

Meksyk, Kuba, a może Tajlandia? Zimowe loty z Pyrzowic to atrakcyjne kierunki **str. 2**



PIOTR ADAMCZYK

Sięgasz po suplementy diety? Najpierw ustal to z lekarzem. Kobięce nowotwory. Co powinno niepokoić? str. 11-12

STRONA
ZDROWIA

DZIENNIK ZACHODNI

Środa
2.11.2022

www.dziennikzachodni.pl

Nr 255 (23 497)
Cena 3,90 zł (w tym 8% VAT)

Szczyt inflacji na początku 2023 roku, potem ma nastąpić jej silny spadek str. 9



FOT. SŁAWOMIR GEDZYSKI

Krok w kierunku stworzenia koreańskiej elektrowni atomowej w Polsce str. 9

Prezydent Zelenski nie ukrywał swojego rozczarowania postawą Izraela str. 10



FOT. SERGEI SUPINSKY/AP/EN

BUDOWNICTWO WOJ. ŚLĄSKIE NA SZÓSTYM MIEJSCU POD WZGLĘDEM LICZBY ODDANYCH NOWYCH MIESZKAŃ

Ceny w górę, ale mieszkań przybywa

Piotr Sobierajski
Śląskie

Ceny galopują w górę, koszty wynajmu oraz rat kredytu też są ogromne. Które samorządy, spółdzielnie, deweloperzy i prywatni inwestorzy w naszym regionie świetnie sobie radzą z budową nowych mieszkań, a gdzie proces ten przebiega powoli?

W 2021 r. oddanych zostało w Polsce do użytkowania 234,9 tys. mieszkań o łącznej powierzchni użytkowej 21,8 mln mkw.

Najwyższe wartości dla mieszkań oddanych do użytkowania, mieszkań, któ-

rych budowę rozpoczęto oraz na których budowę wydano pozwolenia lub dokonano zgłoszenia z projektem budowlanym, odnotowano w 2021 roku w województwie mazowieckim (odpowiednio 44,6 tys., 50,7 tys. i 62,4 tys. mieszkań). Wysokie wartości zanotowano również w województwie wielkopolskim (27,3 tys., 29,5 tys. i 37,2 tys.) oraz dolnośląskim (24,8 tys., 25,2 tys. i 28,9 tys.). Województwo śląskie znalazło się w tym zestawieniu na szóstym miejscu.

W których miastach woj. śląskiego powstało w 2021 roku najwięcej mieszkań? Odpowiedź nasuwa się sama – w tych, które mają najwięcej mieszkańców i gdzie rynek mieszkaniowy jest

duży. Tak, to z reguły prawda, ale często zdarza się, że to mniejsze miasta cieszą się większym zainteresowaniem deweloperów i prywatnych inwestorów, bo tam warunki do życia, dostęp do atrakcji w terenie, opieki medycznej, edukacji, może być nawet lepszy niż w wielkich ośrodkach miejskich.

Deweloperzy przekazali do eksploatacji 141,7 tys. mieszkań – o 0,7 proc. mniej niż w 2020 r., natomiast inwestorzy indywidualni – 88,3 tys. mieszkań, czyli 19,4 proc. więcej. W ramach tych form budownictwa wybudowano łącznie 98 proc. ogółu nowo oddanych mieszkań. W pozostałych formach budownictwa – spółdzielczej, komunalnej,

społecznej czynszowej i zakładowej, oddano do użytkowania łącznie 4637 mieszkań (4149 w 2020 roku). Deweloperzy wybudowali 60,5 proc. wszystkich nowo oddanych mieszkań, a inwestorzy indywidualni – 37,6 proc. W porównaniu z 2020 rokiem udział mieszkań przeznaczonych na sprzedaż lub wynajem spadł o 4,1 proc. Przeciętna powierzchnia użytkowa nowo oddanego mieszkania wyniosła 92,8 mkw. (w 2020 r. – 88,7 mkw.). Średnia powierzchnia mieszkania w budynkach jednorodzinnych ukształtowała się natomiast na poziomie 133,1 mkw., natomiast w budynkach wielorodzinnych – 52,6 mkw. W 2021 r. rozpoczęto budowę 277,4 tys. mieszkań, czyli

o 53,6 tys. mieszkań (23,9 proc.) więcej niż rok wcześniej. Mieszkania realizowane w budownictwie indywidualnym stanowiły 38,2 proc. ogółu, zaś mieszkania przeznaczone na sprzedaż lub wynajem – 59,9 proc. Pozostałe mieszkania zanotowano w spółdzielczej, komunalnej, społecznej czynszowej i zakładowej formie budownictwa. - Ofert w naszym regionie jest naprawdę sporo i to w ciekawych lokalizacjach – mówi pan Marcin, mieszkaniec Bytomia, który chciałby zamieszkać w Katowicach. - Ceny są jednak wysokie, zastanawiam się więc, czy te przenosiny nie będą jednak powyżej moich możliwości – podkreśla.

Czytaj str. 3

RELIGIA

Dziś Dzień Zaduszy. Wspomnienie Wszystkich Wiernych Zmarłych



FOT. ARKADIUSZ GOŁA

1 i 2 listopada to dni szczególne, pełne refleksji i zadumy. To czas wspomnień o tych, którzy odeszli. Bliskich naszym sercom, którzy zapisali się w naszej pamięci. Na zdjęciu cmentarz w Zabrze przy ul. Czołgistów, wczoraj wieczorem.

DĄBROWA GÓRNICZA

Miasto dobre do życia. Takie ma być w 2030 r.

Strategia rozwoju Dąbrowy Górniczej do 2030 roku jest gotowa. Teraz czas, by zaprezentować ten bardzo ważny dokument mieszkańcom i zaprosić ich do konsultacji.

Czytaj str. 6

Sport

Raków w lidze idzie jak burza. Jego trener nie daje sobie w kaszę dmuchać str. 16

Nr ISSN 2353-6195

Nr indeksu 350-079



Jutro w naszej gazecie Pod Paragrafem

● 1933 rok był w Toruniu pechowy. Nie dość, że popełniono tu wtedy dwie zbrodnie, to jeszcze wybuchła dość paskudna afery z armią w tle...

Zamów prenumeratę

Dziennik Zachodni ☎ 32 555 02 05
prenumeratadomowa@dz.com.pl
prenumerata.dziennikzachodni.pl



Cassie Martin zaczęła grę na gitarze w wieku 5 lat, a już jako dziewięciolatka odniosła swój pierwszy sukces w konkursie

Główną nagrodę zgarnęła Francuzka

Jolanta Pierończyk
Tychy

XVIII Międzynarodowy Konkurs Gitarowy im. Jana Edmunda Jurkowskiego wygrała Francuzka Cassie Martin. Drugie miejsce zajął Polak, trzecie - Hiszpan.

20-letnia Cassie Martin wyjechała z Tychów z 5 tys. euro, gitarą romantyczną Fryderyka Firla za 15 tys. zł oraz zaproszeniami na festiwale w takich miastach jak: Balatonfüred 2023 (Węgry), Bratysława 2023 (Słowacja), Kutná Hora 2024 (Czechy), Krynica-Zdrój 2022 (Polska), Olsztyn 2023 (Polska), Tychy 2024 (Polska), a także z zaproszeniem na recital ufundowany przez Akademię Muzyczną im. Karola Szymanowskiego.

Laureat II nagrody Andrzej Grygier z Poznania (w ostatniej edycji też zajął II miejsce) otrzy-

mał 2,5 tys. euro, Hiszpan Hugo Moltó Medina, laureat III miejsca - 1000 euro.

O takim rozdziale nagród zdecydowało jury pod przewodnictwem Marcina Dylli, laureata Międzynarodowego Konkursu Gitarowego im. Jana Edmunda Jurkowskiego z 1996 r. W składzie jury był także laureat z 2002 r. - Francuz Jérémy Jouve. Francja jest w ogóle krajem, którego reprezentanci najczęściej zdobywali tu najwyższe laury. Cassie Martin jest czwartą w tym gronie (wcześniej był wspomniany Jérémy Jouve, następnie - Gabriel Bianco, 2006, i Florian Larousse, 2012). Polacy wygrali ten konkurs trzykrotnie: w 1994 (Marcin Siatkowski), 1996 (Marcin Dylla) i 2008 (Andrzej Olewiński). Zmaganiom uczestników konkursu przygląda się zawsze syn patrona Romuald Jurkowski, który przyjeżdża z Francji. ©©

Dreamlinerem z Pyrzowic na zimowe egzotyczne wakacje

Anna Dziedzic
Turystyka

Na pyrzowickim lotnisku od minionej niedzieli zaczął obowiązywać zimowy rozkład lotów. Znalazły się w nim w sumie 62 trasy regularne i czarterowe na 60 lotnisk do 30 państw.

Choć mogłoby się wydawać, że zima to dla lotniska okres niezbyt dobry, to zima także może być atrakcyjna. - Rozkład zimowy to w lotnictwie tradycyjnie niski sezon. W tym czasie zawsze latamy zdecydowanie mniej, a najmniejszy ruch lotniska w całej Europie notują w styczniu i lutym. Nawiasem mówiąc, to okres, w którym najłatwiej znaleźć tanie oferty na przeloty po Europie. Poprzedni sezon zimowy, ze względu na kryzys wywołany przez pandemię koronawirusa, był dla branży lotniczej niebywale trudny. W trakcie pięciu miesięcy obowiązywania rozkładu „Zima 2021/2022” w Katowice Airport odnotowaliśmy zaledwie 137 tysięcy pasażerów. Na szczęście sytuacja zaczyna wracać do normy, bo nasze prognozy na obecny sezon zimowy zakładają, że od listopada br. do końca marca 2023 roku z siatki połączeń pyrzowickiego lotniska skorzysta około 800 tysięcy podróżnych - mówi Piotr Adamczyk, rzecznik prasowy Katowice Airport.

Zima 2022/2023 na lotnisku w Pyrzowicach to w sumie 62 trasy regularne i czarterowe,



W sezonie zimowym 2022/2023 z pyrzowickiego lotniska dolecimy do najbardziej egzotycznych miejsc

na 60 lotnisk, do 30 państw, na czterech kontynentach, w Europie, Afryce, Azji i Ameryce Północnej. Największą nowością w ramach połączeń regularnych będą loty holenderskich linii KLM do Amsterdamu. To spore wydarzenie, bo to jedna z największych linii lotniczych w Europie. Katowice są szóstym miastem w Polsce, które będzie miało codzienne połączenie z Amsterdamem, dzięki liniom KLM. W ramach siatki połączeń regularnych obsługiwanej przez takie linie lotnicze jak: Wizz Air, Ryanair, Lufthansa, PLL LOT i KLM dostępnych będzie 39 tras.

Katowice Airport to jednak nie tylko loty na trasach regularnych, a przede wszystkim czartery.

Zimowa oferta czarterów obejmuje aż 23 kierunki, w tym 9 to trasy dalekodystansowe. Tradycyjnie w zimie największy wybór dotyczy Egiptu, z Pyrzowic można polecieć do Hurghady, Marsa Alam, Sharm El Sheikh i Taby. Równie bogata jest oferta na Wyspy Kanaryjskie, obejmuje Fuerteventurę, Gran Canarię, Lanzarote i Teneryfę. Dostępna jest także Antalya w Turcji i Salalah w Omanie, Dubaj w Zjednoczonych

Emiratach Arabskich, portugalska wyspa Madera, Agadir w Maroku, czy też tunezyjska wyspa Djerba.

Perłą w koronie pyrzowickiej siatki połączeń czarterowych są trasy dalekodystansowe. W sumie jest ich 9, z tego 6 obsługiwanych będzie szerokokadłubowym Boeingiem 787-8 Dreamliner Polskich Linii Lotniczych LOT.

- W trakcie pandemii koronawirusa biura podróży, a zwłaszcza Rainbow Tours, dostrzegły potencjał pyrzowickiego lotniska w segmencie bezpośrednich dalekodystansowych połączeń czarterowych. Pierwsze tego typu trasy, czyli Meksyk i Dominikana, wystartowały na początku 2021 roku, następnie pojawiły się loty na Kubę. Ta oferta okazała się komercyjnym sukcesem, więc nie tylko w całości jest dostępna w sezonie „Zima 2022/2023”, ale została poszerzona o dwa tajskie kierunki, to jest Phuket i Bangkok. Dzięki zaangażowaniu biur podróży, w szczególności Rainbow Tours, a także TUI Poland oraz Coral Travel, na zlecenie których realizowane będą rejsy Dreamlinerem, pyrzowickie lotnisko w sezonie „Zima 2022/2023” jest jedynym krajowym portem regionalnym z tak bogatą ofertą bezpośrednich dalekodystansowych kierunków czarterowych - mówi Artur Tomasiak, prezes Zarządu Górnos Śląskiego Towarzystwa Lotniczego SA. ©©

Pogoda w regionie

Dzisiaj		Czwartek	
Dzień	Noc	Dzień	Noc
16°C	11°C	14°C	6°C
Piątek		Sobota	
Dzień	Noc	Dzień	Noc
14°C	9°C	16°C	10°C
Barometr 1021 hPa Wiatr zach. 7 km/h Biomet korzystny			

Uwaga: przed nami zmiana pogody. W piątek deszczowo

NUMERY SANEPIDÓW

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

KALENDARIUM

998

Francuski benedyktyn Odylon z Cluny wprowadził obchody Zaduszek. Na dzień modłów za dusze zmarłych wyznaczył 1. dzień po Wszystkich Świętych.

1936

Rozpoczęła regularną emisję najstarsza na świecie brytyjska stacja telewizyjna BBC One, która pierwsze, testowe przekazy, rozpoczęła w 1929 roku.

1947

Odbył się jedyny lot amerykańskiej todzi latającej Hughes H-4 Hercules („Świerkowej Gęsi”), największego w historii samolotu o konstrukcji drewnianej.

2000

Na pokład Międzynarodowej Stacji Kosmicznej (ISS), wybudowanej przy współudziale wielu krajów, przybyła jej pierwsza stała załoga. JJ

DYŻURNY DZ

facebook.pl/dziennikzachodni.pl
mail:m.grabowska@dz.com.pl

Dzisiaj od godz. 7 do 14 jestem reporterką dyżurną. Będę się starała odpowiadać na wszystkie interesujące Państwa kwestie.



Magdalena Grabowska
797 001 078

nasz REGION

25-latek spełnił marzenie i poprowadził tramwaj. Niestety - nielegalnie

Kamil Lorańczyk, PAP
Katowice, Chorzów

25-latek ze Świętochłowic, który ukradł tramwaj z zajezdni w Katowicach, został aresztowany na trzy miesiące. Mężczyzna w nocy z piątku na sobotę wyjechał tramwajem z zajezdni Zawodzie.

Fałszywy motorniczy odpowie za swoją fantazję. Jak poinformował mł. asp. Karol Kolaczek z zespołu prasowego policji w Chorzowie, mężczyzna usłyszał dwa zarzuty: sprowadzenia bezpośredniego niebezpieczeństwa katastrofy w ruchu lądowym oraz zaboru pojazdu znacznej wartości w celu krótkotrwałego użycia. Może grozić mu nawet osiem lat więzienia. Wartość tramwaju marki Pesa, którym 25-latek wy-

jechał, to ok. 7 mln zł. Tramwaj miał numer nieistniejącej linii 33. Mężczyzna zatrzymywał się na przystankach, zabierając pasażerów. - W trakcie przejazdu inny motorniczy zwrócił uwagę na nietypową linię tramwaju i powiadomił o tym dyspozytora. Gdy samozwańczy motorniczy znajdował się w okolicach chorzowskiego Rynku, tramwaj został unieruchomiony przez pracowników zajezdni - relacjonował rzecznik chorzowskiej policji. Nikomu nic się nie stało. Policjanci wskazują, że choć mężczyzna nie posiadał uprawnień do kierowania tramwajem, jego wiedza wystarczyła do podstawowej obsługi tego pojazdu. Podczas przesłuchań 25-latek powiedział, że jako syn motorniczego, również chciał poprowadzić taki pojazd.



FOT. KMP W CHORZOWIE

Wartość pojazdu, którym pokierował 25-latek bez uprawnień do jego prowadzenia, to 7 mln złotych

RUDA ŚLĄSKA

Ponad dziewięć lat katował najbliższych Osiem lat więzienia grozi 33-latkowi z Rudy Śląskiej, który przez ponad 9 lat znęcał się nad najbliższą rodziną. Śledczy ustalili, że mężczyzna wszczywał awantury, podczas których ubliżał żonie. Groził jej i stosował przemoc fizyczną. Podobne zachowanie przejawiał wobec trójki swoich dzieci. Został zatrzymany. Sąd podjął decyzję o tymczasowym aresztowaniu 33-latka na 3 miesiące. **PK**



FOT. GOOGLE STREET VIEW

CHORZÓW

Chorzowscy radni podjęli decyzję o nadaniu jednemu z rond nazwy „Rondo Praw Kobiet”. Chodzi o rondo w ciągu ulicy Nomiarki. Decyzja nie była podjęta jednogłośnie. Uchwałę głosowano 27 października. **MCZ**

Kolejowa bramowa nastawnia „Bt” na liście zabytków, ale...

Magdalena Mikrut-Majeranek
Bytom

Lista zabytków woj. śląskiego powiększyła się o nowy obiekt. Chodzi o budynek bramowej nastawni kolejowej „Bt” na linii kolejowej nr 131 w Bytomiu. Sprawa się jednak skomplikowała.

Właścicielem obiektu jest PKP PLK. Jednakże z uwagi na prowadzoną obecnie przez PKP PLK modernizację linii kolejowej Chorzów Batory - Bytom - Nakło Śląskie miał on zostać wyburzony. Sprzeciwili się temu bytomscy społecznicy ze Stowarzyszenia na Rzecz Zabytków Fortyfikacji „Pro Fortalicium” (już w maju 2021 roku Stowarzyszenie „Pro Fortalicium” złożyło wniosek o wszczęcie postępowania mającego na celu wpis nastawni do rejestru zabytków) i Stowarzyszenia „Miasto dla Mieszkańców”, a miasto zaproponowało przeniesienie nastawni w miejsce, gdzie mogłaby służyć mieszkańcom jako obiekt historyczny.

