszernie informuje też Miejski Zarząd Dróg i Komunikacji w Radomiu. Prace już trwają i jak się dowiadujemy, poza budową przejścia dla pieszych zostanie także rozbudowane przejazdy dla rowerzystów, zmieni się też organizacja ruchu na krzyżówce.

- Z ulicy Pileckiego w kierunku ulicy Chrobrego, na wprost będzie można jechać dwoma pasami ruchu zamiast jednego. Dodatkowo skorygowana zostanie geometria jezdni na skrzyżowaniu, aby dostosować ją do potrzeb komunikacji miejskiej - informuje Łukasz Kościelniak, rzecznik prasowy Miejskiego zarządu Dróg i Komunikacji w Radomiu.

Na skrzyżowaniu zostanie też zamontowany totem rowerowy. To urządzenie służące głównie do pomiarów ruchu rowerowego. Możliwe będzie tutaj prezentowanie temperatury, daty i czasu, a także liczby przejazdów rowerowych w skali dnia i w skali roku (z podziałem na kierunki). Pomiary ruchu rowerowego będą udostępniane na dedykowanej stronie internetowej.

Jak informuje Miejski zarząd Dróg i Komunikacji zgodnie z harmonogramem, prace na skrzyżowaniu mają zakończyć się w I kwartale przyszłego roku.

- Prace realizowane w rejonie skrzyżowania ulic Chrobrego, Pileckiego i Struga to początek dużego zadania inwestycyjnego związanego z uruchomieniem w naszym mieście Inteligentnego Systemu Transportowego. W ramach zadania zmodernizowanych zostanie 31 skrzyżowań z już istniejącymi sygnalizacjami świetlnymi, powstanie także osiem nowych sygnalizacji. Po przebudowie lub wybudowaniu nowych sygnalizacji każda z nich będzie podłączona do nowego Centrum Zarządzania Ruchem, które zostanie zlokalizowane w budynku wyremontowanego ratusza przy Rynku. To jednak nie wszystko, bowiem w ramach inwestycji przebudowanych będzie ponad 30 miejsc. Prace będą dotyczyć na przykład zmiany lokalizacji przejść dla pieszych, poszerzenia przejazdów rowerowych, budowy bądź przeniesienia zatok autobusowych i chodników, przebudowy odwodnienia oraz korekty łuków - przekazuje Łukasz Kościelniak.

Koszt wszystkich robót, które wykona firma Maxto Technology z Modliczki to 78.611.760 złotych. Zadanie będzie prowadzone w trybie „zaprojektuj i wybuduj". Wykonawca będzie musiał zaprojektować, zainstalować i uruchomić systemoraz przebudować geometrię wybranych skrzyżowań. Na wszystkie te roboty Maxto ma 36 miesięcy od dnia podpisania umowy, czyli do lipca 2029 roku.

Przypominamy, że wdrożenie systemu to jedna z inwestycji realizowanych w ramach projektu „Rozwój infrastruktury mobilności miejskiej na terenie Obszaru Funkcjonalnego Radomia", finansowanego z programu Fundusze Europejskie dla Polski Wschodniej.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

RADOM



FOT. ŁUKASZ WÓJCIK/UM RADOM

Prezydent Radomia Radosław Witkowski wręczał nagrody nauczycielom. Podczas uroczystości w szkole muzycznej przyznano 141 nagród dla nauczycieli z radomskich placówek oświatowych.

Dzień Edukacji Narodowej w Radomiu. 141 nagród dla nauczycieli i laury dla uczniów

Aleksandra Majchrzak

W poniedziałek, 19 października w Zespole Szkół Muzycznych imienia Oskara Kolberga w Radomiu odbyły się miejskie obchody Dnia Edukacji Narodowej. Podczas uroczystości wręczono Medale Prezydenta Miasta Radomia, nagrody dla nauczycieli oraz stypendia dla uczniów osiągających sukcesy w olimpiadach przedmiotowych.

Frysztak, wiceprezydent Katarzyna Kalinowska, wiceprezydent Marta Michalska-Wilk, Mazowiecka Kurator Oświaty Wioletta Krzyżanowska oraz dyrektorzy i nauczyciele radomskich placówek oświatowych.

- To okazja do podziękowań, ale także do gratulacji. Będę miał także okazję wręczyć nagrodę wybitnym radomskim nauczycielom. Cieszę się, że tych nagród z roku na rok przybywa. Jakość radomskiej edukacji jest zauważalna i też doceniana nie tylko w Radomiu, ale także w Polsce. I cieszę się, że Ci Państwo wychowują kolejne pokolenie młodych ludzi w duchu patriotyzmu, ale także przekazując wiedzę. Mam nadzieję, że to nasze wspólne, samorządowe, wspólnotowe święto będzie okazją także do wymiany dobrych myśli, dobrych emocji i doświadczeń, tak żeby nasza radomska szkoła, nasza radomska edukacja była jeszcze lepsza - powiedział prezydent Radomia Radosław Witkowski.

Podczas uroczystości Radosław Witkowski mówił o działaniach miasta na rzecz poprawy warunków nauki. Wśród zrealizowanych przedsięwzięć wymienił inwestycje w Publicznej Szkole Podstawowej numer 14, budowę nowych boisk przy Publicznej Szkole Podstawowej numer 6, numer 15 i numer 34 oraz przy VI Liceum Ogólnokształcącym. Wskazał także na modernizację ośmiu orlików, rozbudowę boiska i powstanie nowej siłowni przy Publicznej Szkole Podstawowej numer 3, a także termomodernizacje budynków szkolnych.

W ostatnim czasie w radomskich placówkach powstały również sale ciszy i dwa kolejne gabinety dentystyczne, w Publicznej Szkole Podstawowej numer 3 oraz Publicznej Szkole Podstawowej numer 4.

- W ciągu ostatnich kilku dni mieliśmy do czynienia u nas na Mazowszu z wydarzeniami bezprecedensowymi, których nigdy nie spodziewaliśmy się. Te wydarzenia pokazały nam, jaką wartością jest szkoła i jaką wartością jest wspólnota szkoły. Te wydarzenia pokazały nam to, o czym ja wielokrotnie mówiłam zawsze na spotkaniach z nauczycielami, z dyrektorami, że szkoła jest fundamentem bezpiecznego państwa, państwa odpornego na dezinformację, państwa, które buduje swoją wewnętrzną odporność. Dzisiejszy Dzień Edukacji Narodowej dla nas, dla pracowników mazowieckiej oświaty jest szczególny, bo za tym dniem kryją się również i tragiczne wydarzenia - mówiła Mazowiecka Kurator Oświaty Wioletta Krzyżanowska.

Podczas spotkania uhonorowano osoby, które angażują się w rozwój radomskiej edukacji. Dwa Medale Prezydenta Miasta Radomia otrzymali emerytowani dyrektorzy: Jolanta Szczepanik, związana z Publiczną Szkołą Podstawową numer 22 z Oddziałami Integracyjnymi imienia Mikołaja Reja, oraz Marek Sternalski, były dyrektor Publicznej Szkoły Podstawowej numer 2 imienia Hansa Christiana Andersena.

Nagrody Prezydenta Miasta Radomia przyznano 141 pedagogom z miejskich placówek. Wśród nich są również dyrektorzy placówek. Wyróżnieni pracują w przedszkolach, szkołach podstawowych, liceach, zespołach szkół oraz placówkach specjalistycznych.

Wyróżniono również uczniów, którzy w roku szkolnym 2025/2026 zdobyli tytuły laureatów olimpiad przedmiotowych.

POWIAT GRÓJECKI

Cudzoziemcy nielegalnie pracowali przy sortowaniu owoców. Prezes polskiej firmy stanie przed sądem

Patryk Samborski

Funkcjonariusze Straży Granicznej z Radomia ustalili, że firma z powiatu grójeckiego nielegalnie zatrudniała 11 cudzoziemców. Kontrola trwała siedem miesięcy i objęła dokumenty dotyczące 80 osób. Prezesowi firmy grozi bardzo wysoka grzywna, a wobec ośmiu obywateli Kolumbii rozpocznie się procedura wydalenia z Polski.

Funkcjonariusze Straży Granicznej sprawdzili dokumenty dotyczące zatrudnienia 80 obywateli Kolumbii, Wenezueli, Brazylii i Ukrainy. Osoby te pracowały przy sortowaniu owoców, a kontrola trwała siedem miesięcy. Funkcjonariusze ustalili, że prezes firmy nielegalnie zatrudnił 11 obywateli Kolumbii, Brazylii i Wenezueli. Część cudzoziemców pracowała bez wymaganych zezwoleń, a część przebywała w Polsce nielegalnie.

Kontrola wykazała również, że pracodawca nie dopełnił obowiązków informacyjnych. Nie przekazał właściwemu organowi kopii umów przed rozpoczęciem pracy przez cudzoziemców. Nie poinformował też starosty o tym, czy osoby zatrudniane na podstawie oświadczeń wpisanych do ewidencji podjęły pracę.

Funkcjonariusze skierują do sądu wniosek o ukaranie prezesa firmy, który jest obywatelem Polski. Za nielegalne zatrudnianie cudzoziemców grozi grzywna od 3 do 50 tysięcy złotych. Wobec ośmiu obywateli Kolumbii rozpoczną się postępowania związane z wydaleniem ich z Polski.

To jedna z kontroli przeprowadzonych przez funkcjonariuszy Placówki Straży Granicznej w Radomiu w 2026 roku. Od początku roku funkcjonariusze rozpoczęli 49 kontroli legalności zatrudnienia cudzoziemców. Zakończyli już 42 z nich.

Funkcjonariusze sprawdzili dokumenty dotyczące 750 cudzoziemców. W 22 kontrolach stwierdzili naruszenia przepisów i ustalili, że nielegalnie zatrudniono 126 cudzoziemców.

W związku z naruszeniami funkcjonariusze nakładali mandaty i kierowali do sądu wnioski o ukaranie pracodawców. Od początku roku funkcjonariusze Straży Granicznej w Radomiu nałożyli mandaty na łączną kwotę 17 tysięcy złotych. Sądy wymierzyły przedsiębiorcom grzywny na łączną kwotę 64 tysięcy złotych.

KRÓTKO

Gmina Przytyk

Wypadek motorowerzysty. Miał 3 promile alkoholu

W poniedziałek, 19 października, w Młódnicy w gminie Przytyk doszło do wypadku z udziałem 53-letniego motorowerzysty. Mężczyzna trafił do szpitala. Jak przekazuje Justyna Jaśkiewicz, rzeczniczka prasowa Komendy Miejskiej Policji w Radomiu, według ustaleń pracujących na miejscu funkcjonariuszy 53-latek stracił panowanie nad motorowerem na łuku drogi i przewrócił się. Nie miał kasku ochronnego. Badanie wykazało, że mężczyzna miał około 3 promile alkoholu w organizmie. **PAT**

Gmina Białobrzegi

Rodzinne grzybobranie ze Starostwem Powiatowym

„Rodzinne grzybobranie" odbyło się w niedzielę, 18 października. Grzybiarze do lasu weszli w Mikówce w gminie Białobrzegi. Po dwóch godzinach w koszykach mieli podgrzybki, kozaki i kanie. Po skończonym grzybobraniu był czas na odpoczynek przy grillu. Były też nagrody za najdorodniejsze grzyby. Jak informuje białobrzeskie Starostwo Powiatowe, spotkanie było okazją do integracji, dobrej zabawy i spędzenia czasu blisko natury, a także działań profilaktycznych w ramach Krajowego Treningu Rodzinnego - Akademii Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej. Wystawiono stoiska Komendy Powiatowej Państwowej Straży Pożarnej oraz Policji, gdzie poruszano zagadnienia dotyczące bezpieczeństwa, właściwego reagowania w sytuacjach zagrożenia oraz zasad postępowania w sytuacjach kryzysowych. Uczestnikom przekazywano materiały informacyjno-edukacyjne, w tym instrukcje postępowania na wypadek zagrożeń, karty planu rodzinnego oraz gadżety promocyjne związane z tematyką bezpieczeństwa i ochrony ludności. **IK**

eprasa.pl 5f9fadfa0b

FOKUS

• **51 procent badanych** przez CBOS pozytywnie oceniło pracę prezydenta Karola Nawrockiego, a 39 proc. krytycznie

BEZPIECZEŃSTWO

Wzmocnienie wschodniej flanki NATO wspólnym priorytetem Polski i Litwy

Karol Nawrocki podkreślił we wtorek, że Polska i Litwa doskonale rozumieją, że największym zagrożeniem dla bezpieczeństwa państw regionu pozostaje agresywna polityka Rosji

oprac. Karolina Wrońska

Karol Nawrocki spotkał się w Pałacu Prezydenckim z prezydentem Litwy Gitanasem Nausedą. – Polskę i Litwę łączą nie tylko wielkowiekowa historia i bliskie sąsiedztwo, ale przede wszystkim wspólne interesy, strategiczne partnerstwo i odpowiedzialność za bezpieczeństwo naszej części Europy i całej wschodniej flanki NATO – powiedział Nawrocki na wspólnej konferencji z Nausedą.

Prezydent podkreślił wspólną perspektywę Polski i Litwy na sprawy międzynarodowe i kwestie bezpieczeństwa.

– Polska i Litwa doskonale rozumieją, że największym zagrożeniem dla bezpieczeństwa naszego regionu pozostaje agresywna polityka Federacji Rosyjskiej. Dlatego naszym wspólnym priorytetem musi być wzmacnianie wschodniej flanki NATO – podkreślił Nawrocki.

Jak mówił, Rosja prowadzi przeciwko państwom naszego regionu działania hybrydowe, wykorzystując cyberataki, dezinformację, sabotaż i presję na granicach. – To doświadczenie niestety dzielimy z Litwą. Odpowiedzią musi być ścisła współpraca sojusznicza i konsekwentne wzmacnianie odporności naszych państw – podkreślił Nawrocki.



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

Prezydent RP Karol Nawrocki i prezydent Litwy Gitanas Nauseda po spotkaniu w Pałacu Prezydenckim

Dodał, że „wspólnej refleksji wymaga również kwestia porozumienia Stanów Zjednoczonych z Rosją dotyczącego dostaw rosyjskiego oleju napędowe na światowe rynki". – Stabilizacja sytuacji energetycznej nie powinna prowadzić do osłabienia presji na Rosję ani podważania bezpieczeństw państw naszego regionu – dodał prezydent.

– Dziś Litwa i Polska wspólnie działają na rzecz bezpiecznej, wolnej i zjednoczonej Europy – powiedział prezydent Litwy Gitanas Nauseda po spotkaniu z Karolem Nawrockim.

– Po raz kolejny z satysfakcją potwierdzam, że jesteśmy nie tylko partnerami strategicznymi i sąsiadami, lecz także prawdziwymi, bliskimi przyjaciółmi – mówił Nauseda.

Nauseda poinformował, że podczas spotkania poruszono też kwestię bezpieczeństwa i obronności. Jak zauważył, oba państwa są celem ataków hybrydowych, kampanii sabotażowych, dezinformacyjnych i „powtarzających się naruszeń przestrzeni powietrznej". Nauseda podkreślił konieczność przeciwdziałania wspomnianym zagrożeniom i zwiększenia presji na Rosję przez m.in. sankcje.

Premier w sprawie incydentu z dronem

Premier Donald Tusk przekazał wczoraj przed posiedzeniem rządu, że podczas planowanego po południu spotkania z prezydentem Litwy Gitanasem Nausedą omówi ostatnim incydent z ukraińskim dronem.

– Chcę potwierdzić, że będziemy współpracowali bardzo blisko z Litwą i na pewno wyjaśnimy cały ten incydent z dronem, który eksplodował blisko granicy litewsko-łotewskiej – podkreślił szef rządu. Zapewnił, że zbadane zostaną wszystkie okoliczności.

Szef rządu zaznaczył, że liczy w tej sprawie na „pełną współpracę strony ukraińskiej, tak żeby naprawdę precyzyjnie wyjaśnić sobie, co się stało". Premier przekazał też, że „niezależnie od wyników tego wyjaśnienia chce podkreślić bardzo mocno, że Polska nie zezwala na prowadzenie operacji na swoim terytorium czy nad naszym terytorium bez wyraźnej zgody państwa polskiego". – I to się nie zmieni niezależnie od tego, kto te operacje miałby przeprowadzać – zaznaczył Tusk.

PAP

SEJM

Prezes Glapiński przed Trybunałem Stanu?

oprac. Karolina Wrońska

Głosowanie Sejmu w sprawie wniosku o postawienie prezesa Narodowego Banku Ppolskiego Adama Glapińskiego przed Trybunałem Stanu zaplanowane jest na drugą połowę listopada.

– Planujemy to głosowanie w drugiej połowie listopada. W związku z tym do tego momentu wszystkie sprawy zostaną wyjaśniane i przedstawię na konferencji prasowej w stosownym czasie wszystkie odpowiedzi na wszystkie rodzące się pytania. (...) Pod koniec listopada wstępnie planujemy to głosowanie – powiedział Włodzimierz Czarzasty.

W październiku sejmowa Komisja Odpowiedzialności Konstytucyjnej przyjęła sprawozdanie ws. wstępnego wniosku o pociągnięcie do odpowiedzialności konstytucyjnej przed Trybunałem Stanu prezesa NBP Adama Glapińskiego.

Prezes NBP ocenił w październiku, że postępowanie komisji nie ma żadnych podstaw. **PAP**

POLITYKA

Sikorski o bazach wojsk amerykańskich

oprac. Karolina Wrońska

– Decyzja w sprawie powstania stałej bazy amerykańskiej w Polsce jest po stronie USA – powiedział szef MSZ Radosław Sikorski.

Radosław Sikorski został zapytany przez PAP, czy niepokoi go brak ostatecznej decyzji ze strony USA w sprawie powstania nowej, stałej amerykańskiej bazy w Polsce. – Decyzja w tej sprawie jest po stronie USA i wolałbym, żeby zapadła przed wyborami połówkowymi, bo wiadomo, że politycy mają większą skłonność do dawania przed wyborami. Żebyśmy nie skończyli jak Karol Rozmarek (prezes Kongresu Polonii Amerykańskiej, za sprawą którego jesienią 1944 roku zdecydowana większość Polaków mieszkających w USA zagłosowała na Roosevelta, zapewniając mu reelekcję. Prezydent, mimo wcześniejszych sugestii, nie odwdzięczył się Polonii i poparł forsowaną przez Stalina zmianę granic przedwojennej Polski – PAP) – powiedział Sikorski. **PAP**

KRÓTKO

Łódź

Trzy gigantyczne kominy zostały wyburzone

Z krajobrazu Łodzi we wtorek zniknęły trzy charakterystyczne i mierzące ponad 100 metrów kominy dawnej elektrociepłowni EC-2 przy ul. Wróblewskiego. Obiekty wyburzono przy użyciu materiałów wybuchowych. Na poprzemysłowym terenie ma powstać osiedle mieszkaniowe. – To był wielomiesięczny proces przygotowań i zaangażowania dziesiątek specjalistów. W trzech kominach zrobiono ponad 1,5 tys. odwiertów, w których umieszczono 120 kg dynamitu – powiedziała Kaja Mirgos-Kwiatkowska, prezes firmy JHM Development, do której należy teren dawnej elektrociepłowni.

Lubuskie

Najpierw sprzedał auto, a potem je ukradł

Policjanci zatrzymali 36-latka podejrzanego o kradzież z włamaniem. Mężczyzna miał najpierw sprzedać swoje auto mieszkance pow. sulęcińskiego, a dwa dni później ukraść je, korzystając z zapasowego kluczyka. Zgodnie z Kodeksem karnym użycie bezprawnie zatrzymanego, oryginalnego kluczyka do zaboru auta stanowi przełamanie zabezpieczenia. Tym samym za kradzież z włamaniem grozi mu od roku do 10 lat więzienia – poinformowała policja.

Elbląg

We krwi noworodka odkryto narkotyki

Szpital w Elblągu poinformował śledczych, że 33-letnia matka urodziła dziecko, w którego krwi lekarze stwierdzili obecność narkotyków. Prokuratura wyjaśnia, czy matka naraziła dziecko na niebezpieczeństwo. Sąd rodzinny zdecyduje o dalszych losach noworodka.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Nie jest w stanie mnie obrazić pan Przemysław Czarnek. Rozumiem jego frustrację, która wynika z tego, że jest jak kamień u szyi dla Prawa i Sprawiedliwości

MIŁOSZ MOTYKA,
minister energii

eprasa.pl 5f9fadfa0b

KENIA

Przywódca sekty głoszącej koniec świata oskarżony o 191 morderstw

Kazimierz Sikorski

Samozwańczy pastor Paul Mackenzie stanął przed sądem wraz z 29 innymi osobami oskarżonymi o dokonanie masakry w kenijskim lesie, w wyniku której zginęły setki ludzi.

Lider sekty głoszącej koniec świata stanął przed sądem i usłyszał zarzuty zamordowania 191 osób – po tym jak w Kenii odkryto masowe groby.

Paul Mackenzie jest sądzony wraz z 29 innymi osobami oskarżonymi o zmuszanie swoich wyznawców – w większości dzieci – do zagłodzenia się na śmierć, aby mogli „spotkać Jezusa".

Do tych tragicznych wydarzeń dochodziło latami na terenie jego rancza położonego w lesie Shakahola, w głębi lądu od nadmorskiego kurortu Malindi w Kenii.

Śledczy nazwali to zdarzenie „masakrą w lesie Shakahola" i podają, że od 2023 roku odnaleziono tam setki ciał. Na terenie posiadłości odkopano szczątki 191 osób; większość z nich stanowiły dzieci.

Mackenzie pojawił się w sądzie w kajdankach. Samozwańczy pastor nie przyznał się do zarzutów popełnienia 191 morderstw. Krewni ofiar przybyli do sądu, aby śledzić przebieg procesu. Jeden z nich, 62-letni Francis Wanje, przekazał, że w Shakahola stracił ośmioro członków rodziny, w tym córkę i dwoje wnucząt. – Dla mnie to niezwykle ważny dzień – powiedział przed rozpoczęciem rozprawy.

Mackenzie zainicjował i nadzorował praktykę skrajnego postu na terenie posiadłości. Stworzył „hierarchię śmierci", zgodnie z którą w pierwszej kolejności miały umierać dzieci,potem nastolatki, kobiety i mężczyźni. Dzieci zmarły na skutek głodu, uduszenia, ucisku na szyję i urazów głowy.

Obrońcy Mackenziego utrzymują, że jest on niewinny, wskazując na luki w materiale dowodowym i twierdząc, że sprawa opiera się na „poszlakach, relacjach ze słyszenia oraz niejednoznacznych wynikach badań sądowo-medycznych".



FOT. SIMON MAINA/AFP/EAST NEWS

Samozwańczy pastor Paul Mackenzie podczas rozprawy w sądzie w Mombasie

SUDAN

Atak dronów na targowisko. 73 zabitych i wielu rannych

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 73 osoby zginęły, a 19 zostało rannych w wyniku ataku dronów na targowisko w spornym regionie Abyei na granicy Sudanu i Sudanu Południowego.

Pełniący obowiązki ministra informacji tego wspólnie administrowanego obszaru, Yohana Akol Ngor, powiadomił, że do ataku doszło w poniedziałek. O przeprowadzenie tego ostrzału oskarżył armię Sudanu, lecz nie przedstawił dowodów na poparcie swoich zarzutów.

Ministerstwo spraw zagranicznych Sudanu Południowego podało w poniedziałek późnym wieczorem, że celem ataku było targowisko położone na północ od miasta Abyei. Resort nie podał bilansu ofiar. Władze w Dżubie wezwały na rozmowę ambasadora Sudanu, wyrażając „stanowczy protest i głębokie zaniepokojenie" skutkami ataku dla bezpieczeństwa ludności cywilnej i stabilności regionu.

Organizacja pomocowa Lekarze bez Granic (MSF) poinformowała, że do pobliskiego szpitala Ameth Bek trafiło ponad 20 rannych, w tym osoby w stanie krytycznym oraz z oparzeniami.

Bogaty w ropę region Abyei pozostaje przedmiotem sporu między Sudanem i Sudanem Południowym. Obszar ten jest wspólnie administrowany przez oba państwa. Regularnie dochodzi tam do aktów przemocy, najczęściej związanych ze starciami między grupami etnicznymi lub ugrupowaniami zbrojnymi. Wojna domowa w Sudanie trwa od kwietnia 2023 r. **PAP**

USA – UKRAINA

Vance: Ukraina nie powinna wstępować do NATO

oprac. Anna Nagel

Wiceprezydent USA J. D. Vance powiedział w rozmowie z kanałem telewizyjnym 2WAY TONIGHT, że Ukraina nie powinna wstępować do NATO – przekazał we wtorek rano portal Ukrainska Prawda.

– O ile wiem, nie mamy oficjalnej umowy sojuszniczej z Ukrainą. (...) Ukraina nie powinna wstępować do NATO – oświadczył amerykański wiceprezydent. Dodał, że w pewnych kwestiach współpraca z Kijowem będzie rozwijana, ale w innych sprawach „stanowiska będą rozbieżne".

Vance powtórzył także wcześniejsze postulaty administracji w Waszyngtonie, że Ukraina „musi wstrzymać ataki na rosyjskie obiekty energetyczne".

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski powiedział w niedzielę Bloombergowi, że – według niego – administracja przywódcy USA Donalda Trumpa podjęła działania, które mają skłonić Ukrainę do kapitulacji. Zaproponował, że Ukraina przestanie atakować rafinerie w Rosji, jeśli otrzyma więcej pocisków do wyrzutni Patriot.



FOT. BRENDAN SMIALOWSKI/AFP/EAST NEWS

Wołodymyr Zełenski podczas wrześniowego spotkania z Donaldem Trumpem na sesji ONZ w Nowym Jorku

Ograniczenia ze strony USA są niesprawiedliwe

Zełenski udzielił wywiadu włoskiej gazecie „Corriere della Sera" tuż po poniedziałkowej rozmowie telefonicznej z papieżem Leonem XIV.

– Ograniczenia w dzieleniu się informacjami wywiadowczymi oraz zmniejszenie prędkości Starlinka to już nie tylko zwykłe groźby, ale rzeczywistość. To niesprawiedliwe wobec nas. Pozostajemy wdzięczni narodowi amerykańskiemu i drużynie (prezydenta Donalda) Trumpa, jednak między partnerami musi panować uczciwość – oznajmił Zełenski w opublikowanym we wtorek wywiadzie.

– Naród amerykański, administracje i obie partie (Demokraci i Republikanie – PAP) nas wspierały. Jestem za to wdzięczny. Zawsze chcieliśmy relacji opartych na uczciwości, sprawiedliwości i przejrzystości. Nie chcę niczego ukrywać przed amerykańskim prezydentem. Możemy mieć różne opinie i interesy, ale nasze narody mają ze sobą o wiele więcej wspólnego niż Ameryka i Rosja – ocenił ukraiński przywódca.

Rozmówca dziennika podkreślił jednak, że współpraca Ukrainy z USA wciąż jest kontynuowana.

– Otrzymujemy amerykańską broń w ramach programów finansowanych przez Europejczyków. Dziś za tę broń płacimy. Chcemy nadal utrzymywać otwarte, uczciwe i pragmatyczne relacje – zadeklarował Zełenski.

Prezydent zrelacjonował przebieg swoich rozmów z zespołem negocjacyjnym Trumpa. – Powiedziałem, że jesteśmy gotowi. Jeśli chcą rozmawiać o rokowaniach i porozumieniu pokojowym z Putinem, zawsze jesteśmy otwarci; mimo wszystko, ponieważ pokój jest priorytetem – oświadczył ukraiński polityk.

Rozmowy w Oslo

We wtorek w Oslo odbyły się rozmowy dotyczące zakończenia wojny. Gospodarzem spotkania był norweski premier Jonas Gahr Stoere. Według agencji Reutera do Norwegii przybył też specjalny wysłannik prezydenta USA Donalda Trumpa Steve Witkoff. W spotkaniu brali też udział przedstawiciele grupy E4, do której należą Polska, UE i NATO. **PAP**

AUSTRALIA

Posłanka staranowana przez auto w stanie krytycznym

oprac. Anna Nagel

Premier Australii Anthony Albanese przekazał, że deputowana Helen Haines jest w stanie krytycznym, ale stabilnym. W poniedziałek została ona celowo staranowana samochodem przed biurem w Wangaratta. Motyw ataku nie został na razie ustalony.

Albanese potwierdził, że podejrzany przebywa w areszcie, a dochodzenie prowadzą australijska policja federalna i policja stanu Wiktoria oraz wywiad.

– Pozwólmy policji przeprowadzić śledztwo. Ważne jest, aby ludzie pozwolili na ten proces, abyśmy opierali się na faktach, a nie na spekulacjach – powiedział we wtorek premier cytowany przez 7News. – Na tym etapie nie jest jasne, jaki był motyw tego ataku – dodał Albanese.

Do ataku na polityczkę doszło w poniedziałek przed biurem poselskim Haines w miejscowości Wangaratta w stanie Wiktoria na południu kraju. Kiedy zaparkowała samochód i pochyliła się nad otwartym bagażnikiem, napastnik dwukrotnie wjechał w nią samochodem, dociskając ją z impetem do jej własnego pojazdu. Następnie lokalny fryzjer wyciągnął mężczyznę z samochodu, obezwładnił go i zatrzymał do czasu przybycia policji. Albanese podziękował mu za odważną postawę.

