SPORTOWY24

W MECZU GÓRNIKA Z LEGIĄ LETNIO

KLASYK PKO EKSTRAKLASY BYŁ ROZCZAROWUJĄCY

Nr ISSN 1231-8124
Nr indeksu 348-570

www.gk24.pl

Nr 255 (6013) | Nakład: 4.262 | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

GŁOS DZIENNIK POMORZA KOSZALIŃSKI

74 lata

Poniedziałek, 2.11.2026

KRAJ

Trybunał Konstytucyjny: premier Donald Tusk zapowiada, że kompromisu nie będzie. Prezydent Karol Nawrocki prowadzi rozmowy.

ŚWIAT

Ukraina: mieszkańcy Ołeszek wyrwani z piekła rosyjskiej okupacji

Relaks

Krzyżówki, prognoza pogody, informacje kulturalne

Region

Trasa w budowie. Ma być szerzej w drodze nad morze

Ma być nieco szersza, z nowym asfaltem i porządnym odwodnieniem.Trwa remont drogi powiatowej z Suchej Koszalińskiej aż do Łaz **– Str. 4**

Poradnik

Pobyt w DPS. Rodzina nie zawsze musi pokrywać całość

Pobyt w Domu Pomocy Społecznej. W niektórych placówkach kwoty mogą zaskoczyć, tak samo jak zasady finansowania **– Str. 5**

Zaduszki jazzowe w poniedziałkowy wieczór. Podczas koncertu zabrzmią utwory inspirowane twórczością wybitnych artystów **– Str. 4**

Ortopeda: Robot ma nas przybliżyć do doskonałości w osadzeniu implantu. Ja operuję, a robot mnie pilnuje. Podpowiada, jak osiągnąć zaplanowany rezultat **– Str. 2**



FOT. ARCHIWUM

Koszalin

Bez toalet, łazienek, z piecami na węgiel. Tak wciąż mieszka wielu Koszalinian

Joanna Boroń

164 mieszkania z zasobów koszalińskiego ZBM nie ma łazienek i toalet, a w 450 źródłem ciepła są piece opalane węglem. W tych kamienicach czas zatrzymał się lata temu. Jest plan, by to zmienić.



FOT. RADOSŁAW BRZOSTEK

Okolice śródmieścia. Często są to budynki, które powstały jeszcze przed 1945 rokiem

Są w Koszalinie kamienice, w których toalety są wspólne, a łazienką jest często zlew w kuchni.

– Takich lokali w zasobach koszalińskiego Zarządu Budynków Mieszkalnych jest 164 na ponad pięć tysięcy – wylicza Małgorzata Kmita, dyrektor ZBM. Dodaje też, że w mieście jest około 450 mieszkań, w których grzeje się węglem.

To oczywiście problem nie tylko koszaliński. W Polsce wciąż 2,2 proc. mieszkań nie ma wodociągu, 4,7 proc. nie posiada toalety, a 6,1 proc. łazienki – tak wynika z najnowszych analiz GUS. Na liście planów inwestycyjnych ZBM jest – jak to mówi dyrektor Kmita – „usamodzielnienie" tych mieszkań, ale oczywiście to ma swoją cenę.

Wśród 178 budynków stanowiących wyłączną własność Koszalina 15 budynków charakteryzuje się niskim stopniem zużycia technicznego, 103 średnim, a 60 wysokim. Oprócz tego miasto ma udziały w budynkach, które są wspólnotami. Wiele z nich też wymaga modernizacji.
Więcej str. 3

Koszalin

Miał być szpital. Teraz sprzedają ostatnie działki

Joanna Boroń

Wkrótce odbędzie się przetarg na sprzedaż trzech ostatnich działek pozostałych po budowie Szpitala Wojewódzkiego, który nigdy nie został ukończony. Cena wywoławcza: 9 mln 276 tys. zł netto.