Po wielu miesiącach oczekiwania udało się. Wojewódzki Urząd Ochrony Zabytków w Katowicach poinformował, że 30 września 2022 r., po ponownym rozpatrzeniu sprawy, do rejestru zabytków nieruchomych województwa śląskiego pod numerem A/850/2022 został wpisany budynek modernistycznej bramowej nastawni kolejowej „Bt”, pochodzącej z lat 30. XX wieku. Obiekt został zaprojektowany



FOT. M. MIKRUT-MAJERANEK

Budynek modernistycznej bramowej nastawni kolejowej wpisano na listę zabytków, jednak jest odwołanie PKP PLK

i zbudowany w 1935 roku, czyli w okresie, w którym Bytom znajdował się jeszcze w granicach III Rzeszy. Posiada formę dwubryłową. W niższej, jednokondygnacyjnej części znajdują się pomieszczenia warsztatowo-techniczne, z kolei w wyższej, nadwieszanej nad torami kolejowymi i wspartej na stalowym filarze - pomieszczenie tzw. nastawnicowni. To tam znajdują się pulpity nastawcze do sterowania ruchem kolejowym.

Do rejestru wpisano także suwakowe urządzenia sterowania ruchem kolejowym, które stanowią wyposażenie nastawni. Decyzja nie jest jednak jeszcze prawomocna z kilku powodów.

- Wpisanie całego budynku nastawni bramowej „Bt” do rejestru zabytków, jak również decyzja PKP PLK o zaprojektowaniu układu torowego stacji w Bytomiu tak, aby zachować nastawnię w nienaruszonym stanie, oznacza, że ten historyczny obiekt nie tylko zostanie uratowany, ale pozostanie na swoim miejscu - podkreśla Michał Bieda,

Obiekt został zaprojektowany i zbudowany w 1935 roku, czyli w okresie, w którym Bytom znajdował się w granicach III Rzeszy.

zastępca prezydenta Bytomia. Wspomniany budynek modernistycznej bramowej nastawni kolejowej „Bt” ulokowany jest na terenie remontowanej obecnie stacji kolejowej w Bytomiu. Jeżeli decyzja o wpisie do rejestru zabytków uprawomocni się, wówczas ochroną objęty będzie budynek bramowej nastawni kolejowej „Bt”, w obrysie jej murów zewnętrznych, wraz z jej integralną nadwieszoną częścią nad torowiskiem, wraz z filarami oraz z suwakowymi urządzeniami sterowania ruchem kolejowym, znajdującymi się w budynku tej nastawni, stanowiącymi jej wyposażenie.

Szybko okazało się, że początkowa euforia po ogłoszeniu tego komunikatu była przedwczesna, a los nastawni bramowej w Bytomiu nadal niepewny.

Jak poinformował Wojewódzki Urząd Ochrony Zabytków w Katowicach, w dniu 20 października wpłynęło odwołanie jednej ze stron postępowania, tj. PKP PLK SA, od decyzji WKZ z dnia 30.09.2022 r. o wpisie do rejestru zabytków bramowej nastawni kolejowej „Bt”, znajdującej się na stacji kolejowej w Bytomiu.

- Odwołanie rozpatrzy Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego - potwierdza przedstawiciel WUOZ w Katowicach.

Sprawa wpisu do rejestru zabytków jest rozwojowa. O kolejnych etapach będziemy informować.

© ©

Gdzie powstaje najwięcej mieszkań? Mikołów na czele rankingu!

Piotr Sobierajski
Mieszkalnictwo

W porównaniu z wynikami ze spisu w 2011 r. liczba mieszkań w naszym województwie wzrosła o 6,9 proc.

Przeciętny czas trwania budowy nowego budynku oddanego do zamieszkania (liczony od daty jej rozpoczęcia do terminu oddania obiektu do użytkowania) w 2021 r. zwiększył się o 2,3 miesiąca w stosunku do roku poprzedniego i wyniósł 41,1 mie-

siąca. Budynki wielorodzinne w analizowanym okresie wznoszono w czasie ponaddwukrotnie krótszym niż jednorodzinne. Zgodnie z wynikami Narodowego Spisu Powszechnego Ludności i Mieszkań 2021 na terenie województwa śląskiego zlokalizowanych było 1815,7 tys. mieszkań - to o 6,9 proc. więcej w porównaniu ze spisem z 2011 r.

Na 31 marca 2021 r. na terenie naszego województwa usytuowanych było 1 mln 815,7 tys. mieszkań, które zlokalizowane były w 710,4 tys. budynków. W porównaniu z wynikami spisu

z 2011 r. liczba mieszkań w województwie wzrosła o 117,3 tys., czyli o 6,9 proc., a liczba budynków zwiększyła się do 77,3 tys., czyli o 12,2 proc.

W których miastach woj. śląskiego powstało zatem w 2021 roku najwięcej mieszkań? Sprawdziliśmy, jak to wygląda w przeliczeniu na 1000 mieszkańców. I tu niespodzianka. Na I miejscu jest Mikołów - oddano tu do użytku 373 mieszkania. Na każdym 1000 mieszkańców przypada więc aż 9,10 nowych lokali. Na miejscu drugim - Katowice. Oddano do użytku



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Na dziennikzachodni.pl prezentujemy listę śląskich miast z informacjami, ile powstało w nich mieszkań w 2021 r.

2325 mieszkań. Na każdym 1000 mieszkańców przypada 8,04 nowych lokali. Miejsce trzecie - Tarnowskie Góry, gdzie powstało 409 mieszkań. Na każdym 1000 mieszkańców przypada więc 6,62 nowych lokali. A jakie miasta zamykają listę? W 2021 roku w Bytomiu oddano 123 mieszkania. W przeliczeniu na 1000 bytomian przypada 0,76 nowych lokali. Knurów - 51 mieszkań. To 1,35 nowych lokali na 1000 mieszkańców. I Zabrze, gdzie w ub. roku oddano 237 mieszkań, czyli 1,40 nowych lokali na 1000 mieszkańców. © ©

Radosław Ś. słuchał zeznań świadków z kamienną twarzą

Robert Lewandowski
Rybnik

W środę 26 października, w Sądzie Okręgowym w Rybniku zeznawali kolejni świadkowie, w sprawie przeciwko Radosławowi Ś., oskarżonemu o zabójstwo policjanta z Raciborza.

Wyjaśnienia składała między innymi kierowniczka stacji benzynowej, na której pojawił się mężczyzna przebrany za policjanta oraz sprzątaczką, która w momencie tragedii prowadziła prace porządkowe na ulicy Chelmońskiego. To tam, 4 maja 2021 roku doszło do zabójstwa policjanta Michała Kędzińskiego. Oskarżonemu został przedłużony tymczasowy areszt do 10 lutego 2023 roku.

Środowa rozprawa była już czwartą z kolei. Mężczyzna usłyszał w sumie sześć zarzutów, w tym o to najpoważniejsze, które dotyczy zabójstwa policjanta Michała Kędzińskiego. W środę 26 października, zezna-



Środowa rozprawa była już czwartą z kolei, przeciwko Radosławowi Ś., oskarżonemu o zabójstwo policjanta z Raciborza. Mężczyzna usłyszał w sumie sześć zarzutów

wała kobieta, która była jednym ze świadków tragedii. Jak podkreślała, nie widziała dokładnie całej tej sytuacji, bo widok zasłaniał jej wysoki żywopłot. Wyraźnie słyszała kilka strzałów.

- Początkowo pomyślałam, że to wystrzał opony. Dopiero kiedy

usłyszałam kilka strzałów, pomyślałam, że może to być strzał z jakiejś broni. Między nimi była przerwa, ale na pewno było ich kilka. Wystraszyłam się i zatrzymałam. W pewnym momencie ktoś krzyknął, żeby uciekać. Z góry, z pobliskiego bloku ktoś

wołał, żeby zadzwonić na policję. Kilka minut później na miejsce przyjechał radiowóz. Podeszłam dalej, żeby zobaczyć, ale powiedziano mi, żeby odsunąć się od tego miejsca. W momencie gdy wracałam do domu, widziałam leżącego policjanta, nie

widziałam jednak jego twarzy. Dalej zauważyłam kogoś siedzącego obok samochodu, ale osoba ta była przytomna - mówiła zeznająca w środę kobieta, która w momencie zabójstwa policjanta sprzątała okolicę.

Będący na sali rozpraw oskarżony, Radosław Ś. słuchał zeznań świadków z kamienną twarzą. Kilkakrotnie spoglądał jednak w stronę swojej żony, która także była obecna w sądzie. Konsultował coś ze swoim prawnikiem, jednak sam nie zabrał głosu.

W sądzie jako świadek stała się również kierowniczka stacji benzynowej, na którą w godzinach porannych feralnego dnia przyjechał Radosław Ś. Kobieta mówiła, że wchodząc do budynku stacji zauważyła policjanta, który zachowywał się nietypowo, jak na osobę o takim zawodzie. Jej uwagę przykuły buty oskarżonego, które zdaniem świadka były inne, niż zazwyczaj noszą policjanci. O adidasach Radosława Ś. mówili także inni świadkowie. W sądzie pojawił się również świadek,

który tuż przed tragedią spotkał na drodze Radosława Ś. Jak podkreślał, w pewnym momencie mężczyzna przebrany za policjanta zatrzymał się na drodze i wysiadł z renault scenic. Dalej na pytania sądu odpowiadał pracownik zieleni miejskiej, z którym rozmawiał Radosław Ś. Świadek wskazywał, że oskarżony podszedł do niego i chwilił się bronią, którą posiadał.

Proces Radosława Ś. odbywa się przed Sądem Okręgowym w Rybniku. Oskarżony o zabójstwo przyznał się do pięciu zarzucanych mu czynów. Nie zgadza się jednak z zarzutem dotyczącym usiłowania zabójstwa pozostałych policjantów, którzy uczestniczyli w interwencji. Jak wynika z akt sprawy, Ś. był już w przeszłości karany za przestępstwa związane z narkotykami. Za nim odsiadka, a przed nim wizja nawet dożywocia. 26 października, sąd przedłużył mu tymczasowy areszt do 10 lutego 2023 r. Kolejna rozprawa miała się odbyć 31 października, ale ją odwołano. ©

Zapora na zalewie zamknięta do wiosny

Oprac. BKK
Rybnik

Nie można już spacerować i jeździć na rowerze czy rolkach po zaporze na zalewie rybnickim w Stodołach. Od 1 listopada zapora jest zamknięta. Ponownie będzie dostępna wiosną.

Nie można już spacerować i jeździć na rowerze czy rolkach po zaporze na zalewie rybnickim w Stodołach. Od wczoraj, czyli od 1 listopada, zapora jest zamknięta. Ponownie będzie ona udostępniona mieszkańcom wiosną przyszłego roku. W ostatnich dniach, kiedy pogoda dopisywała, z możliwości relaksowania się i spacerowania w tak pięknych okolicznościach przyrody, korzystało wielu mieszkańców regionu.

Ta sama sytuacja powtarza się co roku - na czas zimy - zamykana jest dla mieszkańców i turystów, zapora na zalewie rybnickim mieszcząca się w dzielnicy Stodoły. Z informacji przekazanych przez Departament Komunikacji PGE GiEK zapora będzie zamknięta od 1 listopada 2022 roku aż do 31 marca 2023 roku, czyli przez cały okres jesienno-zimowy.

- Teren zapory czołowej w Rybniku Stodołach zwyczajowo zostaje zamknięty na sezon zimowy dla ruchu turystycznego i celów rekreacyjnych. Ten czas zostanie wykorzystany na prace remontowe i utrzymaniowe obiektu - czytamy w oficjalnym komunikacie spółki, która zarządza elektrownią w Rybniku.

Zapora czołowa powstała w 1972 roku jako część infrastruktury hydrotechnicznej elektrowni i ma długość 975 metrów. Dzięki spiętrzeniu wód rzeki Rudy został utworzony sztuczny zbiornik zakładu zwany Zalewem Rybnickim, który jest popularnym miejscem wypoczynku dla wielu osób. Ma on długość ok. 7 km i mieści niemal 22 mln metrów sześciennych wody.

Zalew Rybnicki jest najcieplejszym akwenem w Polsce - to tutaj rozpoczyna się co roku letni sezon żeglarski. Na jego wodach odbywają się liczne regaty, zawody surfingowe oraz wędkarskie, natomiast wokół zbiornika zlokalizowane są wielokilometrowe i bardzo popularne ścieżki rowerowe. I część z nich poprowadzona jest właśnie po betonowej zaporce. ©

Wielki pożar stodoły. Spłonęła słoma, maszyny rolnicze. To mogło być podpalenie

Piotr Chrobok
Pietraszyn

Na 200 tys. zł zostały oszacowane straty po pożarze w Pietraszynie koło Raciborza. W ogniu stanęła tam stodoła. Płomienie strawiły zarówno stodołę, jak i budynek gospodarczy.

To nie była spokojna noc w Pietraszynie (pow. raciborski). Nocą, w poniedziałek, 31 października, około godziny 1.52, przy ul. Dolnej wybuchł pożar stodoły oraz „przyklejonego” do niej budynku gospodarczego. Z ogniem walczyło kilkanaście zastępów straży pożarnej, zarówno zawodowej, jak i ochotniczej.

- Na miejsce zadysponowano dwa zastępy PSP oraz dziewięć jednostek OSP. Dodatkowo dziesiąta jednostka ochotników stanowiła obwód taktyczny - informuje bryg. Roland Kotula, oficer prasowy KP PSP w Raciborzu.

Straże pożarne walczyły z ogniem przez kilka godzin. Akcja gaśnicza zakończyła się dopiero ok. godz. 6.00. Ostatnia jednostka pojechała natomiast z Pietraszyna po kolejnej godzinie, gdy ostatecznie



W akcji gaszenia pożaru wzięli udział strażacy z PSP w Raciborzu i OSP z terenu całego powiatu

stwierdzono, że ogień nie wybuchnie ponownie. W czasie akcji, strażacy mieli pełne ręce roboty.

- Strażacy podali w sumie osiem prądów wody. Cztery z nich bezpośrednio na pożar, a cztery pozostałe w obronie budynków zagrożonych, którymi były sąsiednie domy i budynki gospodarcze - mówi bryg. Roland Kotula.

Pożar był na tyle duży, że ilość wykorzystywanej do jego ugaszenia wody z hydrantów była niewystarczająca, dlatego strażacy zbudowali tzw. magi-

strzałę wodną zasilaną wodą z przepływającej przez Pietraszyn rzeki Krzanówki.

Już po ugaszeniu pożaru, zastępy strażaków sprawdzały pogorzelisko, pod kątem ewentualnych osób poszkodowanych. Szczęśliwie jednak w pożarze nie ucierpiała żadna osoba. Znacznie uszkodzony jest jednak budynek gospodarczy i stodoła, która częściowo została nawet rozebrana.

- Decyzją dowódcy akcji, wyburzona została jedna ze ścian stodoły. Było to konieczne ze względu na walący

się dach budynku, a także jej uszkodzenia, spowodowane wysoką temperaturą - wyjaśniają raciborscy strażacy, dodając, że znaczenie miał też fakt, iż była ona zlokalizowana przy drodze, przez co stanowiła zagrożenie dla ruchu drogowego.

Wstępne szacunki dotyczące strat w pożarze mówią, że sięgają one ok. 200 tysięcy złotych. - 100 tys. zł to straty związane ze zniszczeniem budynków. Kolejne 100 tys. to natomiast straty w sprzęcie rolniczym i słomie - tłumaczą strażacy z Raciborza.

Przypuszczalną przyczyną pożaru stodoły było podpalenie. Na miejscu oprócz dużych sił straży pożarnej obecna była także policja, która prowadzi w tej sprawie postępowanie. Ma ono odpowiedzieć na pytanie, czy rzeczywiście ogień został w stodołę podłożony.

To niestety nie pierwszy taki przypadek w ostatnich tygodniach w regionie. Kilkanaście dni temu spłonęła wiata ze składowaną tam słomą w Nowej Wsi w gminie Lyski. Tam też prawdopodobnie doszło do podpalenia. Straty na rzecz mieszkańca Pogrzebienia sięgnęły 100 tys. zł.

czytaj e-puls.tauron.pl



Te pieski łakną miłości

Nazywam się Karolina Iwanowska, pracuję jako kierownik projektu w Obszarze Akwizycji Projektów OZE będącym częścią TAURON Zielona Energia w Katowicach. Chciałabym podzielić się moją nietuzinkową pasją do psów rasy chihuahua.

Jestem szczęśliwą właścicielką trzech słodziutkich suczek rasy chihuahua: Mini, Daisy oraz Lusi. Nie prowadzę hodowli – jestem pasjonatką tej rasy, a wszystko zaczęło się w 2015 r., kiedy moja znajoma jako pierwsza kupiła szczeniaka. Pamiętam, jak w przeszłości w domu rozmawialiśmy, że jak kiedyś będziemy mieli psa to będzie to duży owczarek, a jeśli mały pies, to na pewno nie chihuahua, ponieważ są krzykliwe. Właśnie takie miałam

wyobrażenie, dopóki nie poznałam bliżej tej rasy.

Po kilku latach posiadania aż trzech psów, z czystym sumieniem mogę potwierdzić – potrafią być szczekliwe, są bardzo inteligentne, słodkie oraz idealnie nadają się do życia w mieście. Rasa słusznie klasyfikowana jest do psów towarzyszących. Są bardzo kontaktowe, i choć najbardziej tolerują obecność przedstawicieli własnej rasy, to potrafią podporządkować sobie także większego czworonoga.