Policja poinformowała później, że w pojeździe napastnika – zidentyfikowanego przez media jako działacz ekologiczny Brendan Nugent – znaleziono nóż. **PAP**

eprasa.pl 5f9fadfa0b

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Jak przebiega andropauza u mężczyzn? Objawy, wiek występowania i możliwe wyzwania

CHOROBY

Pierwsze objawy osteoporozy mogą cię zaskoczyć. Cichy wróg naszych kości rozwija się latami

Osteoporoza to choroba, która osłabia kości i zwiększa ryzyko ich złamań, często prowadząc do poważnych powikłań, takich jak niepełnosprawność, a nawet śmierć. Długi czas może przebiegać bezobjawowo

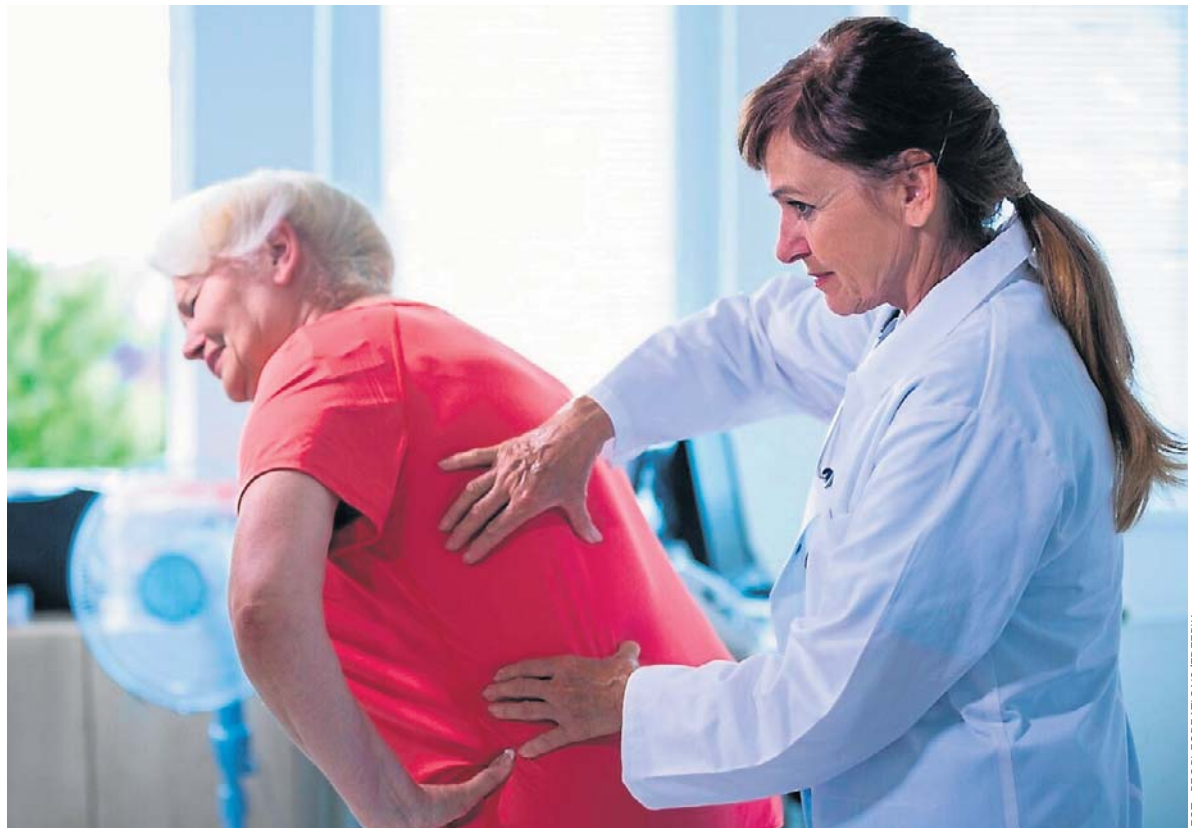
Anna Rokicka-Żuk

Osteoporoza jest chorobą kości, w której dochodzi do stopniowego ubytku ich masy. Nazywane też zrzeszotnieniem kości, schorzenie prowadzi do osłabienia ich struktury. Konsekwencją jest zwiększenie podatności na patologiczne złamania, które najczęściej dotyczą trzonów kręgowych, kości udowej i ramiennej, a także dystalnej (końcowej) części przedramienia. Dochodzi do nich pod wpływem mikrourazów, np. przy upadku.

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy.

Złamania osteoporotyczne dotyczą aż 30 proc. kobiet oraz 8 proc. mężczyzn po 50. roku życia. W przypadku osób starszych upadki należą do najpoważniejszych przyczyn utraty sprawności. Znacznie przyspieszają proces starzenia się i zwiększają prawdopodobieństwo śmierci.

– Upadki seniorów, w których dochodzi do urazów, są jedną z głównych przyczyn niepełnosprawności i piątą co do częstotliwości przyczyną zgonów u osób po 75 r.ż. – podkreśla dr hab. prof. nadzw. Marek Żak, specjalista fizjoterapii i autor raportu „Upadki osób starszych – przyczyny i następstwa" Fundacji NEUCA dla Zdrowia.



FOT. PEOPLECREATIONS/FREEPIK

Objawy osteoporozy mogą nie być odczuwane, jednak istnieją pewne dolegliwości i zmiany, które mogą wskazywać na postępujący proces zrzeszotnienia kości

Pierwsze objawy osteoporozy

● Cofające się dziąsła

Recesja dziąseł może wskazywać na potencjalny ubytek masy kostnej w szczęce. Widoczna staje się wtedy coraz większa część zębów, a ich odsłonięte szyjki stanowią przyczynę nadwrażliwości zębów. Warto zapytać o to dentystę podczas wizyty kontrolnej.

● Zmniejszenie siły chwytu dłoni

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy. Prowadzi to m.in. do zmniejszenia siły uścisku dłoni, co zaobserwowano w badaniach kobiet po menopauzie. To grupa szczególnie narażona na szybki rozwój osteoporozy, gdyż niekorzystnym procesom sprzyjają zmiany hormonalne.

● Osłabienie i kruchość paznokci

Kondycja paznokci wskazuje na stan kości, ponieważ ich ważnym składnikiem jest tak samo wapń. Jeżeli osłabione i kruche stają się paznokcie, które nie są malowane ani narażane na działanie czynników niszczących ich płytkę, stanowi to ważny sygnał do zbadania gęstości kośćca.

● Zmniejszenie wzrostu

Przy postępującej osteoporozie dochodzi do kurczenia się ciała, tj. zmniejszenia się wzrostu. Choć zjawisko to zachodzi naturalnie z wiekiem, znaczne zmiany mogą wskazywać na złamania kompresyjne kręgów. Zwykle towarzyszy im ból w miejscu urazu, choć nie zawsze tak jest, a dolegliwości bólowe często zmniejszają się z czasem.

● Ból pleców lub szyi

Przy rozwiniętej osteoporozie złamania kompresyjne kręgów stają się przyczyną chronicznych dolegliwości u co czwartego pacjenta. Najczęściej to ból pleców lub szyi, który promieniuje od kręgosłupa i może mieć bardzo duże natężenie.

● Zgarbienie sylwetki

Zaawansowana osteoporoza prowadzi do złamań kompresyjnych nawet kilku kręgów naraz, a także kości w obrębie klatki piersiowej, co prowadzi do jej zapadnięcia i często powoduje problemy oddechowe. Widoczne jest zaokrąglenie się pleców i powstanie garba, który sam w sobie wywołuje bóle górnych i dolnych odcinków kręgosłupa.

● Złamania kości

Patologiczne złamanie kości w wyniku upadku to najbardziej oczywisty objaw zaawansowanej osteoporozy. Może do niego dojść także podczas nieznacznych ruchów, np. zejścia z krawężnika, a nawet w wyniku silnego kichnięcia albo kaszlu. Niestety, wiele przypadków dotyczy kości kręgosłupa oraz udowej, co jest przyczyną niepełnosprawności.

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza gęstości kości, nazywana densytometrią

Jak sprawdzić, czy ma się osteoporozę?

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza ich gęstości, nazywana densytometrią. Badanie kości jest zalecane dla osób po 40. r.ż., u których osteoporoza występowała rodzinnie, wszystkich kobiet po 50. roku życia i mężczyzn po 55. roku życia.

Przeciwwskazania do wykonania badania densytometrycznego to ciąża, padaczka, okres 2 dni od badania z użyciem środka kontrastowego, np. tomografii komputerowej z kontrastem, wykonanie w ostatnim roku badania RTG lub rezonansu magnetycznego, osłabienie po chorobie, aktywne infekcje oddechowe, w tym ich objawy takie jak gorączka i katar.

Co jeść, by zmniejszyć zagrożenie osteoporozą?

Najbardziej wskazany jest nabiał z uwagi na wysoką zawartość wapnia, ale kościec potrzebuje też zestawu dodatkowych składników.

Według badania prezentowanego w piśmie „Journal of Bone and Mineral Research" u kobiet spożywających największe dawki witaminy C stwierdzono największe wyniki pomiaru gęstości kości w porównaniu z tymi, które przyjmowały z dietą najmniej tego składnika.

Warto sięgać więc po źródła wit. C: brokuły, czerwoną paprykę, natkę, koperek, cytrusy, owoce jagodowe.

W daniach powinny pojawiać się też ciemnozielone warzywa, takie jak: jarmuż, szpinak i wszelkie kapusty. Obfitują w witaminę K, która wspomaga produkcję osteokalcyny, białka umożliwiającego wiązanie wapnia przez tkankę kostną.

Budulcem kości obok wapnia jest magnez – znajduje się tam prawie połowa jego rezerw. Zapewnią go zielone warzywa, pełnoziarniste wypieki zbożowe na zakwasie, kiełki, prażone orzechy i masła orzechowe, a także ryby. Natomiast mleko, jogurty i suplementy diety z wapniem będą służyć kościom tylko wtedy, gdy zapewnisz sobie dość witaminy D, która jest niezbędna do jego przyswajania. Dostarczą ją tylko nieodtłuszczone produkty mleczne (należy do związków rozpuszczalnych w tłuszczu), najlepiej: średnio- i pełnotłuste mleko, sery dojrzewające oraz masło. Innym ważnym źródłem wit. D są tłuste ryby morskie, takie jak: łosoś, makrela, śledź, tuńczyk. Jeśli przyjmujesz witaminę D w suplemencie, wybierz bardziej aktywną formę w postaci witaminy D3.

Zapobieganie osteoporozie to także unikanie produktów, które „kradną" ze spożytego jedzenia i kości nie tylko wapń, ale też magnez i potas, czyli pierwiastki zasadotwórcze. Należą do nich zwłaszcza okryty złą sławą kwas ortofosforowy i fosforany, które jako dodatki do żywności występuję w napojach typu cola, serkach topionych i wędlinach.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PIENIĄDZE

Pobyt w Domu Pomocy Społecznej kosztuje. Dla kogo zwolnienie z opłat?

Pobyt w domu opieki społecznej może kosztować prawdziwą fortunę. Ale niektórzy mogą zwolnić się z opłat, o ile złożą wniosek

Emil Hoff

Polskie społeczeństwo starzeje się, a zarazem średnia długość życia stale wzrasta. Oznacza to, że coraz więcej z nas dożywa późnej starości, co niestety wiąże się często z utratą samodzielności. W takich przypadkach rodziny często decydują się – lub bywają zmuszone – powierzyć niesamodzielnego członka rodziny do domu pomocy społecznej (DPS). To dobre rozwiązanie w wielu sytuacjach: osoba niesamodzielna, przewlekle chora fizycznie lub psychicznie, niepełnosprawna fizycznie lub intelektualnie (głównie takie trafią do DPS-ów) otrzymuje dobrą opiekę, a rodzina w tym czasie może normalnie funkcjonować.

Problemem są jednak pieniądze.

Ile kosztuje pobyt w domu opieki społecznej?

Koszty pobytu bliskiej osoby w DPS-ie mogą być niebagatelne. Aktualnie wynoszą średnio od 6 do nawet 30 tys. zł za miesiąc, w zależności od standardu, zakresu świadczonej opieki i lokalizacji.

Nic dziwnego, że perspektywa płacenia takich pieniędzy budzi grozę. Kto dokładnie płaci za pobyt w DPS-ie? Reguluje to art. 64 Ustawy o pomocy społecznej. Kolejność płatników jest taka: sam mieszkaniec DPS opłaca koszty do poziomu 70 proc. swojego dochodu dochodu. Następnie w razie potrzeby resztę opłacają małżonek, dzieci, wnuki i rodzice mieszkańca. W ostatniej kolejności dokłada się gmina.

Według danych Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej obecnie aż 85 proc. kosztów pobytu w DPS-ach opłacają właśnie gminy, co oznacza, że koszty te znacząco przekraczają możliwości finansowe większości mieszkańców DPS-ów i ich rodzin.

W planach są dwie istotne zmiany prawa w tym zakresie: po pierwsze, do ustawy ma zostać dodana klauzula wskazująca, że osoby niepełnoletnie nigdy nie są zobowiązane do opłacania kosztów pobytu krewnego w DPS-ie (teraz teoretycznie może dochodzić do takich sytuacji i rzeczywiście zdarzało się, że np. dziecko musiało płacić ze swojej renty za pobyt dziadka w DPS-ie). Po drugie, ma zostać dodana nowa kategoria płatników za DPS. W pierwszej kolejności po samym mieszkańcu do płacenia zobowiązani będą pełnoletni beneficjenci majątku przekazanego przez tego mieszkańca, czyli osoby, które w ciągu ostatnich 10 lat przejęły jego dom lub mieszkanie. Zmiany na razie są jeszcze na etapie konsultacji i nie wiadomo, czy i kiedy mogłyby wejść w życie.



FOT. PEOPLEIMAGES12, 123RF.COM

Niektóre osoby mogą zwolnić się z opłat za opiekę nad krewnym w Domu Pomocy Społecznej

Kto jest zwolniony z płacenia za DPS?

Ustawa przewiduje wyłączenia z obowiązku pokrywania kosztów pobytu krewnego w DPS-ie.

Automatycznie zwolnieni z opłat są ci, których dochód nie przekracza obecnie 3030 zł w przypadku osoby samotnej i 2469 zł w przypadku osoby w rodzinie. Wynika to z zapisu o kryterium dochodowym: jeśli twój dochód po opłaceniu pobytu w DPS nie przekroczyłby 300 proc. tego kryterium, nie musisz płacić za DPS.

Niektóre osoby mogą też zostać zwolnione z opłat na własny wniosek. Dotyczy to:

- członków Korpusu Weteranów Walki o Niepodległość Rzeczypospolitej Polskiej,
- działaczy opozycji antykomunistycznej,
- osób represjonowanych z powodów politycznych.

Także na własny wniosek, ale po dodatkowym wywiadzie środowiskowym, z opłat za DPS mogą zostać zwolnione również:

- osoby w trudnej sytuacji życiowej, borykające się z niepełnosprawnością lub bezrobociem,
- ofiary przemocy w rodzinie – po przedstawieniu dowodów,
- osoby, które już opłacają pobyt w DPS-ie innego członka rodziny,
- kobiety w ciąży lub samotne wychowujące dziecko,
- osoby, które przedstawią wyrok sądu oddalający powództwo o alimenty na rzecz osoby kierowanej do DPS lub jego mieszkańca,
- osoby, które wykażą rażące naruszenia obowiązku alimentacyjnego przez osobę kierowaną do DPS lub jego mieszkańca,
- osoby, które przedstawią prawomocne orzeczenie sądu o pozbawieniu osoby kierowanej do DPS władzy rodzicielskiej nad nimi,
- osoby, które przedstawią prawomocne orzeczenie sądu o skazaniu osoby kierowanej do DPS za umyślne przestępstwo ścigane z oskarżenia publicznego na szkodę ich, ich zstępnych, ich małoletniego rodzeństwa lub ich rodziców. Także zstępni tych osób są zwolnieni z obowiązku płacenia za pobyt w DPS-ie.

ZATRUCIA

Te grzyby są uznane za jadalne, ale zatrucie może wystąpić nawet po latach

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Zatrucia grzybami najczęściej kojarzą się z bólem brzucha, nudnościami czy wymiotami. Niektóre gatunki mogą jednak wywoływać znacznie mniej oczywiste, a przy tym bardzo groźne powikłania. Do czego może doprowadzić spożycie olszówki lub gąski zielonej?

Przez lata gąska zielonka uchodziła za jeden z najbardziej cenionych jesiennych grzybów. W wielu regionach Polski była zbierana masowo, trafiała na stoły w postaci sosów, marynat czy dań obiadowych, a doświadczeni grzybiarze traktowali ją jak pewny i wartościowy łup. Tym większe było zaskoczenie, gdy zaczęły pojawiać się doniesienia o ciężkich zatruciach związanych właśnie z tym gatunkiem.

Nie tak dawno prof. Bożena Muszyńska ujawniła, że przypadki zatruć gąską zielonką odnotowywano w krajach europejskich. Między 1992 a 2000 r. do placówki medycznej we Francji trafiło 12 osób, siedem kobiet i pięciu mężczyzn, którzy wcześniej jedli gąskę zielonkę przez kilka dni z rzędu.

Grzyby, o których mowa, pojawiały się w jadłospisie przynajmniej podczas trzech następujących po sobie posiłków. Około tygodnia później rozwinęła się ciężka rabdomioliza, czyli rozpad włókien mięśniowych.

Wyniki badań były alarmujące. U wszystkich pacjentów stwierdzono bardzo wysokie stężenie kinazy kreatynowej (CK), czyli enzymu, który pojawia się we krwi, gdy dochodzi do uszkodzenia mięśni.

Większość chorych wróciła do zdrowia w ciągu około dwóch tygodni, jednak u trzech osób zatrucie doprowadziło do niewydolności serca zakończonej zgonem.

Podobne przypadki opisano także w Polsce. Głośna była historia matki i syna, którzy przez kilka dni regularnie jedli gąskę zielonkę. W sumie spożyli od 100 do 300 gramów tych grzybów.

Dwa dni po ostatnim posiłku zaczęły pojawiać się niepokojące dolegliwości: silne osłabienie, bóle mięśni, brak apetytu, nudności i obfite poty. Lekarze wykluczyli inne możliwe przyczyny rabdomiolizy, takie jak infekcja, uraz, choroby autoimmunologiczne czy działanie leków.

Jeszcze poważniejsze konsekwencje odnotowano u czterech innych osób. Pacjenci spożywali od 100 do 400 gramów gąski zielonki w kilku kolejnych posiłkach.

U dwóch chorych stan był na tyle ciężki, że konieczne było podłączenie do respiratora. Najtragiczniej zakończył się przypadek 72-letniego mężczyzny, który zmarł już drugiego dnia hospitalizacji. Pozostali pacjenci dochodzili do siebie przez następne dwa do trzech tygodni.

Współczesna medycyna nie ma jednak wątpliwości: olszówka, czyli krowiak podwinięty, jest grzybem trującym.

O tym, jak niebezpieczny może być ten gatunek, świadczy historia niemieckiego mykologa Juliusa Schäffera. Naukowiec przez lata spożywał olszówki bez widocznych konsekwencji.

W 1944 r., po zjedzeniu kolejnego posiłku z tych grzybów, trafił jednak do szpitala i zmarł. Jego przypadek przeszedł do historii toksykologii grzybów i przyczynił się do rozpoznania zjawiska określanego dziś jako zespół Paxillusa.

Największym zagrożeniem nie są wcale nudności czy bóle brzucha. U części osób olszówka może wywołać niebezpieczną reakcję immunologiczną, w której organizm zaczyna niszczyć własne krwinki czerwone.

Dochodzi wtedy do hemolizy, czyli ich rozpadu. Skutkiem mogą być ciężka niedokrwistość, uszkodzenie nerek, a w skrajnych przypadkach niewydolność wielonarządowa.

Najbardziej zdradliwe w przypadku olszówki jest to, że przez lata może nie dawać żadnych powodów do niepokoju. Ktoś zbiera ją, gotuje i je od dawna, nie odczuwając żadnych dolegliwości.

Tymczasem zagrożenie może narastać po cichu. W pewnym momencie kolejny, pozornie niczym nieróżniący się posiłek może uruchomić gwałtowną reakcję organizmu, której skutki bywają dramatyczne.



FOT. JERZY OPIOŁA/WIKIPEDIA

Gąska zielonka wcale nie jest „niewinna"

eprasa.pl 5f9fadfa0b

DIETA



FOT. ARCHIWUM REDAKCJA POLSKA PRESS

Analiza naukowców wykazała, że osoby spożywające posiłki późną porą były bardziej narażone na problemy z wątrobą

Ten wieczorny nawyk może odbijać się na zdrowiu. Naukowcy mają nowe dowody

Naukowcy przeanalizowali dane blisko 200 tys. osób. Wykazali, że jedzenie późnym wieczorem może poważnie odbijać się na zdrowiu wątroby.

Mateusz Zelek

Spożywanie posiłków późnym wieczorem lub już po położeniu się do łóżka może zwiększać ryzyko rozwoju chorób wątroby. Takie wnioski płyną z badania opublikowanego w czasopiśmie „Clinical Gastroenterology and Hepatology". Naukowcy z Oregon Health & Science University przeanalizowali dane z trzech dużych projektów badawczych prowadzonych wśród pracowników ochrony zdrowia w USA. Łącznie objęły one około 200 tysięcy osób.

Badacze sprawdzali, czy sposób odżywiania ma związek z ryzykiem występowania stłuszczeniowej choroby wątroby związanej z zaburzeniami metabolicznymi (MASLD) oraz marskości wątroby.

Analiza wykazała, że osoby spożywające posiłki późną porą były bardziej narażone na problemy z wątrobą. W tej grupie ryzyko wystąpienia chorób tego narządu było od 20 do 30 procent wyższe niż u osób unikających jedzenia po kolacji.

Zegar biologiczny może odgrywać kluczową rolę

Zdaniem autorów badania wyniki są kolejnym dowodem na znaczenie rytmu dobowego dla zdrowia.

Wcześniejsze badania wskazywały już, że jedzenie późno wieczorem może zwiększać ryzyko otyłości czy chorób serca.

Współautor pracy dr Andrew McHill zwrócił uwagę, że organizm znacznie gorzej radzi sobie z metabolizowaniem pokarmów w porach, które biologicznie są przeznaczone na odpoczynek.

– Raz po raz obserwujemy, że czas podejmowania różnych aktywności – czy to snu, jedzenia, czy ćwiczeń – naprawdę ma to kluczowe znaczenie. Na przykład wykazaliśmy, że spożywanie posiłków w nocy, kiedy wewnętrzny zegar biologiczny sprzyja zasypianiu, ogranicza zdolność organizmu do efektywnego metabolizowania pokarmu – podkreślił badacz.

Naukowcy przypominają, że wątroba jest jednym z narządów szczególnie wrażliwych na zaburzenia rytmu okołodobowego, co może tłumaczyć zaobserwowane zależności.

Naukowcy przypominają,

że wątroba jest jednym z narządów szczególnie wrażliwych na zaburzenia rytmu okołodobowego.

Czas podejmowania różnych aktywności – czy to snu, jedzenia, czy ćwiczeń – ma kluczowe znaczenie.

Potrzebne są dalsze badania

Autorzy zastrzegają, że analizowane badania miały charakter obserwacyjny. Oznacza to, że nie dowodzą bezpośredniego związku przyczynowo-skutkowego, a uczestnicy samodzielnie raportowali swoje nawyki żywieniowe w ankietach.

Mimo tych ograniczeń wyniki dają podstawy do dalszych prac nad wpływem pory spożywania posiłków na zdrowie. Zespół prowadzi już kolejne badania, które mają sprawdzić, czy wcześniejsze jedzenie może poprawić parametry związane ze stłuszczeniem wątroby.

Jak podkreślił główny autor badania dr Robert Wilechansky, najważniejszy wniosek płynący z analizy jest stosunkowo prosty.

– Najważniejszy wniosek z badania jest taki, że ograniczenie spożycia kalorii do okresu na kilka godzin przed snem może przynieść korzyści zdrowotne – podsumował ekspert.

Zanim więc powędrujemy nocą do lodówki, pamiętajmy, że wiąże się to z wyższym ryzykiem stłuszczenia i marskości wątroby.

BORELIOZA

Nie tylko rumień. Zobacz, do czego może doprowadzić ukąszenie kleszcza jesienią

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Październik nie oznacza końca sezonu na kleszcze. Wręcz przeciwnie. Jeśli jednak dojdzie do ukąszenia, nie ma powodu do paniki – wcześnie wykryta borelioza dobrze reaguje na leczenie.

Sezon na kleszcze wciąż trwa. Wrzesień i październik to, obok wiosny, drugi szczyt aktywności tych pajęczaków, a wraz z nim rośnie liczba obaw o boreliozę.

Po ukąszeniu kleszcza wiele osób wpada w panikę, tymczasem kluczowe znaczenie ma szybka reakcja. Jak podkreśla prof. Joanna Zajkowska, borelioza należy do chorób, które bardzo dobrze poddają się leczeniu, zwłaszcza jeśli zostaną wcześnie rozpoznane.

– Boreliozę dosyć wdzięcznie leczy się antybiotykami. Przez lata poznaliśmy jej najczęstsze postacie i mamy duże doświadczenie w ich rozpoznawaniu oraz leczeniu – podkreśla prof. Zajkowska.

Chodzi przede wszystkim o sytuację, gdy po ukąszeniu kleszcza pojawia się charakterystyczny rumień wędrujący. W takim przypadku zwykle wystarcza jedna kuracja antybiotykowa, a zmiana skórna stopniowo ustępuje.

Nieco bardziej niepokojąco brzmią neurologiczne postacie boreliozy, ale również tutaj rokowania są zwykle dobre. Prof. Zajkowska podkreśla, że zdecydowana większość przypadków neuroboreliozy to tzw. postacie wczesne. Choroba może objawiać się porażeniem nerwu twarzowego lub bardzo silnymi bólami korzeniowymi związanymi z zajęciem układu nerwowego. Mimo to odpowiednio wdrożone leczenie daje bardzo dobre efekty.

Tak może przebiegać ciężka postać boreliozy

Prof. Joanna Zajkowska w rozmowie ze Stroną Zdrowia ujawniła, że do najpoważniejszych powikłań boreliozy należą zapalenia i porażenia nerwów. Najczęściej dotyczą one nerwów czaszkowych, rzadziej innych nerwów lub korzeni nerwowych. W ciężkich przypadkach może dochodzić nawet do znacznego ograniczenia sprawności. Specjalistka opowiedziała także o jednym z najtrudniejszych przypadków boreliozy, z jakimi zetknęła się w swojej praktyce klinicznej.

– Jednym z najtrudniejszych przypadków było zapalenie opon z porażeniem pasa barkowego i zanikiem mięśni. Pacjent nie był w stanie unosić kończyn. Ostatecznie, dzięki antybiotykoterapii i rehabilitacji, sytuacja chorego uległa ogromnej poprawie – przyznała lekarka.

Interaktywna mapa kleszczy

Chcesz wiedzieć, gdzie występują kleszcze i jakie miejsca omijać szerokim łukiem? Z pomocą przychodzi interaktywna mapa kleszczy stworzona na podstawie zgłoszeń użytkowników strony ciemnastronawiosny.pl. Narzędzie to pozwala sprawdzić, w jakich lokalizacjach zgłoszono najwięcej przypadków obecności kleszczy i gdzie zagrożenie jest największe.

Jej użytkownicy zgłaszają miejsca, w których zauważyli kleszcze: zarówno na sobie, jak i na zwierzętach. Informacje te trafiają na mapę, a zgłoszenia są widoczne dla wszystkich odwiedzających.



FOT. KPIXMINING/123RF.COM

Borelioza wykryta odpowiednio wcześnie bardzo dobrze poddaje się leczeniu, a w wielu przypadkach wystarcza kuracja antybiotykowa

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Jakie błędy najczęściej popełniamy przy myciu zębów?

Stan naszych zębów ma zaskakująco szerokie przełożenie na cały nasz organizm i samopoczucie. Myślisz, że codzienne szczotkowanie załatwia sprawę? Tylko, jeśli robisz to dobrze. Dwie dentystki wskazują, jakie błędy Polacy popełniają najczęściej przy myciu zębów – i jak ich uniknąć.
– Choć mycie zębów to czynność z pozoru prosta, błędów można popełnić naprawdę wiele – mówi lek. dent. Milena Bartman z Medicover Stomatologia–Prosta.

Źle dobrana szczoteczka

Szczoteczka to nasz główny oręż w walce o czyste i zdrowe zęby. Niestety, źle dobrana może nam raczej zaszkodzić niż pomóc. Dentyści polecają używanie szczoteczek z włosiem średniej twardości. Włosia twardego w ogóle się nie zaleca.
– Natomiast szczoteczki miękkie i ich warianty warto stosować wtedy, gdy zaleci je dentysta lub higienistka, np. w określonych sytuacjach związanych ze stanem dziąseł lub po zabiegach w jamie ustnej – tłumaczy Milena Bartman.
Lek. dent. Anna Zych z enel-med stomatologia podkreśla też, jak ważne jest regularne wymienianie szczoteczki.
– Należy pamiętać o regularnej wymianie szczoteczki lub końcówki, szczególnie gdy włosie jest już zużyte lub odkształcone. Tempo zużywania się włosia jest indywidualne, dlatego poza czasem użytkowania warto zwracać uwagę przede wszystkim na jego stan.

Źle dobrana pasta

Na rynku dostępne są setki, jeśli nie tysiące rodzajów past do zębów o różnym składzie. Łatwo się w tym pogubić. Dentyści podkreślają jednak, że w profilaktyce próchnicy najważniejsze jest, by pasta zawierała fluor, najlepiej w stężeniu dobranym do wieku i naszego indywidualnego ryzyka próchnicy, które określi dla nas specjalista.
– Dobrą alternatywą są pasty z hydroksyapatytem lub fluorohydroksyapatytem – podpowiada Milena Bartman.
Z kolei do past wybielających, tak intensywnie reklamowanych, powinniśmy podchodzić ostrożnie. Ich nadużywanie to kolejny błąd:
– Może to sprzyjać nadwrażliwości, a nawet osłabieniu szkliwa, a z drugiej strony zdarza się nam, że przez długi czas stosujemy pasty przeznaczone dla zębów wrażliwych, zamiast umówić się na wizytę i sprawdzić, co właściwie powoduje dolegliwości – mówi ekspertka Medicover.

Niewłaściwe szczotkowanie

Przede wszystkim zdarza nam się szczotkować zęby za rzadko – lekarze polecają mycie zębów dwa razy dziennie przez dwie minuty. Taki czas pozwala na usunięcie płytki nazębnej. Zbyt krótkie szczotkowanie pozostawia płytkę nazębną, co zwiększa ryzyko wystąpienia zapalenia dziąseł i próchnicy. Zębów nie należy też wcale szczotkować zbyt mocno:
– Błędem jest też przekonanie, że im mocniej szczotkujemy, tym lepiej oczyszczamy zęby – mówi Anna Zych. – Nadmierny nacisk i twarde włosie zwiększają ryzyko mechanicznego urazu dziąseł. Agresywne szczotkowanie jest również wymieniane jako jeden z czynników mogących uczestniczyć w powstawaniu recesji dziąseł i niepróchnicowych ubytków przyszyjkowych.
Milena Bartman dodaje, że czasem niewłaściwie dobieramy też porę szczotkowania. Nie należy myć zębów zaraz po zjedzeniu lub wypiciu czegoś kwaśnego:
– Kwasy mogą przejściowo zmiękczać powierzchnię szkliwa i zwiększać jego podatność na mechaniczne ścieranie – ostrzega Bartman i radzi, by po spożyciu czegoś kwaśnego odczekać ok. 20-30 minut i przepłukać usta wodą, zanim zabierzemy się za szczotkowanie. Jeśli chodzi o techniki szczotkowania, tutaj nie ma jednego złotego środka:



FOT. OKSUN70, M123RF.CO

– Nie ma mocnych dowodów na to, że jedna konkretna technika szczotkowania jest najlepsza dla każdego. Ważniejsze jest dokładne i systematyczne oczyszczanie wszystkich powierzchni – mówi Anna Zych.
Co prowadzi nas do chyba najpoważniejszego błędu przy szczotkowaniu: niedokładności. Dentyści podkreślają, że Polacy często zapominają o dokładnym oczyszczaniu nie tylko zębów, ale też przestrzeni międzyzębowych, dziąseł i języka. Zwłaszcza przestrzenie międzyzębowe bywają trudno dostępne i łatwo je ominąć zwykłą szczoteczką, przez co właśnie tam, przy linii dziąseł i w tzw. kieszonkach międzyzębowych namnażają się bakterie.