Przetarg odbędzie się 25 listopada. Sprzedażą objęte są trzy działki oznaczone geodezyjnie nr 693/25, 693/31 oraz 1481/1 z obrębu ewidencyjnego 0019 Koszalin. Są to ostatnie działki pozostające własnością województwa zachodniopomorskiego po zakończeniu postępowań związanych ze zwrotami gruntów poprzednim właścicielom oraz wcześniejszymi sprzedażami. Cena wywoławcza działek wynosi łącznie 9 276 000 złotych netto.
– Str. 3

REKLAMA 0011596521



eprasa.pl 81c83e7b67

POLECAMY

JUTRO: Ważne zmiany w przepisach ŚRODA: Pierwsze objawy raka jądra. Badaj się sam

2.11.2026
Poniedziałek

Dziś imieniny: Bohdana, Jerzego, Małgorzaty
Telefon alarmowy: 112

GP24.pl GK24.pl GS24.pl

POLSKA PRESS GRUPA

PBC

Redaktor naczelny
Jarosław Jaz
Z-cy redaktora naczelnego
Marcin Stefanowski, Wojciech Frelichowski, Ynona Husaim-Sobecka
Wydawca
Ynona Husaim-Sobecka, Jarosław Jaz, Wojciech Frelichowski, Marcin Stefanowski, Piotr Polechoński
www.gp24.pl
www.gk24.pl
www.gs24.pl

Polska Press Makroregion Pomorze
Redakcja Słupsk, ul. Henryka Pobożnego 19, tel. 59 848 81 00, redakcja.gp24@polskapress.pl; Koszalin, ul. Partyzantów 17, tel. 94 347 35 52, redakcja.gk24@polskapress.pl; Szczecin, Al. Niepodległości 26/U1, tel. 91 481 33 00,redakcja.gs24@polskapress.pl,
Prezes Makroregionu Piotr Grabowski
Dyrektor reklamy Ewa Żelazko
Druk Polska Press Oddział Poligrafia, 85-438 Bydgoszcz, ul. Grunwaldzka 229

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

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.gp24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

GIGANTYCZNY WĘZEŁ NA A6



FOT. MARCIN BIELECKI / PAP

Powstaje nowy układ drogowy, który zmieni komunikację w rejonie autostrady A6 i granicy z Niemcami. Za blisko 430 mln zł powstanie trzypoziomowy węzeł Kołbaskowo, obwodnica Przecławia i Warzymic będzie przedłużona, a obwodnica Kołbaskowa zostanie wybudowana. Finał części inwestycji już w drugim kwartale 2027 roku.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj
„Głos Pomorza"
„Głos Koszaliński"
„Głos Szczeciński"

tel. 94 340 11 14
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gp24.pl

POGODA

dziś
12°C/2°C

jutro
12°C/3°C

ROZMOWA

Żałoba potrafi być jak sztorm – może zatopić, potem najczęściej słabnie

Klaudia Torchała (PAP)

Żałoba to smutek, tęsknota, złość, poczucie winy, a czasem ulga. To emocje o różnym nasileniu - mówi Milena Dzienisiewicz, psycholożka z Kliniki Uniwersytetu SWPS.



FOT. KLINIKA SWPS

Milena Dzienisiewicz: - Powinniśmy dać sobie prawo do cierpienia, ale też do tego, by czuć się dobrze

Jakie emocje mogą towarzyszyć żałobie? Pomieści wszystkie?

Tak naprawdę wszystkie. Smutek, tęsknotę, lęk, złość, poczucie winy, a nawet ulgę. W żałobie jest miejsce na wszystkie emocje.

Mówi pani o tym, że żałoba jest jak sztorm. Dlaczego?

Początkowo emocje, które odczuwamy, mogą być bardzo silne, podobnie jak fale w czasie sztormu. Zatapiają, potrafią przytłoczyć. Trudno złapać oddech i normalnie funkcjonować. Z czasem jednak fale zwykle stają się mniejsze.

Zwykle, ale nie zawsze?

Nie zawsze. W niewielu przypadkach te fale nie maleją, ale w większości zdecydowanie tak, emocje wygaszają się.

Po co człowiekowi żałoba? To doświadczenie nie jest charakterystyczne wyłącznie dla ludzi.

Możemy obserwować zachowania przypominające żałobę również w świecie zwierząt. Żałoba jest reakcją na utratę kogoś lub czegoś ważnego.

W potocznym rozumieniu kojarzymy ją przede wszystkim ze śmiercią bliskiej osoby. Tymczasem w psychologii strata jest pojęciem znacznie szerszym…

Zdecydowanie. Strata może dotyczyć zdrowia, pracy, relacji czy miłości. To bardzo szerokie pojęcie. Doświadczenie straty jest czymś, co rozpoczyna proces żałoby.

Czy ulga po śmierci bliskiej osoby jest naturalnym uczuciem?