Początkowo miałam jednego pieska, decyzja o kolejnych dwóch zapadła po kilku latach, kiedy zauważyłam, jak bardzo tęskni za domownikami Mini, kiedy zostawała sama w mieszkaniu na cały dzień. Tak dołączyły do rodziny Daisy i Lusia. Moje



„dziewczyny” mają czujny charakter, rozpoznają odgłos samochodu i czekają na mnie przed drzwiami od mieszkania, kiedy wjeżdżam na parking po pracy – a mieszkam na czwartym piętrze. Są żywiołowe i temperamentne, a co za tym idzie bardzo odważne i potrafią mierzyć się z dużo większymi od siebie pupilami. Swojego właściciela są w stanie bronić nie zwracając uwagi na większego od siebie przeciwnika, stąd na spacerach trzeba być czujnym. „Chi” są bardzo delikatnymi pieskami z racji budowy, a szczególnie z uwagi na kruchy układ szkieletowy. Starcie, albo nawet zwykła zabawa z większym czworonogiem, może mieć poważne konsekwencje. Choć pieski są małe i trzeba się z nimi obchodzić delikatnie, to należą do najmniej chorowitych pośród ras. Ich inteligencja i spryt przejawia

się w planowaniu. W domu bardzo często obszczekują, udają kaszel lub kulawiznę podkurczając nóżkę. Wszystko po to aby, zwrócić uwagę właściciela. Bardzo szybko uczą się sztuczek. Te pieski po prostu łakną miłości człowieka, chcą kochać i być kochane.

Moje „chi” bardzo lubią psią modę. Ich stroje dopasowane są na każdą porę roku. Podczas spacerów ich kolorowe stroje zwracają uwagę przechodniów oraz przejeżdżających obok kierowców samochodów. Nie ma spaceru, aby ktoś nie zaczął nas i powiedział: „Jakie słodkie!”, „Jakie maleńkie!”, „Czy to szczeniaki?”, albo „Czy są na sprzedaż?”. Bardzo często podczas rodzinnych wycieczek, ludzie pytają o możliwość zrobienia sobie zdjęcia z moimi psami – to bardzo miłe.

Karolina Iwanowska

Sędziowanie to też sport

Nazywam się Robert Kaczanowski i w TAURON Wytworzenie pracuję jako Główny Inżynier ds. Utrzymania Majątku Mechanicznego. Moja kariera zawodowa rozpoczęła się 25 lat temu w Elektrowni Łaziska. Z branżą związany jestem także rodzinnie, ponieważ mój tata Marian Kaczanowski również pracował w przemyśle i budował elektrownie w Łaziskach Górnych, Rybniku czy Turowie.

Swoje dzieciństwo spędziłem w Tychach i tam narodziła się moja pierwsza sportowa pasja, czyli hokej. W szkole podstawowej trenowałem w klubie GKS Tychy, w kategorii wiekowej „karliki”. Ponieważ hokej to sport sezonowy, chcąc zapełnić sobie wolny czas w okresie letnim wraz z kolegami zacząłem trenować w GKS Tychy również lekkoatletykę i ostatecznie to właśnie przy lekkoatletyce zostałem. W ten sposób, z racji moich warunków fizycznych, rozpocząłem przygodę z rzutem dyskiem i pchnięciem kulą. Moim najlepszym wynikiem było wywalczenie piątego miejsca w pchnięciu kulą w Mistrzostwach Polski Młodzików. Poziom był tak wyrównany, że do brązowego medalu zabrakło mi 20 cm, a do złotego niecałe 50 cm. Dzięki temu wynikowi zostałem objęty szkoleniem Kadry Polski, a przez pewien

okres czasu znalazłem się również w Kadrze Olimpijskiej „C”, przygotowującej się do startu w kolejnych Igrzyskach Olimpijskich. Później okazało się, że jako gospodarza tych Igrzysk wybrano Sydney. Moją dobrą passę przerwała jednak kontuzja kręgosłupa, która wyeliminowała mnie z uprawiania sportu na poziomie zawodniczym.

Dla każdego zawodnika takie przymusowe rozstanie

ze sportem jest trudne do zaakceptowania. Aby zachować z nim kontakt, postanowiłem zostać sędzią sportowym lekkiej atletyki. Posiadam licencję sędziowską ze specjalizacją w rzutach. To dało mi poczucie kontynuacji życia sportowego i otworzyło drogę do nowych doświadczeń i umiejętności. I tak, już w nowej roli, miałem sposobność i ogromny zaszczyt sędziować m. in. naszym najśłynniejszym

lekkoatletom, zdobywcom złotego medalu olimpijskiego: śp. Kamili Skolimowskiej, Anicie Włodarczyk, Szymonowi Ziółkowskiemu czy Szymonowi Majewskiemu. W tle jednak cały czas pozostało zamiłowanie do hokeja na lodzie.

Kiedy pojawiło się ogłoszenie o kursie sędziowskim bez wahania się zgłosiłem. Po kilkutygodniowym szkoleniu zacząłem działać jako sędzia lodowy, czyli ten, który bez-

pośrednio prowadzi mecze na tafli. Tym sposobem, niezależnie od pory roku, mogłem się spełniać sportowo. Na przełomie kwietnia i maja zdarzały się jednak takie dni, że z meczu hokejowego pędziłem kilkadziesiąt kilometrów, by sędziować mityng lekkoatletyczny, a w międzyczasie jeszcze się ożeniłem i urodziło się dziecko.

Nadszedł moment, kiedy po długiej rozmowie z żoną stwierdziłem, że muszę dokonać wyboru: albo lekkoatletyka, albo hokej. Podążając za głosem serca zostałem przy hokeju. Niedawno skończyłem pięćdziesiąt lat – a to wiek, w którym definitywnie kończy się możliwość prowadzenia meczów jako sędzia lodowy. To nie zakończyło jednak mojej przygody z hokejem. Od wielu lat pojawiam się na meczach również jako sędzia techniczny. Działam też na rzecz rozwoju tej dyscypliny. W Polskim Związku Hokeja na Lodzie jestem członkiem Komisji Regulaminowej, w Śląskim Związku Hokeja na Lodzie zasiadam w Zarządzie i kieruję Wydziałem Gier i Dyscypliny. Jestem również tzw. „obsadowym”, czyli przydzielam sędziów do prowadzenia meczów na lodowiskach w Cieszynie i Jastrzębiu Zdroju. Ta działalność przynosi mi ogromną satysfakcję. Wiem, że mam jakiś drobny wpływ na rozwój hokeja w kraju, co postrzegam, jako ogromny zaszczyt i poważne zadanie do wykonania, a przy okazji jestem blisko dyscypliny,

która jest moim ulubionym sportem. Cieszę się, kiedy w efekcie mojej pracy ktoś zacznie się interesować hokejem, chodzić na mecze lub, co więcej, zapisze swoje dzieci do szkółki hokejowej.

Sędziowanie to zadanie, które z żadnej miary nie jest zajęciem nudnym i monotonnym. To czynność, która wymaga najwyższej koncentracji, błyskawicznych reakcji i podejmowania szybkich decyzji. Tu doświadczenie ma swoje znaczenie i zdecydowanie pomaga opanować emocje. Jestem sędzią funkcyjnym, prowadzę również mecze jako spiker lub sekretarz zawodów. Moim największym osiągnięciem był udział w Mistrzostwach Świata w Hokeju na Lodzie Dywizji I rozgrywanych w 2016 roku w katowickim Spodku. Mecz Polska – Austria zgromadził wtedy liczącą ponad 9 tysięcy kibiców widowiskę. Ciężko opisać towarzyszące takiemu wydarzeniu emocje. Jako sekretarz zawodów prowadziłem mecze m.in. podczas rozgrywanek w tym roku w Tychach Mistrzostwach Świata w Hokeju na Lodzie Dywizji I. Współpracowałem tam z międzynarodową ekipą, która pracowała wcześniej podczas Igrzysk Olimpijskich w Pekinie.

Tego rodzaju emocji nie da się porównać do żadnych innych. Ta praca polega na jednoczesnym współdziałaniu z wieloma ludźmi. Zdarzają się trudne sytuacje, ale nie ukrywam, że pomimo ogromnego stresu, lubię to robić.

Elżbieta Guzikowska



PRACUJ W TAURONIE! Kogo szukamy? Jak to zrobić? Sprawdź na pracuj.tauron.pl

Jest nowa strategia rozwoju Dąbrowy do 2030 roku

Oprac. Piotr Sobierajski
Dąbrowa Górnicza

Strategia rozwoju Dąbrowy Górniczej do 2030 roku jest gotowa. Teraz czas, by zaprezentować ten bardzo ważny dokument mieszkańcom i zaprosić ich do konsultacji.

Nowa strategia określi wizję, cele i kierunki rozwoju Dąbrowy Górniczej na osiem najbliższych lat. Nad przygotowaniem dokumentu pracowały cztery zespoły do spraw obszarów społecznego, gospodarczego, przestrzennego i zarządzania miastem. Poruszana przez nie tematyka obejmowała: zdrowie, edukację, politykę społeczną, kulturę i spędzanie czasu wolnego, politykę przestrzenną i środowiskową, transport i mieszkalnictwo oraz rozwój gospodarczy i rynek pracy.

Ponieważ strategia ma odpowiadać na potrzeby mieszkańców, w połowie roku miasto poprosiło dąbrowianki i dąbrowian o wypełnienie specjalnej ankiety, dzięki której twórcy strategii chcieli poznać opinie mieszkańców na temat „ścieżek rozwoju”. Wypełnione przez prawie 2 tys. osób ankiety zostały wykorzystane do przygotowania projektu strategii. Gotowy już dokument teraz zostanie przedstawiony mieszkańcom i skonsultowany z nimi. Do udziału w konsulta-



Dąbrowa Górnicza w 2030 roku ma być miastem zrównoważonym, dostępnym, obywatelskim, dobrym do życia, po skutecznej transformacji gospodarczej.

ciach zachęca prezydent miasta Marcin Bazylak, który we wstępie do projektu strategii napisał: - Kreśląc tę wizję przyszłości, chcemy wspólnie z Państwem budować miasto zrównoważone, obywatelskie, otwarte i doskonałe do życia. Zapraszam do współpracy, bo jestem głęboko przekonany, że tylko wspólnie możemy tę wizję zrealizować.

Do konsultacji - poza dąbrowiankami i dąbrowianami - miasto zaprosiło także: lokalnych partnerów społecznych i gospodarczych, władze sąsiednich miast, gmin i powiatów, Związek Gmin i Powiatów

Subregionu Centralnego Województwa Śląskiego, Zarząd Górnośląsko-Zagłębiowskiej Metropolii, Zarząd Województwa Śląskiego oraz Dyrektor Regionalnego Zarządu Gospodarki Wodnej Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie w Gliwicach.

W trakcie prowadzonych do 2 grudnia 2022 roku konsultacji opinie od mieszkańców zbierane będą na specjalnie przygotowanym formularzu: można go pobrać ze strony: konsultacje.dabrowa-gornicza.pl lub Biuletynu Informacji Publicznej Urzędu Miejskiego w Dąbrowie Górniczej. W obu

miejscach zamieszczony został do pobrania projekt strategii.

Wypełniony formularz z uwagami można przesłać pocztą elektroniczną na adres konsultacje@dg.pl, a także do Urzędu Miejskiego na adres Wydziału Organizacji Pozarządowych i Aktywności Obywatelskiej, ul. Graniczna 21, 41-300 Dąbrowa Górnicza z adnotacją „Uwagi do projektu Strategii Rozwoju Miasta: Dąbrowa Górnicza 2030”.

Formularz można także złożyć w siedzibie Urzędu Miejskiego w Dąbrowie Górniczej, ul. Graniczna 21 lub w Wydziale Organizacji Pozarządowych i Ak-

tywności Obywatelskiej - Centrum Aktywności Obywatelskiej w Dąbrowie Górniczej ul. Sienkiewicza 6A.

Opinie o projekcie strategii zbierane będą także podczas telefonicznych dyżurów pracowników Wydziału Rozwoju, Przedsiębiorczości i Obsługi Inwestorów UM.

A oto fragment strategii rozwoju Dąbrowy Górniczej do 2030 roku:

W 2030 roku Dąbrowa Górnicza jest miastem wygodnym i przyjaznym dla mieszkańców, przyjezdnych, a także dla przedsiębiorców rozwijających tu swoją działalność. Jest to dobre miejsce do życia.

Na przyjazną Dąbrowę Gómiczą składają się: bezpieczne drogi i skrzyżowania, dostępna sieć chodników i dróg rowerowych, miejsca do przechowywania i parkowania rowerów, bliskość do przystanków autobusowych i tramwajowych, intuicyjne i o odpowiedniej częstotliwości połączenia zbiorowego transportu publicznego zarówno lokalnie w mieście, jak i w relacji do innych gmin Górnośląsko-Zagłębiowskiej Metropolii.

To także bogata przyroda o wysokiej bioróżnorodności, która zapewnia czyste powietrze jako naturalny pochłaniacz CO₂, miejsce do wypoczynku, bogata oferta mieszkań, strefy rekreacyjne i ofert pracy dla mieszkańców. ©©

Koniec remontu ulicy

PAS
Siewierz

Przebudowa ulicy Krakowskiej w Siewierzu została zakończona. Inwestycja trwała bardzo długo, zerwano umowę z niesolidnym wykonawcą, ale ostatecznie udało się wykonać całość prac.

Przebudowa ulicy Krakowskiej rozpoczęła się w lutym 2021 roku, a efekty zmian mieszkańcy mieli zobaczyć we wrześniu tego roku. Z każdym kolejnym miesiącem pewne stawało się, że wykonawca tego przedsięwzięcia - firma Junkobud z siedzibą w Chorzowie - nie zdąży na czas, bo nie realizuje kolejnych etapów remontu i przebudowy ul. Krakowskiej. Gmina Siewierz odstąpiła od umowy z winy wykonawcy i wybrała w przetargu nową firmę, która dokończyła tę inwestycję. To firma P.H.U. LARIX Sp. z o.o. z siedzibą w Lublińcu.

Wszystkie prace zostały wykonane zgodnie z umową. Łączny koszt całości tego przedsięwzięcia wyniósł 5,3 mln zł brutto.

Zakres tej inwestycji obejmował przebudowę nawierzchni drogi powiatowej na ul. Krakowskiej wraz ze skrzyżowaniami z ulicą Zieloną, Stoczkową i Ludową, w tym wykonanie jezdni z chodnikami i zjazdami indywidualnymi. Inwestycja została dofinansowana funduszami unijnymi w ramach RPO na lata 2014-2020. ©©

„Środula, krajobraz Mause”. Po premierze

Adam Tobojka
Sosnowiec

28 października, na deskach sceny Teatru Zagłębia odbyła się premiera spektaklu „Środula. Krajobraz Mause” w reżyserii Remigiusza Brzyka, z scenariuszem Igi Gańczarczyk.

Remigiusz Brzyk, znany sosnowieckiej publiczności między innymi z adaptacji powieści Zbigniewa Białasa „Korzenie”, powrócił na deski Teatru Zagłębia z kolejną premierą. „Środula. Krajobraz Mause” w jego reżyserii to spektakl, inspirowany powieścią graficzną Arta Spiegelmana, z dramaturgią sosnowiczanki - Igi Gańczarczyk.

Wielokrotnie nagradzana powieść Arta Spiegelmana „Maus” to historia ocalałego z holocaustu polskiego Żyda, Władka Szpi-

gelmana, której znaczna część rozgrywa się w sosnowieckim getcie. „Środula. Krajobraz Mause” nie jest jednak adaptacją tej historii - stanowi ona jedynie punkt wyjścia do opowiadanej przez Igę Gańczarczyk na wpół zapomnianej historii Sosnowca.

- Odkryciem podczas czytania „Mause” było, że pojawia się tam Sosnowiec i Środula. Chociaż wychowałam się tutaj i uczęszczałam tutaj do szkół, nie łączyłam tej dzielnicy z historią sosnowieckiego getta. Po przeczytaniu tej historii poczułam, że muszę wykonać śledztwo o tych wydarzeniach, o miejscach, z których pochodzę, a historii których nie znam. Komiks był impulsem do podjęcia pracy nad badaniem archiwów, gromadzących informacje o przeszłości tego miejsca - mówi Iga Gańczarczyk. Kolejne spektakle zaplanowane są na 4 i 5 listopada i 10 grudnia. ©©

0010655448

Panu
Tomaszowi Janeczki
Prokuratorowi Regionalnemu
w Katowicach

wyrazy wsparcia i szczerego współczucia
w trudnych chwilach
po śmierci

Taty



śp. **Jana Janeczka**

składa

Minister Sprawiedliwości Prokurator Generalny
Zbigniew Ziobro

0010655458

Wyrazy wsparcia i szczerego współczucia
Dla Pana

Tomasza Janeczka
Prokuratora Regionalnego w Katowicach
Z powodu śmierci

Taty



śp. **Jana Janeczka**

składają

Pierwszy Zastępca Prokuratora Generalnego
Prokurator Krajowy

Zastępcy Prokuratora Generalnego

Zastępca Prokuratora Krajowego

Fotografia to mój świat

Piotr Janicki jest starszym specjalistą ds. realizacji inwestycji we wrocławskim oddziale TAURON Dystrybucji. Z firmą jest związany od czterdziestu lat. W 2011 roku miał udar i, jak sam mówi, wtedy robienie zdjęć stało się dla niego czymś w rodzaju terapii.

Fotografia w Twoim życiu pojawiła się dosyć wcześnie?

W szkole podstawowej pierwsze szlify zdobywałem w kółku fotograficznym w Miejskim Domu Kultury. W szkole średniej „awansowałem” na fotografa klasowego, a nawet szkolnego, obsługując imprezy Zespołu Szkół Zawodowych nr 4. Potem było wojsko, małe dzieci – pasja zeszła na dalszy plan. W momencie, gdy pojawiła się fotografia cyfrowa, kupiłem pierwszą swoją „cyfrówkę”, Minoltę, i od tego czasu zaczęło się pstrykanie na imprezach. Współpracowałem z portalem „Moje Miasto Wrocław” – dzięki temu dostawałem akredytację i fotografowałem koncerty, imprezy i wydarzenia we Wrocławiu. Przez moment byłem też firmowym fotografem we wrocławskim oddziale TAURON Dystrybucji. Od dziesięciu lat współpracuję z cza-

sopismem „Królowa Pokoju” ojców oblatów we Wrocławiu na Popowicach. Współpracowałem także z fundacjami Bente Kahan i Pro Arte, co umożliwiło mi fotografowanie wydarzeń w Synagodze pod Białym Bocianem. Wszystkie moje aktywności są charytatywne. To po prostu pasja i dobra zabawa. Od niedawna należę do grupy - „Foto-space-ry Wrocław”.