Emil Hoff

DIETA

Te pokarmy działają jak magia. Włącz je do diety, jeśli masz powyżej 50 lat, i ciesz się efektami

Superfoody to produkty spożywcze, które nie wymagają przetworzenia, by dostarczyć twojemu organizmowi prawdziwą bombę witamin, składników odżywczych i minerałów, niezbędnych do odbudowy i sprawnego funkcjonowania

Emil Hoff

Jak wiadomo, najlepszym lekarstwem jest odpowiednie jedzenie. Zdrowa, pełnowartościowa dieta utrzymuje nas w dobrej formie, zła dieta z niedoborami naraża nas na osłabienie i choroby.

Odpowiednie odżywianie jest szczególnie ważne u seniorów, których organizmy mają specyficzne potrzeby. Osoby starsze powinny dostarczać swoim organizmom w diecie odpowiednio dużo składników odżywczych, wspierających zwłaszcza serce i mózg, wzmacniających kości i mięśnie, regulujących trawienie.

Brzmi to dość skomplikowanie. Czy utrzymanie zdrowej diety po 50. czy 60. roku życia naprawdę jest trudne? Nie, jeśli włączysz do niej tzw. superfoody. To nieprzetworzone pokarmy zawierające wyjątkowo wiele składników odżywczych, których nasze organizmy – zwłaszcza starsze – najbardziej potrzebują.

Poniżej znajdziesz gotową listę 16 rodzajów superfoodów. Oprzyj na nich swoje posiłki lub używaj ich jako dodatków, a podziękują ci twoje serce, mózg, mięśnie, kości, jelita i układ odpornościowy.



FOT. MSHMELJOV, 123RF.COM

Superpokarmy, które każdy senior powinien uwzględnić w swojej diecie. Sprawią, że poczujesz się lepiej

TOP 16 superpokarmów dla seniorów

● **Liściaste zielone warzywa**
Na przykład szpinak, kapusta warzywna włoska, rukola. Zawierają witaminy A, C, K, a także karotenoidy. Wspierają zdrowie oczu, serca i kości.

● **Warzywa krzyżowe (kapustne)**
Na przykład brokuły, brukselka, kapusta głowiasta. Zawierają szczególnie dużo błonnika i witamin.

● **Rośliny strączkowe**
Na przykład fasola, groch, bób, soczewica. Zawierają mnóstwo białka i błonnika, żelaza, potasu i magnezu. Pomagają obniżać cholesterol.

● **Marchewki**
To bogate źródło beta-karotenu, który wspiera zdrowie oczu i mózgu.

● **Tłuste ryby**
Na przykład łosoś, śledź, tuńczyk, pstrąg, makrela. Pomagają utrzymać zdrowe mięśnie, zawierają dużo kwasów omega-3, ważnych dla zdrowia serca.

● **Jajka**
Zawierają dużo białka, witamin z grupy B i D, selenu i choliny, które wspierają mięśnie i mózg.

● **Orzechy**
Na przykład włoskie, migdały, nerkowce, pekany, fistaszki. Są bogate w białko, błonnik i antyoksydanty chroniące serce i mózg.

● **Masło orzechowe**
Jest nie tylko smaczne, ale też doskonale buduje i wspomaga mięśnie. Wybieraj masło bez dodatku cukru, oleju palmowego czy syropu glukozowego.

● **Pełne ziarna**
Na przykład gryka, brązowy ryż, siemię lniane, kukurydza, jęczmień, żyto, proso, sorgo i oparte na nich produkty, np. mąki, pieczywo, kasze czy makarony.

● **Pestki dyni**
Zawierają witaminę C, beta-karoten i inne składniki wspomagające układ odpornościowy i zmniejszające ryzyko wystąpienia stanów zapalnych.

● **Borówki**
Zawierają dużo antyoksydantów i polifenoli, chroniących przed stanami zapalnymi, wspierających serce i mózg (pamięć i koncentrację).

● **Awokado**
Zawiera wyjątkowo dużo zdrowych tłuszczów, błonnika i antyoksydantów.

● **Jogurt grecki**
Najlepiej niesłodzony. Zawiera dużo wapnia, wspomagającego układ kostny, i probiotyków, usprawniających trawienie. Możesz dodać do niego jagody lub posypać ziarnami.

● **Twaróg**
Doskonałe źródło białka, wapnia i witaminy D, ważnych dla silnych kości.

● **Kurkuma**
Ma właściwości przeciwzapalne i wspomaga zdrowe trawienie. Zaleca się spożywanie jej wraz z tłuszczami i czarnym pieprzem, dla lepszego przyswojenia.

● **Woda**
To nie żart; woda reguluje wszystkie procesy w organizmie. Warto zacząć dzień od wypicia odpowiedniej ilości ciepłej wody na czczo, by rozruszać układ trawienny.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PROGRAMOWO

G. 20:00

Barwy szczęścia

TVP 2

Hubert próbuje dogadać się z Lucyną, aby wykupić jej udziały w nieruchomości na Zacisznej. Seniorka stawia jednak zaporowe warunki, żądając aż miliona złotych. W tym samym czasie Emil demonstracyjnie okazuje wrogość Adamowi, otwarcie traktując lokatora jak pasożyta. Napiętą atmosferę przełamuje dopiero wspólna nauka matematyki – gdy chłopak pomaga nastolatkowi w lekcjach i szczerze opowiada o bolesnej traumie z dzieciństwa, junior ostatecznie zmienia do niego nastawienie. Karolina po raz kolejny zaskakuje Bruna zdecydowaną deklaracją: skoro mąż zmusił ją do odejścia z hotelu, zamierza jak najszybciej znaleźć nową pracę. Równolegle Małgorzata bezskutecznie próbuje nakłonić Rawiczową, by ta wyjawiła Brodzie prawdę o jego pochodzeniu. Seniorka pozostaje jednak nieugięta, uparcie twierdząc, że milczeniem chroni Cezarego.





G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Borys zarzuca Elizę papierkową robotą. Liczy, że taka taktyka wymiernie zaowocuje i dzięki temu wybiegowi Olszewska nie będzie się wtrącała w rządzenie klubem. Cały jego misterny plan obraca się w proch – i to w ekspresowym tempie. Odbiera mu mowę, gdy Eliza szybko ogarnia temat i sama ustala zasady. To jednak dopiero pierwsze koty za płoty. Trener Koczarski krzywi się na paniusię w zarządzie klubu. Kamili także nie podoba się jej obecność, postrzega Elizę jako konkurencję, co uruchamia w niej... zazdrość o Borysa. Natomiast Ewa martwi się o zdrowie Karola, który ostatnio częściej łapie zadyszki i skarży się na bóle w klatce. Gdy Karol, zajęty pracą, odmawia pójścia na badania, Ewa prosi Briana, zeby czuwał nad samopoczuciem szefa. Tymczasem Szymon dostaje od lekarzy niewesołe wieści. Przed Martą udaje, że nie jest źle.

G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN

Lekarze próbują ratować życie Julki, która doznała zawału serca po przedawkowaniu narkotyków. Nie wiadomo, czy niedotleniony organ odzyska sprawność – po operacji dziewczyna jest wciąż nieprzytomna. Igor chce chociaż zobaczyć córkę, ale nagle w szpitalu pojawia się Leon. Chłopak chce zmasakrować kolegę Julii, który namówił ją do ucieczki z ośrodka! Nowak uświadamia mu, że czuł dokładnie taką samą wściekłość wobec niego i że nie tego teraz potrzebuje Julka... Iga znajduje w zabezpieczonych przez policję plikach pedofilskich zdjęcia małego synka Leśniewskich. Przybysz pyta zszokowanych rodziców, jak to się mogło stać. Marta i Mikołaj orientują się, że to Stefek ostatnio nieustannie fotografował brata. Tymczasem Bradecka prosi Fabiana o poparcie u szefa. Nowy gwiazdor chętnie pomoże – ale nie za darmo. Zaprasza ją do siebie... Sąsiadka Cieślików odkrywa, że ktoś włamał się do jej piwnicy i ukradł jej coś bardzo cennego. Starsza pani ma pretensje do nowych sąsiadów. Pani Janina zgłasza kradzież z włamaniem, a do Cieślików przyjeżdża aspirant Klusek.



G. 20:30

Felicita

TVP 1

Ewka przyjeżdża do Polignano z misją iście karkołomną. Ma zamiar bowiem pomóc Zośce pogodzić się z córką. Początkowo ani ona, ani Oliwka nie są zbyt skore do współpracy... Równolegle Zośka poznaje prawdę o sytuacji Davide. Wraz z Giulią postanawiają znaleźć dla niego bezpieczne schronienie, gdzie lęk nie będzie mu towarzyszył. Przy okazji po raz pierwszy szczerze rozmawiają o Kamilu. Tymczasem w Polignano zjawia się tajemnicza postać.



G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Zuza – była pacjentka Blanki – nadal ukrywa się z Niną, traktując ją jak córkę i zbierając pieniądze, by uciec za granicę. Mario zostaje porwany przez swoich dawnych „przyjaciół" z mafii. Z kolei Wiki znów chwyta za skalpel, gdy Borys ma w pracy nagły atak bólu. Doktor Jakubek proponuje jej pracę.

G. 21:50

Na sygnale

TVP 2

Oliwia jest z córką w ośrodku dla osób w kryzysie. Anna próbuje nauczyć ją opieki nad małą. Wiktor po dyżurze chce porwać żonę na romantyczną wycieczkę, ale ich plany znów burzy jej podopieczna. Zespół doktor Reiter trafia do ratusza, gdzie zasłabł burmistrz. Alek z Romkiem muszą pomóc starszemu pacjentowi, który ma atak paraliżującego bólu i okłamuje ratowników.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

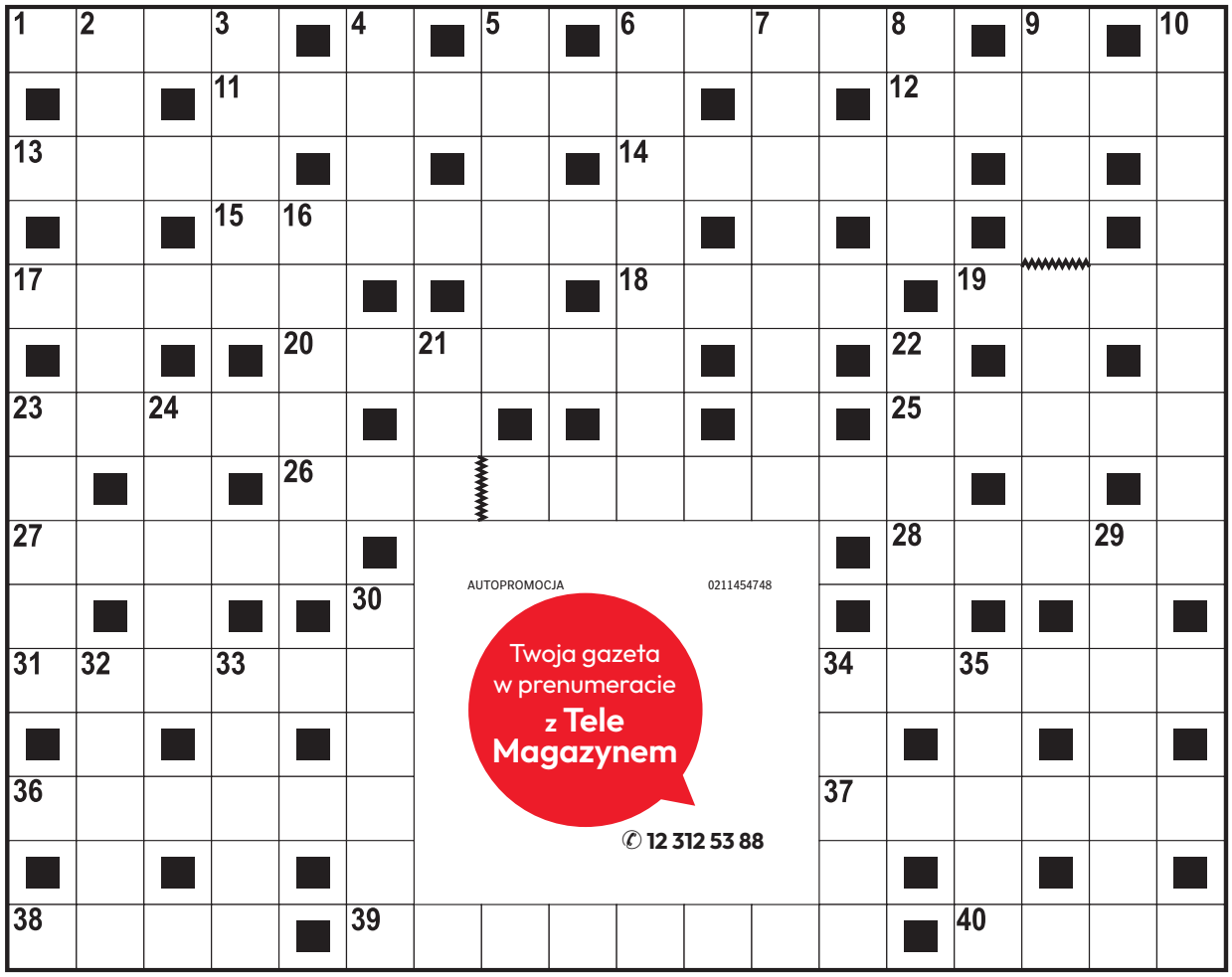
KRZYŻÓWKA NR 163

Poziomo:

1) ciastko z bitą śmietaną,
6) pas skoszonej trawy lub zboża,
11) niewielkie źródło światła,
12) … Skłodowska-Curie, dwukrotna noblistka,
13) rzecz nietykalna, świętość,
14) John, filmowa rola Sylvestra Stallone,
15) murarska lub sportowa,
17) Poncjusz …, rzymski prefekt Judei,
18) karta dań w restauracji,
19) oszklony otwór w ścianie,
20) nowa wersja starego filmu,
23) montażowa w fabryce samochodów,
25) powieść Janusza Meissnera,
26) wiązka suchych gałęzi na podpałkę,
27) antylopa z Afryki, podgatunek oryksa,
28) minerał dla przemysłu szklarskiego,
31) masa serowa z kwaśnego mleka,
34) dawna nazwa naczyń kuchennych,
36) rządy strachu i przemocy,
37) kląskający kuzyn drozda,
38) perkusyjny instrument muzyczny,
39) zamieć śnieżna, kurzawa,
40) poczucie godności osobistej.

Pionowo:

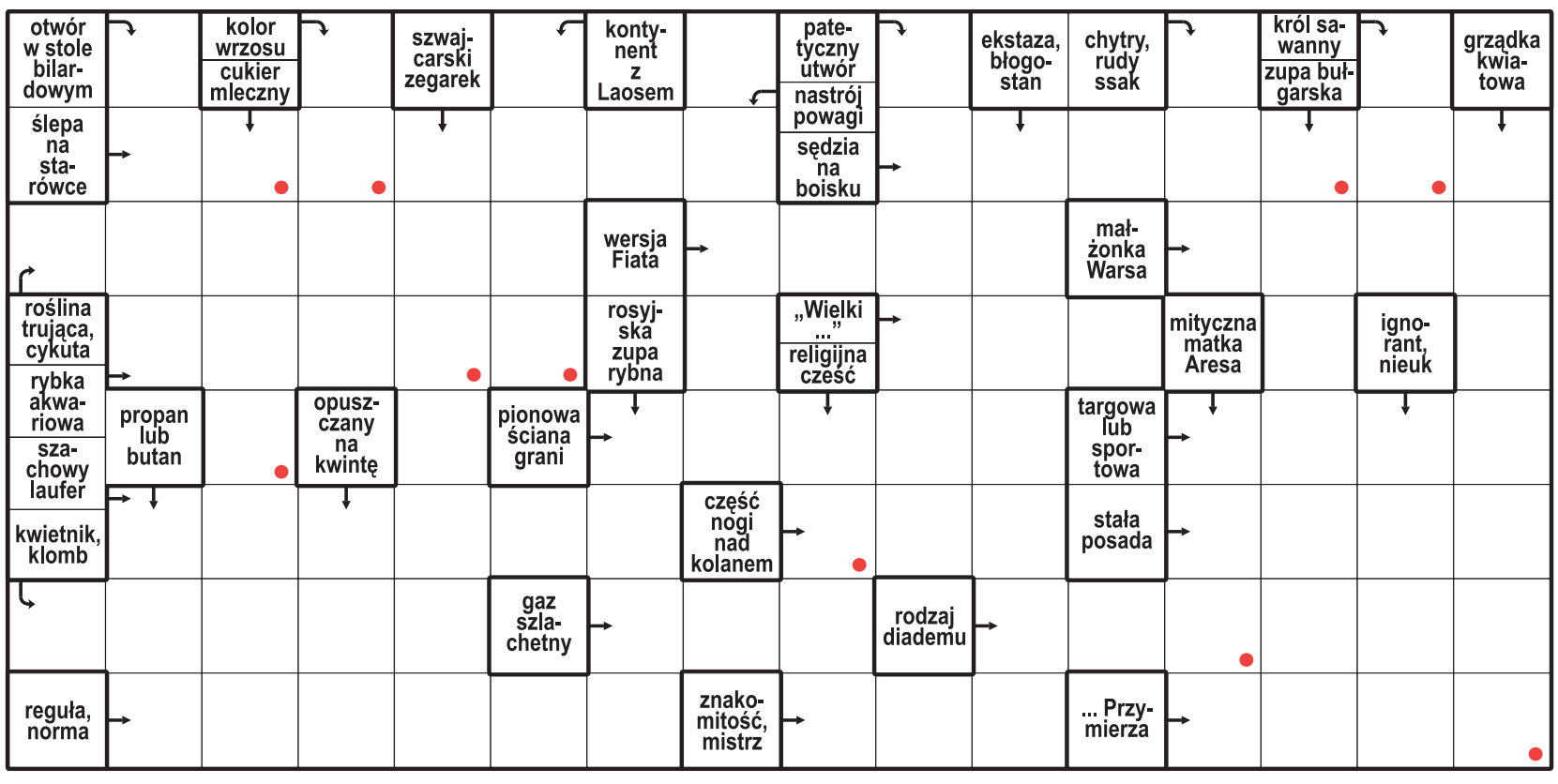
2) sklep z wyrobami tytoniowymi,
3) reguluje przepływ wody w kanale,
4) powolny chód kasztanki,
5) zespół trzech elementów,
6) technologiczna wielkość,
7) żołnierz jednostki specjalnej,
8) trujący opar nad New Delhi,
9) literackie określenie dawnej stolicy Polski,
10) pracownik instytucji udzielającej kredytów,
16) bywa na masce, bywa na witrynie,
21) czerwony kwiat polny,
22) sferyczny - czwarta część powierzchni kuli,
23) kraina historyczna w Azji z Lhasą,
24) towarzyszy władcy, orszak,
29) żałobny utwór muzyczny,
30) warzywo na mizerię,
32) pokrywa skrzyni lub kufra,
33) drapieżny ptak używany do polowań,
34) długotrwały okres bez opadów,
35) „muzyczny” system pracy.



ROZWIĄZANIE NR 162

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: LITERATURA.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wsłuchaj się w serce, ale nie ignoruj rozsądku. Horoskop dzienny wróży, że czyjś czuły gest dostarczy Ci radości.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywność będzie Twoim znakiem rozpoznawczym. Horoskop na dziś radzi wieczorem postawić na relaks.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja da efekty. Horoskop dzienny na środę sugeruje, by nie zapominać o potrzebach bliskich.

Byk (20.04 - 20.05)
Przed Tobą dzień pełen inspiracji. Horoskop dzienny to wskazówka, by wykorzystać sprzyjającą energię.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja pomoże Ci podjąć ważną decyzję. Horoskop na dziś stanowczo podpowiada, by nie bać się zmian.

Rak (22.06 - 22.07)
Harmonia będzie Twoim sprzymierzeńcem. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na nowe znajomości.

Lew (23.07 - 22.08)
Dzień sprzyja planowaniu, ale horoskop dzienny podpowiada, by nie analizować wszystkiego przesadnie.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja energia przyciągnie uwagę otoczenia. Horoskop na dziś radzi postawić na szczerość.

Waga (23.09 - 22.10)
Zadbaj o swoje emocje i relacje z otoczeniem. Horoskop dzienny zapowiada, że ktoś bliski okaże Ci wsparcie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Dzień pełen ciekawych rozmów. Horoskop dzienny mówi, że odkryjesz szansę i chętnie z niej skorzystasz.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Postaw na spokój i cierpliwość. Horoskop na dziś wróży, że wieczór przyniesie ciepło, bliskość i harmonię.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Odważnie realizuj plany. Horoskop dzienny na środę mówi, że nowa znajomość może przynieść inspirację.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

DROBNE

Handlowe

INNE

TANIE kołdry puchowe.
534-222-122

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ
ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

Polecamy →

TELEMAGAZYN



Twój wybór programów

telemagazyn.pl

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

REKLAMA 0011600715

Ogłoszenie o III przetargu ustnym nieograniczonym
Wójt Gminy Lipnik

ogłasza III przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż ½ udziału w nieruchomości zabudowanej oznaczonej w ewidencji gruntów jako działka nr **197 o pow**. **0,64 ha** stanowiącej współwłasność Gminy Lipnik, położonej w miejscowości **Usarzów,** przeznaczonej do sprzedaży. III przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż wymienionej nieruchomości posiadającej KW **KI1T/00041456/4**.

Cena wywoławcza – 27 250,00 zł

Wysokość wadium – 2 725,00 zł

Minimalne postąpienie nie może być niższe niż 280,00 zł

W obecnym stanie prawnym sprzedaż ww. nieruchomości zwolniona jest od podatku od towarów i usług (VAT), zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt. 10 w związku z art. 2 pkt 33 ustawy z dnia 11 marca 2004 r., o podatku od towarów i usług (t.j. Dz.U. z 2025 r. poz. 775 z późn. zm.). Jeżeli na dzień zbycia nieruchomości, o której mowa wyżej będzie w obrocie prawnym ostateczna decyzja o warunkach zabudowy i zagospodarowania terenu do ceny osiągniętej w wyniku przetargu zostanie doliczony podatek VAT wg obowiązującej stawki VAT – obecnie jest to 23%.

Przetarg odbędzie się 23 listopada 2026 roku o godzinie 10^{00} w pok. nr 18 w siedzibie Urzędu Gminy w Lipniku.

Działka zabudowana budynkiem mieszkalnym oraz pozostałościami obórki. Nieogrodzona. Opis zabudowy niżej. Przy zabudowie kilkanaście starych drzew liściastych oraz samosiewów. Poza obszarem zabudowy nieruchomość użytkowana jako sad wiśniowy.

Opis budynku mieszkalnego

Parterowy, murowany tradycyjnie, z piwnicą gospodarczą, poddasze nie użytkowe. Ściany zewnętrzne warstwowe, z zewnątrz cegła cementowa, od środka szary pustak. Ściany wewnętrzne z szarego pustaka. Dach drewniany dwuspadowy, kryty dachówką cementową. Od frontu dobudowany ganek z pustaka silikatowego, kryty eternitem falistym, bez orynnowania. Budynek bez ocieplenia i wypraw elewacyjnych.

Tynki wewnętrzne zwykłe. W połowie budynku tynków brak (sień, pokój). Stolarka okienna krosnowa, w ganku okno pcw. Okna w pokojach i kuchni od wewnątrz zabite deskami. Drzwi wejściowe drewniane, wewnętrzne typowe. W kuchni i dostępnego z niej pokoju, podłoga z desek, w sieni i drugim pokoju pierwsza wylewka. Schody na poddasze drewniane drabiniaste.

Budynek wyposażony w przyłącze gazowe, bez licznika, instalację elektryczną aluminiową podtynkową i ogrzewanie piecowe. W pokoju w stanie surowym, okablowania brak. W kuchni, kuchnia węglowa. Ganek, podpiwniczona sień ze schodami na poddasze i do piwnicy, dostępny z niej pokój i przechodnia kuchnia, drugi pokój

Istniejące tynki do równania i napraw lub skucia i położenia na nowo. Podłoga z desek do usunięcia. Stolarka do wymiany**.** Brak wewnętrznych instalacji gazu, wody bieżącej, kanalizacji, co za tym idzie urządzonej łazienki czy wc. Odłączono przyłącze elektryczne.

Opis zabudowy gospodarczej

Obora z kamienia, w ruinie, zachowała się jedna ściana szczytowa i frontowa. Dachu i stropu brak. Pozostałości budynku do usunięcia. Nieruchomość na terenie, na którym brak planu miejscowego. W nieobowiązującym studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania gminy Lipnik, nieruchomość w większości przeznaczona była pod zabudowę zagrodową gospodarstw rolnych **R-4MN** południowym skrajem i od zaplecza grunty użytkowane rolniczo **R-8R**. Nad potokiem niewielki fragment o przeznaczeniu **R-8ZN** - zieleń, zadrzewienia nadrzeczne.

Warunkiem dopuszczenia do przetargu jest wpłacenie wadium w pieniądzu, w terminie do dnia **19 listopada 2026 roku** na konto Urzędu Gminy Lipnik nr **22 9434 1041 2009 1902 8563 0012 Bank Spółdzielczy w Tarnobrzegu Oddział Lipnik**, z podaniem oznaczenia nieruchomości, której wpłata dotyczy. W przypadku wpłacenia wadium w formie przelewu bankowego, wpłata powinna być dokonana odpowiednio wcześniej, tak aby w dniu **23 listopada 2026 roku** wadium znalazło się na rachunku organizatora przetargu. Wpłacone wadium zostanie zwrócone, jeżeli osoba wpłacająca nie wygra przetargu, zaliczone na poczet nabycia nieruchomości – jeżeli osoba wpłacająca przetarg wygra. Sprzedaż nieruchomości odbywa się według stanu prawnego uwidocznionego w ewidencji gruntów. Okazania granic geodezyjnych nieruchomości lub ewentualnego ich wznowienia Nabywca dokona we własnym zakresie i na własny koszt.

W przypadku uchylenia się przez osobę, która przetarg wygra, od zawarcia umowy w formie aktu notarialnego, wadium przepada. Nabycie nieruchomości przez cudzoziemca wymaga uzyskania zezwolenia ministra właściwego do spraw wewnętrznych, na zasadach i trybie określonym w ustawie z dnia 24 marca 1920 roku o nabywaniu nieruchomości przez cudzoziemców (t.j. Dz.U. z 2017 roku, poz. 2278 z późniejszymi zmianami), chyba że zajdą przewidziane powołaną ustawą przesłanki wyłączające wymóg uzyskania takiego zezwolenia. Cudzoziemiec zamierzający przystąpić do przetargu zobowiązany jest przedłożyć promesę wydania zezwolenia na nabycie nieruchomości najpóźniej w chwili otwarcia przetargu.

Poprzedni przetarg na ww. nieruchomość ogłoszony był zarządzeniem nr 84/2022 z 11 sierpnia 2022 roku oraz zarządzeniem nr 35/2026 z dnia 9 czerwca 2026 roku.

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest przedłożenie komisji przetargowej:

1. Oryginału dowodu wpłaty wadium,
2. W przypadku osób fizycznych - dowodu tożsamości,
3. W przypadku osób prawnych – aktualnego wypisu z Krajowego Rejestru Sądowego wystawiony nie wcześniej niż przed upływem 3 miesięcy przed ostatecznym terminem składania ofert lub datą przetargu lub innego rejestru właściwego dla danego podmiotu, właściwych pełnomocnictw, dowód tożsamości osób reprezentujących podmiot.
4. Osoby fizyczne pozostające w związku małżeńskim, w przypadku udziału w przetargu jednego z małżonków przedłożenie zgody drugiego małżonka, o której mowa w art.37 §1 pkt 1 ustawy z dnia 25 lutego 1964 r. Kodeks rodzinny i opiekuńczy (t.j. Dz.U z 2026 r., poz. 236) na dokonanie czynności prawnych związanych z udziałem w przetargu: zgoda powinna być wyrażona co najmniej w formie pisemnej z podpisem notarialnie poświadczonym lub poświadczonym przez wójta i określić rodzaj, przedmiot i istotne warunki czynności prawnej, której dotyczy. Wzór zgody małżonka stanowi załącznik nr 1 do regulaminu przetargu. Jeżeli nabycie nieruchomości ma nastąpić do majątku osobistego, warunkiem dopuszczenia do przetargu będzie przedłożenie: wypisu aktu notarialnego dokumentującego umowę majątkową małżeńską ustanawiającą rozdzielność majątkową, odpis orzeczenia sądowego ustanawiającego rozdzielność majątkową. Wzór oświadczenia stanowi załącznik Nr 2 do Regulaminu przetargu. W przypadku uczestnictwa w przetargu pełnomocnika reprezentującego osobę fizyczną – okazanie notarialnie potwierdzonego pełnomocnictwa upoważniającego do uczestnictwa w przetargu i nabycia nieruchomości za wylicytowaną przez niego cenę. W przypadku uczestnictwa w przetargu osoby będącej cudzoziemcem w rozumieniu ustawy z dnia 24.03.1920 r. (t.j. Dz.U. z 2017 r. poz. 2278 z późniejszymi zmianami) o nabywaniu nieruchomości przez cudzoziemców, zobowiązana jest do uzyskania zezwolenia ministra właściwego do spraw wewnętrznych na nabycie nieruchomości, a najpóźniej w chwili otwarcia przetargu przedłożyć promesę wydania zezwolenia na nabycie nieruchomości. Uczestnik przetargu zobowiązany jest przed przetargiem zapoznać się z dokumentacją i warunkami przetargu. Szczegółowe informacje o przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy w Lipniku, pokój nr 32, w godzinach pracy od 7^{15} do 15^{15} lub telefonicznie pod nr 15 869 14 10 wew. 46. Ogłoszenie o przetargu podlega publikacji na stronach Urzędu Gminy w Lipniku, w BIP, podlega wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy w Lipniku, a także zamieszczeniu w prasie. Zastrzega się prawo odwołania przetargu z uzasadnionych przyczyn.

AUTOREKLAMA

nasze komunikaty.pl

aktualne z całej Polski przetargi

eprasa.pl 5f9fadfa0b

TENIS

Polka chce być najlepsza na świecie

– Wierzę, że Maja będzie kiedyś numerem 1 na świecie. A jak to się stanie, to naturalnie będzie też numerem 1 w Polsce – mówi Piotr Szczypka, menedżer triumfatorki turnieju tenisowego WTA 1000 w Wuhan, Mai Chwalińskiej

Zbigniew Czyż



Czasami i Maja Chwalińska nie może uwierzyć, co się dzieje... Właśnie potwierdziła, że jest wielką tenisistką

FOT. ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Maja Chwalińska wygrała pierwszy w karierze turniej rangi WTA 1000 w Wuhan, zaraz potem wycofała się z turnieju w Ningbo. Jakie są tego powody?