Oczywiście. Wiele osób wstydzi się o niej mówić, ale w żałobie jest na nią miejsce. Jeśli bliska osoba długo chorowała i cierpiała, jej śmierć może oznaczać również koniec tego cierpienia. Ulgę mogą odczuwać także osoby, które przez długi czas opiekowały się chorym i były bardzo obciążone emocjonalnie. Ulgę można poczuć po śmierci wobec osoby, która wobec nas stosowała przemoc.

Czy w żałobie jest również miejsce na śmiech i radość?

Żałoba nie polega na tym, że przez cały czas cierpimy i jesteśmy smutni. Pamięć o zmarłych nie musi oznaczać wyłącznie smutku. W żałobie poruszamy się pomiędzy bólem, cierpieniem i tęsknotą a orientacją na życie. Możemy planować przyszłość, chodzić do pracy, spotykać się z ludźmi i śmiać się. To nie oznacza, że przestaliśmy przeżywać żałobę. Te doświadczenia mogą ze sobą współistnieć.

Niektórzy jednak nie pozwalają niczego wyrzucić, zmienić żadnego ustawienia na półce i w szafie. Traktują rzeczy po tej osobie jak relikwie?

Porządkowanie rzeczy po zmarłym warto rozpocząć wtedy, kiedy czujemy się na to gotowi. Nie ma jednego właściwego terminu. Jedni potrzebują zrobić to stosunkowo szybko, inni muszą poczekać znacznie dłużej. Z drugiej strony, jeśli przez kolejne lata nie jesteśmy w stanie niczego zmienić, a pokój zmarłego pozostaje dokładnie taki sam przez kolejne lata, to może to być rzeczywiście sygnał, że możemy mieć do czynienia z zaburzeniem przedłużonej żałoby. Istotne jest to, czy trudność w ich uporządkowaniu wiąże się z nasilonym cierpieniem i utrudnia nam codzienne funkcjonowanie.

Co może pomagać w przechodzeniu przez żałobę?

Powinniśmy dać sobie prawo do cierpienia, ale też do tego, by czuć się dobrze. Prosić o wsparcie, jeśli faktycznie potrzebujemy. Nie bać się tego. Komunikować, że potrzebujemy obecności, realnej pomocy – tego, by ktoś zawiózł nas na cmentarz, ugotował obiad.

Czas faktycznie leczy rany? Czy raczej unikać takich słów?

Sam czas nie leczy. To nie jest tak, że możemy po prostu usiąść i czekać, aż ból, żałoba minie, To aktywny proces. Czas sprawia, że one słabną. Zamiast to mówić, lepiej zapewnić o swojej obecności i gotowości. Możemy powiedzieć: „Jestem obok, jeśli będziesz mnie potrzebować". To prosty komunikat, który nie narzuca żadnych oczekiwań i daje drugiej osobie przestrzeń.

A „wiem, co czujesz"?

Tego stwierdzenia również lepiej unikać. Nawet jeśli sami doświadczyliśmy straty, nie wiemy dokładnie, co czuje druga osoba. Może czuć się zupełnie inaczej. Lepiej powiedzieć: „Mogę sobie tylko wyobrazić, jak trudne jest to dla ciebie" albo „Nie wiem dokładnie, co teraz czujesz, ale jestem przy tobie".

eprasa.pl 81c83e7b67

KOSZALIN

To miał być największy szpital w regionie. Na sprzedaż trafiają ostatnie działki po niedokończonej inwestycji

Joanna Boroń

25 listopada odbędzie się przetarg na sprzedaż trzech ostatnich działek pozostałych po budowie Szpitala Wojewódzkiego, który nigdy nie został ukończony. Cena wywoławcza nieruchomości wynosi łącznie 9 mln 276 tys. zł netto.

- Przetarg odbędzie się 25 listopada. Sprzedażą objęte są trzy działki oznaczone geodezyjnie nr 693/25, 693/31 oraz 1481/1 z obrębu ewidencyjnego 0019 Koszalin. Są to ostatnie działki pozostające własnością Województwa Zachodniopomorskiego po zakończeniu postępowań związanych ze zwrotami gruntów poprzednim właścicielom oraz wcześniejszymi sprzedażami. Cena wywoławcza wynosi łącznie 9.276.000 zł netto - informuje Łukasz Jucha z Urzędu Marszałkowskiego Województwa Zachodniopomorskiego.