Czym ta pasja jest dla Ciebie?

Fotografowanie jest dla mnie dobrą zabawą, pozwala oderwać się od pracy czy innych obowiązków. Daje też możliwość kontaktów z ludźmi, również z dużo młodszymi – to inspirujące doświadczenie.

Jak zrobić dobre zdjęcia?

Trzeba dużo fotografować i zdobywać doświadczenie, nie bać się aparatu, bo się go nie zepsuje. Warto wziąć udział w warsztatach fotograficznych, skorzystać z podcastów, jest ich naprawdę sporo i wiele można się z nich dowiedzieć. Jest też fachowa prasa i interesujące portale fotograficzne.

Czy sprzęt ma znaczenie?

Tak jak we wszystkim, czym lepszy sprzęt - tym lepszej jakości i rozdzielczości

zdjęcia. Zaczynałem od aparatów analogowych, a teraz coraz popularniejsze są aparaty cyfrowe bezlusterkowe. Cena dobrego „bezlusterkowca” zaczyna się w okolicach 7 tys. zł. Do tego nowe „szkła”, czyli obiektywy i koszty rosną. Dobry aparat to ładne zdjęcia. Choć z drugiej strony, niektórzy mówią, że „dobry fotograf to nawet puszką zrobi zdjęcie”. Właśnie przymierzam się do takiego projektu. Widziałem parę zdjęć wykonanych kamerą obscura zrobioną z puszki po kawie - to się nazywa fotografia otworkowa i bardzo mi się to spodobało. Wiesz się puszkę z kliszą w jakimś miejscu i po jakimś czasie wywołuje się naświetloną klatkę.

Czy obecnie fotograf ma łatwiejsze zadanie do wykonania?

Na pewno łatwiej jest zrobić zdjęcie o odpowiednich parametrach. Dawniej w epoce aparatów analogowych stosowano światłomierze zewnętrzne, ale najbardziej dostępna była tabela naświetleń i trzeba było umieć z niej skorzystać. Podziwiam fotografów, którzy kiedyś obsługiwali koncerty czy wydarzenia sportowe, gdzie liczyło się tempo. Teraz automatyka ustawia aparat,



zdjęcie można zrobić bardzo szybko. Jak kiedyś swoim starym aparatem próbowałem fotografować czteroletnią wnuczkę, to zanim ustawiłem ekspozycję i ostrość, ona była już w innym miejscu. Obecnie w dobie fotografii cyfrowej nie ma takich ograniczeń. Nawet telefony mają wbudowane aparaty z cyfrową obróbką.

Gdzie szukasz inspiracji?

Dawniej fotografowałem koncerty. Interesowałem się muzyką i starałem się uwiecznić zespoły, które lubię. Gra światła na scenie i zawody z kolegami w „fosie” kto zrobi lepsze

ujęcie, kto trafi na przykład na „koronę” z oświetlenia na występujących muzykach. To była przygoda. Zawsze fascynowałem się fotografią reportażową, choć z upływem lat potrzebuję więcej czasu, by nabrać dystansu do wykonanych zdjęć. Odkąd współpracuję z grupą Foto-spacery Wrocław zacząłem fotografować ludzi.

Masz w swoich zbiorach jakieś ulubione zdjęcia?

Teraz jak robię zdjęcia dla kogoś, to robię ich dużo i proszę: sami wybierzcie. Każdy fotograf jest związany emocjonalnie ze swoim „dziełem” i trudno

mu dokonać wyboru. Na pewno chętnie wracam do zdjęć swoich dzieci i wnucząt, bo widzę jak się zmieniają. Mam parę fotografii z wykonawcami koncertów, które uwieczniałem – z Grzegorzem Markowskim, Krzysztofem Cugowskim czy Muńkiem Staszczykiem. To bardzo miłe wspomnienia.

Masz jakieś marzenia związane z pasją?

„Choruję” na „bezlusterkowca” i może w najbliższym czasie uda mi się zrealizować to marzenie.

Rozmawiała
Małgorzata Wróblewska-Borek

Ze słupa na matę

Roman Lewicki to mistrz ds. sieci średniego i niskiego napięcia regionu Kłodzko w wałbrzyskim oddziale TAURON Dystrybucji. W firmie pracuje od 1995 roku. Kilka lat wcześniej rozpoczął swoją przygodę z taekwon-do. Dziś jest trenerem, sędzią międzynarodowym i wiceprezesem ds. sędziowskich przy Polskim Związku Taekwon-do.

Czym jest taekwon-do?

To koreańska sztuka samoobrony bez użycia broni. Powstała w roku 1955, a jej twórcą jest gen. Choi Hong Hi. W dosłownym tłumaczeniu taekwon-do to połączenie trzech elementów: stopa, pięść, droga. Na treningach ćwiczy się m.in. techniki ręczne i nożne, układy formalne (czyli formy ruchowe, które składają się z technik ataku i obrony i gdzie kolejność ruchów jest ściśle określona), walki krokowe czy walkę sportową. To idealnie połączenie sztuk walki i sportu.

Jak ten sport pojawił się w Twoim życiu?

Na pierwszym treningu byłem w 1989 roku. W kinach pojawił się film „Wejście smoka” i wielu chłopców było nim zafascynowanych. Ja również należałem do tego grona i dlatego wraz z kolegami postanowiliśmy spróbować. Kiedy poszliśmy się zapisać, na sali pojawiło się niemal 250 osób. I tak zaczęła się moja przygoda z taekwon-do. Były codzienne treningi i ciężka praca, na sali zostawialiśmy hektolitry potu. Pięć lat później zostałem sędzią sportowym, piastowałem różne funkcje, byłem szefem sędziów regionu, a obecnie jestem wiceprezesem Polskiego Związku Taekwon-do ds. sędziowskich i zajmuję się szkoleniem sędziów w Polsce. W 2005 roku założyłem w Nowej Rudzie sekcję taekwon-do przy klubie, w którym trenowałem, a od 4 lat pod moją opieką działa „Klub Taekwon-do ITF Nowa Ruda”.



Czy ta sztuka samoobrony cieszy się dużym zainteresowaniem?

W Polsce trenuje obecnie około 20 tysięcy osób. To całkiem spora grupa.

W latach 90-tych, gdy zaczynałem swoją przygodę, zainteresowanie było ogromne. Później pojawiły się komputery, telefony komórkowe - młodzież szukała innych

wrażeń. Od jakiegoś czasu znów notujemy wzrosty, zwłaszcza wśród najmłodszych.

Czy każdy może trenować taekwon-do?

Trening taekwon-do, jako sztuki samoobrony, można rozpocząć w każdym wieku.

Można trenować dla zdrowia i sprawności fizycznej, ukierunkować się na rywalizację sportową, lub też nigdy żadnych zawodów nie odwiedzić.

Obecnie rozwija się coraz więcej programów treningowych, nad którymi czuwają specjaliści. Taekwon-do KIDS (skierowane do dzieci od 4 roku życia, nastawione na zajęcia ogólnousprawniające z akcentami technik i zasad taekwon-do), Taekwon-do Adapted (skierowane do osób z niepełnosprawnością, które również mogą rozwijać swoją sprawność, z pełnym uwzględnieniem ich ograniczeń fizycznych i psychicznych), czy nawet Taekwon-do Harmony (specjalny program stworzony

dla seniorów). Nigdy nie jest za późno, by zacząć i ciężką pracą oraz zaangażowaniem osiągać kolejne stopnie i umiejętności w drodze do mistrzostwa.

Osobiście wybrałem jeszcze inną ścieżkę rozwoju – drogę sędziowską. Nigdy nie zdecydowałem się, żeby zostać zawodnikiem. W pewnym momencie pojawiła się możliwość sprawdzenia się w charakterze sędziego. Ta przygoda trwa już blisko trzydzieści lat.

Czego uczy ta dyscyplina?

Jako sport pozwala zbudować kondycję fizyczną, ćwiczy szybkość, uczy obrony przed atakiem. Taekwon-do to także sztuka. A to wiąże się z przestrzeganiem pewnych zasad moralnych. Zasady taekwon-do, których uczę ja, i uczą wszyscy instruktorzy już najmłodszych adeptów to: grzeczność, uczciwość, wytrwałość, samokontrola i odwaga. Dla mnie taekwon-do to pasja i styl życia.

Rozmawiała
Małgorzata Wróblewska-Borek

Pracuj w TAURON Dystrybucji!

Więcej informacji znajdziesz tu: tauron-dystrybucja.pl/oferty-pracy

Pacjenci będą mieli dostęp do najnowocześniejszych terapii

Kamil Lorańczyk
Bielsko-Biała

Bielskie Centrum Badań Klinicznych powstało w Szpitalu Miejskim im. Jana Pawła II. Pacjenci będą mieli dostęp do najnowocześniejszych terapii w ramach badań klinicznych.

Pomysł otwarcia Bielskiego Centrum Badań Klinicznych pojawił się tuż po oddaniu do użytku nowego pawilonu Beskidzkiego Centrum Onkologii - Szpitala Miejskiego im. Jana Pawła II, miejsca kompleksowej diagnostyki i leczenia głównie pacjentów onkologicznych. W ciągu ostatniego roku BCO-SM, jako jedna z trzech placówek w województwie śląskim, zyskała również status Breast Cancer Unit i Colon Cancer Unit, czyli jednostki wyspecjalizowanej w kompleksowym leczeniu raka piersi i raka jelita grubego. To i otwarcie nowego pawilonu spowodowało, że w bielskiej placówce chce się leczyć znacząco więcej pacjentów, a szpital otrzymuje od du-



Bielskie Centrum Badań Klinicznych powstało w szpitalu przy ulicy Wyzwolenia

zych, międzynarodowych organizacji oferty wprowadzania nowych, pojawiających się dopiero w Polsce technologii leczenia.

Ponieważ placówka nie ma doświadczenia w administrowaniu dużymi projektami związanymi z badaniami klinicznymi, zwróciła się o pomoc do American Heart of Poland. Tak nawiązała się współpraca, której efektem jest utworzenie

Bielskiego Centrum Badań Klinicznych.

- To właśnie specjaliści z AHP będą administrować projektami badań klinicznych w naszym szpitalu, ponieważ mają wieloletnie doświadczenie w tej materii, a my będziemy mieli możliwość stosowania w leczeniu naszych pacjentów nowych technologii - wyjaśnił dyrektor BCO-SM Lech Wędrychowicz.

Jest szansa, że pierwsze badania kliniczne w BCO-SM będą dotyczyły najnowocześniejszych terapii w zakresie leczenia nowotworów sutka. Propozycję współpracy w tym zakresie zaproponował szpitalowi jeden z międzynarodowych koncernów.

- Ale to wszystko wymaga czasu i przestrzegania procedur, zgód komisji bioetycznych oraz zalegalizowania formalnych kwestii - dodał dyrektor Wędrychowicz.

Osiągnięcia BCO-SM na polu leczenia nowotworów chwali wybitny polski kardiolog prof. Andrzej Bochenek.

- Bardzo się cieszę, że mamy możliwość współpracy z tak nowoczesnym ośrodkiem onkologicznym. Wyposażenie i sława, która towarzyszy BCO-SM, warte doskonałe wyniki w leczeniu w jakiś sposób nobilitują ten ośrodek, ale nas nobilituje to, że będziemy mogli pracować z ludźmi, którzy mają doświadczenie w leczeniu nowotworów i rozumieją problemy pacjentów, u których nowotwór stał się nie chorobą śmiertelną, ale przewlekłą - stwierdził prof. Bochenek.

Wysłużony, ale sprawny bus trafi na Ukrainę, bo tam jest potrzebny

Jacek Drost
Bielsko-Biała

Stary, wysłużony, ale wciąż sprawny 12-osobowy bus Komunikacji Beskidzkiej, trafi na Ukrainę.

- Jesteśmy za ten gest bardzo wdzięczni. Pojazd załadujemy żywnością z przedłużonym terminem do spożycia i przekazemy na wschód - mówi Adam Krzysztos, starosta łańcucki, który koordynuje pomoc dla Ukrainy ze strony Związku Powiatów Polskich.

W uzdrowisku Morszyn, leżącym na południe od Lwowa, w jednym z sanatoriów schronienie znalazło około 300 matek z dziećmi. To rodziny wojskowych, którzy walczą z rosyjskim najeźdźcą. Powiat łańcucki, z racji swojego położenia - niedaleko polsko-ukraińskiej granicy, angażuje się w pomoc sąsiadom.

- Wysłaliśmy dotychczas ponad 100 tirów na Ukrainę, nie ma tygodnia, żeby nie trzeba było pomóc w kilku sprawach związanych z uchodźcami wojennymi tu na miejscu lub w sąsiednim

obwodzie lwowskim - mówi Krzysztos.

Powiat łańcucki zainicjował w Związku Powiatów Polskich zbiórki na używanego busa dostawczego dla sanatorium w Truskawcu.

- Starosta bielski Andrzej Płonka pomógł wtedy w kontakcie z naszą Komunikacją Beskidzką i przekazaniu używanego pojazdu, który trafi do Morszyna - relacjonuje starosta z Łańcuta.

Jak mówi Paweł Sadza, wiceprezes Komunikacji Beskidzkiej mercedes ma grubo ponad 20 lat i spory przebieg na liczniku. W ostatnim czasie służył doraźnie do przewozu osób niepełnosprawnych, kiedy była taka potrzeba.

- Uznaliśmy, że nasz tabor jest wystarczający bez tego pojazdu, ponieważ mamy czym dowozić osoby na wózkach inwalidzkich do szkół i na warsztaty. Ponadto 33 nasze autobusy są przystosowane do przewozu niepełnosprawnych. Obserwując sytuację w Ukrainie podjęliśmy decyzję o przekazaniu auta na wschód - mówi Paweł Sadza.

REKLAMA

0010653740

Syndyk masy upadłości „CERAMIKA PILCH” sp. z o.o. Sp.k. w upadłości
z siedzibą Jasienica 357, 43-385 Jasienica,

ogłasza aukcję na sprzedaż:

zorganizowanej części przedsiębiorstwa „CERAMIKA PILCH” Sp. z o.o. Sp.k. obejmującej:

- prawo własności nieruchomości obj. KW/BB1B/00061836/1 o pow. 12a 74 m²
- prawo własności nieruchomości obj. KW/BB1B/00086791/4 o pow. 60a 03 m²
- prawo własności nieruchomości obj. KW/BB1B/00007943/8 o pow. 22a 69 m²
- prawo własności nieruchomości obj. KW/BB1B/00021467/1 o pow. 39a 75 m²
- prawo własności nieruchomości obj. KW/BB1B/00046651/9, KW/BB1B/00064167/1, KW/BB1B/00077708/0 o pow. 3 ha 46 a 60 m², zabudowanej budynkami o pow. 15.278,35 m²

Minimalna cena wywoławcza sprzedaży ww. nieruchomości wynosi 20.590.000,00 zł
(dwadzieścia milionów pięćset dziewięćdziesiąt tysięcy złotych)

Warunkiem przystąpienia do aukcji jest:

- wpłata **wadium** w wysokości **10%** ceny wywoławczej przedmiotu aukcji na rachunek bankowy upadłego: **SANTANDER BANK: 62 1090 1740 0000 0001 4769 6057**
- oświadczenie, że oferent zapoznał się ze stanem faktycznym i stanem prawnym przedmiotu przetargu i nie wnosi do niego zastrzeżeń oraz wyraża zgodę na wyłączenie rękoma za wady fizyczne i prawne na zasadzie art. 558 § 1 Kodeksu cywilnego.
- zobowiązanie się nabywcy do pokrycia wszelkich kosztów i ciężarów /podatki, opłaty/ związane z zawarciem umowy sprzedaży oraz z przeniesieniem praw,
- złożenie oświadczenia, że oferent zapoznał się z warunkami i regulaminem aukcji.

Aukcja odbędzie się w dniu **21.11.2022 r.** w siedzibie Sądu Rejonowego Wydział VI Gospodarczy w Bielsku-Białej, ul. Bogusławskiego 24, sala nr 47 godz. 12.00.

Wpłata wadium musi być zaksięgowana na rachunku bankowym masy upadłości najpóźniej w dniu **18.11.2022 r.**

Syndyk zastrzega sobie możliwość zmiany warunków sprzedaży oraz odwołania aukcji w każdym czasie bez jakichkolwiek roszczeń wobec masy upadłości.

Regulamin aukcji oraz informacje dotyczące nieruchomości można uzyskać pod nr. telefonu 604 097 702, 509 165 047 oraz pocztą elektroniczną: syndyk.piotr@gmail.com

Częstochowska prokuratura oskarża grupę przemycającą narkotyki

Piotr Ciastek
Częstochowa

Prokuratura Okręgowa w Częstochowie skierowała do sądu akt oskarżenia, dotyczący przywozu do Polski z terenu UE 339 kg marihuany i 3 kg haszyszu. Sprawa trafiła do krakowskiego sądu.

Z ustaleń śledczych wynika, że grupa rozpoczęła działalność w 2019 roku. Dwa lata później, w marcu 2021 roku, na parkingu stacji paliw w Godziszowie (woj. dolnośląskie) funkcjonariusze Centralnego Biura Śledczego Policji i Szluby Celno-Skarbowej ujawnili 19 kg marihuany, która była przewożona w pojeździe firmy transportowej, należącej do Michała S. i Grzegorza U.