To był dla Mai bardzo ciężki turniej, w którym rozegrała aż sześć meczów. Kosztowało ją to wiele wysiłku, pod względem fizycznym musi dojść do siebie. Jest prawie niemożliwe, żeby za dwa dni grać w takim tempie kolejne spotkanie. Lepiej, aby przepracowała najbliższe dni z fizjoterapeutą i w pełni gotowa przystąpiła do turnieju w Tokio.

Kiedy Maja przenosi się do Tokio?

Turniej zaczyna się 26 października. Organizujemy teraz Mai transport do stolicy Japonii. Możliwe, że dotrze tam już w środę.

Co potem?

Po Tokio zakończy sezon. Planujemy spotkanie z Mają 11 grudnia w Gdańsku. Wtedy zagra z Lindą Noskovą w ramach LOTTO Tenis Show. Będzie można sobie zrobić zdjęcie, wziąć autograf, porozmawiać z Mają. Aktualnie nie gra w Polsce, nie ma takich turniejów, w których mogłaby się zaprezentować polskiej publiczności. Teraz chcemy, żeby odpoczęła, zregenerowała się i przygotowała w spokoju do nowego sezonu.

W tym roku Chwalińska zanotowała gigantyczny skok w rankingu WTA. Na początku sezonu pomyślałby pan, że to jest możliwe?

Przed sezonem zakładałem, że Maja awansuje do pierwszej setki zestawienia. Taki zresztą był jej plan. A docelowo, to marzyłem, że będzie kiedyś tak wysoko, jak jest dzisiaj, choć myślałem, że bardziej będą to stopniowe awanse, na 100., potem 50. pozycję i tak dalej. Jak wiadomo, ostatnich sezonów Maja ze względu na kontuzje nie kończyła i nie mogła pokazać swojego całego potencjału, więc z drugiej strony, jej awans byłby możliwy już znacznie wcześniej, ale nie ma co gdybać. Nadrobiła te ostatnie lata z nawiązką. Bardzo się cieszymy, że jest tam, gdzie sobie wymarzyła.

Po zwycięstwie w Wuhan zgłaszają się kolejne firmy, które są zainteresowane współpracą reklamową?

Zainteresowanie Mają jest ogromne, z czego się bardzo cieszymy. Pracujemy też nad tym codziennie. Obecnie ma podpisane umowy z dwoma sponsorami, których logo jest widoczne na jej stroju w trakcie spotkań. Rozmawiamy z innymi firmami, bo na to zasłużyła. Chcemy, aby była zabezpieczona finansowo na dłuższy czas.

Dopływ gotówki spowoduje, że sztab Mai się powiększy?

Maja inwestuje w siebie, dużym plusem jest to, że może zabierać na turnieje swoich fizjoterapeutów, którzy wykonują świetną pracę, pozwalając jej następnego dnia stanąć do rywalizacji. Mecze są długie i wyczerpujące. Poza tym, Maja ma już bardzo duży team, ten, który widać w boksie podczas meczów, ale też ten mniej widoczny. Dopływ gotówki może oczywiście ułatwić nam pracę, której jest bardzo dużo. Od strony sportowej ma wszystko, czego potrzebuje. Od strony pozasportowej, myślę, że jest tak samo.

W półfinale turnieju w Wuhan Maja pokonała Igę Świątek w dwóch setach...

Marzeniem Mai od zawsze było wygrywanie wielkich szlemów i największych turniejów, więc dalej będzie do tego dążyć. Gdy jeszcze niedawno temu mówiłem, że wkrótce znajdzie się w pierwszej setce, to niektórzy ludzie klepali się po głowie. Kariera Mai praktycznie nikogo nie interesowała. Ale nieważne, jak mnie ludzie odbierają. Ja mam swoje wizje, Maja ma swoje. W tym jesteśmy zgodni, ona chce być najlepsza na świecie i będzie robiła wszystko, żeby tak się stało.

Wierzę, że Maja będzie kiedyś numerem jeden na świecie, a jak to się stanie, to naturalnie będzie też numerem jeden w Polsce. Marzeniem Mai jest być numerem 1.

Iga Świątek będzie zatem już wkrótce musiała przełknąć gorzką pigułkę?

Iga jest wielką tenisistką, jest legendą, fantastyczną dziewczyną i to wszystko i tak, jakby nic nie powiedzieć. Wygrała sześć wielkich szlemów, jest inspiracją dla Mai, o czym sama Maja zawsze mówiła. W gorszym czasie Maja zawsze to powtarzała i wierzyła, że może grać tak jak Iga, gdy tylko będzie zdrowa. Znają się, lubią i myślę, że teraz obie będą się mogły tylko pozytywnie nakręcać. Między nimi od zawsze była tylko i wyłącznie zdrowa rywalizacja. ©℗

PIŁKA NOŻNA

Mecze Ligi Mistrzów: sentymentalny pojedynek Michała Skórasia

Jakub Jabłoński

Środowe mecze 3. kolejki fazy ligowej Ligi Mistrzów również będą ciekawe dla polskiego kibica, którego oczy zostaną zwrócone na Mediolan, gdzie Piotr Zieliński podejmie Szachtar Donieck, a także na Brugię, gdzie do byłego klubu wróci Michał Skóraś.

Największymi hitami będą pojedynki Bayernu Monachium z finalistą poprzedniej edycji rozgrywek Arsenalem oraz Realu Madryt z RB Lipsk. Oba spotkania zaplanowano na godz. 21.00. Pierwsze z nich będzie można śledzić za darmo na antenach TVP 1 oraz TVP Sport. Skomentuje legendarny Dariusz Szpakowski, a obok niego zasiądzie Grzegorz Mielcarski.

W żadnym z tych meczów nie zobaczymy oczywiście polskiego piłkarza ani sędziego. Dzień wcześniej europejska centrala doceniła jednak Szymona Marciniaka, powierzając mu spotkanie Liverpoolu z Villarrealem na Anfield. Nie oznacza to, że w pozostałych meczach zabraknie polskich akcentów. W starciu Interu Mediolan z Szachtarem Donieck powinniśmy zobaczyć Piotra Zielińskiego, który jest jednym z podstawowych wyborów trenera. Polak we włoskiej Serie A tylko raz przesiedział całe spotkanie na ławce, a raz pojawił się dopiero na końcówkę. Transmisja meczu Interu z Szachtarem w telewizji naziemnej (Canal+ 360) i za opłatą w Canal+ Sport 6 od godz. 21.00.

Do sentymentalnego pojedynku przygotowuje się natomiast inny reprezentant Polski – Michał Skóraś. Jego RC Lens wybierze się do Brugii, gdzie skrzydłowy zmierzy się z byłym klubem – Club Brugge, w którym stawiał pierwsze kroki w zagranicznej karierze. Początek meczu od godz. 21.00 wyłącznie na płatnym kanale Canal+Extra 5. Przypomnijmy, że w Belgii 26-latek nie zawsze mógł liczyć na miejsce w składzie, ale mimo to uzbierał aż 90 występów. Sześć razy wpisywał się na listę strzelców i zanotował osiem asyst. Dwa lata później zdecydował się na przeprowadzkę do KAA Gent, a od lata broni barw francuskiego RC Lens, w którym gra regularnie.

Wymagające zadanie czeka Matty'ego Casha, którego Aston Villa podejmie debiutującego Vikinga Stavanger. Norwegowie przed tygodniem zremisowali sensacyjnie u siebie 3:3 z Bayernem. Początek już od godz. 21.00 na płatnym kanale Canal+Extra 3.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

SPORT

• **Moya Radomka gra w czwartek w Radomiu ze Stalą Mielec.** Początek o 17.30. relacja na bieżąco na echodnia.eu. A już jutro, wczwartek od rana wkioskach razem z Echem Dnia specjalny dodatek na ten mecz

PIŁKA NOŻNA, PKO BP EKSTRAKLASA

Zmiana w obronie, czwarta z rzędu porażka i trudne rozmowy z kibicami

Radomiak przegrał w Płocku z tamtejszą Wisłą, przez co pozostał w strefie spadkowej PKO Bank Polski Ekstraklasy. Decydująca bramka dla gospodarzy padła w 15 minucie meczu

Stanisław Wrobel

Wisła Płock	1 (1)
Radomiak Radom	0 (0)

Bramka: 1:0 Jurica Prisir 15
Wisła: Rafał Leszczyński - Marcus Haglind-Sangre, Marcin Kaminski, Afonso Silva - Zan Rogelj , Jurica Prisir (od 79 Olaf Kobacki, od 82 Kyriakos Savvidis.), Tomas Tavares, Dion Gallapeni - Samuel Akere (od 70 Fabian Hiszpański.), Łukasz Sekulski (od 59 Deni Jurić), Patryk Kun
Radomiak: Filip Majchrowicz - Zie Quattara, Steve Kingue , Filip Koperski, Jan Grzesik - Roberto Alves (od 62 Ibrahima Camara) , Christos Donis - Ronaldo Lumungo (od 68 Che Nunnely), Rafał Wolski (od 87 Romario Baro), Luquinhas (od 62 Conrado) - Guilherme Luiz (od 62 Fernand Goure)
Sędziował: Daniel Stefański z Bydgoszczy.
Widzów: 5014

W meczu kończącym 11.kolejkę , który stał na słabym poziomie, Wisła Płock 1:0 pokonała w poniedziałek Radomiaka Radom.

Trener John Carver zdecydował się na jedną ważną zmianą - wypadł z jedenastki grający niemal w każdym meczu od początku - stoper Kryspin Szcześniak.

W pierwszej połowie piłkarze obu drużyn oddali tylko jeden celny strzał! Zrobiła to Wisła Płock i zdobyła bramkę. W 15 minucie po serii błędów w obronie popełnionych przez piłkarzy Radomiaka Chorwat Jurica Prisir strzelił z bliska nie do obrony.



FOT. MARIAN ZUBRZYCKI/PAP

Piłkarz Wisły Płock Sidnei Tavares i Filip Koperski z Radomiaka Radom podczas poniedziałkowego meczu Ekstraklasy

Pierwsza połowa stała na słabym poziomie. W strzałach niecelnych było 3:4 dla Radomiaka, posiadanie piłki dokładnie pół na pół.

W drugiej połowie, szczególnie po zmianach gra Radomiaka ożywiła się - nasz zespół w końcówce zaczął zagrażać gospodarzom choć pierwszy celny strzał oddał Rafał Wolski dopiero w 77 minucie meczu! Prób było wiele, piłka nie chciała jednak wpaść do bramki. Najbliżej było w 93 minucie Romario Baro - strzelił bardzo groźnie - piłka odbiła się od nogi obrońcy i bramkarza - potem wyszła poza boisko. W pierwszej połowie Radomiak miał 4 próby a w drugiej aż 12 - szczególnie w końcówce naciskał - niestety nie udało się. Ostateczne statystki meczu Wisła Płock - Radomiak Radom: strzały celne 1:1, wszystkie próby 4:16, posiadanie piłki 46 procent do 54 procent.

Radomiak po 11 kolejkach jest w strefie spadkowej, na 16.miejsciu, ma 8 punktów.

Po meczu , jeszcze na stadionie były nerwowe rozmowy z kibicami.

Trenerzy po meczu

Po meczu na konferencji prasowej trenerzy mówili.

John Carver, trener Radomiaka Radom: – Jeśli spojrzeć na przebieg meczu, wyraźnie widać różnicę między połowami. Nasza gra w pierwszej części spotkania była nieakceptowalna. Druga połowa wyglądała zdecydowanie lepiej, szczególnie pod względem współpracy zespołowej. Zawodnicy muszą bardziej w siebie wierzyć. Widzę na treningach, na co ich stać, i teraz musimy przełożyć to na mecze. Oczywiście Wisła miała kilka okazji po przejściach z obrony do ataku. W drugiej połowie nie stworzyła ich zbyt wiele, co mnie cieszyło, ale wynik już nie. Wywarliśmy presję na zawodnikach Wisły, którzy weszli na boisko z ławki rezerwowych, jednak było to zdecydowanie za mało i nastąpiło zbyt późno.

Adam Majewski, trener Wisły Płock: - Najważniejsze jest zwycięstwo. Bardzo się cieszymy, że pokonaliśmy Radomiaka. Chciałoby się powiedzieć, że zasłużenie, choć z przebiegu spotkania wynika, że pełną kontrolę nad meczem mieliśmy do 60.–70. minuty

Kolejny mecz

Teraz przed Radomiakiem mecz z Pogonią w Szczecinie, w sobotę o 17.30. Relacja na echodnia.eu

SIATKÓWKA, TAURON 1.LIGA

Czarni Radom wygrali ze Spartą w Grodzisku Mazowieckim

Olha Ilkevych

W poniedziałek, 19 października, w meczu 6. kolejki Tauron 1. Ligi, ICT Pierrot Czarni Radom wygrali z KS Spartą Grodzisk Mazowiecki 3:0.

Dość łatwa wygrana nszej drużyny w Grodzisku.

KS Sparta Grodzisk Mazowiecki - ICT Pierrot Czarni Radom 0:3

Sety: 27:29, 15:25, 15:25
Czarni: Miniak, Słotarski, Szczurowski, Szymański, Kluth, Kowal, Filipowicz - libero oraz Kursa, Kaciczak, Gonciarz

W pierwszym sezie Radomianie mieli piłkę setową przy wyniku 24:23, ale rywale doprowadzili do remisu 24:24. Później gra toczyła się punkt za punkt. Przy stanie 26:26 Czarni zdobyli ważny punkt, a as serwisowy Bartłomieja Klutha zakończył seta wynikiem 29:27. Tym samym Czarni Radom objęli prowadzenie 1:0 w całym spotkaniu.

W drugim secie przy stanie 4:4 na tablicy wyników widniał remis. ICT Pierrot Czarni Radom stopniowo budowali przewagę i odskoczyli rywalom na pięć punktów, prowadząc 14:9. Radomianie kontrolowali przebieg seta i pewnie zmierzali po zwycięstwo. Przy stanie 24:15 mieli piłkę setową. Chwilę później zakończyli partię wynikiem 25:15 i prowadzą w całym meczu 2:0.

Trzeci set rozpoczął się po myśli gości. Czarni Radom szybko objęli prowadzenie 4:1, a szkoleniowiec Sparty Grodzisk Mazowiecki poprosił o czas. Wojskowi powiększali przewagę i prowadzili już 14:6. Czarni utrzymywali bezpieczną przewagę, a po udanym ataku Sparty na tablicy wyników było 18:13 dla radomian. Przy stanie 21:14 Patryk Szymański trafił w siatkę punkt zdobyli gospodarze. Czarni nie pozwolili jednak rywalom na odrobienie strat. Radomianie wygrali trzeciego seta 25:15, a całe spotkanie zakończyli zwycięstwem 3:0.

Najlepszym zawodnikiem meczu został Bartłomiej Kluth z ICT Pierrot Czarni Radom.

ICT Pierrot Czarni Radom jest obecnie na trzecim miejscu w tabeli.

Kolejne spotkanie ICT Pierrot Czarni Radom rozegrają również na wyjeździe. W piątek, 30 października, o godzinie 18 radomianie zmierzą się z BBTS-em Bielsko-Biała w Tauron 1. Lidze.

KRÓTKO

Boks

Jan Bal przegrał na mistrzostwach Europy

Jan Bal we wtorek wlaczył w ćwierćfinale mistrzostw Europy młodzików w tureckim Trabzonie. Niestety minimalnie przegrał walkę o wejście do strefy medalowej z Azerem Rafaelem Abbasovem 2:3. Jan Bal, to 14-letni pięściarz i wychowanek BTS 1926 Broń Radom, tegoroczny mistrz Polski młodzików. W niedzielę, 18 października, pewnie pokonał w 1/8 finału mistrzostwa Węgra Krisztofera Pusztai'a, zwyciężając jednogłośnie 5:0. Niestety w ćwirćfinale sie nie udalo. Dla 14-letniego zawodnika udział w mistrzostwach Europy to ważny etap sportowego rozwoju i okazja do sprawdzenia swoich umiejętności na międzynarodowej arenie. Jako wychowanek BTS 1926 Broń Radom i tegoroczny mistrz Polski reprezentuje kraj, klub oraz swoje rodzinne miasto.
SW

Piłka nożna

Rozbudowa na stadionie Drogowca Jedlińsk

Umowa na rozbudowę budynku, służącego głównie Drogowcowi Jedlińsk i działającej przy klubie Akademii Piłkarskiej została podpisana. Firma SKADAR Dariusz Skawiński rozpocznie prace. Za około rok przestronne szatnie z zapleczem sanitarnym i inne pomieszczenia mają być gotowe. Drogowiec Jedlińsk w mediach społecznościowych napisał: „Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do tej inwestycji, a zwłaszcza panu wójtowi - Kamilowi Dziewierzowi, który od samego początku pilotował proces pozyskania funduszy z Samorządu Województwa Mazowieckiego. Dziękujemy wicemarszałkowi - Rafałowi Rajkowskiemu oraz radnej Sejmiku - Magdalenie Nowackiej za przychylność i wsparcie".
SW

Piłka ręczna

Młodzicy Lidera Radom wygrali turniej w Mielcu

Młodzicy Lidera Radom wygrali turniej w Mielcu. Pokonali kolejno: Pałac Młodzieży Tarnów – 32:26, Enea Orlęta Zwoleń – 38:35 i Stal Mielec – 26:22. „To już kolejny wygrany turniej Młodzików! Chłopaki, wielkie brawa za walkę, zaangażowanie i świetną postawę na boisku' - napisał w mediach społecznościowych Lider. **SW**

eprasa.pl 5f9fadfa0b

DZIŚ SPECJALNY DODATEK
PUPIL ROKU
A W NIM PREZENTUJEMY ZWYCIĘZCÓW WE WSZYSTKICH KATEGORIACH

Nr ISSN 0137-902X
Nr indeksu 350-087

www.echodnia.eu

Nr 245 (15 216) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

ŚWIĘTOKRZYSKIE Echo Dnia 55 lat

Środa 21.10.2026

STARACHOWICE
Płyty winylowe kupił przez internet mieszkaniec Starachowic. Zapłacił za nie prawie 500 złotych, ale trafił na nieuczciwego sprzedawcę – zakupu ani zwrotu pieniędzy nie dostał.

KIELCE
Pięć flakoników perfum ukradł złodziej z jednej z kieleckich drogerii. Ich wartość została wyceniona na prawie tysiąc złotych.

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Gmina Iwaniska

Akcja ratunkowa. Policjanci prowadzili reanimację

Mężczyzna upadł przed posesją i nie ma z nim żadnego kontaktu – takie dramatyczne zgłoszenie wpłynęło do dyżurnego opatowskiej policji
– Strona 2

Jędrzejów

70 lat idą razem przez życie! Wyjątkowy jubileusz

70-lecie ślubu to niezwykłe wydarzenie! Pochodzący z Jędrzejowa Stanisława i Jan Gocałowie obchodzili Kamienne Gody
– Strona 3

Atak na sołtysa w gminie Samborzec. Doszło do niego pod koniec zebrania w remizie. Sprawą zajmuje się policja **Strona 5**

Robert Kolendowicz trenerem Korony Kielce! Zastąpił Jacka Zielińskiego. To były piłkarz kieleckiego klubu. We wtorek poprowadzi już trening **– Strona 16**



FOT. KORONA KIELCE

Sandomierz

Całonocne poszukiwania zaginionej. Kobieta została odnaleziona w polu

Michał Nosal

Pracowitą noc mieli policjanci w Sandomierzu. Od poniedziałkowego wieczoru do wtorkowego poranka trwały poszukiwania zaginionej 75-letniej mieszkanki miasta.

– Kobieta wyszła z domu w poniedziałek około godziny 15, nikogo o tym nie informując. Rodzina nie mogła nawiązać z 75-latką kontaktu, poszukiwania prowadzone na własną rękę nie przyniosły rezultatu – relacjonowała aspirant Iwona Paluch, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Sandomierzu.

Około godziny 23 bliscy kobiety zaalarmowali stróżów prawa. W teren ruszyli policjanci z Sandomierza i funkcjonariusze Oddziału Prewencji Policji z Kielc.

– Przed godziną 8 we wtorek wychłodzona kobieta została odnaleziona przez sandomierskich policjantów na polu w pobliżu Zespołu Szkół Centrum Kształcenia Rolniczego. Karetka zabrała ją do szpitala – przekazywała aspirant Iwona Paluch.



FOT. KPP W SANDOMIERZU

Przed godziną 8 we wtorek wychłodzona kobieta została odnaleziona

Miniony weekend w powiecie buskim upłynął pod znakiem poszukiwań. Jak opisywali policjanci, w sobotę wieczorem 56-latek poinformował swego znajomego, że może zrobić sobie coś złego i odszedł w nieznanym kierunku. Stróże prawa sprawdzili miejsca, w których 56-latek mógł się znajdować, ale mężczyzny nigdzie nie było. Ogłoszony został alarm dla całej jednostki. Dwie godziny później 56-latek został odnaleziony.

W niedzielne popołudnie 86-latek przebywający na kuracji w Solcu-Zdroju wybrał się na grzybobranie. W pewnym momencie stracił orientację i nie widział, jak wrócić do samochodu zostawionego na skraju lasu. Zadzwonił do córki mieszkającej na Podkarpaciu, a ona powiadomiła buskich policjantów.

Dyżurny policji zdzwonił się z 86-latkiem i polecił mu iść w kierunku odgłosów przejeżdżających pojazdów. Kiedy senior doszedł do drogi, z polecenia policjanta zatrzymał jedno z przejeżdżających aut i przekazał telefon kierującej. Ta wskazała lokalizację i na miejsce wysłany został patrol.

Powiat opatowski

11-latek w sieci groził koledze śmiercią? Rozliczy go sąd

Michał Nosal

11-latek z powiatu opatowskiego jest podejrzewany o to, że w internecie groził śmiercią o rok młodszemu koledze.

W groźbach miał wspominać o nożu. Teraz rozliczy go sąd rodzinny. – Nauczyciele jednej ze szkół na terenie naszego powiatu powiadomili nas w poniedziałek, że w przestrzeni internetowej pojawiły się groźby pozbawienia życia przy użyciu noża. Ich autorem miał być uczeń piątej klasy szkoły podstawowej, a adresatem jego o rok młodszy kolega – opowiadała starszy aspirant Katarzyna Czesna-Wójcik, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Opatowie.

10-latek, któremu grożono, zwrócił się o pomoc do nauczycieli, ci zaś zabezpieczyli to, co pojawiło się na grupie w mediach społecznościowych, i zaalarmowali policjantów. 11-latka rozliczy teraz sąd rodzinny.

– Chłopiec, któremu grożono, wiedział, jak właściwie się zachować. Właściwa była również reakcja pedagogów, którzy objęli go opieką, zabezpieczyli dowody i zgłosili nam sprawę – oceniała we wtorek starszy aspirant Katarzyna Czesna-Wójcik. I dodawała: Groźby, nękanie i zastraszanie w internecie nie powinny być bagatelizowane ani traktowane jako żart. Przypominamy uczniom: jeśli otrzymacie wiadomość tego typu, nie wdawajcie się w eskalującą wymianę zdań. Zróbcie zrzut ekranu i powiadomcie dorosłych.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

POLECAMY

JUTRO: Ile komornik może zabrać z emerytury PIĄTEK: Czy oddamy AI nasze myśli i uczucia?

21.10.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Urszula, Celina i Elżbieta
Telefon alarmowy: 112

ECHODNIA

Redaktor naczelny
Stanisław Wróbel
Z-ca redaktora naczelnego
Miłosz Skiba
Wydawcy
Maciej Banachowski
Krzysztof Wieczorek

www.echodnia.eu

Polska Press
Makroregion Południe, Kielce
Redakcja Al. IX Wieków Kielc 4,
25-516 Kielce
tel. 41 349 53 53
internet@echodnia.eu
Prezes Makroregionu
Dariusz Kołacz
Dyrektor reklamy oddziału
Wojciech Cekiera
Biuro reklamy oddziału
tel. 483 821 101
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Milowice,
ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

Komentarz na dziś



Alicja Polewska: Co Ty zrobisz, żeby świat Cię zauważył?

publicystka

Patrzę na nóż. Ten, którym zwykle rozkrawam bochenek żytniego. Wyjęłam go z drewnianego bloku, w którym stoi obok innych; tego małego do warzyw i większego do porcjowania na przykład pieczeni na niedzielny obiad.

Nóż. Może służyć do otwarcia koperty lub przycięcia tapety w czasie remontu. Albo ścięcia kwiatów w ogrodzie, kiedy zapodział się gdzieś sekator. Zwykłe czynności, a nóż po prostu jest pod ręką. Jest łatwy do użycia. Schowania, na przykład w rękawie albo między kajetami w plecaku z Myszką Miki. Jeszcze do niedawna nawet przez myśl by mi nie przeszło, że tak można. Ale lawina ruszyła. A lawina ma to do siebie, że nabiera rozpędu, bo żywi się energią, którą wchłania po drodze. W poniedziałek kolega napisał: W sobotę wieczorem tylko przez pół godziny spotkałem dwóch „nożowników". Pod rondem okrzyki i na płycie rynku to samo. Młodzi kręcą z tego tzw. bekę i jeszcze straszą ludzi. Żartownisie się znaleźli!

A teraz przejdźcie na drugą stronę. Macie kilkanaście lat. W domu - standard albo i nie, ale generalnie wieje nudą : obiad, telewizor, co tam w szkole, pogadamy później, głowa mnie boli, muszę zdążyć z tym raportem... Mówicie sobie: moje życie będzie inne. (Co, nie pamiętacie, że tak właśnie myśleliście kiedyś? No proszę! To przecież naturalne, kiedy wchodzi się w dorosłość). Inność to kumple, ale już nie ci na boisku, podwórku czy z sekcji judo. W sieci. Mają dziwne fotki czy avatary i nicki; im bardziej pojechane, tym lepiej. Ty też tak robisz. Społeczność zobowiązuje. Zaczynają wrzucać coś dla śmiechu, ot wyzwanie, jakiś przerobiony filmik, cytat, mroczny tekst. Czujesz się wyróżniony, że możesz to oglądać. Jesteś wybrany. Potrzebujesz tej uwagi jak tlenu.

A co Ty zrobisz, żeby świat Cię zauważył?

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Echo Dnia"

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.echodnia.eu

POGODA

dziś
17°C/10°C

jutro
13°C/8°C

KIELCE

Z Michałem Koterskim o życiowych wyborach i szukaniu własnej drogi

oprac. Joanna Tomusiak

Branie odpowiedzialności za własne decyzje, uważność na drugiego człowieka i odwaga do zmiany – te tematy połączyły spotkanie z Michałem „Miśkiem" Koterskim z ideą programu „Liderzy dla Młodzieży 2026".



FOT. WDK W KIELCACH

Michał Koterski

W poniedziałek, 19 października, w Wojewódzkim Domu Kultury w Kielcach aktor podzielił się z młodzieżą osobistą historią, pokazując, jak doświadczenia z przeszłości wpływają na nasze życie i dlaczego warto wziąć za nie odpowiedzialność. Spotkanie zainaugurowało program, który zachęca młodych ludzi do rozwijania własnych pomysłów i podejmowania działań na rzecz innych.

Podczas spotkania aktor opowiadał o dzieciństwie, relacji z ojcem uzależnionym od alkoholu i poczuciu wstydu, które towarzyszyło mu w kontaktach z rówieśnikami. Wspominał, że czuł się gorszy od innych i nie wierzył, że zasługuje na przyjaźń. Z obawy przed odrzuceniem unikał relacji, a kiedy ktoś chciał się z nim zaprzyjaźnić, był gotowy zrobić wiele, by zasłużyć na akceptację i nie stracić tej znajomości.

Mówił również o tym, jak alkohol i inne substancje pomagały mu na chwilę uwolnić się od trudnych emocji. Dawały poczucie lekkości, swobody i przynależności, ale z czasem zaczęły niszczyć jego życie. Koterski opowiadał o pobytach w ośrodkach odwykowych, kolejnych próbach zerwania z nałogiem i powrotach do uzależnienia. Pokazywał, jak trudno przerwać mechanizm, w którym to, co początkowo przynosi ulgę, staje się źródłem coraz większych problemów.

Ważnym tematem był także hejt i jego wpływ na drugiego człowieka. Koterski zwracał uwagę, jak łatwo kogoś zranić słowem, wyśmiać czy sprawić, że osoba i tak zmagająca się z trudnościami poczuje się jeszcze bardziej samotna. Nie zawsze wiemy, z czym mierzy się ktoś obok nas i jak bardzo mogą go dotknąć nasze słowa.

Na zakończenie aktor podkreślił, że nawet z najtrudniejszej sytuacji można znaleźć wyjście, jeśli naprawdę chce się coś zmienić i jest się gotowym podjąć wysiłek. Jego własna historia pokazała, że przeszłość nie musi przekreślać przyszłości, choć droga do zmiany może być długa i wymagać wielu prób.

Właśnie do aktywności i brania spraw w swoje ręce zachęca program „Liderzy dla Młodzieży 2026", realizowany przez Wojewódzki Dom Kultury w Kielcach we współpracy z Urzędem Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego i Szkołą Liderstwa imienia Zbigniewa Pełczyńskiego.

GMINA IWANISKA

Dramatyczne zgłoszenie i reanimacja przeprowadzona przez policjantów

Michał Nosal

Mężczyzna upadł przed posesją w miejscowości Krępa i nie ma z nim żadnego kontaktu.

Takie dramatyczne zgłoszenie wpłynęło w poniedziałek, 19 października przed godziną 11 do dyżurnego opatowskiej komendy policji.

Człowieka potrzebującego natychmiastowej pomocy, zauważyła kobieta przejeżdżająca akurat autem przez miejscowość. To ona zaalarmowała służby ratunkowe.

Policjanci rozpoczęli walkę o jego życie

Na miejscu pojawili się funkcjonariusze policji z Ogniwa Patrolowo-Interwencyjnego opatowskiej komendy.

- Stwierdzili, że 57-latek nie oddycha i rozpoczęli walkę o jego życie. Prowadzili akcję reanimacyjną do czasu przyjazdu załogi pogotowia ratunkowego. Mężczyźnie przywrócono funkcje życiowe – relacjonowała poniedziałkowe wydarzenia starszy aspirant Katarzyna Czesna-Wójcik, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Opatowie.

Przejeżdżająca nie była obojętna

57-letni mężczyzna został przewieziony do szpitala, a policjanci podkreślają, że skuteczna akcja ratunkowa była możliwa dzięki kierującej, która widząc mężczyznę w potrzebie, nie była obojętna.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

KIELCE

McDonald's szykuje wielką niespodziankę w mieście? Nad ulicą Sienkiewicza rośnie ogromna konstrukcja

Potężne filary, stalowe konstrukcje nad deptakiem, dźwigi i robotnicy na podnośnikach. Budowa robi wrażenie, choć nie brakuje zirytowanych przechodniów, którzy muszą nadkładać drogi. Co wiadomo o tajemniczym przedsięwzięciu?