Historia tej inwestycji sięga lat 70. ubiegłego wieku. W 1977 roku zapadła decyzja o budowie nowoczesnego Szpitala Wojewódzkiego. Obiekt miał dysponować aż 1200 łóżkami, własną spalarnią odpadów i lądowiskiem dla śmigłowców. Inwestycję zaplanowano na ogromnym, 13-hektarowym terenie. Aby przygotować grunt pod budowę, w latach 1975-1977 przeprowadzono wywłaszczenia prywatnych właścicieli nieruchomości.

Prace budowlane rozpoczęły się oficjalnie w 1983 roku. Powstał monumentalny, wielokondygnacyjny żelbetowy szkielet budynku, który przez lata dominował w krajobrazie tej części miasta.

Wraz ze zmianami ustrojowymi i pogarszającą się sytuacją finansową państwa inwestycja zaczęła tracić tempo. Ostatecznie zabrakło pieniędzy na jej dokończenie. Budowa została zatrzymana, a obiekt nigdy nie rozpoczął działalności.

Przez kolejne lata betonowy kolos stał się symbolem niespełnionych ambicji, a także jednym z najbardziej charakterystycznych opuszczonych miejsc w Koszalinie. Do miasta nigdy nie trafił nowoczesny szpital, a w niedokończoną budowę utopiono ogromne publiczne środki.



FOT. RADOSŁAW BRZOSTEK

Po trwającej blisko ćwierć wieku batalii administracyjnej i sądowej część spadkobierców odzyskała swoje grunty.

Niezrealizowanie celu wywłaszczenia otworzyło drogę do roszczeń dawnych właścicieli. Zgodnie z przepisami, jeśli inwestycja nie zostanie zrealizowana w określonym czasie, można ubiegać się o zwrot nieruchomości.

Po trwającej blisko ćwierć wieku batalii administracyjnej i sądowej część spadkobierców odzyskała swoje grunty. W 2013 roku dawnym właścicielom zwrócono około czterech hektarów terenu. Nie był to jednak pełny sukces. Wraz z ziemią przejęli oni także fragmenty betonowej konstrukcji niedoszłego szpitala. Koszty rozbiórki ogromnych żelbetowych elementów liczono w milionach złotych, co stało się poważnym problemem dla prywatnych właścicieli.

Po zwrotach części nieruchomości w rękach samorządu województwa pozostało około dziewięciu hektarów terenu wraz z główną częścią dawnej konstrukcji. Przez lata organizowano kolejne przetargi. Działki dzielono na mniejsze parcele, zmniejszano wymagania i próbowano zainteresować inwestorów.

KOSZALIN

Bez toalet, łazienek, z piecami na węgiel. Kiedy to się zmieni?

(dokończenie ze str. 1)

- Te ostatnie budynki, w najgorszym stanie, wymagają kompleksowych robót remontowych lub modernizacyjnych, a w uzasadnionych przypadkach rozważenia zmiany sposobu zagospodarowania, wyłączenia z użytkowania albo rozbiórki - tłumaczy. To często budynki, które powstały przed 1945 roku.

Problemem jest nie tylko ich stan, ale i funkcjonalność. Lokale te często charakteryzują się dużą powierzchnią. Pierwotnie były one nierzadko zamieszkiwane jednocześnie przez kilka rodzin, z których każda użytkowała odrębne pokoje, przy wspólnym korzystaniu z kuchni i pomieszczeń higieniczno-sanitarnych. - W kolejnych latach podejmowano działania mające na celu dostosowanie lokali do indywidualnych potrzeb mieszkańców, w tym poprzez wydzielanie odrębnych kuchni i łazienek. Pomimo tych zmian w wielu przypadkach poszczególne pomieszczenia nadal są oddzielone częściami wspólnymi budynków. Taki układ przestrzenny wymaga dostosowania lokali do współczesnych standardów użytkowych - tłumaczy.



FOT. AUTOR

Okolice śródmieścia. Tutaj czas się zatrzymał

Jak szacuje Małgorzata Kmita remont każdego z miejskich budynków (a tych jest 178) - to w zależność od jego stanu technicznego - od 1 -3 mln złotych. Mówimy tu oczywiście nie tylko o „usamodzielnieniu", likwidacji pieców opalanych węglem, wymianę stolarki czy termomodernizacje.