W maju 2021 roku funkcjonariusze katowickiego CBŚP zatrzymali sześciu mężczyzn, a wśród nich 34-letniego Michała S. i 40-letniego Grzegorza U., podejrzanych o obrót znacznymi ilościami narkotyków. Do zatrzymania doszło w Krakowie podczas transakcji sprzedaży 2 kg marihuany. Dalsze czynności pozwoliły na ujawnienie na terenie Krakowa kolejnych 25 kg marihuany, które były ukryte w kontenerze, wynajmowanym przez oskarżo-

nych. Ustalono również, że narkotyki te uprzednio zostały sprowadzone do Polski z terytorium Hiszpanii. W trakcie dalszego postępowania ustalono, że Michał S. i Grzegorz U. prowadzili firmę transportową, która działała w Polsce i w innych państwach Unii Europejskiej. Od lutego 2020 roku do maja 2021 r., wykorzystując środki transportu należące do tej firmy lub podnajmowane od innych firm, oskarżeni sprowadzili do Polski 339 kg marihuany i 3 kg haszyszu. Narkotyki te były przywożone najczęściej

z Hiszpanii, ale również z Niemiec i Austrii. Jeden z transportów zawierający 100 kg marihuany został jesienią 2020 roku przejęty przez policję na terytorium Francji. Michał S. i Grzegorz U. usłyszeli zarzuty udziału w zorganizowanej grupie przestępczej, a także przestępstw dotyczących narkotyków. Przyznali się do zarzucanych im przestępstw i złożyli obszernie wyjaśnienia. Pozostałe osoby, które brały udział w obrocie narkotykami zostały oskarżone winnym postępowaniu.



Zarzucane oskarżonym przestępstwa zagrożone są karą do 15 lat pozbawienia wolności

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

KRAKÓW

Prezydent przy grobie Lecha i Marii Kaczyńskich

Prezydent Andrzej Duda odwiedził we Wszystkich Świętych grób Lecha i Marii Kaczyńskich w krypcie katedry na Wawelu w Krakowie. Jak zaznaczył prezydent, modlitwa i chwila zadumy przy grobie pary prezydenckiej są dla niego ważne, dlatego stara się być tam jak najczęściej.

Wizyta miała charakter prywatny. Prezydentowi towarzyszył m.in. ojciec Jan Duda, minister Wojciech Kolarski oraz gospodarz katedry

wawelskiej ks. proboszcz Paweł Baran. Po złożeniu kwiatów przy grobie pary prezydenckiej Andrzej Duda powiedział dziennikarzom, że wizyty te są dla niego ważne. „Jestem z Krakowa (...) i sam fakt tego, że tutaj mogę przychodzić i pomodlić się przy grobie pary prezydenckiej, jest dla mnie ważny, dlatego staram się przychodzić zawsze, jak tylko mam taką możliwość” - mówił Duda. Oprac. WR. PAP

NAUKA

Na Marsie istniał wielki ocean



FOT. PIXABAY

Nowe dane na temat Marsa wskazują na istnienie tam przed miliardami lat, związanego z ciepłym klimatem, dużego oceanu leżącego na północnej półkuli. - To były warunki sprzyjające życiu - podkreślają planetolodzy. Wśród specjalistów od dawna toczyła się dyskusja na temat tego, czy na Marsie istniał ocean.

WARSZAWA

PiS tworzy korpus ochrony wyborów

Korpus ochrony wyborów na najbliższe wybory parlamentarne powinien liczyć ok. 60 tys. osób; na tę chwilę otrzymaliśmy deklarację od ponad 20 proc. chętnych - powiedział PAP sekretarz generalny PiS Krzysztof Sobolewski. O powołaniu korpusu mówił prezes Prawa i Sprawiedliwości

Jarosław Kaczyński podczas spotkania z mieszkańcami Zamocia. - Potrzebny jest wysiłek, by zorganizować wielki korpus ochrony wyborów. Nasi przeciwnicy zapowiadają, nie ukrywają tego, że jeśli by przebrali te wybory, to tego nie uznają - uzasadniał. PAP

WARSZAWA

Rosja poprzez dalsze ataki rakietowe na infrastrukturę krytyczną Ukrainy i blokowanie transportów zboża chce wywołać katastrofę humanitarną, ale na szczęście jej zdolności do realizacji tych celów są w dużym stopniu ograniczone - uważa wiceszef MSZ Paweł Jabłoński. - Nie może ona osiągać swoimi wojskami celów taktycznych, więc choć te działania będą bardzo dotkliwe dla ludności cywilnej, to nie przybliżą Rosji do wygrania wojny - dodał.

„

Brazylia jest gotowa wrócić do wiodącej roli w walce z kryzysem klimatycznym, chroniąc (...) zwłaszcza las amazoński

Luiz Inácio Lula da Silva nowo wybrany prezydent Brazylii

Krok w stronę koreańskiej elektrowni atomowej w Polsce

Sławomir Cedzyński
Seul

Polska delegacja rządowa z wicepremierem Jackiem Sasinem na czele podpisała w Seulu porozumienie i list intencyjny w sprawie budowy polsko-koreańskiej elektrowni atomowej.

Memorandum wspierające działania dotyczące budowy elektrowni atomowej przez koreańską spółkę podpisał Jacek Sasin, wicepremier, minister aktywów państwowych, oraz Lee Chang-Yang, minister handlu, przemysłu i energii Korei Południowej.

Elektrownia miała być zbudowana w rejonie Pątnowa w Wielkopolsce.

List intencyjny dotyczy biznesowej oferty na budowę elektrowni jądrowej przez Koreę Południową i nadaje jej szczególne znaczenie. Podpisali je grupa ZE PAK, koreański potentat w branży - spółka KHNP oraz Polska Grupa Energetyczna, którą na miejscu reprezentował jej prezes Wojciech Dąbrowski. Inwestycja miała być odbywać w oparciu o południowokoreańską technologię APR1400.

Inwestycja w rejonie Pątnowa, na bazie Zespołu Elektrowni Pątnów-Adamów-Konin należących do miliardera Zygmunta Solorza, będzie wspierana przez rządy obydwu krajów. Dlatego Ministerstwo Aktywów Państwowych oraz Ministerstwo Handlu, Przemysłu



FOT. SŁAWOMIR CEDZYŃSKI

Memorandum podpisali Jacek Sasin, wicepremier, minister aktywów państwowych, oraz Lee Chang-Yang

i Energii Korei Południowej podpisały memorandum, zgodnie z którym obydwie strony podkreślają, że dołożą wszelkich starań, by możliwie szybko wytyczyć zakres współpracy i agendę kolejnych działań. Zgodnie z intencjami miałyby się to stać na przełomie grudnia i stycznia.

Wprawdzie podpisany właśnie dokument nie niesie za sobą jeszcze żadnych prawnych zobowiązań, jednak wskazuje bardzo realną drogę rozwoju sytuacji i zainteresowań polskiej strony koreańską inwestycją.

Jacek Sasin, wicepremier i minister aktywów państwowych, przyznał, że jest przekonany w stu procentach, że inwestycja dojdzie do skutku. - I choć jest to przedsięwzięcie czysto biznesowe, wpisuje się idealnie w strategię państwa - dodał.

Jacek Sasin podkreślił strategiczny wymiar współpracy z Koreą Południową i Stanami Zjednoczonymi, która nie ogranicza się tylko do wymiaru energetycznego. - Polska musi mieć silną armię. Tutaj znowu współpraca z naszymi przyjaciółmi z USA i Korei Południowej odgrywa szczególną rolę. Kon-

trakty, które Polska już zawarła z podmiotami koreańskimi, realnie wzmocniły naszą obronę - powiedział wicepremier.

Lee Chang-Yang, minister handlu, przemysłu i energii Korei Południowej, powiedział, że dzisiejsze porozumienie to efekt współpracy ZE PAK i KHNP, i zapewnił, że widzi przed tymi firmami długą i dobrą współpracę.

- Dla naszego państwa najważniejsze jest bezpieczeństwo kraju, ale też bezpieczeństwo przesyłania energii. Korea Południowa posiada najnowszą technologię. Jestem pewien, że jesteśmy w stanie zbudować elektrownię na czas - stwierdził koreański minister.

Patrząc na dotychczasowy przebieg działań KHNP w Korei Południowej czy w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, szacuje się, że budowa elektrowni, wraz z procesem przygotowywaniem, zajęłaby ok. 10 lat.

Koreańska inwestycja byłaby uzupełnieniem już rozstrzygniętego wyścigu po kontrakt na budowę pierwszej polskiej elektrowni jądrowej w ramach państwowego projektu. Wygrała go amerykańska firma Westinghouse, oferująca technologię AP 1000. Ich elektrownia, która ma być zlokalizowana w gminie Choczewo na Pomorzu, ma powstać do 2033 r. Polski program jądrowy zakłada budowę sześciu reaktorów oddawanych kolejno co dwa lata. PAP

Wiceprezes NBP: Szczyt inflacji na początku 2023, później ma nastąpić jej silny spadek

Marcin Koziestański
Warszawa

Szczyt inflacji będzie przypadać na pierwsze miesiące 2023 r., a od marca ma zacząć silnie spadać - powiedział w poniedziałek wiceprezes NBP Marta Kightley.

Dodała, że na koniec przyszłego roku inflacja ma być jednocyfrowa.

Wiceprezes NBP pytana w poniedziałek w Polsat News

o szczyt inflacji przyznała, że zgodnie z projekcją lipcową ten szczyt miał nastąpić w tegoroczne wakacje. Poinformowała, że wkrótce po najbliższym posiedzeniu Rady Polityki Pieniężnej (RPP) - odbędzie się ono w środę, 9 listopada - opublikowana ma zostać listopadowa projekcja banku dotycząca inflacji. Zgodnie z nią szczyt wzrostu cen ma nastąpić na początku przyszłego roku, a od marca inflacja ma zacząć gwałtownie spadać, by na ko-

niec roku osiągnąć poziom jednocyfrowy.

„Z tej projekcji będzie wynikało, że szczyt inflacji prawdopodobnie będzie przypadał na pierwsze miesiące przyszłego roku (...) Natomiast dobra informacja jest taka, że inflacja będzie od marca przyszłego roku silnie spadać i na koniec przyszłego roku zobaczymy jednocyfrową inflację” - powiedziała Kightley.

Wiceszefowa banku centralnego dodała, że inflacja

w szczycie nie powinna być na dużo wyższym poziomie niż to jest obecnie. W poniedziałek Główny Urząd Statystyczny (GUS) podał w szybkim szacunku, że ceny towarów i usług konsumpcyjnych w październiku br. w porównaniu z analogicznym miesiącem ub. roku wzrosły o 17,9 proc., a w stosunku do poprzedniego miesiąca były wyższe o 1,8 proc. We wrześniu inflacja wyniosła 17,2 proc. PAP

Wspólne ćwiczenia wojsk Rosji i Białorusi. Zgodę wydał Łukaszenka

Adam Kielar
Mińsk

Na Białorusi powstaną ośrodki szkoleniowo-bojowe mające na celu wspólne przygotowania wojsk rosyjskich i białoruskich.

Jak podaje Radio Swaboda, szef reżimu w Mińsku Alaksandr Łukaszenka zaakceptował projekt porozumienia w tej sprawie.

Rozgłoszenia podała, powołując się na państwową agencję BiełTA, że projekt ma być bazą do dalszych rozmów prowadzonych przez resort obrony w Mińsku. Przy tym jednak Ministerstwo Obrony zostało upoważnione do podpisania umowy z Rosją, gdy strony porozumieją się w ramach pro-

jektu zaakceptowanego przez Łukaszenkę.

Według ukraińskiego wywiadu wojskowego na Białorusi przebywa ok. 4,3 tys. rosyjskich wojskowych, w 80 proc. są to niedawno zmobilizowani. Na obecnym etapie nie ma ryzyka wtargnięcia na Ukrainę z terytorium Białorusi, jednak sytuacja ta może się zmienić - oceniał wywiad.

Gdyby atak nastąpił od strony Białorusi, mogłoby to zmusić wojska ukraińskie do odciążenia głównej uwagi od kontrofensywy na południowym wschodzie kraju.

Kontrofensywa jest wolniejsza niż we wrześniu. Obecnie - jak podają niektóre źródła - Ukraińcy mieli całkowicie odbić z rąk rosyjskich miasto Bachmut.



Według ukraińskiego wywiadu mimo decyzji Łukaszenki nie ma na razie ryzyka ataku z terytorium Białorusi

Zelenski: Jak Izrael może stać z boku, gdy wraca nazizm?

Oprac. Marcin Koziestański
Kijów

- Nie rozumiem, jak może stać z boku, gdy wraca nazizm - powiedział prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski w wywiadzie dla mediów, odnosząc się do postawy Izraela wobec wojny.

Zełenski podkreślił, że Izrael musi „wybrać stronę” w konflikcie. Prezydent przypomniał kraje europejskie, które milczały podczas II wojny światowej i powiedział, że Izrael powinien unikać podobieństw do tych państw.

Podczas godzinnego wywiadu, przeprowadzonego w bunkrze w Kijowie, ukraiński prezydent nie ukrywał swojego rozczarowania Izraelem za to, że nie zajął wyraźnego stanowiska na korzyść Ukrainy wobec rosyjskiej inwazji.

- Nie mogę tego zrozumieć. Jak naród żydowski, a ja jestem Żydem, moja rodzina przeszła przez straszną tragedię w Holokaucie, może stać z boku i patrzeć z zewnątrz, jak w tym roku pojawiła się kolejna fala nazizmu? Może inne kraje mogą to robić, ale jak wy możecie to robić? Nie rozumiem tego - powiedział Zełenski w wywiadzie, który został wyemitowany w poniedziałek w izraelskiej telewizji.

Prezydent Ukrainy przyznał jednocześnie, że w ostatnich dniach zaczyna być odczuwalna zmiana w nastawieniu



Podczas godzinnego wywiadu, przeprowadzonego w bunkrze w Kijowie, ukraiński prezydent Wołodymyr Zełenski nie ukrywał swojego rozczarowania postawą Izraela

Izraela, być może dlatego, że zdecydowano się przekazać ukraińskiej armii systemy łączności wojskowej, o które prosił już dawno temu. Wiadomość o izraelskich dostawach sprzętu podał w poniedziałek wieczorem portal „The Jerusalem Post”.

Ukraiński prezydent w rozmowie z dziennikarzami programu „Uvda” powiedział, że Ukraina zwróciła się do Izraela o systemy łączności już wiele miesięcy temu. Wołodymyr Zełenski przypomniał też, że wielokrotnie poruszał sprawę Żelaznej Kopuły.

- Rozmawiałem o Żelaznej Kopule z trzema premierami i były to różne okresy wojny. Jeszcze przed inwazją zwróciłem się do Netanjahu o Żelazną Kopułę. Sytuacja dla nas nie była tak skomplikowana, bo inwazja jeszcze się nie zaczęła - dodał Zełenski.

Ukraina zwróciła się do Izraela o systemy łączności już wiele miesięcy temu. Wielokrotnie poruszał też kwestię Żelaznej Kopuły

Ukraiński rząd naciska na Izrael, aby zapewnić dalsze wsparcie dla Ukrainy w obliczu trwającej inwazji Rosji, chociaż izraelscy oficjele wykazywali niezdecydowanie, aby zaangażować się w więcej niż tylko w pomoc humanitarną - pisze „The Jerusalem Post”.

Prezydent Zełenski stwierdził, że niechęć Izraela do udzielenia Ukrainie pomocy obronnej nie dotyczyła bezpieczeństwa narodowego, a chodziło „o stosunek do Putina, do jego polityki, i może oni się boją, ktoś się boi, zwłaszcza Putina”.

Policja bije się w piersi po tragedii na festiwalu w Korei Południowej

Marcin Koziestański
Seul

Szef policji Korei Południowej powiedział we wtorek, że kontrola tłumów w obszarze, gdzie w sobotę doszło do tragedii, była „nieodpowiednia”.

Trwa śledztwo mające na celu wyjaśnienie przyczyn tego dramatu. Niestety, liczba ofiar rośnie. Zwierzchnik południowokoreańskiej policji Yoon Hee-keun powiedział, że kontrola tłumów w obszarze, gdzie doszło do tragedii, była „nieodpowiednia” i że czuje się bardzo odpowiedzialny za zdarzenie - poinformowała we wtorek agencja Reutersa.

Jednocześnie prezydent Korei Południowej Yoon Suk-yeol zaapelował we wtorek o podjęcie środków bezpieczeństwa

w celu zapobieżenia wypadkom z masami ludzi.

- Powinniśmy opracować konkretne środki bezpieczeństwa, aby kontrolować tłumy nie tylko na tych ulicach, gdzie doszło do tej ogromnej katastrofy, ale w innych miejscach, takich jak stadiony i miejsca koncertów, gdzie gromadzą się duże tłumy - powiedział Yoon.

Południowokoreańskie ministerstwo spraw wewnętrznych poinformowało we wtorek, że bilans ofiar wzrósł do 156. Do tragedii doszło z soboty na niedzielę w imprezowej dzielnicy Itaewon, gdzie dziesiątki tysięcy ludzi bawili się z okazji halloween. W stromej, wąskiej uliczce ludzie w popłochu tratowali się nawzajem, wielu się udusiło.

Szef południowokoreańskiego MSZ publicznie wyraził skruchę z powodu tragedii na Itaewonie. Jak podaje CNN,

jeszcze przed tragedią na numer alarmowy dzwonili uczestnicy imprezy, ostrzegając przed możliwym tratowaniem się uczestników.

Media informują o intensywnym śledztwie, które wyjaśnić ma przyczyny jednej z największych tragedii w dziejach współczesnej Korei. W Seulu trwają przesłuchania osób, które w feralną noc były w dzielnicy Itaewon.

Już w niedzielę zabezpieczono nagrania z monitoringu klubów i ulic położonych w miejscu zdarzenia. Do tej pory nie postawiono jednak nikogo w stan oskarżenia. Szef policji przyznał jednak, że działania funkcjonariuszy nie były wystarczające. Jak pisze Agencja Yonhap, część osób uważa, że śledztwo może być ukierunkowane także wobec niedostatecznego zabezpieczenia imprezy.

AUTOPROMOCJA

0010646581

PYTAJ W KIOSKACH I SALONACH PRASOWYCH

nasza HISTORIA

NIEMIECKIE KORPORACJE

na usługach Hitlera

PRL

nie zrzekła się reparacji

wobec Niemiec w 1953 r.