Anna Gwóźdź

Przy skrzyżowaniu Sienkiewicza ze Staszica wyrósł ogromny stalowy szkielet. Wysokie filary, kratownice rozpięte między kamienicami, pomarańczowa siatka, a nad wszystkim góruje dźwig. Robotnicy montują kolejne elementy na wysokości kilku metrów. Widok jest nietypowy.



FOT. ANNA GWÓŹDŹ

Tak wyglądał we wtorek fragment ulicy Sienkiewicza w Kielcach

Budowa zajęła sporą część kieleckiego deptaka

Budowa zajęła sporą część deptaka. Podczas naszej wizyty nie brakowało zirytowanych przechodniów, którzy dopiero przy ogrodzeniu orientowali się, że muszą zawrócić i skorzystać z obejścia.

W sieci pojawiła się informacja, że Burger Drwala będzie dostępny w Kielcach już 12 listopada, podczas gdy reszta kraju poczeka do 18 listopada. Takie daty podaje między innymi profil „Newsy dla bezrobotnych" na platformie X

Przypadek? Właśnie 12 listopada ma rozpocząć się wydarzenie przygotowywane na Sienkiewicza. Potrwa do 16 listopada. Pracownicy na miejscu powiedzieli nam, że konstrukcja powinna być gotowa do 10 listopada, a jej demontaż zaplanowano najpóźniej do 25 listopada.

Burger Drwala wróci w listopadzie

McDonald's potwierdził już, że Burger Drwala powróci w listopadzie, a z okazji 15-lecia kanapki szykuje specjalną premierę. Nie ogłosił jednak oficjalnie, czy odbędzie się ona właśnie w Kielcach.

Związek wydarzenia z McDonald's potwierdził kielecki ratusz. Za realizację odpowiada Papaya Films, firma znana z wcześniejszych kampanii Burgera Drwala.

W Ustroniu restaurację ubrano w gigantyczny sweter, w Łodzi zamieniono ją w ogromną grę planszową, a we Wrocławiu przygotowano interaktywną kolorowankę. W ubiegłym roku w Poznaniu zamontowano ekrany pokazujące sylwetki gości w kolorach przypominających obraz z kamery termowizyjnej.

Na razie widać imponującą konstrukcję

A co powstanie w Kielcach? Na razie widać imponującą konstrukcję i ciemnozielone ogrodzenia z informacjami o dojściu do pobliskich sklepów oraz domów handlowych Puchatek i Tęcza. Docelowy wygląd instalacji pozostaje tajemnicą.

Jak podało Radio Kielce, w związku z wydarzeniem do miejskiej kasy wpłynie ponad 80 tysięcy złotych.

Czy zatem Kielczanie jako pierwsi w Polsce spróbują tegorocznego Burgera Drwala? Wszystkie dotychczasowe wskazówki pasują do takiego scenariusza. Na oficjalne potwierdzenie trzeba jeszcze poczekać.

JĘDRZEJÓW

70 lat idą razem przez życie! Wyjątkowy jubileusz Stanisławy i Jana Gocałów

Julia Warych

70-lecie ślubu to niezwykłe wydarzenie! Pochodzący z Jędrzejowa Stanisława i Jan Gocałowie obchodzili wyjątkowy jubileusz - Kamienne Gody.

Taka rocznica to nie tylko powód do ogromnej dumy dla samych jubilatów i ich bliskich, ale również piękny, budujący przykład dla młodszych pokoleń. Pan Jan ma obecnie 94 lata, z kolei pani Stanisława już za chwilę - w listopadzie - będzie świętować swoje 93. urodziny. Przez siedem wspólnych dekad stworzyli piękną i wielopokoleniową rodzinę - są dumnymi rodzicami 2 synów, dziadkami dla 3 wnuków oraz pradziadkami dla 4 prawnuków.



FOT. FACEBOOK/MIASTO JĘDRZEJÓW

Pochodzący z Jędrzejowa Stanisława i Jan Gocałowie obchodzili kilka dni temu wyjątkowy jubileusz - Kamienne Gody

Siedem dekad wspólnego życia

Z okazji siedmiu dekad wspólnego życia dumnym rodzicom, dziadkom i pradziadkom gratulacje złożył między innymi burmistrz Marcin Piszczek. W sobotę, 17 października, państwo Gocałowie spędzili ten niezwykły dzień w otoczeniu najdroższych osób - w ciepłej, pełnej miłości i wspomnień rodzinnej atmosferze.

Piękny symbol miłości i wzajemnej troski

Z okazji tak pięknego jubileuszu z wizytą u Jubilatów pojawił się burmistrz miasta i gminy Jędrzejów Marcin Piszczek. W imieniu własnym oraz wszystkich mieszkańców gminy złożył małżonkom osobiste, płynące z serca życzenia. Nie zabrakło również pamiątkowych upominków oraz bukietów kwiatów. - Siedem dekad wspólnego życia to piękny symbol miłości, wzajemnej troski i umiejętności przechodzenia przez życiowe trudy dłoń w dłoń - podkreślano podczas sobotniego uroczystego spotkania.

Przebycie wspólnej drogi trwającej aż 70 lat wymaga ogromnej mądrości, cierpliwości i głębokiego uczucia. Dołączając do powinszowań składanych przez władze miasta oraz najbliższych, składamy Szanownym Jubilatom najserdeczniejsze gratulacje!

ŚWIĘTOKRZYSKIE

Mundurowi mogą zostać pilotami dronów lub nurkami

Anna Kowalska

Policjanci, strażacy Państwowej Straży Pożarnej, funkcjonariusze Straży Granicznej i żołnierze Sił Zbrojnych Polski mieszkający w Świętokrzyskiem mogą ubiegać się o dofinansowanie szkoleń pilota drona STS-01 i STS-02 oraz nurka P1 do 20 metrów.

Nabór Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Kielcach jest skierowany do osób pełnoletnich, które z własnej inicjatywy chcą zdobywać nowe kwalifikacje. EuroDron - Europejskie Centrum Szkoleniowo-Egzaminacyjne Pilotów BSP przeprowadzi specjalistyczna szkolenia.

Dlaczego właśnie te służby? - Bo podczas poszukiwań zaginionego, pożaru czy powodzi potrzebują sprawdzonej informacji i ludzi, którzy potrafią działać. Mundur kojarzy się czasem z kontrolą i mandatem. Warto dostrzec również człowieka, który rusza z pomocą w trudnych warunkach. Wspieranie jego nauki to inwestycja w bezpieczeństwo mieszkańców — zanim sami będziemy tej pomocy potrzebować - informuje EuroDron - Europejskie Centrum Szkoleniowo-Egzaminacyjne Pilotów BSP przeprowadzi specjalistyczna szkolenia.

Nabór w projekcie „Buduj swój rozwój" trwa od 14 do 27 października 2026 roku, z możliwością wcześniejszego zakończenia. Dofinansowanie wynosi 85 procent kosztów kwalifikowanych, a przy spełnieniu kryteriów preferencji — 90 procent, maksymalnie 6000 złotych na uczestnika. Przy droższym kursie limit kwotowy oznacza odpowiednio większy wkład własny.

Najpierw trzeba wybrać szkolenie w Bazie Usług Rozwojowych, sprawdzić program, cenę i termin oraz zapoznać się z aktualnym regulaminem Wojewódzkiego Urzędu Prazy. Pomaga kalendarz EuroDRON – www.eurodron.com.pl - połączony z Bazą Usług Rozwojowych. Szkolenia objęte wnioskiem mogą rozpocząć się najwcześniej 23 listopada 2026 roku.

Następnie należy samodzielnie zarezerwować wizytę w internetowym kalendarzu Wojewódzkiego Urzędu Pracy. Podczas naboru od godziny 8 pojawiają się terminy na kolejny dzień roboczy, do wyczerpania dziennej puli.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

KRÓTKO

Busko-Zdrój

Nastolatka podejrzana o kradzieże w drogerii

15-letnia dziewczyna została przyłapana w drogerii w Busku na kradzieży kosmetyków wartych 300 złotych. - Po sprawdzeniu monitoringu okazało się, że ta sama nastolatka tydzień wcześniej ukradła kosmetyki warte ponad tysiąc złotych – opowiada aspirant sztabowy Tomasz Piwowarski, rzecznik prasowy buskiej policji. Sprawą dziewczyny zajmie się teraz sąd rodzinny.
SABA

Kielce

Zdezorientowany i ranny błąkał się po osiedlu

Policjant po służbie zwrócił uwagę na kieleckim Barwinku na starszego poranionego mężczyznę. Okazało się, że 81-latek oddalił się z domu pomocy społecznej, zaś obrażenia były wynikiem upadku. Policjant w swoim prywatnym czasie zwrócił uwagę na starszego, zdezorientowanego mężczyznę na kieleckim osiedlu Barwinek. - Starszy pan, jak się potem okazało 81-letni, miał obrażenia głowy i ręki, był w piżamie. Policjant podszedł do niego, od razu wezwał też karetkę – wyjaśnia starszy aspirant Jacek Borek z zespołu prasowego kieleckiej policji. Szybko okazało się, że 81-latek samowolnie oddalił się z domu pomocy społecznej, zaś obrażenia były wynikiem upadku. Karetka zabrała go do szpitala.
SABA

Włoszczowa

Stracił wpłaconą zaliczkę

Ciągnik chciał kupić przez internet mieszkaniec gminy Włoszczowa. Znalazł interesującą go ofertę, skontaktował się ze sprzedawcą, ustalili szczegóły, po czym na wskazany rachunek przelał dwa tysiące złotych zaliczki. Po tym niestety kontakt się urwał.
SABA

Ostrowiec Świętokrzyski

Wyszedł na przepustkę, wpadł jako podejrzewany

67-latek z Ostrowca Świętokrzyskiego kilka dni temu zaprosił do domu nieznajomego mężczyznę. Po jego wyjściu odkrył, że został okradziony. Stracił gotówkę, komórkę, dowód i legitymację emeryta. Sprawą zajęli się ostrowieccy policjanci walczący z przestępczością przeciwko mieniu. We wtorek poinformowali o zatrzymaniu 32-latka podejrzanego o kradzież. Część rzeczy należących do 67-latka odzyskali. - Przy podejrzanym znaleźli porcję suszu wstępnie zidentyfikowanego jako marihuana. Na razie mężczyzna usłyszał zarzut kradzieży i został przewieziony do zakładu karnego, okazało się bowiem, że wyszedł na przepustkę, ale nie wrócił z niej w wyznaczonym terminie – podsumowywała komisarz Ewelina Wrzesień, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Ostrowcu Świętokrzyskim.
MINOS

Gmina Obrazów

Mandaty dla pieszych za brak odblasków

Przy krajowej trasie numer 77 w Żurawicy (gmina Obrazów w powiecie sandomierskim) policjanci drogówki napotkali w piątek dwóch pieszych. Było to po zmroku i w terenie niezabudowanym, a 70- i 72-latek nie mieli odblasków, w które w takich okolicznościach są obowiązkowe. Obaj dostali po sto złotych mandatu.
MINOS

Sandomierz

Kierowca jechał pijany i mimo sądowego zakazu

Z ulicy Lwowskiej w Sandomierzu policjanci dostali w piątek sygnał o kierowcy BMW, który może być pijany. Zatrzymali auto do kontroli i potwierdzili przypuszczenia świadka. 40-letni kierowca BMW miał ponad 2,5 promila alkoholu w organizmie. Dodatkowo okazało się, że mężczyzna ma sądowy zakaz kierowania, a BMW tablice rejestracyjne pochodzące od innego samochodu. 40-latkowi może teraz grozić nawet pięć lat więzienia.
MINOS

Starachowice

Włamanie do szafki pracownika

W jeden z firm w Starachowicach ktoś się włamał do szafki pracownika. Ukradł 200 złotych i kartę płatniczą, z której próbował zrobić użytek, na szczęście okazało się, że jest już nieważna. **MINOS**

KIELCE

XVIII Tydzień Kariery. Jakiego miasta chcą licealiści, jakie zawody będą potrzebne?

Uczniowie szkół ponadpodstawowych rozmawiali o tym, gdzie będą pracować za dziesięć lat i czego potrzebują od miasta, żeby w ogóle chcieli w nim zostać

oprac. Anna Gwóźdź



FOT. UM KIELCE

Uczniowie zastanawiali się, jakiego miasta potrzebują młodzi ludzie i co może sprawić, że zechcą związać z nim swoją przyszłość

Debata zainaugurowała XVIII Ogólnopolski Tydzień Kariery w poniedziałek, 19 października w Kielcach.

Człowiek serce każdej profesji

Tegoroczna edycja ma hasło „Człowiek serce każdej profesji". Wydarzenia mają pomagać młodym ludziom poznać własne możliwości i świadomie zaplanować edukację oraz karierę. Adresatami są wszyscy, od przedszkolaków po uczniów, którzy za chwilę wybierają szkołę lub wchodzą na rynek pracy.

Pierwszego dnia uczestnicy spotkali się w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego. Debata nosiła tytuł „Kielce za 10 lat – gdzie będziemy pracować?". Wzięli w niej udział uczniowie i przedstawiciele samorządów uczniowskich, a organizatorami byli Urban Lab oraz Młodzieżowa Rada Miasta Kielce.

Jakie zawody będą w mieście potrzebne

Młodzi zastanawiali się, jakie zawody będą w mieście potrzebne i jakich umiejętności zaczną wymagać przyszłe miejsca pracy. Padło też pytanie, co trzeba zmienić, żeby chcieli tu zostać i budować karierę, zamiast szukać jej gdzie indziej.

Podczas spotkania rozmawiano również o roli samorządu, czyli o tym, jakie warunki miasto powinno stworzyć, żeby młodzi związali z nim przyszłość. Efektem spotkania ma być dziesięć pomysłów młodych na Kielce. Zestaw propozycji i rekomendacji trafi do przedstawicieli samorządu, żeby głos młodego pokolenia był częścią rozmowy o kierunkach rozwoju miasta.

Czy te pomysły przełożą się na konkretne decyzje, dopiero się okaże.

GMINA RUDA MALENIECKA

Kraksa busa z samochodem osobowym

Sylwia Bławat



FOT. POLICJA

Na trasie drogi krajowej numer 42 w Wyszynie Rudzkiej w gminie Ruda Maleniecka zderzyły się bus oraz osobowe auto

Bus dostawczy oraz samochód osobowy zderzyły się w sobotni poranek, 17 października na drodze krajowej numer 42 w miejscowości Wyszyna Rudzka w gminie Ruda Maleniecka (powiat konecki).

Do zdarzenia w gminie Ruda Maleniecka doszło po godzinie 9.

Zderzyły się bus i samochód osobowy

Jak przekazywały służby drogowe, na trasie drogi krajowej numer 42 w Wyszynie Rudzkiej zderzył się bus oraz osobowe auto. Nikt nie został ranny.

Na prostym odcinku

- Z naszych wstępnych ustaleń wynika, że w miejscowości Wyszyna Rudzka, na prostym odcinku drogi krajowej numer 42 trzeźwy 19-latek kierujący Audi zjechał na lewy pas ruchu i uderzył w tył jadącego z naprzeciwka Opla Movano, którym kierował trzeźwy 29-latek - informowała o okolicznościach zdarzenia w Wyszynie Rudzkiej młodszy aspirant Marta Przygodzka, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Końskich.

W wyniku zdarzenia nikt nie wymagał hospitalizacji.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

KIELCE



FOT. ANNA GWÓŹDŹ

Jan Englert i Daniel Olbrychski w znakomitych humorach! W poniedziałek, 19 października, obaj aktorzy spotkali się z dziennikarzami w Teatrze Żeromskiego w Kielcach, tuż przed spektaklem „Żar”

Daniel Olbrychski i Jan Englert. Żarty, wspomnienie Leszka Drogosza oraz krótki koncert

Anna Gwóźdź

– Synu! – zwrócił się Jan Englert do dziennikarza Radia Kielce, który uklęknął przed aktorem, by nagrać rozmowę. Chwilę później artysta dyskretnie rozwiązał sznurówkę w bucie dziennikarki „Echa Dnia”. Myślał, że nie zauważyła!

Tak rozpoczęło się pełne humoru spotkanie z Janem Englertem i Danielem Olbrychskim w Teatrze Żeromskiego w Kielcach. A na koniec czekała jeszcze muzyczna niespodzianka.

Jan Englert, wieloletni dyrektor artystyczny Teatru Narodowego w Warszawie oraz Daniel Olbrychski, niezapomniany Kmicic z „Potopu” i jeden z najważniejszych aktorów filmów Andrzeja Wajdy. Obaj od ponad sześciu dekad zachwycają publiczność swoimi rolami.

W poniedziałek, 19 października aktorzy przyjechali do Kielc z przedstawieniem „Żar” warszawskiego Teatru Polonia, prezentowanym w ramach 8. Kieleckiego Międzynarodowego Festiwalu Teatralnego. W spektaklu w reżyserii Englerta, opartym na powieści Sándora Máraiego, grają przyjaciół spotykających się po latach. Choć aktorzy znają się od dziesięcioleci, dopiero teraz po raz pierwszy występują razem na teatralnej scenie.

Tego dnia poświęcili chwilę na rozmowę z kieleckimi mediami.

Panowie chętnie przekomarzali się o swoich rolach. Jan Englert wygłasza w spektaklu długi monolog, podczas gdy Daniel Olbrychski przez większość czasu słucha. – Mam ogromną przyjemność, bo nie musiałem się dużo uczyć tekstu – żartował Daniel Olbrychski.

Jan Englert natychmiast zaprotestował, przekonując, że utrzymanie uwagi widza bez słów jest równie wymagające.

– Partnerowanie milczeniem jest najwyższą szkołą jazdy. Nie znam ani jednego widza, który by nie zauważał tego, że to, co mówię, jest wzmocnione słuchaniem pana Daniela – podkreślił.

Daniel Olbrychski komplementował kolegę, przyznając, że za każdym razem słucha jego monologu tak, jakby słyszał go po raz pierwszy.

Rozmowa zeszła też na to, co sprawia, że aktor potrafi naprawdę poruszyć publiczność. – W teatrze to nie ja mam płakać, to widz ma płakać. Nie mogę być zimny, nie mogę być obojętny. Natomiast nie mogę się popisywać tym. W teatrze aktorzy jak się popisują, to przegrają – mówił Daniel Olbrychski.

Jan Englert wspomniał natomiast o przyszłości teatru w świecie nowych technologii. – Będziemy ciągle w teatrze szukali tego, czego sztuczna inteligencja nie dotknie. W teatrze można nie myśleć algorytmami – stwierdził.

Jan Englert nie szczędził też gorzkich słów współczesnemu aktorstwu. – To jest zawód jętki jednodniówki w tej chwili. Bardzo ciężko trzeba pracować albo mieć niebywałe szczęście na to, żeby dłużej niż rok, dwa utrzymać się na topie – ocenił.

Nie zabrakło też kieleckiego akcentu. Daniel Olbrychski z zachwytem mówił o odnowionym teatrze i wspominał swojego wieloletniego przyjaciela, legendarnego pięściarza Leszka Drogosza, z którym wystąpił w filmie „Bokser”. – Bardzo żałuję, że dzisiaj nie będzie go na widowni – przyznał aktor. – To jedna z najbliższych mi przyjaźni, jakie miałem w życiu, i prywatnym, i sportowym, i artystycznym. Leszek okazał się, i udowodnił to w kilku filmach, że był bardzo utalentowany. Za co by się nie wziął, to mu wychodziło. Kielce to dla mnie był i pozostaje Leszek Drogosz – wspominał aktor.

Na zakończenie spotkania Daniel Olbrychski niespodziewanie zasiadł przy fortepianie we foyer i dał dziennikarzom spontaniczny koncert.

GMINA SAMBORZEC

Atak na sołtysa pod koniec zebrania zwołanego w remizie Ochotniczej Straży Pożarnej. Sprawą zajmuje się policja

Michał Kolera

Sołtys Zajeziorza w gminie Samborzec zgłosił policjantom, że został w niedzielę, 18 października pobity. Jak relacjonuje, do ataku doszło pod koniec zebrania zwołanego w remizie Ochotniczej Straży Pożarnej.

Niedzielne spotkanie dotyczyło przygotowań do przejazdu przez miejscowość obrazu Chrystusa Miłosiernego.

Mówi, że został zaatakowany pod koniec zebrania

- Żebym chociaż wiedział, za co dostałem – mówi Michał Cieciura, sołtys Zajeziorza w gminie Samborzec. Mężczyzna opowiada, że został zaatakowany w niedzielę pod koniec zabrania sołeckiego.

Było to po godzinie 18. Sołtys i jeszcze jeden mężczyzna weszli na górę budynku po flagi misyjne.

- Kolega zszedł. Wtedy tamten człowiek zastąpił mi drogę i zaatakował. Zostałem pobity – opowiadał we wtorek sołtys Michał Cieciura.

Na miejsce przyjechali policjanci i karetka. Sołtys został zabrany do szpitala, a po badaniach zwolniony.

Policja przyjęła zawiadomienie

- Na tym etapie mogę jedynie potwierdzić, że przyjęliśmy zawiadomienie w sprawie naruszenia nietykalności cielesnej funkcjonariusza publicznego. Czynności trwają - mówiła we wtorek aspirant Iwona Paluch, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Sandomierzu.

Przypomnijmy, za naruszenie nietykalności cielesnej funkcjonariusza publicznego grozi nawet do trzech lat więzienia.

Jaka mogła być przyczyna ataku?

- Podejrzewam, że ma to związek z sytuacji z połowy września. Dwaj mężczyźni napełniali wtedy prywatne tysiąclitrowe zbiorniki wodą z hydrantu przy remizie. Z tego co słyszałem mieli zgodę, ale ktoś anonimowo powiadomił gminę, że mogli to robić nielegalnie. Ci panowie uznali, że to ja – relacjonował we wtorek sołtys i dodawał: - Nie było to moje zgłoszenie. Nie miałem z nim nic wspólnego. Ktoś zawiadomił nie ten wydział urzędu, który należało. Gdybym miał podejrzenia i chciał poinformować o tej sprawie, naprawdę wiedziałbym gdzie dzwonić.

KRÓTKO

Gmina Końskie

Zderzenie dwóch samochodów

Dwie osoby trafiły do szpitala po wypadku, jaki wydarzył się w poniedziałek, 19 października po godzinie 18 na ulicy Zielonej w Modliszewicach w gminie Końskie. - Ze wstępnych ustaleń policjantów wynikało, że 34-letni kierowca BMW wjeżdżając z posesji najprawdopodobniej nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu Hyundaiowi, którym w kierunku ulicy Piotrkowskiej jechała 49-latka – przekazywała młodszy aspirant Marta Przygodzka, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Końskich. Kierujący z obu aut trafili do szpitala na badania. **MINOS**

Gmina Iwaniska

Kierowca wydmuchał ponad 3 promile

W Przepiórowie w Gminie Iwaniska policjanci zwrócili w poniedziałkowy wieczór uwagę na tor jazdy Seata. Podejrzewając, że kierowca jest pijany, zatrzymali samochód do kontroli. Nie pomylili się, 25-latek prowadził auto mając ponad 3 promile alkoholu w organizmie. **MINOS**

Powiat opatowski

Uwaga na niezamówione paczki

Mieszkanka powiatu opatowskiego zgłosiła policjantom, że doszło do oszustwa. Gdy nie było jej w domu, pojawił się kurier z zaadresowaną na nią paczką, płatną przy odbiorze. Domownik zapłacił 153 złote i przyjął przesyłkę. Potem okazało się, że w paczce której kobieta nie zamawiała, był przedmiot o znikomej wartości. **MINOS**

eprasa.pl 5f9fadfa0b

FOKUS

• **51 procent badanych** przez CBOS pozytywnie oceniło pracę prezydenta Karola Nawrockiego, a 39 proc. krytycznie

BEZPIECZEŃSTWO

Wzmocnienie wschodniej flanki NATO wspólnym priorytetem Polski i Litwy

Karol Nawrocki podkreślił we wtorek, że Polska i Litwa doskonale rozumieją, że największym zagrożeniem dla bezpieczeństwa państw regionu pozostaje agresywna polityka Rosji

oprac. Karolina Wrońska

Karol Nawrocki spotkał się w Pałacu Prezydenckim z prezydentem Litwy Gitanasem Nausedą. – Polskę i Litwę łączą nie tylko wielkowiekowa historia i bliskie sąsiedztwo, ale przede wszystkim wspólne interesy, strategiczne partnerstwo i odpowiedzialność za bezpieczeństwo naszej części Europy i całej wschodniej flanki NATO – powiedział Nawrocki na wspólnej konferencji z Nausedą.

Prezydent podkreślił wspólną perspektywę Polski i Litwy na sprawy międzynarodowe i kwestie bezpieczeństwa.

– Polska i Litwa doskonale rozumieją, że największym zagrożeniem dla bezpieczeństwa naszego regionu pozostaje agresywna polityka Federacji Rosyjskiej. Dlatego naszym wspólnym priorytetem musi być wzmacnianie wschodniej flanki NATO – podkreślił Nawrocki.

Jak mówił, Rosja prowadzi przeciwko państwom naszego regionu działania hybrydowe, wykorzystując cyberataki, dezinformację, sabotaż i presję na granicach. – To doświadczenie niestety dzielimy z Litwą. Odpowiedzią musi być ścisła współpraca sojusznicza i konsekwentne wzmacnianie odporności naszych państw – podkreślił Nawrocki.



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

Prezydent RP Karol Nawrocki i prezydent Litwy Gitanas Nauseda po spotkaniu w Pałacu Prezydenckim

Dodał, że „wspólnej refleksji wymaga również kwestia porozumienia Stanów Zjednoczonych z Rosją dotyczącego dostaw rosyjskiego oleju napędowe na światowe rynki". – Stabilizacja sytuacji energetycznej nie powinna prowadzić do osłabienia presji na Rosję ani podważania bezpieczeństw państw naszego regionu – dodał prezydent.

– Dziś Litwa i Polska wspólnie działają na rzecz bezpiecznej, wolnej i zjednoczonej Europy – powiedział prezydent Litwy Gitanas Nauseda po spotkaniu z Karolem Nawrockim.

– Po raz kolejny z satysfakcją potwierdzam, że jesteśmy nie tylko partnerami strategicznymi i sąsiadami, lecz także prawdziwymi, bliskimi przyjaciółmi – mówił Nauseda.

Nauseda poinformował, że podczas spotkania poruszono też kwestię bezpieczeństwa i obronności. Jak zauważył, oba państwa są celem ataków hybrydowych, kampanii sabotażowych, dezinformacyjnych i „powtarzających się naruszeń przestrzeni powietrznej". Nauseda podkreślił konieczność przeciwdziałania wspomnianym zagrożeniom i zwiększenia presji na Rosję przez m.in. sankcje.

Premier w sprawie incydentu z dronem

Premier Donald Tusk przekazał wczoraj przed posiedzeniem rządu, że podczas planowanego po południu spotkania z prezydentem Litwy Gitanasem Nausedą omówi ostatnim incydent z ukraińskim dronem.

– Chcę potwierdzić, że będziemy współpracowali bardzo blisko z Litwą i na pewno wyjaśnimy cały ten incydent z dronem, który eksplodował blisko granicy litewsko-łotewskiej – podkreślił szef rządu. Zapewnił, że zbadane zostaną wszystkie okoliczności.

Szef rządu zaznaczył, że liczy w tej sprawie na „pełną współpracę strony ukraińskiej, tak żeby naprawdę precyzyjnie wyjaśnić sobie, co się stało". Premier przekazał też, że „niezależnie od wyników tego wyjaśnienia chce podkreślić bardzo mocno, że Polska nie zezwala na prowadzenie operacji na swoim terytorium czy nad naszym terytorium bez wyraźnej zgody państwa polskiego". – I to się nie zmieni niezależnie od tego, kto te operacje miałby przeprowadzać – zaznaczył Tusk.

PAP

SEJM

Prezes Glapiński przed Trybunałem Stanu?

oprac. Karolina Wrońska

Głosowanie Sejmu w sprawie wniosku o postawienie prezesa Narodowego Banku Ppolskiego Adama Glapińskiego przed Trybunałem Stanu zaplanowane jest na drugą połowę listopada.

– Planujemy to głosowanie w drugiej połowie listopada. W związku z tym do tego momentu wszystkie sprawy zostaną wyjaśniane i przedstawię na konferencji prasowej w stosownym czasie wszystkie odpowiedzi na wszystkie rodzące się pytania. (...) Pod koniec listopada wstępnie planujemy to głosowanie – powiedział Włodzimierz Czarzasty.

W październiku sejmowa Komisja Odpowiedzialności Konstytucyjnej przyjęła sprawozdanie ws. wstępnego wniosku o pociągnięcie do odpowiedzialności konstytucyjnej przed Trybunałem Stanu prezesa NBP Adama Glapińskiego.

Prezes NBP ocenił w październiku, że postępowanie komisji nie ma żadnych podstaw. **PAP**

POLITYKA

Sikorski o bazach wojsk amerykańskich

oprac. Karolina Wrońska

– Decyzja w sprawie powstania stałej bazy amerykańskiej w Polsce jest po stronie USA – powiedział szef MSZ Radosław Sikorski.

Radosław Sikorski został zapytany przez PAP, czy niepokoi go brak ostatecznej decyzji ze strony USA w sprawie powstania nowej, stałej amerykańskiej bazy w Polsce. – Decyzja w tej sprawie jest po stronie USA i wolałbym, żeby zapadła przed wyborami połówkowymi, bo wiadomo, że politycy mają większą skłonność do dawania przed wyborami. Żebyśmy nie skończyli jak Karol Rozmarek (prezes Kongresu Polonii Amerykańskiej, za sprawą którego jesienią 1944 roku zdecydowana większość Polaków mieszkających w USA zagłosowała na Roosevelta, zapewniając mu reelekcję. Prezydent, mimo wcześniejszych sugestii, nie odwdzięczył się Polonii i poparł forsowaną przez Stalina zmianę granic przedwojennej Polski – PAP) – powiedział Sikorski. **PAP**

KRÓTKO

Łódź

Trzy gigantyczne kominy zostały wyburzone

Z krajobrazu Łodzi we wtorek zniknęły trzy charakterystyczne i mierzące ponad 100 metrów kominy dawnej elektrociepłowni EC-2 przy ul. Wróblewskiego. Obiekty wyburzono przy użyciu materiałów wybuchowych. Na poprzemysłowym terenie ma powstać osiedle mieszkaniowe. – To był wielomiesięczny proces przygotowań i zaangażowania dziesiątek specjalistów. W trzech kominach zrobiono ponad 1,5 tys. odwiertów, w których umieszczono 120 kg dynamitu – powiedziała Kaja Mirgos-Kwiatkowska, prezes firmy JHM Development, do której należy teren dawnej elektrociepłowni.

Lubuskie

Najpierw sprzedał auto, a potem je ukradł

Policjanci zatrzymali 36-latka podejrzanego o kradzież z włamaniem. Mężczyzna miał najpierw sprzedać swoje auto mieszkance pow. sulęcińskiego, a dwa dni później ukraść je, korzystając z zapasowego kluczyka. Zgodnie z Kodeksem karnym użycie bezprawnie zatrzymanego, oryginalnego kluczyka do zaboru auta stanowi przełamanie zabezpieczenia. Tym samym za kradzież z włamaniem grozi mu od roku do 10 lat więzienia – poinformowała policja.