W tym roku metamorfozę przechodzą m.in. dwa budynki przy ulicy Lechickiej. W planach są kolejne - ale ZBM musi znaleźć na to finansowanie. Zarząd nie ma „zapasów", ma za to dłużników, którzy są mu winni ponad 16 milionów złotych i to bez odsetek.

REKLAMA 0011606148

KOSZALIN Centrum Pomorza

Koszalin, 2 listopada 2026 roku

OGŁOSZENIE PREZYDENTA MIASTA KOSZALINA

o podjęciu uchwały w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru „po byłej oczyszczalni ścieków w rejonie ulicy Batalionów Chłopskich" w Koszalinie

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o *planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym* (Dz.U. z 2026 r. poz. 538 z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1, w związku z art. 46 ust. 1 pkt 1 oraz art. 54 ust. 2 i 3, ustawy z dnia 3 października 2008 r. *o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko* (Dz.U. z 2026 poz. 670), **zawiadamiam o:**

I. Podjęciu przez Radę Miejską w Koszalinie w dniu 22 października 2026 r. uchwały Nr XXXVII/456/2006 w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla obszaru „po byłej oczyszczalni ścieków w rejonie ulicy Batalionów Chłopskich" w Koszalinie,

II. Przystąpieniu do przeprowadzania strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, w tym sporządzenia prognozy oddziaływania na środowisko skutków realizacji projektu ww. planu miejscowego.

Uchwała z załącznikiem graficznym, na którym wyznaczono granice obszaru objętego sporządzeniem planu miejscowego, dostępne są na stronie internetowej Urzędu Miejskiego w Koszalinie pod adresem:
https://bip.koszalin.pl/uchwala/17259/uchwala-nr-xxxvii-456-2026

Zainteresowani, w terminie do dnia 30 listopada 2026 r. mogą składać wnioski do ww. planu miejscowego oraz do prognozy oddziaływania na środowisko.

Wnioski do projektu planu miejscowego należy składać do Prezydenta Miasta Koszalina, wyłącznie za pomocą formularza dotyczącego sporządzania aktu planowania przestrzennego dostępnego w siedzibie Urzędu Miejskiego w Koszalinie oraz pod adresem: https://bip.koszalin.pl/sprawa-do-zalatwienia/161/a-11-sporzadzanie-aktu-planowania-przestrzennego

Wnioski na wyżej wymienionym formularzu można składać:
- w formie papierowej w kancelarii lub pocztą tradycyjną na adres Urzędu Miejskiego w Koszalinie, ul. Rynek Staromiejski 6-7, 75-007 Koszalin,
- za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres: um.koszalin@um.koszalin.pl lub elektronicznej skrzynki podawczej: /UMKoszalin/SkrytkaESP lub systemu e-doręczeń: AE:PL-11793-91081-CUJHJ-10 .

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

Wnioski składane w ramach przeprowadzanej strategicznej oceny oddziaływania na środowisko, można składać do Prezydenta Miasta Koszalina, w formie pisemnej, ustnie do protokołu w pokoju 317 i 308 oraz za pomocą środków komunikacji elektronicznej i na adres wskazany powyżej jak do planu miejscowego. Właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Prezydent Miasta Koszalina.

Administratorem danych osobowych jest Prezydent Miasta Koszalina. Kontakt z Inspektorem Ochrony Danych w Urzędzie Miejskim w Koszalinie za pomocą e-mail: iodo@um.koszalin.pl Klauzula informacyjna RODO wraz z ograniczeniem wynikającym z art. 8a ust. 1 ustawy *o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym* dostępna jest w siedzibie Urzędu Miejskiego w Koszalinie oraz na stronie internetowej: https://bip.koszalin.pl/artykul/136/172/klauzula-informacyjna-dotyczaca-przetwarzania-danych-osobowych

koszalin.pl

eprasa.pl 81c83e7b67

REGION

Trasa w budowie. Ma być szerzej o kilkadziesiąt centymetrów i bezpieczniej w drodze nad morze

Jakub Roszkowski

Ma być nieco szersza, z nowym asfaltem i porządnym odwodnieniem - trwa remont drogi powiatowej z Suchej Koszalińskiej aż do Łaz. Są utrudnienia, wahadła, sfrezowany jest stary asfalt, prace potrwają co najmniej do czerwca 2027 roku.