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Kobiety nowotwory. Co powinno niepokoić?

Szacuje się, że ok. 15 proc. nowotworów ginekologicznych prowadzi do rozwoju raka złośliwego. Jeżeli zareagujemy

dostatecznie wcześniej, szansa na wyzdrowienie znacznie rośnie. Warto więc wiedzieć, jakie symptomy mogą świadczyć o rozwijającej się chorobie. Na co trzeba zwrócić uwagę, by nie przeoczyć ważnych sygnałów wysyłanych przez ciało?

ZA TYDZIEŃ:

- Gryporona: COVID-19 i grypa mogą atakować równocześnie. Jak się chronić?
- Nowe normy ciśnienia tętniczego krwi są bardziej restrykcyjne niż dotychczasowe.



FOT. 123RF

Sięgasz po suplementy diety? Ustal z lekarzem, czy to jest potrzebne

Anna Rokicka-Żuk
redakcja@stronazdrowia.pl

W wielu przypadkach tykanie suplementów diety nie jest potrzebne, a może nawet być szkodliwe. Dotyczy to również tak popularnych składników, jak witamina C czy witamina D.

Osoby dorosłe, które są zdrowe i stosują zbilansowaną dietę, zazwyczaj nie potrzebują suplementów diety. Wyjątki dotyczą kobiet, które zwłaszcza ze względu na ciążę mogą potrzebować dodatkowych dawek określonych składników, zwłaszcza kwasu foliowego.

Suplementy diety, które według prawa nawet nie podlegają przepisom dotyczącym leków, bo są traktowane jak żywność, nie stanowią antidotum na złą jakość pożytków. Często zapominamy o tym, że mają uzupełniać faktyczne niedobory w organizmie, a nie profilaktycznie. To błąd, podobnie jak wiele innych zachowań związanych z preparatami dodatkowymi. Narosło już wokół nich tak wiele mitów. Oto niektóre z nich:

Mit: im większe dawki suplementów w preparatach, tym lepiej

Dla lepszej przyswajalności związków odżywczych lepiej jest sięgać po mniejsze ich dawki, ale częściej. Organizm może wchłoniąć tylko określoną ilość danego związku naraz, a reszta musi być wydalona i nieznacząco obciąża organizm. Jest to źródłem działań niepożądanych, od których suplementy diety wcale nie są wolne. Na przykład zbyt duże dawki witaminy C mogą spowodować ból brzucha i biegunkę, zwiększają ryzyko powstawania kamieni nerkowych (u niektórych osób już przy zażywaniu 500 mg dziennie), a także zaburzają proces wchłaniania miedzi. Nadmierne spożycie wapnia z suplementów diety upośledza wchłanianie magnezu, który jest bardziej deficytowy.

Przyjmowanie za dużych dawek witaminy D prowadzi do hip



FOT. 123RF

Suplementy diety nie powinny zastępować zdrowej diety. Warto ich przyjmowanie skonsultować z lekarzem

perkalcemii, czyli przekroczenia prawidłowego stężenia wapnia we krwi. Skutkiem jest osłabienie kości oraz uszkodzenia serca i nerek. Problemem są jednak nie tylko składniki mineralne, których metabolizm jest ze sobą powiązany. Największe ryzyko przedawkowania dotyczy składników rozpuszczalnych w tłuszczach, których organizm nie pozbywa się tak łatwo, jak tych wypłukiwanych wodą. Są to m.in. witaminy A, D, E i K, w których usuwaniu bierze udział wątroba. Proces ten przebiega wolniej, więc przy regularnym zażywaniu ich stężenie w organizmie może sięgnąć poziomów toksycznych i wywołać działania uboczne.

Mit: jeśli suplement diety jest naturalny, to musi być bezpieczny

Określenie „naturalny” jest dziś ewidentnie nadużywane. Czy związek jest rzeczywiście taki, jak w naturze, czy tylko po-

chodzenia naturalnego? Ten drugi może być bowiem modyfikowany za pomocą procesów chemicznych, które zmieniają budowę molekularną.

Trzeba też pamiętać, że nie wszystkie naturalne związki aktywne są pozbawione działań ubocznych. Im silniejsze jest ich działanie (często zbliżone do tego, jaki wykazują leki chemiczne), tym to ryzyko jest większe.

W przypadku naturalnych suplementów diety istotny jest też właściwy gatunek rośliny, z której się je pozyskuje, a także jej część - często wykorzystywane liście, kwiaty, owoce i korzenie mają zwykle inny zestaw składników czynnych i działanie. Nie bez znaczenia jest też stężenie czy też rozcieńczenie ich wyciągów, czyli ekstraktów - bo w takiej formie dostępne są najczęściej.

Roślinne preparaty uzupełniające dietę i wspomagające zdrowie warto wybierać na pod-

stawie informacji na opakowaniu, wśród których powinna znaleźć się dokładna zawartość związków czynnych we wskazanej dawce. Takie są produkty standaryzowane, przy których istnieje najmniejsze zagrożenie zarówno przedawkowaniem substancji czynnych, jak i przyjęciem niewystarczających, a przez to nieskutecznych ilości.

Mit: suplementy diety można łączyć z lekami

W przypadku farmaceutyków wiemy, by nie łączyć ze sobą określonych preparatów, jednak to samo dotyczy multiwitamin, preparatów mineralnych czy ziołowych. W rzeczywistości wiele z tych produktów zawiera skoncentrowane ilości składników czynnych, które mogą wchodzić w interakcje z lekami. W ten sposób niebezpiecznie nasilają lub osłabiają ich działanie, a także sprzyjają działaniom niepożądanym.

Do szczególnie problematycznych należą preparaty zawierające następujące składniki: magnez, żelazo, wapń, dziurawiec zwyczajny, miłorząb pospolity. Osoby przyjmujące suplementy diety zwykle nie omawiają tej kwestii z lekarzem. Warto jednak takie pytania zadawać zwłaszcza w sytuacji, gdy obok nich przyjmujemy przebiegające choroby - a także w przypadku sięgania po wymienione wcześniej składniki.

Mit: multiwitamina chroni serce

Preparaty witaminowo-mineralne przez lata uznawano

Popularność suplementów diety wciąż rośnie. Zażywamy je coraz chętniej - aktualnie robi to nawet 2 na 3 dorosłych Polaków

za skuteczne wspomaganie układu sercowo-naczyniowego, jednak opublikowana przed pięciu laty analiza dostępnych badań nie wykazała takich korzyści z ich stosowania. Badaczom nie udało się potwierdzić, że popularne produkty, takie jak multiwitaminy, witamina D, wapń czy witamina C przynoszą korzyści w zapobieganiu chorobie wieńcowej, zawału serca czy udaru. Wykazano jedynie niewielką redukcję częstotliwości udarów w przypadku suplementacji witamin z grupy B, takich jak kwas foliowy, wit. B6 oraz wit. B12. Ochronne działanie kwasu foliowego u osób zagrożonych chorobami serca potwierdziła też analiza prac z 2019 r. Jej wyniki wykazały 10-procentowy spadek zagrożenia udarem i o 4 proc. niższe ryzyko rozwoju choroby niedokrwiennej (wieńcowej) serca pod wpływem suplementacji diety tym składnikiem.

Mit: antyoksydanty wydłużają życie

Antyoksydanty, inaczej przeciwutleniacze, to substancje zapobiegające utlenianiu związków organizmu, które prowadzi do ich degeneracji, rozwoju zaburzeń i chorób. Proces ten wywołują tzw. wolne rodniki - bardzo reaktywne cząstki, które są częścią normalnych przemian metabolicznych w organizmie. Gdy brakuje równowagi między procesami utleniania i działania przeciwutleniaczy, dochodzi do zniszczeń. Grupa antyoksydantów, do których należą przede wszystkim związki pochodzenia roślinnego, jest ogromna. Tylko kilka z najbardziej znanych to witaminy A, C i E, karotenoidy (np. beta-karoten) czy selen. W przypadku przeciwutleniaczy, tak jak przy witaminach, najważniejsze jest ich spożycie z naturalnych źródeł - głównie warzyw i owoców. Uzupełnianie ich w postaci suplementów okazało się nie zmniejszać ryzyka rozwoju chorób serca, nowotworów czy zakażeń, co udowodniono w badaniach.

Kobiece nowotwory: objawy, których nie wolno lekceważyć. Czas ma wielkie znaczenie

Ewa Zwolak
ewa.zwolak@polskapress.pl

Lekarze mówią o onkologicznej czujności. To oznacza, że nie wolno lekceważyć żadnych objawów mogących sugerować nowotwór. Jakie symptomy mogą dać nowotwory kobiecie?

Szczególnym zagrożeniem są nowotwory ginekologiczne, a do tych występujących najczęściej należą rak jajnika, trzonu macicy, szyjki macicy oraz sromu.

Niestety, zmiany nowotworowe często nie są wykrywane na czas, co wynika m.in. z zaniedbywania okresowych badań profilaktycznych, które są zalecane wszystkim kobietom.

Kobiety często ignorują symptomy, które mogą świadczyć o raku, takie jak pojawiający się często ból, guzki czy krwawienie z pochwy. Niektóre problemy ustępują same (mogą być spowodowane między innymi rozregulowaną gospodarką hormonalną lub dużym stresem), inne wymagają przeprowadzenia dodatkowych badań.

Plamienia międzymiesiączkowe

Nieprawidłowe krwawienia maciczne, tj. inne niż regularne krwawienia miesięczne o prawidłowej objętości, częstotliwości i czasie trwania, powinny skłonić nas do wizyty u ginekologa. Przy czym, co należy podkreślić, jest to niespecyficzna dolegliwość o bardzo zróżnicowanych przyczynach występowania. Występowanie plamień międzymiesiączkowych może towarzyszyć owulacji (zwykle pojawiają się wtedy w połowie cyklu). W takiej sytuacji przyjmują one charakter ok. 1- lub 2-dniowego plamienia o jasnoróżowym zabarwieniu.



Warto się regularnie badać, by w razie potrzeby jak najszybciej wykryć chorobę

Oprócz tego nieprawidłowe krwawienia maciczne mogą świadczyć o stanach chorobowych, w tym głównie o: mięśniakach macicy, polipach, zespołach policystycznych jajników, nadżerkach szyjki macicy, zaburzeniach krzepnięcia i endometriozie. Plamienia międzymiesiączkowe mogą także świadczyć o nowotworach narządów rodnych. Według danych plamienia te występują u ok. 90 proc. pacjentek ze zmianami nowotworowymi w obrębie narządów płciowych. Zazwyczaj są one bardzo obfite, ciemnoczerwone lub nawet brunatne zabarwienie.

Nieregularne miesiączki

Nieregularna miesiączka jest jednym z niepokojących symptomów, które powinny wzbudzić w nas szczególną czujność i skłonić do wizyty u specjalisty. Nieregularne krwawienia miesięczne są właściwe dla dojrzewających dziewczynek.

Kiedy należy umówić się na wizytę do ginekologa? Wtedy, gdy miesiączka nie występuje powyżej 35 dni lub występuje częściej niż co 21 dni. Nasz niepokój powinna wzbudzić także obecność dużych skrzepów (powyżej 2,5 cm)

w krwi menstruacyjnej. Alarmujące są również bardzo obfite krwawienia miesięczne (takie, które wymagają wymiany podpaski lub tamponu po godzinie), a także krwawienia utrzymujące się powyżej 7 dni.

Krwawienia w trakcie i po stosunku

Krwawienia w trakcie i po stosunku są kolejnym niespecyficznym objawem, który może mieć zróżnicowane podłoże. Najczęściej są one skutkiem urazów mechanicznych, które zwykle związane są ze zbyt głęboką penetracją.

Najpoważniejszą przyczyną krwawień zarówno w trakcie, jak i po stosunku seksualnym są nowotwory ginekologiczne. Przy czym według danych zaledwie u 5 proc. kobiet, które zgłaszają się do lekarza w wyniku krwawienia po seksie diagnozowana jest choroba nowotworowa narządów rodnych.

Ból w podbrzuszu

Ból w podbrzuszu jest bardzo nieswoistą dolegliwością, mogącą świadczyć zarówno o problemach z funkcjonowaniem układu pokarmowego, jak i płciowego. Towarzyszy on m.in. stanom zapalnym jelita. Może być on również skutkiem m.in. pęknięcia torbieli jajnika, ciąży pozamajacicznej, skrętu przydatków. Ból w podbrzuszu może świadczyć również o nowotworach narządów rodnych, dlatego też nie należy go bagatelizować.

Wyczuwalny guzek w piersi, zmiana wyglądu

Według badań większość wykrywanych zmian w piersiach jest następstwem nieprawidłowości hormonalnych. Zmiany te zazwyczaj nie są złośliwe. Guzek piersi może świadczyć m.in. o włókniakogruzołakach, torbielach i mastopatii, ale także - raka piersi. Do innych objawów, które mogą wskazywać na zmiany rakowe, można zaliczyć: zmianę wielkości lub kształtu piersi, jej asymetrię, widoczne zmiany skórne wokół brodawki, zaczerwienienie i zgrubienie skóry, powiększenie węzłów chłonnych.

Upławy z pochwy

Fizjologiczna wydzielina z pochwy jest czymś normalnym. Problem pojawia się wówczas, gdy dotąd - przezroczysta lub biała - wydzielina zmienia swoją barwę, konsystencję i zapach. Żółte upławy z pochwy o gęstej, śluzowej konsystencji i przykrym zapachu zwykle świadczą o stanie zapalnym. Jednym z objawów, które mogą (choć wcale nie muszą) wskazywać na nowotwór, są różowe upławy z pochwy. Ich kolor wynika z domieszki krwi.

Jeśli pojawiają się one przez dłuższy czas i nie mają związku z fazą cyklu menstruacyjnego, trzeba pójść do ginekologa. Szczególnie alarmujące są także brunatne upławy oraz śluzowato-ropne upławy.

Rak piersi u mężczyzn? Rzadko, ale też się zdarza

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

U panów jest rzadki, ale równie groźny jak u kobiet. Dodatkowo u mężczyzn ten typ nowotworu diagnozuje się zwykle późno, co daje mniejsze szanse na wyleczenie.

1. Jakie są objawy?

Rak piersi u mężczyzn dotyczy 1 proc. wszystkich nowotworów złośliwych piersi, więc występuje sto razy rzadziej niż u kobiet. Z tego jednak względu jest on zwykle wykrywany w bardzo zaawansowanym stadium, gdy szanse na wyleczenie są niezmiernie niskie.

Rak piersi zarówno u kobiet, jak i u mężczyzn rozwija się bardzo podobnie. Panowie jednak, częściej niż panie ignorują jego objawy, nie zdając sobie sprawy z zagrożenia. Wynika to najczęściej z braku świadomości. Mężczyźni zwykle nie zdają sobie sprawy, że rak piersi może ich również dotyczyć.

Do najczęstszych objawów raka piersi u mężczyzn należą:

- guzek - wyczuwalna palcami grudka lub zgrubienie zwykle za brodawką lub w górnej części piersi,
- zmiany na skórze - przebarwienie, wgłębienie, łuszczenie się skóry,
- deformacja brodawki - wciągnięcie, zaczerwienienie,
- owrzodzenie,
- wydzielina z brodawki,
- ból piersi,
- świąd skóry,
- powiększenie węzłów chłonnych.

Podobnie jak u kobiet rak piersi u mężczyzn najczęściej daje przerzuty do wątroby, płuc, kości i mózgu.

2. Przyczyny i czynniki ryzyka

Przyczyny wystąpienia raka piersi u mężczyzn nadal nie są znane. Wśród głównych czynników ryzyka wymienia się:

- wiek - częściej chorują mężczyźni po 60. roku życia,
- obciążenie genetyczne - występowanie nowotworu piersi w rodzinie, mutacje genu BRCA2 (zwiększające również ryzyko rozwoju raka prostaty) czy syndrom Klinefeltera (występowanie dodatkowego chromosomu X).
- wyższe ryzyko zachorowania na nowotwór piersi występuje również u panów chorujących na raka prostaty czy raka jelita grubego.

Istotne dla rozwoju raka piersi u mężczyzn są również zmiany hormonalne. Zbyt niskie stężenie androgenów, a podwyższony poziom estrogenów mogą pojawić się przy zaburzeniach pracy wątroby, przy otyłości lub w czasie przyjmowania leków hormonalnych. Na rozwój raka wpływ mają również choroby jąder, ich usunięcie czy radioterapia. Do innych czynników należą także urazy mechaniczne, praca w wysokiej temperaturze czy występowanie innych nowotworów w przeszłości.

3. Diagnostyka i leczenie

Najważniejszymi badaniami wykonywanymi w celu zdiagnozowania raka piersi u mężczyzn, tak samo jak u kobiet, są mammografia lub USG piersi. Badania te panowie mogą wykonywać również profilaktycznie, jeśli występują u nich któreś z wyżej wymienionych czynników ryzyka rozwoju tego typu nowotworu.

Leczenie polega na usunięciu guza często również z mięśniami piersiowymi lub węzłami chłonnymi znajdującymi się pod pachą, w zależności od wielkości zmiany i stopnia zaawansowania nowotworu. Rak piersi u mężczyzn leczy się również za pomocą chemioterapii, radioterapii, hormonoterapii lub przeciwciał monoklonalnych.



Zmiany w piersiach u mężczyzn mogą być tak samo groźne jak w przypadku kobiet

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 32 420 73 74

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

Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

KAWALERKĘ bezczynszową

w Będzinie 88.880 zł,

tel. 888-338-088

LOKALE UŻYTKOWE - WYNAJMĘ

LOKAL 55-200m² sieć sklep 506083958

GARAŻE

KUPIĘ garaż murowany 535-480-794.

Handlowe

ANTYKI

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

ANTYKI skup lombard. S-c: 662941776

KUPIĘ Meble przedwojenne,

obrazy, zegary, srebro - gotówka,

tel. 605255770

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

AUTA-AUTO SKUP gotówka, super ceny skupu!, Dojazd, Chorzów Krakowska 8. Tel. 601-480-570, 32/249-52-10

AUTOSKUP, gotówka, : 508-446-675

OSOBOWE KUPIĘ

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

Autoskup, wszystkie 515274430

KUPIĘ auta osobowe i dostawcze, stan obojętny. Tel.: 798-718-455.