Elbląg

We krwi noworodka odkryto narkotyki

Szpital w Elblągu poinformował śledczych, że 33-letnia matka urodziła dziecko, w którego krwi lekarze stwierdzili obecność narkotyków. Prokuratura wyjaśnia, czy matka naraziła dziecko na niebezpieczeństwo. Sąd rodzinny zdecyduje o dalszych losach noworodka.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Nie jest w stanie mnie obrazić pan Przemysław Czarnek. Rozumiem jego frustrację, która wynika z tego, że jest jak kamień u szyi dla Prawa i Sprawiedliwości

MIŁOSZ MOTYKA,
minister energii

eprasa.pl 5f9fadfa0b

KENIA

Przywódca sekty głoszącej koniec świata oskarżony o 191 morderstw

Kazimierz Sikorski

Samozwańczy pastor Paul Mackenzie stanął przed sądem wraz z 29 innymi osobami oskarżonymi o dokonanie masakry w kenijskim lesie, w wyniku której zginęły setki ludzi.

Lider sekty głoszącej koniec świata stanął przed sądem i usłyszał zarzuty zamordowania 191 osób – po tym jak w Kenii odkryto masowe groby.

Paul Mackenzie jest sądzony wraz z 29 innymi osobami oskarżonymi o zmuszanie swoich wyznawców – w większości dzieci – do zagłodzenia się na śmierć, aby mogli „spotkać Jezusa".

Do tych tragicznych wydarzeń dochodziło latami na terenie jego rancza położonego w lesie Shakahola, w głębi lądu od nadmorskiego kurortu Malindi w Kenii.

Śledczy nazwali to zdarzenie „masakrą w lesie Shakahola" i podają, że od 2023 roku odnaleziono tam setki ciał. Na terenie posiadłości odkopano szczątki 191 osób; większość z nich stanowiły dzieci.

Mackenzie pojawił się w sądzie w kajdankach. Samozwańczy pastor nie przyznał się do zarzutów popełnienia 191 morderstw. Krewni ofiar przybyli do sądu, aby śledzić przebieg procesu. Jeden z nich, 62-letni Francis Wanje, przekazał, że w Shakahola stracił ośmioro członków rodziny, w tym córkę i dwoje wnucząt. – Dla mnie to niezwykle ważny dzień – powiedział przed rozpoczęciem rozprawy.

Mackenzie zainicjował i nadzorował praktykę skrajnego postu na terenie posiadłości. Stworzył „hierarchię śmierci", zgodnie z którą w pierwszej kolejności miały umierać dzieci,potem nastolatki, kobiety i mężczyźni. Dzieci zmarły na skutek głodu, uduszenia, ucisku na szyję i urazów głowy.

Obrońcy Mackenziego utrzymują, że jest on niewinny, wskazując na luki w materiale dowodowym i twierdząc, że sprawa opiera się na „poszlakach, relacjach ze słyszenia oraz niejednoznacznych wynikach badań sądowo-medycznych".



FOT. SIMON MAINA/AFP/EAST NEWS

Samozwańczy pastor Paul Mackenzie podczas rozprawy w sądzie w Mombasie

SUDAN

Atak dronów na targowisko. 73 zabitych i wielu rannych

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 73 osoby zginęły, a 19 zostało rannych w wyniku ataku dronów na targowisko w spornym regionie Abyei na granicy Sudanu i Sudanu Południowego.

Pełniący obowiązki ministra informacji tego wspólnie administrowanego obszaru, Yohana Akol Ngor, powiadomił, że do ataku doszło w poniedziałek. O przeprowadzenie tego ostrzału oskarżył armię Sudanu, lecz nie przedstawił dowodów na poparcie swoich zarzutów.

Ministerstwo spraw zagranicznych Sudanu Południowego podało w poniedziałek późnym wieczorem, że celem ataku było targowisko położone na północ od miasta Abyei. Resort nie podał bilansu ofiar. Władze w Dżubie wezwały na rozmowę ambasadora Sudanu, wyrażając „stanowczy protest i głębokie zaniepokojenie" skutkami ataku dla bezpieczeństwa ludności cywilnej i stabilności regionu.

Organizacja pomocowa Lekarze bez Granic (MSF) poinformowała, że do pobliskiego szpitala Ameth Bek trafiło ponad 20 rannych, w tym osoby w stanie krytycznym oraz z oparzeniami.

Bogaty w ropę region Abyei pozostaje przedmiotem sporu między Sudanem i Sudanem Południowym. Obszar ten jest wspólnie administrowany przez oba państwa. Regularnie dochodzi tam do aktów przemocy, najczęściej związanych ze starciami między grupami etnicznymi lub ugrupowaniami zbrojnymi. Wojna domowa w Sudanie trwa od kwietnia 2023 r. **PAP**

USA – UKRAINA

Vance: Ukraina nie powinna wstępować do NATO

oprac. Anna Nagel

Wiceprezydent USA J. D. Vance powiedział w rozmowie z kanałem telewizyjnym 2WAY TONIGHT, że Ukraina nie powinna wstępować do NATO – przekazał we wtorek rano portal Ukrainska Prawda.

– O ile wiem, nie mamy oficjalnej umowy sojuszniczej z Ukrainą. (...) Ukraina nie powinna wstępować do NATO – oświadczył amerykański wiceprezydent. Dodał, że w pewnych kwestiach współpraca z Kijowem będzie rozwijana, ale w innych sprawach „stanowiska będą rozbieżne".

Vance powtórzył także wcześniejsze postulaty administracji w Waszyngtonie, że Ukraina „musi wstrzymać ataki na rosyjskie obiekty energetyczne".

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski powiedział w niedzielę Bloombergowi, że – według niego – administracja przywódcy USA Donalda Trumpa podjęła działania, które mają skłonić Ukrainę do kapitulacji. Zaproponował, że Ukraina przestanie atakować rafinerie w Rosji, jeśli otrzyma więcej pocisków do wyrzutni Patriot.



FOT. BRENDAN SMIALOWSKI/AFP/EAST NEWS

Wołodymyr Zełenski podczas wrześniowego spotkania z Donaldem Trumpem na sesji ONZ w Nowym Jorku

Ograniczenia ze strony USA są niesprawiedliwe

Zełenski udzielił wywiadu włoskiej gazecie „Corriere della Sera" tuż po poniedziałkowej rozmowie telefonicznej z papieżem Leonem XIV.

– Ograniczenia w dzieleniu się informacjami wywiadowczymi oraz zmniejszenie prędkości Starlinka to już nie tylko zwykłe groźby, ale rzeczywistość. To niesprawiedliwe wobec nas. Pozostajemy wdzięczni narodowi amerykańskiemu i drużynie (prezydenta Donalda) Trumpa, jednak między partnerami musi panować uczciwość – oznajmił Zełenski w opublikowanym we wtorek wywiadzie.

– Naród amerykański, administracje i obie partie (Demokraci i Republikanie – PAP) nas wspierały. Jestem za to wdzięczny. Zawsze chcieliśmy relacji opartych na uczciwości, sprawiedliwości i przejrzystości. Nie chcę niczego ukrywać przed amerykańskim prezydentem. Możemy mieć różne opinie i interesy, ale nasze narody mają ze sobą o wiele więcej wspólnego niż Ameryka i Rosja – ocenił ukraiński przywódca.

Rozmówca dziennika podkreślił jednak, że współpraca Ukrainy z USA wciąż jest kontynuowana.

– Otrzymujemy amerykańską broń w ramach programów finansowanych przez Europejczyków. Dziś za tę broń płacimy. Chcemy nadal utrzymywać otwarte, uczciwe i pragmatyczne relacje – zadeklarował Zełenski.

Prezydent zrelacjonował przebieg swoich rozmów z zespołem negocjacyjnym Trumpa. – Powiedziałem, że jesteśmy gotowi. Jeśli chcą rozmawiać o rokowaniach i porozumieniu pokojowym z Putinem, zawsze jesteśmy otwarci; mimo wszystko, ponieważ pokój jest priorytetem – oświadczył ukraiński polityk.

Rozmowy w Oslo

We wtorek w Oslo odbyły się rozmowy dotyczące zakończenia wojny. Gospodarzem spotkania był norweski premier Jonas Gahr Stoere. Według agencji Reutera do Norwegii przybył też specjalny wysłannik prezydenta USA Donalda Trumpa Steve Witkoff. W spotkaniu brali też udział przedstawiciele grupy E4, do której należą Polska, UE i NATO. **PAP**

AUSTRALIA

Posłanka staranowana przez auto w stanie krytycznym

oprac. Anna Nagel

Premier Australii Anthony Albanese przekazał, że deputowana Helen Haines jest w stanie krytycznym, ale stabilnym. W poniedziałek została ona celowo staranowana samochodem przed biurem w Wangaratta. Motyw ataku nie został na razie ustalony.

Albanese potwierdził, że podejrzany przebywa w areszcie, a dochodzenie prowadzą australijska policja federalna i policja stanu Wiktoria oraz wywiad.

– Pozwólmy policji przeprowadzić śledztwo. Ważne jest, aby ludzie pozwolili na ten proces, abyśmy opierali się na faktach, a nie na spekulacjach – powiedział we wtorek premier cytowany przez 7News. – Na tym etapie nie jest jasne, jaki był motyw tego ataku – dodał Albanese.

Do ataku na polityczkę doszło w poniedziałek przed biurem poselskim Haines w miejscowości Wangaratta w stanie Wiktoria na południu kraju. Kiedy zaparkowała samochód i pochyliła się nad otwartym bagażnikiem, napastnik dwukrotnie wjechał w nią samochodem, dociskając ją z impetem do jej własnego pojazdu. Następnie lokalny fryzjer wyciągnął mężczyznę z samochodu, obezwładnił go i zatrzymał do czasu przybycia policji. Albanese podziękował mu za odważną postawę.

Policja poinformowała później, że w pojeździe napastnika – zidentyfikowanego przez media jako działacz ekologiczny Brendan Nugent – znaleziono nóż. **PAP**

eprasa.pl 5f9fadfa0b

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Jak przebiega andropauza u mężczyzn? Objawy, wiek występowania i możliwe wyzwania

CHOROBY

Pierwsze objawy osteoporozy mogą cię zaskoczyć. Cichy wróg naszych kości rozwija się latami

Osteoporoza to choroba, która osłabia kości i zwiększa ryzyko ich złamań, często prowadząc do poważnych powikłań, takich jak niepełnosprawność, a nawet śmierć. Długi czas może przebiegać bezobjawowo

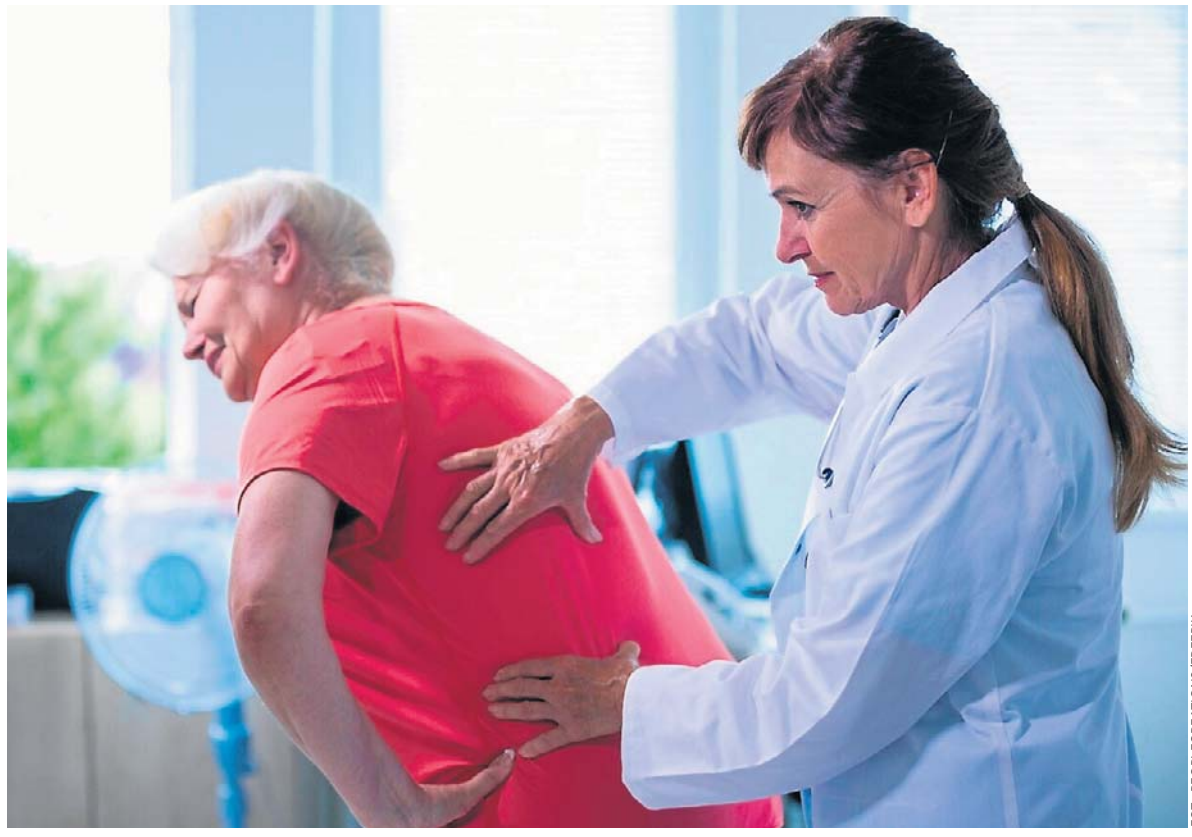
Anna Rokicka-Żuk

Osteoporoza jest chorobą kości, w której dochodzi do stopniowego ubytku ich masy. Nazywane też zrzeszotnieniem kości, schorzenie prowadzi do osłabienia ich struktury. Konsekwencją jest zwiększenie podatności na patologiczne złamania, które najczęściej dotyczą trzonów kręgowych, kości udowej i ramiennej, a także dystalnej (końcowej) części przedramienia. Dochodzi do nich pod wpływem mikrourazów, np. przy upadku.

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy.

Złamania osteoporotyczne dotyczą aż 30 proc. kobiet oraz 8 proc. mężczyzn po 50. roku życia. W przypadku osób starszych upadki należą do najpoważniejszych przyczyn utraty sprawności. Znacznie przyspieszają proces starzenia się i zwiększają prawdopodobieństwo śmierci.

– Upadki seniorów, w których dochodzi do urazów, są jedną z głównych przyczyn niepełnosprawności i piątą co do częstotliwości przyczyną zgonów u osób po 75 r.ż. – podkreśla dr hab. prof. nadzw. Marek Żak, specjalista fizjoterapii i autor raportu „Upadki osób starszych – przyczyny i następstwa" Fundacji NEUCA dla Zdrowia.



FOT. PEOPLECREATIONS/FREEPIK

Objawy osteoporozy mogą nie być odczuwane, jednak istnieją pewne dolegliwości i zmiany, które mogą wskazywać na postępujący proces zrzeszotnienia kości

Pierwsze objawy osteoporozy

● Cofające się dziąsła

Recesja dziąseł może wskazywać na potencjalny ubytek masy kostnej w szczęce. Widoczna staje się wtedy coraz większa część zębów, a ich odsłonięte szyjki stanowią przyczynę nadwrażliwości zębów. Warto zapytać o to dentystę podczas wizyty kontrolnej.

● Zmniejszenie siły chwytu dłoni

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy. Prowadzi to m.in. do zmniejszenia siły uścisku dłoni, co zaobserwowano w badaniach kobiet po menopauzie. To grupa szczególnie narażona na szybki rozwój osteoporozy, gdyż niekorzystnym procesom sprzyjają zmiany hormonalne.

● Osłabienie i kruchość paznokci

Kondycja paznokci wskazuje na stan kości, ponieważ ich ważnym składnikiem jest tak samo wapń. Jeżeli osłabione i kruche stają się paznokcie, które nie są malowane ani narażane na działanie czynników niszczących ich płytkę, stanowi to ważny sygnał do zbadania gęstości kośćca.

● Zmniejszenie wzrostu

Przy postępującej osteoporozie dochodzi do kurczenia się ciała, tj. zmniejszenia się wzrostu. Choć zjawisko to zachodzi naturalnie z wiekiem, znaczne zmiany mogą wskazywać na złamania kompresyjne kręgów. Zwykle towarzyszy im ból w miejscu urazu, choć nie zawsze tak jest, a dolegliwości bólowe często zmniejszają się z czasem.

● Ból pleców lub szyi

Przy rozwiniętej osteoporozie złamania kompresyjne kręgów stają się przyczyną chronicznych dolegliwości u co czwartego pacjenta. Najczęściej to ból pleców lub szyi, który promieniuje od kręgosłupa i może mieć bardzo duże natężenie.

● Zgarbienie sylwetki

Zaawansowana osteoporoza prowadzi do złamań kompresyjnych nawet kilku kręgów naraz, a także kości w obrębie klatki piersiowej, co prowadzi do jej zapadnięcia i często powoduje problemy oddechowe. Widoczne jest zaokrąglenie się pleców i powstanie garba, który sam w sobie wywołuje bóle górnych i dolnych odcinków kręgosłupa.

● Złamania kości

Patologiczne złamanie kości w wyniku upadku to najbardziej oczywisty objaw zaawansowanej osteoporozy. Może do niego dojść także podczas nieznacznych ruchów, np. zejścia z krawężnika, a nawet w wyniku silnego kichnięcia albo kaszlu. Niestety, wiele przypadków dotyczy kości kręgosłupa oraz udowej, co jest przyczyną niepełnosprawności.

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza gęstości kości, nazywana densytometrią

Jak sprawdzić, czy ma się osteoporozę?

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza ich gęstości, nazywana densytometrią. Badanie kości jest zalecane dla osób po 40. r.ż., u których osteoporoza występowała rodzinnie, wszystkich kobiet po 50. roku życia i mężczyzn po 55. roku życia.

Przeciwwskazania do wykonania badania densytometrycznego to ciąża, padaczka, okres 2 dni od badania z użyciem środka kontrastowego, np. tomografii komputerowej z kontrastem, wykonanie w ostatnim roku badania RTG lub rezonansu magnetycznego, osłabienie po chorobie, aktywne infekcje oddechowe, w tym ich objawy takie jak gorączka i katar.

Co jeść, by zmniejszyć zagrożenie osteoporozą?

Najbardziej wskazany jest nabiał z uwagi na wysoką zawartość wapnia, ale kościec potrzebuje też zestawu dodatkowych składników.

Według badania prezentowanego w piśmie „Journal of Bone and Mineral Research" u kobiet spożywających największe dawki witaminy C stwierdzono największe wyniki pomiaru gęstości kości w porównaniu z tymi, które przyjmowały z dietą najmniej tego składnika.

Warto sięgać więc po źródła wit. C: brokuły, czerwoną paprykę, natkę, koperek, cytrusy, owoce jagodowe.

W daniach powinny pojawiać się też ciemnozielone warzywa, takie jak: jarmuż, szpinak i wszelkie kapusty. Obfitują w witaminę K, która wspomaga produkcję osteokalcyny, białka umożliwiającego wiązanie wapnia przez tkankę kostną.

Budulcem kości obok wapnia jest magnez – znajduje się tam prawie połowa jego rezerw. Zapewnią go zielone warzywa, pełnoziarniste wypieki zbożowe na zakwasie, kiełki, prażone orzechy i masła orzechowe, a także ryby. Natomiast mleko, jogurty i suplementy diety z wapniem będą służyć kościom tylko wtedy, gdy zapewnisz sobie dość witaminy D, która jest niezbędna do jego przyswajania. Dostarczą ją tylko nieodtłuszczone produkty mleczne (należy do związków rozpuszczalnych w tłuszczu), najlepiej: średnio- i pełnotłuste mleko, sery dojrzewające oraz masło. Innym ważnym źródłem wit. D są tłuste ryby morskie, takie jak: łosoś, makrela, śledź, tuńczyk. Jeśli przyjmujesz witaminę D w suplemencie, wybierz bardziej aktywną formę w postaci witaminy D3.

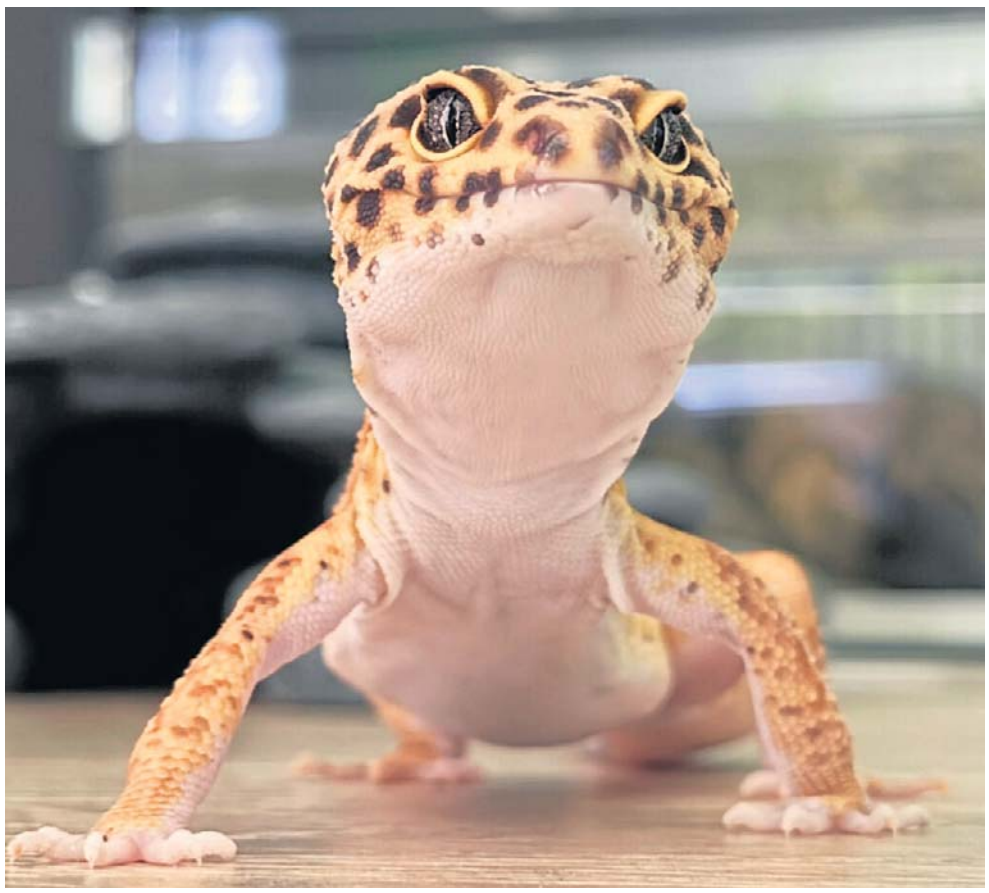
Zapobieganie osteoporozie to także unikanie produktów, które „kradną" ze spożytego jedzenia i kości nie tylko wapń, ale też magnez i potas, czyli pierwiastki zasadotwórcze. Należą do nich zwłaszcza okryty złą sławą kwas ortofosforowy i fosforany, które jako dodatki do żywności występuję w napojach typu cola, serkach topionych i wędlinach.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

Echo Dnia

21 października 2026 r

PUPIL
roku 2026



Brody, Jakub Polewany



Lusia, Aleksandra Rydzak-Stąpór, powiat sandomierski



Pysia, Renata Barucha, Kielce

Są pupile, które wprost uwielbiają być w centrum uwagi. Inne najchętniej ustawiają się w roli obserwatora domowych wydarzeń z parapetu. O jeszcze o innych trudno powiedzieć coś więcej poza tym, że najchętniej śpią całymi dniami na kanapie albo zaglądają z utęsknieniem do miseczki. Są wśród nich urodzeni rozbójnicy, są niepoprawne pieszczochy. Są również dostojni władcy naszych czterech kątów oraz prawdziwi mistrzowie podbijania ludzkich serc jednym spojrzeniem.

Każdy z nich ma własny charakter, swoje małe dziwactwa i kogoś, dla kogo jest... najważniejszym zwierzakiem na świecie!

Właśnie takich bohaterów znajdziecie na kolejnych stronach naszego specjalnego dodatku. Pokazujemy w nim laureatów wojewódzkiego etapu plebiscytu Pupil Roku, organizowanego w całej Polsce, również przez naszą gazetę. To zwierzęta, które zdobyły sympatię i głosy mieszkańców naszego województwa.

Ale pamiętajmy, że plebiscyt Pupil Roku to nie tylko opowieść o zwierzętach. To także doskonała okazja, by docenić - oraz poznać bliżej - tych ludzi, którzy każdego dnia dbają o zdrowie, bezpieczeństwo, dobre samopoczucie oraz urodę naszych milusińskich. Weterynarzy, którzy pomagają im wracać do zdrowia. Groomerów troszczących się o ich pielęgnację. Trenerów i behawiorystów, którzy pomagają nam lepiej rozumieć naszych czworonożnych przyjaciół. A także tych, którzy prowadzą sklepy zoologiczne i pomagają opiekunom wybierać to, czego ich podopieczni potrzebują.

Zarówno ich, jak i właścicieli zwycięskich pupili oraz wielu z nas łączy jedno - zwierzęta zajmują w naszym życiu i sercu szczególne miejsce. Bo kto dzieli dom z psem, kotem czy innym zwierzaczkiem, ten doskonale wie, ile radości potrafi przynieść ich obecność. Merdający ogon, mruczenie albo spojrzenie, które mówi więcej niż tysiąc słów... Znamy? Znamy i uwielbiamy! A kiedy nasz przyjaciel potrzebuje pomocy, wówczas szczególnie doceniamy wiedzę, doświadczenie i zaangażowanie specjalistów, którym powierzamy jego zdrowie i dobrostan. Na kolejnych stronach poznacie więc nie tylko zwierzęcych ulubieńców mieszkańców naszego województwa, ale także ludzi, których praca zasłużyła na uznanie głosujących w tegorocznej edycji plebiscytu.

To nasza tradycyjna akcja, więc kto wie - może w kolejnej edycji to właśnie Twoim pupilem zachwyci się świat?

Zapraszamy do poznania laureatów akcji Pupil Roku 2026 w skali całego naszego województwa. Na tych stronach nie zabraknie zwierzęcego uroku, ludzkiej pasji oraz powodów do uśmiechu.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

WETERYNARZ ROKU MIEJSCE I

Pasję z dzieciństwa zamieniła na pracę



Kinga Mach,
OmniVet,
Kielce

Dlaczego zdecydowała się na weterynarię? - To wszystko dzięki pasji z dzieciństwa. Zwierzęta od zawsze były mi bardzo bliskie. Od najmłodszych lat jeździłam konno i uwielbiałam to. Chciałam być blisko zwierząt, więc weterynaria przyszła do mnie naturalnie. Dziś specjalizuję się w psach i kotach. I naprawdę sprawia mi to ogromną satysfakcję - wspomina nasza zwyciężczyni. A co daje jej największą radość? Cieszy się z każdego zwierzaka, któremu udało się pomóc. Bardzo ceni sobie także miłe słowa opiekunów i widoczną ulgę na ich twarzach, kiedy ich ukochany pupil wraca do zdrowia.

A jak zareagowała na zwycięstwo w kategorii Weterynarz Roku? - To bardzo ważne wyróżnienie, zwłaszcza dlatego, że nie mam za sobą długie stażu pracy. Miło wiedzieć, że chociaż nie pracuję długo, to dla kogoś moja praca i zaangażowanie są ważne i warte docenienia - mówi Kinga Mach.

MIEJSCE II



Anna Wojtczak,
Gabinet weterynaryjny Wola ogonka,
Wola Kopcowa

MIEJSCE III



Agnieszka Dańko-Maciąg,
Gabinet Weterynaryjny DANWET,
Starachowice

GROOMER ROKU MIEJSCE I

Zwierzęta wychodzą piękne i zadbane



Klaudia Knez,
Golden Groomer - Salon Pielęgnacji Psów, Zagnańsk

- Zwierzęta od najmłodszych lat były mi bardzo bliskie, w szczególności psy. Na studiach behawiorystycznych podczas praktyk studenckich, które odbywałam w salonie groomerskim, połknęłam bakcyla. Stało się to moją ogromną pasją i od tamtej pory nieustannie rozwijam się, uczestniczę w szkoleniach i seminariach, aby mój salon był miejscem pełnym miłości, a usługi mogły być świadczone na najwyższym poziomie - opisuje Klaudia Knez. Największym wynagrodzeniem jest zadowolenie klienta i merdający ogon psa po wizycie. Wtedy wie, że stanęła na wysokości zadania i dała z siebie 100%. Komfort psiaka to dla naszej laureatki zawsze priorytet. Poza pracą ze zwierzętami współpracuje też z ludźmi, czyli ich właścicielami, zatem umiejętność komunikacji i rozwiązywania problemów, które mogą wystąpić to coś, czego każdy groomer z pewnością musi się nauczyć: - Ten zawód na pewno uczy pokory.

MIEJSCE II



Klaudia Foltyn,
Dream's Dog Studio Psiej Metamorfozy,
Oleszno

MIEJSCE III



Alina Nadkernychna,
Puszek,
Kielce

BEHAWIORYSTA/TRENER ZWIERZĄT ROKU MIEJSCE I

A wszystko dzięki miłości do psów



Andrzej Zborowski,
Ostrowiec Świętokrzyski

Miłość do zwierząt była początkiem drogi zawodowej tegorocznego zdobywcy tytułu Behawiorysta/Trener Zwierząt Roku w skali całego województwa świętokrzyskiego w plebiscycie Pupil Roku 2026. To właśnie pasja do czworonożnych przyjaciół i chęć lepszego zrozumienia ich potrzeb sprawiły, że nasz zwycięzca postanowił związać swoją przyszłość z pracą ze zwierzętami.

Andrzej Zborowski (Ostrowiec Świętokrzyski) w codziennej pracy największą satysfakcję przynoszą mu trudne przypadki. Każde zwierzę wymaga indywidualnego podejścia, cierpliwości i zaangażowania.

Tytuł Behawiorysty/Trenera Zwierząt Roku jest dowodem na to, że profesjonalizm, zaangażowanie oraz prawdziwa pasja do pracy ze zwierzętami są dostrzegane i doceniane przez lokalną społeczność.