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

ABACUS FINANCE pożyczki, kredyty w domu klienta. Tel. 33/811-50-48.

Atrakcyjne pożyczki do 1000 zł (bez zajęć komorniczych) Dojazd natychmiast. Tel. 501-505-128

GOTÓWKA od ręki. Dojazd 504860307

POŻYCZKA oddłużeniowa na spłatę: chwilówek parabanków, windykacji, komornika, tel. 500-853-100

POŻYCZKI, szybka decyzja, także dla osób z komornikiem, minimum formalności (32)2557330, 512255401

POŻYCZKI- SZYBKO

Z KOMORNIKIEM 32-260-00-33, 516-516-611, Pośrednik CDF S.C. firmy MATPOL FINANSE Sp. z o.o

SZYBKĄ pożyczka do 2 tys. zł.

Wypłata od ręki.

Tel.: 570-533-950.

SZYBKĄ pożyczka, dojazd 780 116 672

Praca

ZATRUDNIĘ

NIEMCY zatrudnimy murarzy, cieśli szalunkowych, brygadzystów, dźwigowych. Tel: 882 064 600, 607 923 444

OCHRONA /patrolowanie Czechowice Dziedzice, 17 zł/godz netto, 604-630-556

OCHRONA z gr niepełnosprawności Czechowice Dziedzice, Bielsko Biała, 604-630-556

OCHRONA z gr niepełnosprawności Gliwice, Zabrze, 668-085-925

OCHRONA z gr. niepełnosprawności, Sosnowiec, Będzin, 668-085-925

OCHRONA, Chorzów, z gr niepełnosprawności, 668-085-925

OCHRONA, Gródków/Psary, 668-085-925

ODŚNIEŻANIE Ruda Śląska, 20 zł netto/godz., 604-630-556

PRACA dla Opiekunów osób starszych w Niemczech - ubezpieczenie i wysokie zarobki -PRO-SENIOR (KRAZ 6933)- Tel. 795570792, 774428338

PRACOWNIK terenu zewnętrznego Gliwice, pn-pt, 668-085-925

PRACOWNIK terenu zewnętrznego Ruda Śl. kat. B lub T, 668-085-925

SERWIS sprzątający Gliwice 668-085-925

SERWIS sprzątający, Gródków/Psary 17 zł na rękę/godz, 668-085-925

SERWIS sprzątający, Sosnowiec, 668-085-925

Zdrowie

ZABIEGI

BUSKO-ZDRÓJ, Pensjonat Sanato.

Zadbaj o Swoje zdrowie i zarezerwuj pobyt sanatoryjny w Pensjonacie Sanato. Tel: 41/ 378-19-48, www.sanato.com.pl

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

A-Z Remonty-Kafelkowanie 783002748

ODNAWIANIE WANIEN (32)384-91-98

PARKIETY "Jendrus" Cyklinowanie. Tel. 502-660-958 www.parkietyjendrus.pl

REMONTY od podstaw, wykończenia, płytki, gładzie, malowanie 792-478-556

OGRODNICZE

WYCINKA drzew, frez. pni 698803477

PORZĄDKOWE

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

PRZEPROWADZKI

A-Z Przeprowadzki+Ekipa: 504709047

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy 600 zł/6 dni z 40% dofin. dla emer/rent Unijny Program Spowolnij Starzenie 501-642-492

USTROŃ - Święta 24-27.12 od 980 zł/ os oraz Sylwester 29.12-02.01 od 1200 zł/os + zabawa. Tel. 503-492-612.

WISŁA-CENTRUM wczasy 5 dni

z wyżywieniem 2 x dziennie - 400 zł/

os., możliwość przedłużenia koszt 100

zł/os./dobę, tel. 603 636 533

Matrymonialne

"ROMEO" oferty matrym.

502 363 127

Różne

KUPIĘ monety, banknoty, starocie,

znaczkki, medale, zegarki, rogi,

płyty, widokówki.

Tel.: 660-482-319.

PANOWIE preparaty, 788-989-351,

888-033-468

STARE książki - skup 881-934-948

Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

KUPIĘ ciągniki, przyczepy, maszyny

rolne. Tel. 535135507.

Usługi pogrzebowe

"KOCEL" 24h, Chorzów 601-447-504.

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

REKLAMA 0010653125

BURMISTRZ MIASTA WOJKOWICE

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce nieruchomościami z dnia 21 sierpnia 1997 r.

informuje,

że na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Wojkowice, przy ul. Jana III Sobieskiego 290a, w dniach od 4.11.2022 r. do 16.12.2022 r.

zostanie wywieszony do publicznej wiadomości wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy, stanowiących część działek 1094/70, 1094/6, 2146/15 obręb Wojkowice.

AUTOPROMOCJA

DZIENNIK ZACHODNI

Czwartek
z dreszczykiem



Kup dziennik
z dodatkiem „Pod paragrafem”
dziennikzachodni.pl

REKLAMA 0010652540

Informacja o zamieszczeniu wykazu nieruchomości przeznaczonych do wniesienia jako wkład niepieniężny do spółki, oraz do użyczenia

Burmistrz Miasta i Gminy Szczekociny

Stosownie do art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U. Nr 2021 poz. 1899 ze zm.) zawiadamia, że poczynszy od dnia 2 listopada 2022 r. zamieszczono na okres 21 dni na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta i Gminy w Szczekocinach ul. Senatorska 2, 42-445 Szczekociny:

- wykaz nieruchomości przeznaczonych do wniesienia jako wkład niepieniężny (aport) do spółki
- wykaz nieruchomości przeznaczonych do użyczenia

Informacja powyższa została opublikowana również w Biuletynie Informacji Publicznej prowadzonym przez Urząd Miasta i Gminy pod adresem szczekociny.finn.pl/ w zakładce MIENIE GMINNE.

REKLAMA 0010653993



Prezydent Miasta Dąbrowy Górniczej

informuje,

że zamieszczono na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Dąbrowie Górniczej: www.dabrowa-gornicza.pl, a także Biuletynie Informacji Publicznej www.bip.dabrowa-gornicza.pl /Zbicie nieruchomości/ oraz na tablicy ogłoszeń Urzędu Miejskiego w Dąbrowie Górniczej przyul. Granicznej 21, wykaz lokalu mieszkalnego położonego w Dąbrowie Górniczej przy Alei Zagłębia Dąbrowskiego 4/39, przeznaczanego do sprzedaży bezprzetargowej na rzecz najemcy.

REKLAMA 0010650185



OBWIESZCZENIE STAROSTY GLIWICKIEGO

o wydaniu decyzji o zezwoleniu
na realizację inwestycji drogowej

Na podstawie art. 11f ust. 4 w związku z art. 11a ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych oraz art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego

zawiadamiam

o wydaniu decyzji nr 5/22 z dnia 24 października 2022 r. o zezwoleniu na realizacjęinwestycji drogowej pn.

Rozbudowa drogi powiatowej Nr 2910S na odcinku Przyszowice-Chudów Starosta Gliwicki tą decyzją zakończył postępowanie wszczęte na wniosek Zarządu Dróg Powiatowych, 44-100 Gliwice, ul. Zygmunta Starego 17.

Starosta Gliwicki zawiadamia, iż z treścią decyzji można zapoznać się, w ciągu 14 dni od zawiadomienia, w Starostwie Powiatowym w Gliwicach, 44-100 Gliwice, ul. Zygmunta Starego 17, po uprzednim telefonicznym umówieniu się.

Znak sprawy : WAB.673.00005.2022

Zawsze trochę piwa, które lubił, wylewamy na grób dziadka. To jest bardzo wzruszające dla mnie święto

Patrycja Markowska w Pomponiku o celebracji Wszystkich Świętych Fot. Sylwia Dąbrowa



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 169

Katarzyna Cichopek lubi dobre marki

Paparazzi uwielbiają fotografować celebrytów, kiedy wychodzą z pracy. Ostatnio Pudelek przyłapał Katarzynę Cichopek, gdy opuszczała studio TVP. Zdaniem serwisu prezenterka miała na sobie wyłącznie ubrania słynnych marek: od torebki Luis Vitton po okulary Versace. Jakby tego było mało, wsiadła do SUV-a marki Audi wartego 300 tysięcy złotych.



Zaduszki Polskie TVP 1, 18:15

Widowisko muzyczne jest hołdem złożonym poległym żołnierzom AK. Usłyszymy pieśni patriotyczne w wykonaniu m.in.: Piotra Cugowskiego, Olgi Szomańskiej, Janusza Radka, Moniki Dryl, Natalii Niemen i Filipa Lato.

Edyta Pazura nie lubi 1 listopada

Żona słynnego aktora jest popularną influencerką. Tuż przed Wszystkimi Świętymi wybrała się na krótkie wakacje. „Nie lubię tego święta. Jak tylko mogę, wyjeżdżam na ten czas gdzieś daleko” – napisała na Instagramie. Tym razem Pazura wybrała się do Hiszpanii do malowniczego miasta Malaga.

Klaudia El Dursi

mówi, że teraz albo nigdy
Prowadząca program „Hotel Paradise” ma dwóch synów: Dawida i Jana. Ostatnio w wywiadzie dla Plotka przyznała, że już od zeszłego roku stara się z partnerem o kolejną pociechę. – Nie chcę być taką starą mamą, już nie jestem pierwszej młodości, to nie jest ten wiek, który zakładałam. Teraz albo nigdy. Nie chcę później, już chyba teraz. Na wszystkie dzieci patrzę tak: „A może porwę?”. To chyba jest ten moment, gdzie jednak trzeba się nad tym zastanowić – twierdzi. (GZL)
Fot. Sylwia Dąbrowa



Wyszyński, zakochany prymas

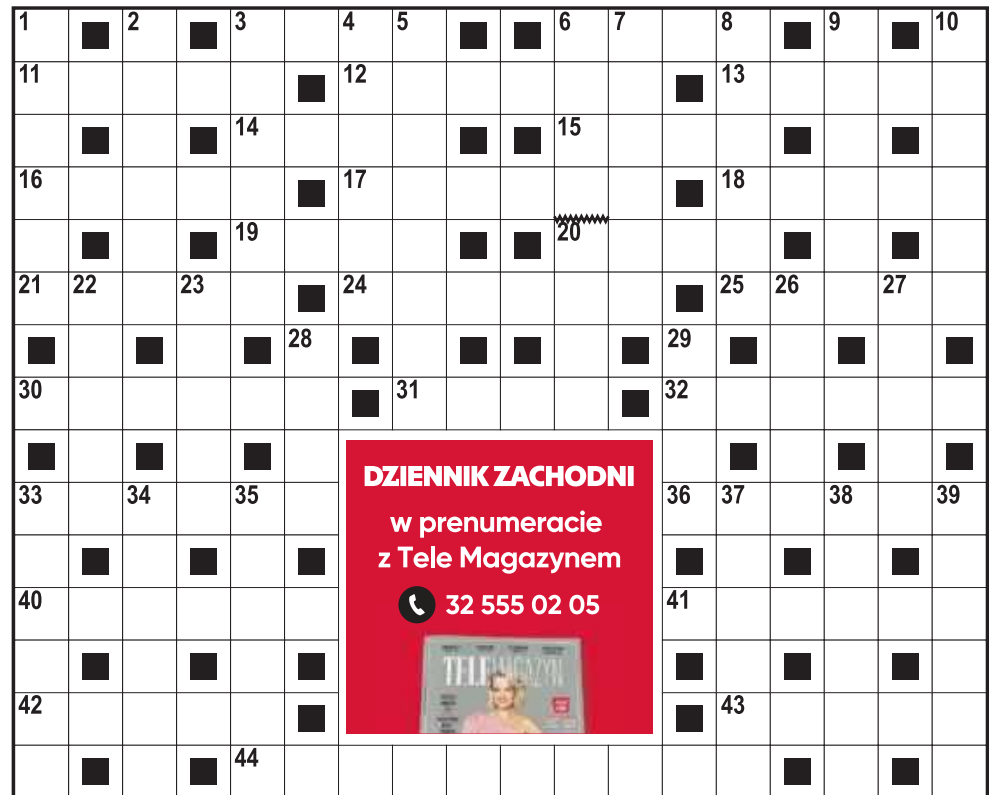
TVP 1, 23:10
W 1966 roku, w czasie obchodów Milenium Chrztu Polski, komuniści aresztowali kopię obrazu Matki Boskiej, ukochanej przez prymasa Polski. Liczyli na to, że Prymas się załamie.

Poziamo:

- 3) uderza z jasnego nieba,
- 6) aromatyczny olejek otrzymywany z lawendy,
- 11) np. „Pan Wołodyjowski”,
- 12) niewielki komputer osobisty,
- 13) stan upadku, zniszczenia,
- 14) charakterystyka bohatera powieści,
- 15) żołnierze Bolesława Chrobrego,
- 16) porwał piękną Helenę,
- 17) zawór w dętce,
- 18) lepiej trzymać je na wodzy,
- 19) najludniejsze miasto Czarnego Łądu,
- 20) pohukuje w ciemnym lesie,
- 21) pokrywa skrzyni lub kufra,
- 24) ważny w rakiecie tenisowej,
- 25) klasyczny styl pływakowski,
- 30) węgierski step z czikosami,
- 31) „Czarna ...”, piosenka zespołu „Raz, Dwa, Trzy”,
- 32) roślina wykorzystywana do produkcji biopaliw,
- 33) spotkanie zakochanej pary,
- 36) zgorzkniały człowiek, zrzęda,
- 40) tarasowa budowla Indian z Nowego Meksyku,
- 41) druzgocząca porażka,
- 42) drapieżna ryba morska,
- 43) grube podkolanówki bez stóp,
- 44) długotrwałe przyglądanie się, podpatrywanie.

Pionowo:

- 1) ciężki, zimnokrwisty koń,
- 2) długo leżący alkohol,
- 3) jednostka fonetyczna,
- 4) różnobarwny szklisty minerał,
- 5) włoskie auto sportowe,



- 6) miasto powiatowe w Małopolsce,
- 7) dydaktyczna opowieść z morałem,
- 8) sposób osuszania gruntów,
- 9) dawniej drobnostrój,
- 10) Cezary, bohater „Przedwiośnia” Stefana Żeromskiego,
- 22) ... Łącz, aktorka z serialu „Klan”,
- 23) przeciwny tyłowi, front,
- 26) harcerski stan gotowości,
- 27) spory, nieporozumienia,
- 28) Zygmunt III ..., król Polski,
- 29) nabój do broni myśliwskiej,
- 33) meldunek składany dowódcy,
- 34) podłużne zagłębienie terenu,
- 35) część nogi z ręką,
- 37) sielanka, idylla,
- 38) wydawana przez kasjerkę,
- 39) Adam Mickiewicz lub Juliusz Słowacki.

ROZWIĄZANIE NR 168

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

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Po długim weekendzie trudno Ci będzie dzisiaj wrócić do szarej codzienności. Horoskop dzienny wróży, że będziesz pożyteczną lekcją.

Ryby (19.02 - 20.03)

Twoje relacje z otoczeniem będą układać się wyjątkowo poprawnie. Horoskop na dziś zapowiada, że możesz liczyć na gesty życzliwości.

Baran (21.03 - 19.04)

Wszystko będzie dzisiaj szło po Twojej myśli. Horoskop dzienny na wtorek mówi, że żadna przeszkoda nie będzie w stanie Cię zatrzymać.

Byk (20.04 - 20.05)

Dasz przykład innym osobom, jak należy sobie radzić w kryzysowych sytuacjach. Horoskop dzienny mówi, że to będzie pożyteczna lekcja.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)

Jeśli uda Ci się wygospodarować trochę więcej niż zwykle wolnego czasu - spędź go z bliskimi. Horoskop na dziś wróży, że to będą miłe chwile.

Rak (22.06 - 22.07)

Nie wszystkie Twoje plany doczekają się fazy realizacji. Horoskop dzienny na wtorek mówi, że ze zdwojoną siłą zabierzesz się za nie jutro.

Lew (23.07 - 22.08)

Ktoś będzie denerwował Cię dzisiaj swoim zachowaniem. Horoskop dzienny wróży, że puszczą Ci nerwy i głośno powiesz, co o tym myślisz.

Panna (23.08 - 22.09)

Zachowaj dystans wobec osoby, która przyjedzie do Ciebie z pewną propozycją. Horoskop na dziś ostrzega, że sprawa ma drugie dno.

Waga (23.09 - 22.10)

Nie cofniesz się dzisiaj przed żadnym wyzwaniem. Horoskop dzienny na wtorek wróży, że kilka osób popatrzy na Ciebie z podziwem.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Łatwo będzie można dzisiaj wyprowadzić Cię z równowagi. Horoskop dzienny zapowiada, że kilka osób wystawi Twoje nerwy na próbę.

Strzelec (22.11 - 21.12)

Tradycyjne metody osiągania wyznaczonych celów mogą być zawodne. Horoskop na dziś radzi sięgnąć po sposoby niekonwencjonalne...
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Twoja spostrzegawczość osiągnie dzisiaj wyżyny. Horoskop dzienny na wtorek wyraźnie zapowiada, że nic nie umknie Twojej uwadze.

Dogoniłam czołówkę. Teraz mam prawo myśleć o medalu olimpijskim

Artur Bogacki
artur.bogacki@polskapress.pl

Lekkoatletka Grupy Sportowej ORLEN Sofia Ennaoui podsumowuje dla nas sezon 2022 i opowiada o planach na przyszłość

Jaki dla pani sportowo był 2022 rok? W biegu na 1500 metrów były dobre wyniki. Za mną sezon bardzo przełomowy. Przede wszystkim wielkiego powrotu, wielkiej nowej nadziei i szansy. Mam wrażenie, że wykorzystałam ją w stu procentach, bo tak naprawdę przed rozpoczęciem sezonu była ogromna niewiadoma - czy ja do sportu w pełni wrócę, jak to będzie wyglądało? Moje samozaparcie sprawiło, że znów jestem na bardzo wysokim poziomie - zdobyłam brązowy medal na mistrzostwach Europy i byłam piątą na mistrzostwach świata. To, w moim przekonaniu, najlepsze miejsce, jakie osiągnęłam w tym roku. Bo w czołówce europejskiej byłam, a do tej światowej mi zawsze brakowało. Teraz udało się ją dogonić. To bardzo cieszy, bo pokazuje, że mam prawo myśleć o zdobywaniu medali na mistrzostwach świata i igrzyskach olimpijskich. A to dla mnie w następnych latach absolutnie najważniejsze.

Koleje mistrzostwa świata już w przyszłym roku, w Budapeszcie. Pojedzie pani na nie powtórzyć wynik z Eugene, czy powalczyć o coś więcej? Chciałabym wejść do pierwszej szóstki, to będzie coś, co pozwoli być na koniec zadowolonym z sezonu. Nie ukrywamy - poziom biegu na 1500 metrów w ostatnich latach jest absolutnie niebotyczny. Praktycznie co roku zawodniczki zbliżają się do rekordu świata (3.50,07, najlepszy czas w 2022 r. był tylko o 0,3 s gorszy - przyp.). Znajdowanie się w tak mocnej światowej czołówce będzie mnie satysfakcjonowało, choć wiadomo - nie byłabym zawodowym sportowcem, gdybym nie chciała zdobywać medali. Miałem je na mistrzostwach Europy, chciałabym ich posmakować na mistrzostwach świata. Pierwsza szóstka to spełnienie moich marzeń, coś więcej będzie zaskoczeniem, ale ja lubię tworzyć takie historie. Ten rok pokazał, że miłe niespodzianki



Sofia Ennaoui w tym roku uzyskała świetne wyniki zarówno w mistrzostwach Europy, jaki w mistrzostwach świata

to jest coś, w czym jestem dobra (śmiech). Może uda się znowu i zdobędę medal. Wszystko jest sprawą otwartą.

Co trzeba zrobić, aby ten medal mistrzostw świata wywalczyć? Oczywiście oprócz tego, że szybko pobiec na najważniejszych zawodach...

Na pewno trzeba bardzo mocno się na tym jednym celu skupić, odrzucić rozpraszające cię bodźce zewnętrzne. Wynik sportowy w najbliższych miesiącach powinien być dla mnie numerem jeden. Do tego potrzebny jest ten spokój i oczywiście ciężki trening.

Z pani słów bije ogromny głód sukcesu. To przez ten stracony, z powodu kontuzji, ważny sezon olimpijski 2021?

Zawsze u mnie tak było. A teraz mam także wewnętrzną potrzebę pokazać się z najlepszej strony, bo wiem, że stać mnie na wiele. Ostatnie lata były dla mnie troszeczkę stracone, choćby z powodu pandemii, gdy odwoływano zawody. 2020 rok był dla mnie przełomowy, wtedy tak naprawdę byłam najlepszą wersją siebie, jeśli chodzi o bieg na 1500 metrów. Igrzyska olimpijskie wtedy przełożono, dla mnie to była strata, bo rok

później wykluczyła mnie kontuzja. Wykorzystałam ten czas na inne aktywności, ale wiadomo, że dla sportowca wynik jest najważniejszy. Tę lukę trudno zapełnić.

W następnym sezonie, 2023, będą mistrzostwa świata, a rok później - kolejne igrzyska olimpijskie. Myśli pani już o nich?

Tą są dla mnie dwa najważniejsze lata. Nie ukrywamy, że ten ostatni rozbrat z lekkoatletyką i to, że nie pojawiłam się na igrzyskach olimpijskich mimo kwalifikacji, spowodowały właśnie - jak pan zauważył - taki sportowy głód. Chciałabym go zaspokoić. Bardzo mocno przygotowuję się do dwóch najbliższych sezonów. Staram się zmniejszać do minimum inne obowiązki okołosportowe, medialne, by móc w pełni skupić się na wyniku sportowym.

Liczy pani na miejsce w czołówce mistrzostw świata, może na podium, ale by zdobyć później medal na igrzyskach, to pewnie trzeba jeszcze bardziej się sprężyć. Są u pani jeszcze jakieś rezerwy, które można będzie uruchomić?

Myślę, że największe zawsze są w aspektach psychologicz-

nych. To są nieodkryte rewiry, które można zgłębiać i nad którymi można bardzo pracować. Uważam, że dzięki temu możemy wzbić się na wyżyny, na których jeszcze nigdy nie byliśmy. To psychologiczne przygotowanie będzie dodatkową cegiełką, która spowoduje, że będę mogła walczyć z najlepszymi na świecie. Już w tym roku to pokazałam, ale wiadomo, że na igrzyskach jest nie tylko sama rywalizacja sportowa, dochodzi jeszcze wielki stres. Z tym zawodnik musi umieć sobie radzić. W najbliższych dwóch latach będę mocno nad tym pracowała. To może być element, który zdecyduje o tym, czy się zdobędzie medal, czy nie.

Aby być na olimpijskim podium, trzeba będzie pewnie uzyskać czas poniżej czterech minut.

Na pewno, i to nie tylko w jednym biegu. Na taki poziom trzeba będzie być gotowym

„Moją markę osobistą zawsze budowałam na podstawie swojej naturalności, uważam, że w dzisiejszych czasach jest jej mało”

w każdym swoim starciu. Myślę, że jestem już przygotowana na takie bieganie, ale wiadomo, że w tym - jak we wszystkim - trzeba też trochę tak zwanego szczęścia sportowego. A przede wszystkim doświadczenia, które nabywa się każdego roku. Ja mam już go dużo, mam 27 lat, ale z drugiej strony - odnoszę wrażenie, że każdego roku uczę się innych, zupełnie nowych rzeczy. Następne lata będą działały na moją korzyść.

Zima przed panią pewnie bardzo pracowita.

Najważniejsze będą oczywiście te mistrzostwa świata, ale chciałabym też pokazać się z bardzo dobrej strony w sezonie halowym. Zobaczymy, jak będzie ze zdrowiem i formą. W zimie przede mną wiele wyrzeczeń. To sport wyczerpujący, te medale i osiągnięcia nie smakowałyby tak dobrze, gdyby nie trzeba było ciężko na nie zapracować.

Niektórzy sportowcy szukają nowych bodźców. Iga Świątek czy Maria Andrejczyk ostatnio zmieniły trenerów. Pani taką opcję rozważała?

W moim przypadku, jeśli chodzi o relacje z trenerem, wszystko działa na tyle do-

brze, że nie zastanawiam się nad zmianą. Sportowiec po zakończeniu sezonu zazwyczaj weryfikuje, czy dane osoby ze sztabu sprawdzają się w stu procentach. Myślę, że w najbliższych miesiącach mogą być delikatne zmiany, jeśli chodzi o trening czy regenerację okołotreningową, ale swojego szkoleniowca nie planuję zmieniać.

Podczas Europejskiego Kongresu Sportu i Turystyki w Zakopanem brała pani udział w panelu dotyczącym budowania swojej marki osobistej. Jaki ma pani na to pomysł? Pani aktywność w social mediach podczas kontuzji bardzo chwalono.

Moją markę osobistą zawsze budowałam na podstawie swojej naturalności, uważam, że w dzisiejszych czasach jest jej mało. Chciałam pokazać, że sportowcy, którzy są sobą, też mogą zaistnieć w mediach. Nie jest tak, że musimy odgrywać rolę zupełnie innej osoby, by się ludziom spodobać. Myślę, że pokazywanie tej naturalności jest czymś, czego będzie brakować w najbliższych latach. Ja chciałabym tę dziurę załatać.

Nie boi się pani, że ta naturalność może mniej zainteresować odbiorców niż kreowanie czegoś, co bardziej oczekują, czegoś kontrowersyjnego?

Ludzie zawsze lubili moją naturalność, tę radość z uprawiania sportu. To, że pokazuje go od „normalnej” strony. Wiadomo, że jak czegoś jest mało na rynku, to się to ludziom podoba. Teraz mamy czas, że wiele osób chce się pokazywać niekoniecznie takimi, jakimi są naprawdę, być lepszymi wersjami siebie. A powinniśmy pokazywać, że jesteśmy zwykłymi ludźmi, że każdy ma rozterki dnia codziennego. To absolutnie normalne, że można mieć gorszy dzień, pomylić się. To czyni nas silniejszymi, gdy wracamy po porażkach.

Czyli na Instagramie jest pani taka jak na co dzień, a ta „lepsza wersja siebie” to już na bieżni w zawodach?

Wiadomo, że sportowiec chce być jak najlepszy. Dążę do tego, każdego dnia poprawiam się, chcę mieć lepsze osiągnięcia, zrobić lepszy trening, lepiej się zregenerować. Nie byłabym zawodowym sportowcem, gdyby nie szukała lepszej jakości. ©©

SPORT

www.sportowy24.pl

Puszcza nie odpuściła Skrze

Tomasz Kuczyński
t.kuczyński@dz.com.pl

Puszcza Niepołomice	3 (3)
Skra Częstochowa	0

Bramki
1:0 Jakub Bartosz (1), **2:0** Hubert Tomalski (29), **3:0** Lucjan Klisiewicz (42)

Puszcza Wróblewski - Cikos, Wojcinowicz, Sołowiej, Mroziński - Bartosz (83. Kramarz), Serafin, Piętek (90+1. Czarny), Tomalski (66. Jopek), Boguski (66. Siemaszko) - Klisiewicz (90+1. Wójcik). Trener: Jakub Kula (II trener).
Skra Bursztyn - Gołębiowski, Sadowski, Mesjasz, Brusiło, Lukoszek - Łukasik, Baranowicz (46. Babiarz), Sajdak, Nocoń - Sangowski. Trener: Jakub Dziółka.
Sędziował Łukasz Karski (Ślupsk)
Widzów 1.404

Skra poniosła 7. z rzędu porażkę. Puszczy z ławki nie poprowadził Tomasz Tułacz (pauza za kartki).

- Biorę tę całą sytuację na siebie. Trzeba zrobić wszystko, żeby zapunktować w dwóch ostatnich meczach - powiedział trener Skry Jakub Dziółka.

FORTUNA 1. LIGA - 16. KOLEJKA	
1. Puszcza Niepołomice	16 33 28-18
2. ŁKS Łódź	16 31 25-15
3. Ruch Chorzów	16 30 22-15
4. Arka Gdynia	16 27 28-21
5. Chrobry Głogów	16 27 28-23
6. Podbeskidzie	16 25 22-21
7. GKS Katowice	16 24 17-13
8. Termalica Nieciecza	16 23 25-20
9. Wisła Kraków	16 23 22-19
10. Stal Rzeszów	16 22 28-23
11. GKS Tychy	16 21 29-27
12. Zagłębie Sosnowiec	16 21 19-19
13. Górnik Łęczna	16 15 23-24
14. Odra Opole	16 15 21-31
15. Resovia Rzeszów	16 15 16-26
16. Chojniczanka Chojnice	16 14 19-26
17. Skra Częstochowa	16 14 9-25
18. Sandecja Nowy Sącz	16 10 10-25

Miejsca 1-2. - awans do PKO Ekstraklasy, 3-6. baraże o awans, 16-18. - spadek. © ©

ZMARŁ PIOTR WERNER, BYŁY SĘDZIA PIŁKARSKI I PROMOTOR BOKSERSKI, PROPAGATOR FUTSALU
Urodzony w Gliwicach biznesmen miał 73 lata. Odgrywał znaczącą rolę nie tylko w śląskim świecie sportu. Piotr Werner był jednym z pionierów boksu zawodowego w Polsce. Z Andrzejem Wasilewskim był współwłaścicielem grupy Knockout Promotions. Starsi kibice pamiętali go jako sędziego piłkarskiego. Z gwizdkiem biegał do 1996 roku, potem został obserwatorem z ramienia PZPN. Tworzył gliwicki futsal. RM



FOT. MIKOŁAJ SUCHAN

KOSMICZNY REKORD W F1
Max Verstappen wygrał już w tym sezonie 14. wyścigów. Holender z Red Bulla triumfując w Grand Prix Meksyku wyprzedził pod względem liczby zwycięstw w jednym sezonie Niemców Michaela Schumachera i Sebastiana Vettela. RM

Marek Papszun kontra Boniek

Rafał Musioł
r.musiol@dz.com.pl

PIŁKA NOŻNA. Raków jest już pewny zakończenia pierwszej rundy rozgrywek na pozycji lidera. Po meczu w Poznaniu ty-le samo mówiono jednak o pokonaniu Lecha, co o reakcji trenera na temat wypowiedzi Zbigniewa Bońki.



FOT. AAM JASTRZĘBOWSKI

Marek Papszun nie zamierzał gryźć się w język i mocno odpowiedział na krytykę ze strony Zbigniewa Bońki

w programie „Prawda Futbolu” komentując wypowiedź Papszuna, który przyznał, że nie za-zdrości Lechowi walki o awans do Ligi Konferencji, bo wiąże się to z grą na kilku frontach.

- Jeśli chodzi o pana Bońkę, to nie jest specjalnie autorytetem trenerskim, bo ja osobiście pamiętam jego dokonania w repre-

zentacji Polski. Akurat byłem na meczu z Łotwą, gdzie niestety doszło do dużej kompromitacji - odniósł się do tej wypowiedzi trener Rakowa.

- Przyjmuję cios i życzę powodzenia panie Trenerze. Czekam na pańskie sukcesy w pucharach europejskich - odpowiedział Boniek na Twitterze. © ©

PKO EKSTRAKLASA - 15. KOLEJKA	
Radom - Warta Poznań 2:3 (0:2)	
0:1 Miguel Luis (20), 0:2 Miguel Luis (32), 1:2 Luis Machado (46), 2:2 Filipe Nascimento (64 - karny), 2:3 Adam Zrelak (65). Sędziował Sebastian Krasyński (Kraków). Widzów 3.685	
1. Raków Częstochowa	15 35 26-10
2. Legia Warszawa	15 28 22-18
3. Pogoń Szczecin	15 26 26-20
4. Widzew Łódź	15 26 20-14
5. Wisła Płock	15 25 27-17
6. Stal Mielec	15 23 21-21
7. Cracovia	15 22 17-11
8. Lech Poznań	14 22 15-12
9. Warta Poznań	15 21 15-15
10. Radomsk Radom	15 20 17-20
11. Śląsk Wrocław	15 20 17-21
12. Jagiellonia Białystok	15 18 24-23
13. Górnik Zabrze	14 17 21-22
14. Zagłębie Lubin	15 17 12-22
15. Lechia Gdańsk	14 14 14-24
16. Piast Gliwice	15 13 15-19
17. Korona Kielce	15 13 15-22
18. Miedź Legnica	14 6 14-27

Miejsce 1. - eliminacje. Ligi Mistrzów, 2-3. - eliminacje Ligi Konferencji UEFA, 16-18. - spadek

„Piłkarskie Orły”: Zaczynamy ostatnią prostą

Rafał Musioł
r.musiol@dz.com.pl

PIŁKA NOŻNA. „Piłkarskie Orły” to niezwykle ranking, który prowadzi Polska Press Grupa. Jego celem jest wyłonienie i wyróżnienie najlepszych strzelców i strzelczyń od Ekstraklasy po III ligę.

Rozpoczynamy ostatni tego-roczny rozdział „Piłkarskich Orłów”. W listopadzie czekają nas ligowe kolejki oraz runda Pucharu Polski, a także zamykający całość zaległy mecz wyjazdowy Górnika Zabrze z Lechią w Gdańsku. O jak najlepsze nastroje przed przerwą zimową walczyć będą także piłkarze. Czekają więc nas duże emocje, a każdy strzelony gol może mieć wagę... medalu w naszym rankingu. Tym razem jesień ligowo-pucharowa jest nieco krótsza niż zazwyczaj. Runda



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

Każdy gol może mieć kluczowe znaczenie nie tylko dla wyniku meczu, ale także w rywalizacji w „Piłkarskich Orłach”. Piłkarze Rakowa liczą się w niej co miesiąc

kończy się bowiem wcześniej ze względu na najbardziej nietypowe listopadowo-grudniowe mistrzostwa świata w Katarze.

„Piłkarskie Orły” organizuje nasz koncern we współpracy z Polskim Związkiem Piłki Nożnej, Ministerstwem Sportu i Turystyki oraz Muzeum Sportu i Turystyki. Takiego rankingu jeszcze nie było. Monitorujemy gole strzelane we wszystkich województwach, w rozgrywkach od Ekstraklasy do III ligi, zarówno wśród mężczyzn, jak i kobiet. Bramki zdobywane na poszczególnych szczeblach zmagania, a także w Pucharze Polski, mnożone są dla ich strzelców przez odpowiedni współczynnik. Dzięki temu został zapewniony obiektywny sposób ich „doceniania”.

Rankingi opracowywane są na bieżąco w każdym z województw, a w sumie składają się

na zestawienie ogólnopolskie. Zwycięzcy i zwyciężczynie w poszczególnych miesiącach otrzymują medale. To etapy prowadzące do powstania rankingu obejmującego cały rok-kalendarzowy. Po sierpniowym triumfie Iviego Lopeza z Rakowa Częstochowa we wrześniu mieliśmy pięciu triumfatorów z trzeciej ligi - medale otrzymali Alan Lubaski (Górnik II Zabrze), Dawid Wolny (Polonia Bytom), Kamil Chyliński i Przemysław Oziębala (obaj Raków II Częstochowa) oraz Marcin Wróbel (Rekord Bielsko-Biała). To najlepiej ilustrowało zarówno skalę, jak i poziom snajperskiego wyścigu po „Piłkarskie Orły”.

A już w piątek poznacie wyniki rywalizacji październikowej. Także w tym przypadku losy zwycięstwa ważyły się właściwie do ostatniego meczu. © ©



RANKING



PATRONAT HONOROWY



Ministerstwo Sportu i Turystyki

PARTNER MERYTORYCZNY