MIEJSCE II



Dominika Kowalczyk,
Na psa urok,
Kielce

MIEJSCE III



Kamila Włudzik,
BlackDog - behawiorysta i trener psów,
Włoszczowa

SKLEP ZOOLOGICZNY ROKU MIEJSCE I

Życzliwość, doświadczenie i szczera troska



Sklep zoologiczny u Magdy,
Staszów,
Kościuszki 39

Sklep zoologiczny u Magdy (Staszów, Kościuszki 39) działa już od 2006 roku. Przez te wszystkie lata stał się miejscem, do którego klienci wracają nie tylko po karmę i akcesoria dla swoich pupili, ale również po sprzęt wędkarski, przynęty i fachową poradę przed kolejną wyprawą nad wodę. - Zdecydowałam się na otwarcie sklepu ze względu na swoją miłość do zwierząt. Od zawsze w domu był pies, kot, rybki, ryby w stawie i ptaki. Od początku najważniejsza była dla nas bliskość z klientami i ich zwierzętami. Każdy pies, kot, królik, ptak czy inne zwierzę ma swoje potrzeby, dlatego staramy się podchodzić do każdego opiekuna indywidualnie i zawsze służyć fachową pomocą - opisuje Magdalena Hawryluk. Każdy opiekun może czuć się swobodnie i mieć pewność, że znajdzie tu nie tylko dobry produkt, ale przede wszystkim życzliwość, doświadczenie i prawdziwą troskę o zwierzęta.

MIEJSCE II



MaxiAgro,
Jędrzejów,
Głowackiego 1A

MIEJSCE III



Sklep zoologiczno-wędkarski,
Kielce,
Piekoszowska 39

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PUPIL ROKU



Lusia
Właściciel: Aleksandra Rydzak-Stąpór, powiat sandomierski



Tygrys
Właściciel: Adrian Kwapien, powiat jędrzejowski



Mićka
Właściciel: Renata Polańczyk, Kielce



Enzi
Właściciel: Magdalena, powiat opatowski



Puszek
Właściciel: Izabela Żuralska-Pisz, powiat kielecki



Akira
Właściciel: Joanna Boduch, powiat staszowski



Beza
Właściciel: Paulina Ziętala, powiat ostrowiecki



Zosia
Właściciel: Milena Półtorak, powiat starachowicki



Pola
Właściciel: Kaczmarek Grzegorz, powiat włoszczowski

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PUPIL ROKU



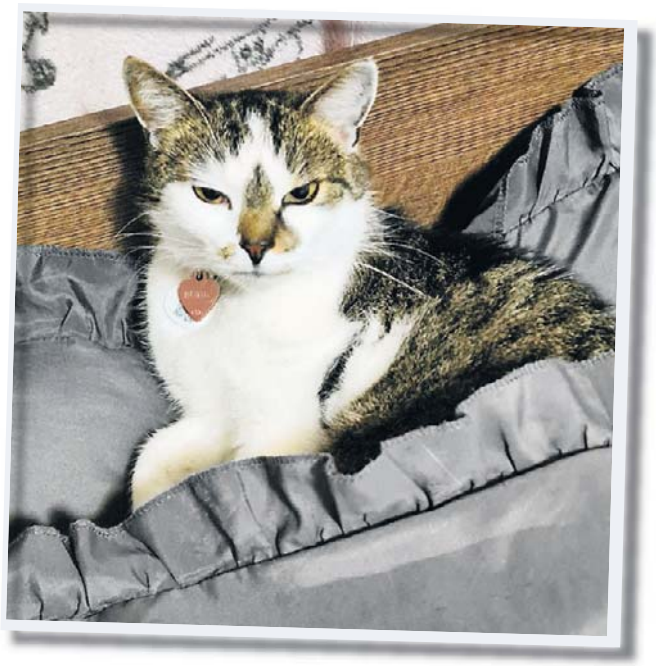
Luis
powiat konecki



Pola
Właściciel: Beata Duda, powiat skarżyski



Kaja
Właściciel: Małgorzata Modzelewska, powiat buski



Bunia
Właściciel: Aleksandra Wierzbowska, powiat pińczowski



Madzia
Właściciel: Monika Leszczyńska, powiat kazimierski



Pysia
Właściciel: Renata Barucha, Kielce



Muniek
Właściciel: Olga Borzęcka, powiat jędrzejowski



Rei-ken
powiat sandomierski

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PUPIL ROKU



Tobi i Loli
Właściciel: Nikola Fidos, powiat konecki



Abi
Właściciel: Ilona Zawadzka, powiat ostrowiecki



Lori
Właściciel: Sylwia Klimek, powiat kazimierski



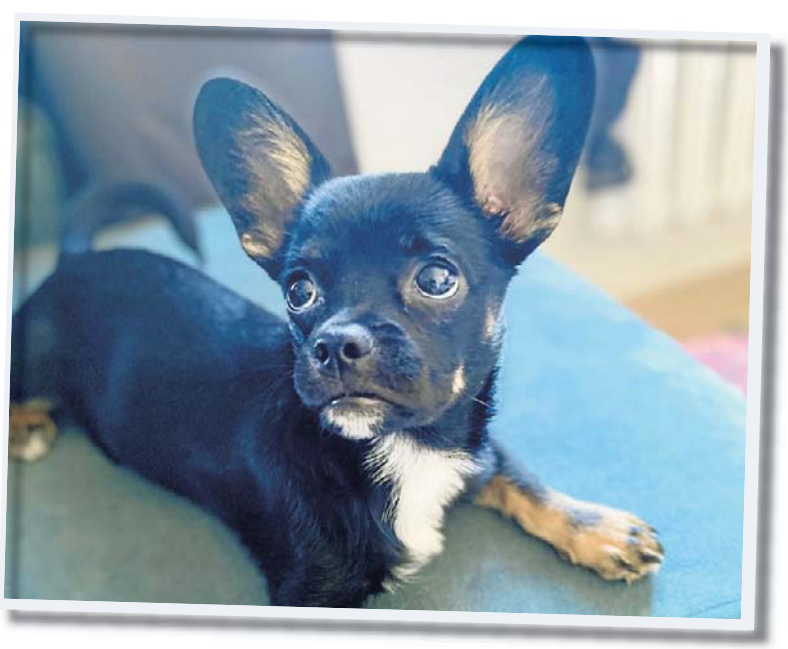
Tekila
Właściciel: Sylwia, powiat kielecki



Karmel
Właściciel: Katarzyna Gębarowska, powiat opatowski



Maks
Właściciel: Maja Wyrzykowska, powiat staszowski



Jaga
Właściciel: Karina Piotrowska, powiat skarżyski



Asior
Właściciel: Krystian bator, powiat włoszczowski

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PUPIL ROKU



Scooby
Właściciel: Urszula Widlińska, powiat pińczowski



Brody
Właściciel: Jakub Polewany



Karmelek
Właściciel: Izabela Pluta



Szalik
Właściciel: Weronika Wiatrowska



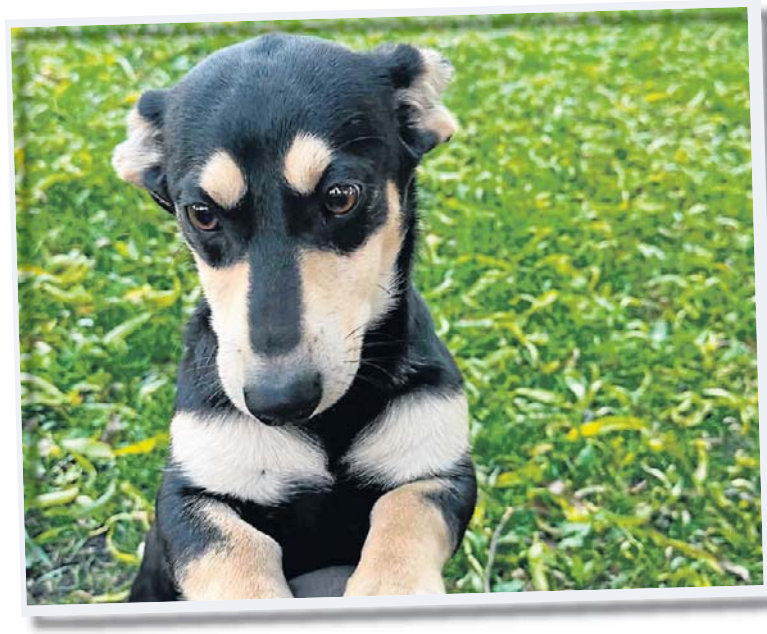
Pestuś
Właściciel: Klaudia Korol



Pira
Właściciel: Paulina



Bunia
Właściciel: Rafał Szeląg, powiat starachowicki



Kabanos
Właściciel: Michał Kwiecień, powiat buski

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PLEBISCYT EDUKACYJNY 2026

Każdy nauczyciel ma swoją historię, zainteresowania i pasje

Kim są ci, którzy każdego dnia stają przed tablicą? Co sprawiło, że wybrali taki zawód? Co daje im satysfakcję? Poszukaliśmy odpowiedzi na te pytania, bo chcemy pokazać uczestników plebiscytu edukacyjnego nie tylko jako nauczycieli, ale także jako ludzi z własnymi historiami.

Dzwonek, gwar na korytarzu, ostatnie rozmowy przed wejściem do klasy, a potem lekcja. Nigdy taka sama, bo szkolna codzienność rzadko bywa przewidywalna. Wiedzą o tym doskonale nauczyciele klas IV-VIII. Ich uczniowie nie są już małymi dziećmi, ale do dorosłości mają jeszcze kawał drogi. Coraz częściej mają własne zdanie, zadają trudne pytania, sprawdzają granice... Jednego dnia zaskakują dojrzałością, drugiego potrzebują wsparcia dorosłych. Praca z nimi wymaga nie tylko wiedzy, ale też zrozumienia, cierpliwości, umiejętności słuchania, a często także poczucia humoru. W pracy nauczyciela nie brakuje wyzwań, ale jest ogrom chwil, które zostają w pamięci na lata. Radość ucznia, który wreszcie zrozumiał trudne zagadnienie. Podziękowanie za pomoc i obecność. Sukces kogoś, w kogo od początku się wierzyło. To właśnie również z takich małych, ale dużych wydarzeń składa się nauczycielska codzienność.

Kim są ludzie, którzy każdego dnia stają przed szkolną tablicą? Co sprawiło, że wybrali ten zawód? - Będziemy szukać odpowiedzi na te pytania, bo w naszym plebiscycie edukacyjnym chcemy pokazać uczestników nie tylko jako nauczycieli, ale i jako ludzi z własnymi historiami, zainteresowaniami - mówi dziennikarka Katarzyna Adamczyk. Dziś przedstawiamy uczestników kategorii Nauczyciel klas IV-VIII. To pierwsze historie, które będziemy prezentować na naszych łamach.

Więcej o akcji na:
echodnia.eu/swietokrzyskie/nauczyciel

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

Ogromną wartością są relacje z podopiecznymi



- Od zawsze uważałam, że nauczanie to coś więcej niż przekazywanie informacji, to także inspirowanie, motywowanie i pomaganie młodym ludziom w odkrywaniu ich możliwości. Z czasem utwierdziłam się w przekonaniu, że właśnie w tej pracy mogę realizować się zawodowo, łącząc zamiłowanie do języków z pracą z młodzieżą. Dziś, po wielu latach pracy, wiem, że była to dobra decyzja - tłumaczy Katarzyna Matysek (Społeczna Szkoła Podstawowa STO, Starachowice). Największą satysfakcję daje jej obserwowanie postępów uczniów, ich sukcesów i rosnącej wiary we własne możliwości. Cieszy ją, kiedy młodzi ludzie przełamują bariery językowe, zaczynają swobodnie komunikować się po angielsku i odkrywają, że nauka może być fascynującą przygodą. Ogromną wartością są dla niej również relacje z uczniami oraz możliwość towarzyszenia im w rozwoju. Dodatkową motywacją jest realizacja projektów międzynarodowych Erasmus+. - Każdy sukces moich podopiecznych przypomina mi, dlaczego wybrałam ten zawód.

Poza szkołą najchętniej podróżuje, odkrywa nowe miejsca i poznaje inne kultury. Inspiracje przywiezione z podróży często wykorzystuje także w pracy z uczniami.

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

Od 21 lat przekazuje uczniom swoją pasję



Arkadiusz Modzelewski (Szkoła Podstawowa w Brzostkowie, Nowy Korczyn) jest nauczycielem wychowania fizycznego, edukacji dla bezpieczeństwa oraz opiekunem świetlicy.

Od ponad 21 lat przekazuje uczniom swoją wiedzę i pasję do sportu, umiejętnie łącząc aktywność fizyczną z edukacją oraz szacunkiem dla dziedzictwa narodowego. Przez lata pracy pedagogicznej nauczył się przekładać zdobyte doświadczenie na realny rozwój swoich podopiecznych. Zależy mu na tym, aby wśród dzieci i młodzieży rozwijały się poczucie tożsamości lokalnej, ciekawość poznawania najpiękniejszych zakątków Polski, zainteresowanie kulturą, zabytkami oraz regionalnymi tradycjami.

Za swoje wieloletnie zaangażowanie na rzecz społeczności lokalnej i rozwoju sportu został uhonorowany tytułem Osobowości Roku 2024 w powiecie buskim w kategorii działalność społeczna i charytatywna. Nominowany jest również silnie związany z regionalną piłką nożną i kulturą fizyczną. Pełni funkcję prezesa zarządu jednego z najstarszych klubów piłkarskich na Ponidziu, KS Wisła Nowy Korczyn.

LIDERZY RANKINGÓW

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

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Magdalena Górczyńska,** Oddział Przedszkolny w Publicznej Szkole Podstawowej im. Marszałka Józefa Piłsudskiego, Iwaniska
2. **Sylwia Wojtasik,** Oddział Przedszkolny w Samorządowej Szkole Podstawowej im. ks. Andrzeja Biernackiego, Wielgus
3. **Beata Chyb,** Oddział Przedszkolny w Szkole Podstawowej, Ćmińsk

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

1. **Katarzyna Szumska,** Publiczna Szkoła Podstawowa w Woli Morawickiej, Wola Morawicka
2. **Anna Cukrowska,** Szkoła Podstawowa nr 8 im. Stefana Żeromskiego, Skarżysko-Kamienna
3. **Sylwia Dorosz,** Społeczna Szkoła Podstawowa STO, Starachowice

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

1. **Anna Mazurkiewicz,** Szkoła Podstawowa nr 39 im. Stanisława Moniuszki, Kielce
2. **Katarzyna Matysek,** Społeczna Szkoła Podstawowa STO, Starachowice
3. **Mateusz Osman,** Szkoła Podstawowa im. ks. Piotra Ściegiennego, Bilcza

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Paulina Jarosz,** Zespół Szkół ZDZ, Kielce
2. **Agnieszka Koniarz,** Technikum im. Płk. Józefa Hartmana w Zespole Szkół, Sędziszów
3. **Małgorzata Giemza,** Zespół Szkół nr 1 im. Mikołaja Kopernika, Ostrowiec Świętokrzyski

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **dr inż. Izabela Pliszka,** Wydział Zarządzania i Modelowania Komputerowego Politechniki Świętokrzyskiej, Kielce
2. **dr Łukasz Kaczmarek,** PWSH Pomerania Filia, Starachowice
3. **dr n. o zdr. Magdalena Dudzikowska,** Wydział Nauk o Zdrowiu UJK, Kielce

DYREKTOR PLACÓWKI EDUKACYJNEJ

1. **Izabela Molenda,** Centrum Nauki i Biznesu Żak, Starachowice
2. **Joanna Chojnacka,** Publiczna Szkoła Podstawowa im. Stefana Żeromskiego, Fałków
3. **Mirella Kanarska,** Przedszkole Publiczne nr 7, Ostrowiec Świętokrzyski

PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

1. **Justyna Grochowiak,** Samorządowa Szkoła Podstawowa im. Edwarda Haruzy, Dobiesławice
2. **Edyta Czajka,** Przedszkole Samorządowe, Dwikozy
3. **Agnieszka Mortas,** Szkoła Podstawowa im. J. Kochanowskiego, Piekoszów

LOGOPEDA ROKU

1. **Aleksandra Drygaś,** Centrum Rozwoju Dziecka, Kielce
2. **Milena Sobieraj,** Publiczna Szkoła Podstawowa im. Wandy Pomianowskiej, Radkowice Kolonia
3. **Wiktoria Miszczyk,** Miejski Zespół Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych w Kielcach, Szkoła Podstawowa nr 19 w Kielcach, Kielce

PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Przedszkole i Żłobek Zielony Domek,** Kielce, Batalionów Chłopskich 141C
2. **Niepubliczne Przedszkole Miś,** Końskie, Wjazdowa 13
3. **Przedszkole Niepubliczne Językowa Akademia Przedszkolaka,** Busko-Zdrój, os. Kościuszki 13

SZKOŁA ROKU

1. **Społeczna Szkoła Podstawowa STO w Starachowicach,** Starachowice, Iłżecka 39
2. **Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II,** Mściów, Mściów 100
3. **Szkoła Podstawowa im. Stefana Czarnieckiego,** Czarnca, Szkolna 16A

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **spell&tell,** Kielce, Wspólna 5/12
2. **Global Village Szkoła Języka Angielskiego - Starachowice,** Starachowice, 6 Września 55A

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na:
www.echodnia.eu/swietokrzyskie/nauczyciel

eprasa.pl 5f9fadfa0b

PROGRAMOWO

G. 20:00

Barwy szczęścia

TVP 2

Hubert próbuje dogadać się z Lucyną, aby wykupić jej udziały w nieruchomości na Zacisznej. Seniorka stawia jednak zaporowe warunki, żądając aż miliona złotych. W tym samym czasie Emil demonstracyjnie okazuje wrogość Adamowi, otwarcie traktując lokatora jak pasożyta. Napiętą atmosferę przełamuje dopiero wspólna nauka matematyki – gdy chłopak pomaga nastolatkowi w lekcjach i szczerze opowiada o bolesnej traumie z dzieciństwa, junior ostatecznie zmienia do niego nastawienie. Karolina po raz kolejny zaskakuje Bruna zdecydowaną deklaracją: skoro mąż zmusił ją do odejścia z hotelu, zamierza jak najszybciej znaleźć nową pracę. Równolegle Małgorzata bezskutecznie próbuje nakłonić Rawiczową, by ta wyjawiła Brodzie prawdę o jego pochodzeniu. Seniorka pozostaje jednak nieugięta, uparcie twierdząc, że milczeniem chroni Cezarego.





G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Borys zarzuca Elizę papierkową robotą. Liczy, że taka taktyka wymiernie zaowocuje i dzięki temu wybiegowi Olszewska nie będzie się wtrącała w rządzenie klubem. Cały jego misterny plan obraca się w proch – i to w ekspresowym tempie. Odbiera mu mowę, gdy Eliza szybko ogarnia temat i sama ustala zasady. To jednak dopiero pierwsze koty za płoty. Trener Koczarski krzywi się na paniusię w zarządzie klubu. Kamili także nie podoba się jej obecność, postrzega Elizę jako konkurencję, co uruchamia w niej... zazdrość o Borysa. Natomiast Ewa martwi się o zdrowie Karola, który ostatnio częściej łapie zadyszki i skarży się na bóle w klatce. Gdy Karol, zajęty pracą, odmawia pójścia na badania, Ewa prosi Briana, zeby czuwał nad samopoczuciem szefa. Tymczasem Szymon dostaje od lekarzy niewesołe wieści. Przed Martą udaje, że nie jest źle.

G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN

Lekarze próbują ratować życie Julki, która doznała zawału serca po przedawkowaniu narkotyków. Nie wiadomo, czy niedotleniony organ odzyska sprawność – po operacji dziewczyna jest wciąż nieprzytomna. Igor chce chociaż zobaczyć córkę, ale nagle w szpitalu pojawia się Leon. Chłopak chce zmasakrować kolegę Julii, który namówił ją do ucieczki z ośrodka! Nowak uświadamia mu, że czuł dokładnie taką samą wściekłość wobec niego i że nie tego teraz potrzebuje Julka... Iga znajduje w zabezpieczonych przez policję plikach pedofilskich zdjęcia małego synka Leśniewskich. Przybysz pyta zszokowanych rodziców, jak to się mogło stać. Marta i Mikołaj orientują się, że to Stefek ostatnio nieustannie fotografował brata. Tymczasem Bradecka prosi Fabiana o poparcie u szefa. Nowy gwiazdor chętnie pomoże – ale nie za darmo. Zaprasza ją do siebie... Sąsiadka Cieślików odkrywa, że ktoś włamał się do jej piwnicy i ukradł jej coś bardzo cennego. Starsza pani ma pretensje do nowych sąsiadów. Pani Janina zgłasza kradzież z włamaniem, a do Cieślików przyjeżdża aspirant Klusek.



G. 20:30

Felicita

TVP 1

Ewka przyjeżdża do Polignano z misją iście karkołomną. Ma zamiar bowiem pomóc Zośce pogodzić się z córką. Początkowo ani ona, ani Oliwka nie są zbyt skore do współpracy... Równolegle Zośka poznaje prawdę o sytuacji Davide. Wraz z Giulią postanawiają znaleźć dla niego bezpieczne schronienie, gdzie lęk nie będzie mu towarzyszył. Przy okazji po raz pierwszy szczerze rozmawiają o Kamilu. Tymczasem w Polignano zjawia się tajemnicza postać.



G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Zuza – była pacjentka Blanki – nadal ukrywa się z Niną, traktując ją jak córkę i zbierając pieniądze, by uciec za granicę. Mario zostaje porwany przez swoich dawnych „przyjaciół" z mafii. Z kolei Wiki znów chwyta za skalpel, gdy Borys ma w pracy nagły atak bólu. Doktor Jakubek proponuje jej pracę.

G. 21:50

Na sygnale

TVP 2

Oliwia jest z córką w ośrodku dla osób w kryzysie. Anna próbuje nauczyć ją opieki nad małą. Wiktor po dyżurze chce porwać żonę na romantyczną wycieczkę, ale ich plany znów burzy jej podopieczna. Zespół doktor Reiter trafia do ratusza, gdzie zasłabł burmistrz. Alek z Romkiem muszą pomóc starszemu pacjentowi, który ma atak paraliżującego bólu i okłamuje ratowników.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

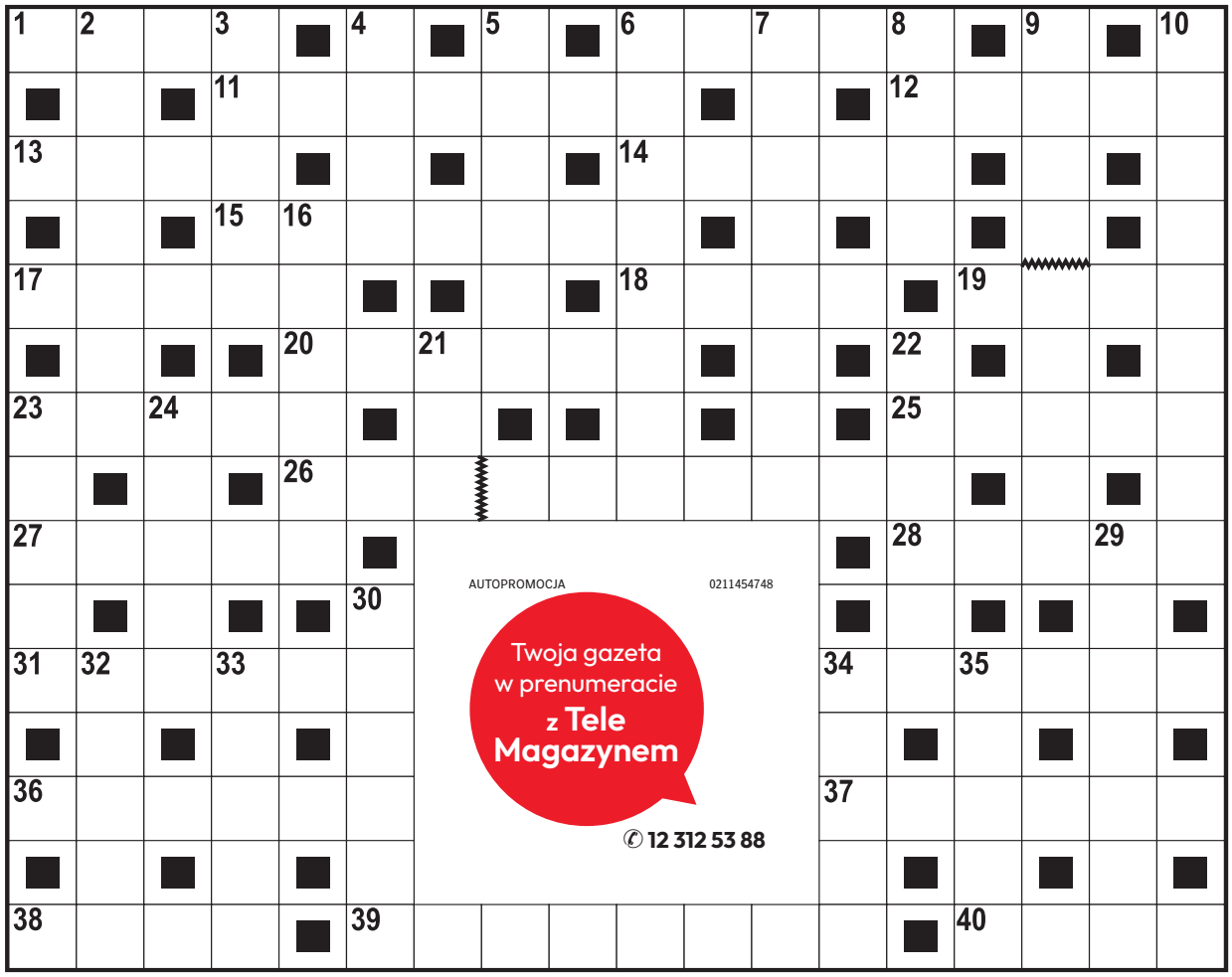
KRZYŻÓWKA NR 163

Poziomo:

1) ciastko z bitą śmietaną,
6) pas skoszonej trawy lub zboża,
11) niewielkie źródło światła,
12) … Skłodowska-Curie, dwukrotna noblistka,
13) rzecz nietykalna, świętość,
14) John, filmowa rola Sylvestra Stallone,
15) murarska lub sportowa,
17) Poncjusz …, rzymski prefekt Judei,
18) karta dań w restauracji,
19) oszklony otwór w ścianie,
20) nowa wersja starego filmu,
23) montażowa w fabryce samochodów,
25) powieść Janusza Meissnera,
26) wiązka suchych gałęzi na podpałkę,
27) antylopa z Afryki, podgatunek oryksa,
28) minerał dla przemysłu szklarskiego,
31) masa serowa z kwaśnego mleka,
34) dawna nazwa naczyń kuchennych,
36) rządy strachu i przemocy,
37) kląskający kuzyn drozda,
38) perkusyjny instrument muzyczny,
39) zamieć śnieżna, kurzawa,
40) poczucie godności osobistej.

Pionowo:

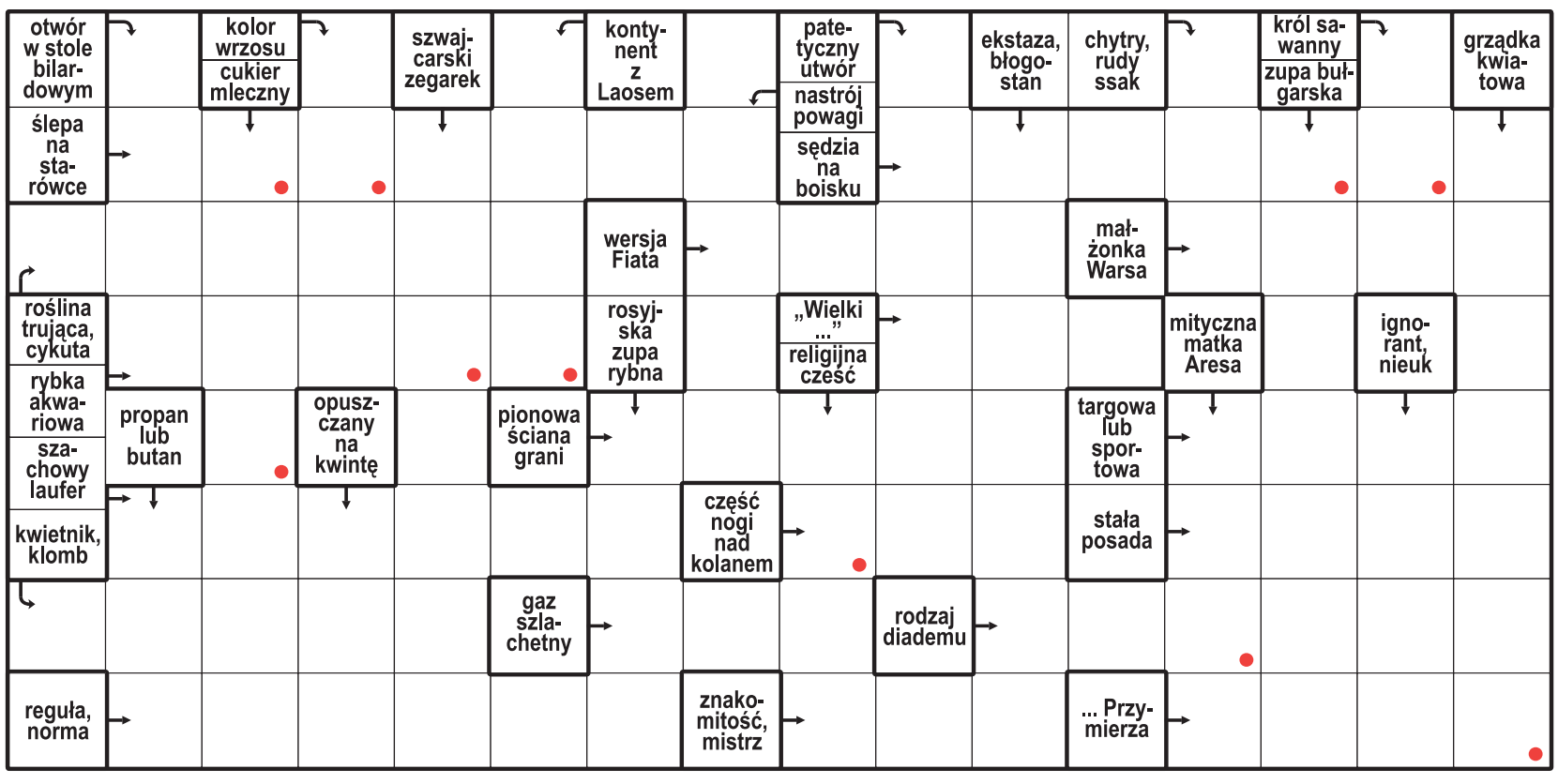
2) sklep z wyrobami tytoniowymi,
3) reguluje przepływ wody w kanale,
4) powolny chód kasztanki,
5) zespół trzech elementów,
6) technologiczna wielkość,
7) żołnierz jednostki specjalnej,
8) trujący opar nad New Delhi,
9) literackie określenie dawnej stolicy Polski,
10) pracownik instytucji udzielającej kredytów,
16) bywa na masce, bywa na witrynie,
21) czerwony kwiat polny,
22) sferyczny - czwarta część powierzchni kuli,
23) kraina historyczna w Azji z Lhasą,
24) towarzyszy władcy, orszak,
29) żałobny utwór muzyczny,
30) warzywo na mizerię,
32) pokrywa skrzyni lub kufra,
33) drapieżny ptak używany do polowań,
34) długotrwały okres bez opadów,
35) „muzyczny” system pracy.



ROZWIĄZANIE NR 162

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: LITERATURA.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wsłuchaj się w serce, ale nie ignoruj rozsądku. Horoskop dzienny wróży, że czyjś czuły gest dostarczy Ci radości.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywność będzie Twoim znakiem rozpoznawczym. Horoskop na dziś radzi wieczorem postawić na relaks.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja da efekty. Horoskop dzienny na środę sugeruje, by nie zapominać o potrzebach bliskich.

Byk (20.04 - 20.05)
Przed Tobą dzień pełen inspiracji. Horoskop dzienny to wskazówka, by wykorzystać sprzyjającą energię.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja pomoże Ci podjąć ważną decyzję. Horoskop na dziś stanowczo podpowiada, by nie bać się zmian.

Rak (22.06 - 22.07)
Harmonia będzie Twoim sprzymierzeńcem. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na nowe znajomości.

Lew (23.07 - 22.08)
Dzień sprzyja planowaniu, ale horoskop dzienny podpowiada, by nie analizować wszystkiego przesadnie.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja energia przyciągnie uwagę otoczenia. Horoskop na dziś radzi postawić na szczerość.

Waga (23.09 - 22.10)
Zadbaj o swoje emocje i relacje z otoczeniem. Horoskop dzienny zapowiada, że ktoś bliski okaże Ci wsparcie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Dzień pełen ciekawych rozmów. Horoskop dzienny mówi, że odkryjesz szansę i chętnie z niej skorzystasz.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Postaw na spokój i cierpliwość. Horoskop na dziś wróży, że wieczór przyniesie ciepło, bliskość i harmonię.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Odważnie realizuj plany. Horoskop dzienny na środę mówi, że nowa znajomość może przynieść inspirację.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

DROBNE

Handlowe

INNE

TANIE kołdry puchowe.
534-222-122

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ
ibo.polskapress.pl

AUTOREKLAMA

Polecamy →

TELEMAGAZYN

Twój wybór programów

telemagazyn.pl

REKLAMA 0011597850

OBWIESZCZENIE

Komornik Sądowy przy Sądzie Rejonowym w Ostrowcu Św. Klaudiusz Smyła
kancelaria komornicza nr III w Ostrowcu Św. ul. Siennieńska 40 2 p.,
27-400 Ostrowiec Św., zawiadamia na podstawie
art. 953 kpc w związku z art. 955 kpc,
że w dniu **10.11.2026 roku o godz. 13.30 w Sądzie Rejonowym w Ostrowcu Św.**
odbędzie się:
PIERWSZA LICYTACJA

nieruchomości położonej w miejscowości Mirkowice 20 gmina Bodzechów stanowiącej własność dłużnika opisanej jako **udział 3/16 w nieruchomości,** posiadającej założoną księgę wieczystą w Wydziale Ksiąg Wieczystych Sądu Rejonowego w Ostrowcu Św. o nr KW **KI1O/00059395/3**.

Wartość udziału 3/16 w nieruchomości oszacowana jest na sumę: **47.631,00** zł.

Cena wywołania w powyższej licytacji wynosi 3/4 sumy oszacowania tj. kwotę: **35.723,25** zł.

Przystępujący do licytacji zobowiązany jest złożyć rękojmię w wysokości 10% sumy oszacowania tj. kwotę: 4.763,10 zł najpóźniej w dniu poprzedzającym przetarg w gotówce lub na konto urzędowe komornika Klaudiusza Smyły:
50 1020 2674 0000 2102 0003 2631 w banku PKO BP S.A. albo w postaci książeczki oszczędnościowej banków upoważnionych według prawa bankowego do jej wystawienia, zaopatrzonej w upoważnienie właściciela do wypłaty całego wkładu stosownie do prawomocnego postanowienia Sądu o utracie rękojmi.

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

REKLAMA 0011600715

Ogłoszenie o III przetargu ustnym nieograniczonym
Wójt Gminy Lipnik

ogłasza III przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż ½ udziału w nieruchomości zabudowanej oznaczonej w ewidencji gruntów jako działka nr **197 o pow**. **0,64 ha** stanowiącej współwłasność Gminy Lipnik, położonej w miejscowości **Usarzów,** przeznaczonej do sprzedaży. III przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż wymienionej nieruchomości posiadającej KW **KI1T/00041456/4**.

Cena wywoławcza – 27 250,00 zł
Wysokość wadium – 2 725,00 zł
Minimalne postąpienie nie może być niższe niż 280,00 zł

W obecnym stanie prawnym sprzedaż ww. nieruchomości zwolniona jest od podatku od towarów i usług (VAT), zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt. 10 w związku z art. 2 pkt 33 ustawy z dnia 11 marca 2004 r., o podatku od towarów i usług (t.j. Dz.U. z 2025 r. poz. 775 z późn. zm.). Jeżeli na dzień zbycia nieruchomości, o której mowa wyżej będzie w obrocie prawnym ostateczna decyzja o warunkach zabudowy i zagospodarowania terenu do ceny osiągniętej w wyniku przetargu zostanie doliczony podatek VAT wg obowiązującej stawki VAT – obecnie jest to 23%.

Przetarg odbędzie się 23 listopada 2026 roku o godzinie 10^{00} w pok. nr 18 w siedzibie Urzędu Gminy w Lipniku.

Działka zabudowana budynkiem mieszkalnym oraz pozostałościami obórki. Nieogrodzona. Opis zabudowy niżej. Przy zabudowie kilkanaście starych drzew liściastych oraz samosiewów. Poza obszarem zabudowy nieruchomość użytkowana jako sad wiśniowy.

Opis budynku mieszkalnego

Parterowy, murowany tradycyjnie, z piwnicą gospodarczą, poddasze nie użytkowe. Ściany zewnętrzne warstwowe, z zewnątrz cegła cementowa, od środka szary pustak. Ściany wewnętrzne z szarego pustaka. Dach drewniany dwuspadowy, kryty dachówką cementową. Od frontu dobudowany ganek z pustaka silikatowego, kryty eternitem falistym, bez orynnowania. Budynek bez ocieplenia i wypraw elewacyjnych.

Tynki wewnętrzne zwykłe. W połowie budynku tynków brak (sień, pokój). Stolarka okienna krosnowa, w ganku okno pcw. Okna w pokojach i kuchni od wewnątrz zabite deskami. Drzwi wejściowe drewniane, wewnętrzne typowe. W kuchni i dostępnego z niej pokoju, podłoga z desek, w sieni i drugim pokoju pierwsza wylewka. Schody na poddasze drewniane drabiniaste.

Budynek wyposażony w przyłącze gazowe, bez licznika, instalację elektryczną aluminiową podtynkową i ogrzewanie piecowe. W pokoju w stanie surowym, okablowania brak. W kuchni, kuchnia węglowa. Ganek, podpiwniczona sień ze schodami na poddasze i do piwnicy, dostępny z niej pokój i przechodnia kuchnia, drugi pokój

Istniejące tynki do równania i napraw lub skucia i położenia na nowo. Podłoga z desek do usunięcia. Stolarka do wymiany**.** Brak wewnętrznych instalacji gazu, wody bieżącej, kanalizacji, co za tym idzie urządzonej łazienki czy wc. Odłączono przyłącze elektryczne.

Opis zabudowy gospodarczej

Obora z kamienia, w ruinie, zachowała się jedna ściana szczytowa i frontowa. Dachu i stropu brak. Pozostałości budynku do usunięcia. Nieruchomość na terenie, na którym brak planu miejscowego. W nieobowiązującym studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania gminy Lipnik, nieruchomość w większości przeznaczona była pod zabudowę zagrodową gospodarstw rolnych **R-4MN** południowym skrajem i od zaplecza grunty użytkowane rolniczo **R-8R**. Nad potokiem niewielki fragment o przeznaczeniu **R-8ZN** - zieleń, zadrzewienia nadrzeczne.

Warunkiem dopuszczenia do przetargu jest wpłacenie wadium w pieniądzu, w terminie do dnia **19 listopada 2026 roku** na konto Urzędu Gminy Lipnik nr **22 9434 1041 2009 1902 8563 0012 Bank Spółdzielczy w Tarnobrzegu Oddział Lipnik**, z podaniem oznaczenia nieruchomości, której wpłata dotyczy. W przypadku wpłacenia wadium w formie przelewu bankowego, wpłata powinna być dokonana odpowiednio wcześniej, tak aby w dniu **23 listopada 2026 roku** wadium znalazło się na rachunku organizatora przetargu. Wpłacone wadium zostanie zwrócone, jeżeli osoba wpłacająca nie wygra przetargu, zaliczone na poczet nabycia nieruchomości – jeżeli osoba wpłacająca przetarg wygra. Sprzedaż nieruchomości odbywa się według stanu prawnego uwidocznionego w ewidencji gruntów. Okazania granic geodezyjnych nieruchomości lub ewentualnego ich wznowienia Nabywca dokona we własnym zakresie i na własny koszt.

W przypadku uchylenia się przez osobę, która przetarg wygra, od zawarcia umowy w formie aktu notarialnego, wadium przepada. Nabycie nieruchomości przez cudzoziemca wymaga uzyskania zezwolenia ministra właściwego do spraw wewnętrznych, na zasadach i trybie określonym w ustawie z dnia 24 marca 1920 roku o nabywaniu nieruchomości przez cudzoziemców (t.j. Dz.U. z 2017 roku, poz. 2278 z późniejszymi zmianami), chyba że zajdą przewidziane powołaną ustawą przesłanki wyłączające wymóg uzyskania takiego zezwolenia. Cudzoziemiec zamierzający przystąpić do przetargu zobowiązany jest przedłożyć promesę wydania zezwolenia na nabycie nieruchomości najpóźniej w chwili otwarcia przetargu.

Poprzedni przetarg na ww. nieruchomość ogłoszony był zarządzeniem nr 84/2022 z 11 sierpnia 2022 roku oraz zarządzeniem nr 35/2026 z dnia 9 czerwca 2026 roku.

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest przedłożenie komisji przetargowej:

1. Oryginału dowodu wpłaty wadium,
2. W przypadku osób fizycznych - dowodu tożsamości,
3. W przypadku osób prawnych – aktualnego wypisu z Krajowego Rejestru Sądowego wystawiony nie wcześniej niż przed upływem 3 miesięcy przed ostatecznym terminem składania ofert lub datą przetargu lub innego rejestru właściwego dla danego podmiotu, właściwych pełnomocnictw, dowód tożsamości osób reprezentujących podmiot.
4. Osoby fizyczne pozostające w związku małżeńskim, w przypadku udziału w przetargu jednego z małżonków przedłożenie zgody drugiego małżonka, o której mowa w art.37 §1 pkt 1 ustawy z dnia 25 lutego 1964 r. Kodeks rodzinny i opiekuńczy (t.j. Dz.U z 2026 r., poz. 236) na dokonanie czynności prawnych związanych z udziałem w przetargu: zgoda powinna być wyrażona co najmniej w formie pisemnej z podpisem notarialnie poświadczonym lub poświadczonym przez wójta i określić rodzaj, przedmiot i istotne warunki czynności prawnej, której dotyczy. Wzór zgody małżonka stanowi załącznik nr 1 do regulaminu przetargu. Jeżeli nabycie nieruchomości ma nastąpić do majątku osobistego, warunkiem dopuszczenia do przetargu będzie przedłożenie: wypisu aktu notarialnego dokumentującego umowę majątkową małżeńską ustanawiającą rozdzielność majątkową, odpis orzeczenia sądowego ustanawiającego rozdzielność majątkową. Wzór oświadczenia stanowi załącznik Nr 2 do Regulaminu przetargu. W przypadku uczestnictwa w przetargu pełnomocnika reprezentującego osobę fizyczną – okazanie notarialnie potwierdzonego pełnomocnictwa upoważniającego do uczestnictwa w przetargu i nabycia nieruchomości za wylicytowaną przez niego cenę. W przypadku uczestnictwa w przetargu osoby będącej cudzoziemcem w rozumieniu ustawy z dnia 24.03.1920 r. (t.j. Dz.U. z 2017 r. poz. 2278 z późniejszymi zmianami) o nabywaniu nieruchomości przez cudzoziemców, zobowiązana jest do uzyskania zezwolenia ministra właściwego do spraw wewnętrznych na nabycie nieruchomości, a najpóźniej w chwili otwarcia przetargu przedłożyć promesę wydania zezwolenia na nabycie nieruchomości. Uczestnik przetargu zobowiązany jest przed przetargiem zapoznać się z dokumentacją i warunkami przetargu. Szczegółowe informacje o przetargu można uzyskać w Urzędzie Gminy w Lipniku, pokój nr 32, w godzinach pracy od 7^{15} do 15^{15} lub telefonicznie pod nr 15 869 14 10 wew. 46. Ogłoszenie o przetargu podlega publikacji na stronach Urzędu Gminy w Lipniku, w BIP, podlega wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy w Lipniku, a także zamieszczeniu w prasie. Zastrzega się prawo odwołania przetargu z uzasadnionych przyczyn.

AUTOREKLAMA

nasze komunikaty.pl

aktualne z całej Polski przetargi

eprasa.pl 5f9fadfa0b

TENIS

Polka chce być najlepsza na świecie

– Wierzę, że Maja będzie kiedyś numerem 1 na świecie. A jak to się stanie, to naturalnie będzie też numerem 1 w Polsce – mówi Piotr Szczypka, menedżer triumfatorki turnieju tenisowego WTA 1000 w Wuhan, Mai Chwalińskiej

Zbigniew Czyż



FOT. ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Czasami i Maja Chwalińska nie może uwierzyć, co się dzieje... Właśnie potwierdziła, że jest wielką tenisistką

Maja Chwalińska wygrała pierwszy w karierze turniej rangi WTA 1000 w Wuhan, zaraz potem wycofała się z turnieju w Ningbo. Jakie są tego powody?

To był dla Mai bardzo ciężki turniej, w którym rozegrała aż sześć meczów. Kosztowało ją to wiele wysiłku, pod względem fizycznym musi dojść do siebie. Jest prawie niemożliwe, żeby za dwa dni grać w takim tempie kolejne spotkanie. Lepiej, aby przepracowała najbliższe dni z fizjoterapeutą i w pełni gotowa przystąpiła do turnieju w Tokio.

Kiedy Maja przenosi się do Tokio?

Turniej zaczyna się 26 października. Organizujemy teraz Mai transport do stolicy Japonii. Możliwe, że dotrze tam już w środę.

Co potem?

Po Tokio zakończy sezon. Planujemy spotkanie z Mają 11 grudnia w Gdańsku. Wtedy zagra z Lindą Nosková w ramach LOTTO Tenis Show. Będzie można sobie zrobić zdjęcie, wziąć autograf, porozmawiać z Mają. Aktualnie nie gra w Polsce, nie ma takich turniejów, w których mogłaby się zaprezentować polskiej publiczności. Teraz chcemy, żeby odpoczęła, zregenerowała się i przygotowała w spokoju do nowego sezonu.

W tym roku Chwalińska zanotowała gigantyczny skok w rankingu WTA. Na początku sezonu pomyślałby pan, że to jest możliwe?

Przed sezonem zakładałem, że Maja awansuje do pierwszej setki zestawienia. Taki zresztą był jej plan. A docelowo, to marzyłem, że będzie kiedyś tak wysoko, jak jest dzisiaj, choć myślałem, że bardziej będą to stopniowe awanse, na 100., potem 50. pozycję i tak dalej. Jak wiadomo, ostatnich sezonów Maja ze względu na kontuzje nie kończyła i nie mogła pokazać swojego całego potencjału, więc z drugiej strony, jej awans byłby możliwy już znacznie wcześniej, ale nie ma co gdybać. Nadrobiła te ostatnie lata z nawiązką. Bardzo się cieszymy, że jest tam, gdzie sobie wymarzyła.

Po zwycięstwie w Wuhan zgłaszają się kolejne firmy, które są zainteresowane współpracą reklamową?

Zainteresowanie Mają jest ogromne, z czego się bardzo cieszymy. Pracujemy też nad tym codziennie. Obecnie ma podpisane umowy z dwoma sponsorami, których logo jest widoczne na jej stroju w trakcie spotkań. Rozmawiamy z innymi firmami, bo na to zasłużyła. Chcemy, aby była zabezpieczona finansowo na dłuższy czas.

Dopływ gotówki spowoduje, że sztab Mai się powiększy?

Maja inwestuje w siebie, dużym plusem jest to, że może zabierać na turnieje swoich fizjoterapeutów, którzy wykonują świetną pracę, pozwalając jej następnego dnia stanąć do rywalizacji. Mecze są długie i wyczerpujące. Poza tym, Maja ma już bardzo duży team, ten, który widać w boksie podczas meczów, ale też ten mniej widoczny. Dopływ gotówki może oczywiście ułatwić nam pracę, której jest bardzo dużo. Od strony sportowej ma wszystko, czego potrzebuje. Od strony pozasportowej, myślę, że jest tak samo.

W półfinale turnieju w Wuhan Maja pokonała Igę Świątek w dwóch setach...

Marzeniem Mai od zawsze było wygrywanie wielkich szlemów i największych turniejów, więc dalej będzie do tego dążyć. Gdy jeszcze niedawno temu mówiłem, że wkrótce znajdzie się w pierwszej setce, to niektórzy ludzie klepali się po głowie. Kariera Mai praktycznie nikogo nie interesowała. Ale nieważne, jak mnie ludzie odbierają. Ja mam swoje wizje, Maja ma swoje. W tym jesteśmy zgodni, ona chce być najlepsza na świecie i będzie robiła wszystko, żeby tak się stało.

Wierzę, że Maja będzie kiedyś numerem jeden na świecie, a jak to się stanie, to naturalnie będzie też numerem jeden w Polsce. Marzeniem Mai jest być numerem 1.

Iga Świątek będzie zatem już wkrótce musiała przełknąć gorzką pigułkę?

Iga jest wielką tenisistką, jest legendą, fantastyczną dziewczyną i to wszystko i tak, jakby nic nie powiedzieć. Wygrała sześć wielkich szlemów, jest inspiracją dla Mai, o czym sama Maja zawsze mówiła. W gorszym czasie Maja zawsze to powtarzała i wierzyła, że może grać tak jak Iga, gdy tylko będzie zdrowa. Znają się, lubią i myślę, że teraz obie będą się mogły tylko pozytywnie nakręcać. Między nimi od zawsze była tylko i wyłącznie zdrowa rywalizacja. ©℗

PIŁKA RĘCZNA

To kluczowy mecz Ligi Mistrzów, który zdecyduje o wyjściu z grupy

Dorota Kułaga

Industria Kielce zagra w środę, 21 października, z HC Kriens-Lucerna. To dla niej kluczowy mecz Ligi Mistrzów.

Po dwóch porażkach z Magdeburgiem mistrz Polski musi wygrać, żeby zapewnić sobie udział w kolejnej fazie Ligi Mistrzów. Początek o godzinie 20.45.

W pierwszym meczu między tymi zespołami, rozegranym w Hali Legionów, Industria Kielce odniosła minimalne zwycięstwo nad HC Kriens-Lucerna 30:29. Drugie spotkanie w środę, 21 października, a jego wynik będzie miał duże znaczenie, jeśli chodzi o sytuację w tabeli grupy F. Liderem jest SC Magdeburg z kompletem 8 punktów. Drugie miejsce zajmuje Industria Kielce - 4 punkty, trzecie HC Kriens-Lucerna - również 4 punkty, a czwarte Kolstad - bez punktu. Dwie drużyny wychodzą do kolejnej fazy tych prestiżowych rozgrywek.

- To jest mały finał, a stawką jest następna runda. Rozumiemy to i przygotowujemy się jak na finał Ligi Mistrzów. Lucerna lubi grę 7 na 6, ale przeciwnicy tego nie lubią, dla obrońców to wymagająca i bardziej taktyczna gra. Rywal pokazał to w pierwszym meczu, byliśmy zaskoczeni, ale mieliśmy już czas, by się przygotować. Z kolei dla atakującego zespołu to prostsza gra, a w Lucernie ten styl jest poukładany. Musimy przez 60 być skoncentrowani, by wykorzystać momenty w tym meczu i przechylić szalę zwycięstwa na swoją korzyść - powiedział na przedmeczowej konferencji prasowej Artiom Karaliok, obrotowy Industrii.

Przyznał, że w dwumeczu z Magdeburgiem były dobre momenty w obronie i ataku. - Wyciągamy pozytywne wnioski i skoro możemy dobrze grać z czterokrotnym uczestnikiem Final Four, to do Szwajcarii jedziemy wygrać przynajmniej dwoma bramkami - dodał kapitan Industrii.

Kamil Siedlarz, asystent trenera Krzysztofa Lijewskiego, powiedział, że drużyna zdaje sobie sprawę z wagi tego spotkania. - Zwycięzca tego meczu zagra w kolejnej rundzie. I chcemy to być my. Industria Kielce musi i chce grać w Lidze Mistrzów, cel jest jasny. Zespół z Lucerny jest pozytywnym zaskoczeniem. Jako debiutant w Lidze Mistrzów pokazał się z dobrej strony, największym jego atutem jest konsekwentna gra 7 na 6 i czerpie z niej korzyści - mówił o rywalu Kamil Siedlarz, drugi trener Industrii.

eprasa.pl 5f9fadfa0b

SPORT

• **Wioletta Kierczyńska** z Brzezin w gminie Morawica okazała się najlepsza w kategorii wiekowej K50 w 12. PKO Półmaratonie Królewskim w Krakowie. Uzyskała czas 1 godzina, 28 minut i 46 sekund.

PIŁKA NOŻNA

Robert Kolendowicz nowym trenerem Korony Kielce! Zastąpił Jacka Zielińskiego

46-letni szkoleniowiec to były piłkarz kieleckiego klubu. Poprowadzi już pierwszy trening. Kontrakt będzie obowiązywał do 30 czerwca 2027 roku z opcją przedłużenia o dwa lata

Dorota Kułaga

Robert Kolendowicz, były piłkarz Korony Kielce, a ostatnio szkoleniowiec Pogoni Szczecin, został trenerem Korony! Zastąpił na tym stanowisku Jacka Zielińskiego, który w poniedziałek, 19 października, został zwolniony z pełnienia funkcji trenera żółto-czerwonych. We wtorek, 20 października, poprowadził już pierwszy trening ekstraklasowej drużyny.

Po zwolnieniu trenera Jacka Zielińskiego sprawy potoczyły się błyskawicznie. W poniedziałek, 19 października, doszło do rozmów włodarzy klubu z Robertem Kolendowiczem. We wtorek zostały one sfinalizowane i były zawodnik żółto-czerwonych podpisał umowę z Koroną.

46-letni szkoleniowiec podpisał kontrakt, który będzie obowiązywał do 30 czerwca 2027 roku z opcją przedłużenia o dwa lata.

- Historia trochę zatoczyła koło. Wyjeżdżałem z Kielc prawie 20 lat temu jako piłkarz, teraz wracam jako trener i to fantastyczne uczucie. Niezwykle się z tego cieszę, bo to znakomite miejsce, które kojarzy mi się z tym słynnym koroniarskim DNA i z tym, że zawsze trudno było tutaj grać. Właśnie w tym kierunku będziemy chcieli się rozwijać – powiedział po podpisaniu umowy Robert Kolendowicz, nowy trener Korony Kielce.



FOT. KORONA KIELCE

Robert Kolendowicz podpisał kontrakt, który będzie obowiązywał do 30 czerwca 2027 roku z opcją przedłużenia o dwa lata

Robert Kolendowicz urodził się 26 września 1980 roku w Poznaniu. Grał na pozycji lewego pomocnika, a swoją przygodę z futbolem na poziomie juniorskim rozpoczynał w lokalnym klubie MKS Chocicza. Profesjonalną karierę rozpoczął w Lechu Poznań, w którym 17 października 1998 roku zadebiutował w ówczesnej I lidze (dzisiejszej PKO BP Ekstraklasie).

W styczniu 2005 roku przeszedł do Korony, z którą podpisał umowę na 2,5 roku. Był członkiem pamiętnej drużyny trenera Ryszarda Wieczorka, która w sezonie 2004/05 wywalczyła pierwszy w historii klubu awans do najwyższej klasy rozgrywkowej. W kieleckim zespole rozegrał łącznie 23 mecze, w których zanotował 5 asyst.

Najwięcej występów zaliczył w koszulce Pogoni Szczecin – 79. Strzelił w nich 8 goli i zapisał przy swoim nazwisku 10 asyst. Na koncie ma 98 występów w Ekstraklasie, w których zdobył 5 bramek i zanotował 14 asyst. Może się też pochwalić jednym występem w reprezentacji Polski. Miało to miejsce 6 grudnia 2006 roku w wygranej 5:2 towarzyskiej potyczce ze Zjednoczonymi Emiratami Arabskimi.

Nowy trener Korony Kielce Robert Kolendowicz ma licencję UEFA Pro. Preferuje ustawienie 4-3-3. W 2015 roku zaczął pracę w strukturach młodzieżowych Pogoni Szczecin. Od maja 2018 roku do sierpnia 2024 roku był asystentem trenera pierwszego zespołu Pogoni – najpierw Kosty Runjaicia, a później Jensa Gustafssona. Dokładnie 15 sierpnia 2024 roku przejął obowiązki pierwszego trenera Portowców, których poprowadził łącznie w 44 meczach (23 zwycięstwa, 7 remisów, 14 porażek; bilans bramkowy: 80:58), notując średnią punktową 1,73.

W sezonie 2024/25 Pogoń pod jego wodzą zdobyła 58 punktów, zajęła 4. miejsce w Ekstraklasie i awansowała do finału STS Pucharu Polski. Po emocjonującym starciu na PGE Narodowym w Warszawie Szczecinianie musieli jednak uznać wyższość Legii Warszawa, która wygrała 4:3. Jego kadencja na ławce trenerskiej Pogoni dobiegła końca 16 września 2025 roku.

PIŁKA NOŻNA

Trener Jacek Zieliński pożegnał się z klubem

Dorota Kułaga

We wtorek, 20 października, były już trener Korony Kielce Jacek Zieliński pożegnał się z piłkarzami i pracownikami klubu.

Dzień wcześniej ten szkoleniowiec został zwolniony z pełnienia funkcji trenera Korony.

Trener Jacek Zieliński przez ponad 2 lata pracował w Koronie. W poniedziałek, 19 października, po kompromitującej porażce 1:6 z Lechem Poznań, został zwolniony z pełnienia funkcji trenera Korony. Dowiedział się o tym podczas spotkania z właścicielem klubu Łukaszem Maciejczykiem i dyrektorem sportowym Pawłem Golańskim.

We wtorek były już trener Korony przyjechał do klubu, wszedł do szatni, pożegnał się z zawodnikami i całym sztabem szkoleniowym. Było też spotkanie z pracownikami klubu i podziękowanie za współpracę. W tym spotkaniu uczestniczył też prezes Leszek Czarny.

Trener Jacek Zieliński skierował też kilka słów do pracowników Korony i kibiców, dziękując za współpracę. - Po ponad dwóch latach kończy się moja praca w Koronie Kielce. Był to czas pełen wyzwań, sportowych emocji, zwycięstw, ale również trudniejszych momentów. Dziś chciałbym podziękować wszystkim, z którymi miałem okazję tworzyć historię tego Klubu.

Przede wszystkim dziękuję Kibicom Korony Kielce. Za Wasze wsparcie, zaangażowanie i przywiązanie do żółto-czerwonych barw. Za atmosferę, którą tworzyliście przy Ścieginnego, i za to, że byliście z drużyną nie tylko w chwilach sukcesów, ale również wtedy, gdy najbardziej potrzebowaliśmy Waszej wiary. Wielokrotnie pokazywaliście, jak wiele znaczy dla Was Korona. To zasługuje na ogromny szacunek. Zawsze Koronę będę kojarzył z Wami, wspaniałymi Kibicami.

Dziękuję zawodnikom za wspólną pracę, zaangażowanie, wysiłek wkładany w każdy trening i mecz. Dziękuję mojemu sztabowi szkoleniowemu oraz wszystkim pracownikom Klubu, których codzienna, często niewidoczna praca, jest niezwykle ważną częścią jego funkcjonowania. Słowa podziękowania kieruję również do władz Klubu za współpracę na przestrzeni ostatnich dwóch lat - napisał Jacek Zieliński.

KRÓTKO

Piłka ręczna

Trzech zawodników do reprezentacji Polski

Trzech piłkarzy ręcznych Industrii Kielce znalazło się w kadrze na listopadowe mecze polskiej reprezentacji z Łotwą i Rumunią w ramach kwalifikacji do mistrzostw Europy 2028. Powołania otrzymali skrzydłowy Piotr Jarosiewicz oraz rozgrywający Piotr Jędraszczyk i Michał Olejniczak. W kadrze jest również absolwent kieleckiej SMS 21-letni rozgrywający, występujący obecnie w hiszpańskim Ademar Leon Patryk Wasiak, syn byłego zawodnika Vive Kielce Radosława Wasiaka, który obecnie jest wiceprezesem Związku Piłki Ręcznej w Polsce. Biało-Czerwoni rozpoczną zgrupowanie w Opolu 1 listopada, a trzy dni później w Stegu Arenie podejmą Łotwę. Spotkanie rozpocznie się o godzinie 18. Cztery dni później reprezentację czeka wyjazdowe starcie z Rumunią w Tulczy (godzina 18). Mecze zainaugurują rywalizację w Grupie 6 eliminacji EHF EURO 2028

DOR

Biegi

Pierwsza edycja Korona Półmaratonu Kielce

Po siedmiu latach do Kielc wraca półmaraton. 3 lipca 2027 roku odbędzie się pierwsza edycja Korona Półmaratonu Kielce. Organizatorzy przygotowują się na przyjęcie 2,5 tysiąca zawodników z całej Polski. Po raz ostatni bieg na dystansie 21 kilometrów i 97,5 metra w Kielcach odbył się w 2019 roku. Była to piąta edycja imprezy organizowanej przez Stowarzyszenie sieBIEGA. Tym razem Kielce będą partnerem wydarzenia, które będzie organizowało Stowarzyszenie Zabiegane Świętokrzyskie. – Już dwa lata temu podjęliśmy myśl, że fajnie byłoby, aby Kielce wróciły do grona miast, które mają półmaraton. Po tych siedmiu chudych latach, poczuliśmy, że czujemy się na siłach, aby zorganizować takie wydarzenie – mówi Jacek Nowalski, prezes Stowarzyszenia Zabiegane Świętokrzyskie. Start i meta będą zlokalizowane na kieleckim Rynku. Półmaraton odbędzie się późnym wieczorem, rozpocznie się o 21. Organizatorzy szykują bardzo ciekawą trasę. – Chcemy pokazać najpiękniejsze zakątki naszego miasta - oświetloną Kadzielnię, Pałac Biskupów Krakowskich, ulicę Sienkiewicza – wyjaśnia prezes Stowarzyszenia Zabiegane Świętokrzyskie.

DOR

eprasa.pl 5f9fadfa0b