FOT. ARCHIWUM



FOT. ARCHIWUM

Droga jest poszerzana. To dlatego, że - jak już wcześniej tłumaczył nam starosta powiatu koszalińskiego Tomasz Tesmer - była zbyt wąska, niebezpieczna, dochodziło do wielu groźnych sytuacji, gdy mijały się tu większe pojazdy. Już po zakończeniu inwestycji oba pasy jezdni mają mieć łącznie co najmniej 6 metrów szerokości. Teraz to nieco ponad 5 metrów. Kierowcy zauważają wprawdzie, że w niektórych miejscach to poszerzenie drogi jest nieznaczne, wykonawca przypomina, że prace wciąż trwają. - Będziemy jeszcze wzmacniali pobocze - słyszymy od drogowców.

Starosta zapewnia, że nie ma żadnych opóźnień, prace - według jego wiedzy - przebiegają terminowo, nie ma też problemów z dostawami materiałów budowlanych. - Do wakacji przyszłego roku zdążymy, a wtedy cała trasa - od Suchej Koszalińskiej aż do Łaz - będzie odnowiona i poprawiona - mówi Tomasz Tesmer.

Starostwo dostało na tę inwestycje 60-procentowe dofinansowanie. Resztę - 40 procent z ustalonej na przetargu kwoty 13,5 mln złotych - pokryje budżet starostwa po połowie z gminami, przez które przebiega trasa, czyli gminą Sianów i gminą Mielno na odcinku Osieki - Łazy. Nowa, poprawiona droga, ma dobiegać aż do ronda w Łazach. To łącznie prawie 10 kilometrów trasy.

AUTOPROMOCJA

Kondolencje i nekrologi w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń, bez wychodzenia z domu

Tutaj zlecisz ogłoszenie
ibo.polskapress.pl

KOSZALIN

Zaduszki jazowe w poniedziałkowy wieczór w Muzie. Zabrzmi muzyka znanych artystów

Joanna Boroń

2 listopada o godz. 19.00 w Teatrze Variete Muza odbędą się Zaduszki Jazzowe. To wydarzenie poświęcone pamięci artystów, którzy na trwałe zapisali się w historii polskiej i światowej muzyki.



FOT. POLSKAPRESS.PL

W trakcie wydarzenia m.in usłyszymy utwory zmarłego w 2025 roku St. Soyki,

Podczas koncertu zabrzmią utwory inspirowane twórczością takich artystów jak Dolly Parton, Stanisław Soyka, Michał Urbaniak, Ozzy Osbourne czy Wojciech Morawski.

Na scenie wystąpią artyści związani z teatrem oraz zaproszeni goście, w tym młoda wokalistka jazzowa Olga Demydczuk, studiująca w Prins Claus Conservatorium w Groningen. Koncert przygotował Jarosław Barów - kompozytor, pianista i aranżer współpracujący z wieloma gwiazdami polskiej sceny muzycznej.

Bilety kosztują 50 i 40 zł.

eprasa.pl 81c83e7b67

PORADNIK

Nawet 30 tys. zł miesięcznie za pobyt w DPS. Rodzina nie zawsze musi pokrywać całość

Ola Głowacka

Ile kosztuje pobyt w Domu Pomocy Społecznej w 2026 roku? W niektórych placówkach kwoty mogą zaskoczyć, tak samo jak zasady finansowania.

W 2026 roku miesięczny koszt pobytu w Domu Pomocy Społecznej wynosi od około 6 tys. zł do nawet ponad 30 tys. zł, w zależności od lokalizacji placówki, standardu oraz zakresu świadczonej opieki.

Przykładowe stawki miesięczne:
- 5,9–6,7 tys. zł – najtańsze DPS-y (m.in. Toruń, Suwałki, Wrocław),
- 8–10 tys. zł – placówki w średnich miastach,
- 12–13 tys. zł – część warszawskich DPS-ów,
- ponad 30 tys. zł – specjalistyczne, nowoczesne placówki zapewniające indywidualną opiekę (np. Centrum Wsparcia Społecznego „Na Targówku" w Warszawie).

Na koszt utrzymania mieszkańca składają się m.in. całodobowa opieka, wyżywienie, opieka medyczna, wynagrodzenia personelu, koszty energii i utrzymania budynków, zajęcia terapeutyczne i rehabilitacja.

Zasady pokrywania kosztów pobytu w DPS reguluje ustawa o pomocy społecznej. Obowiązuje jasno określona kolejność płatników:

1. Mieszkaniec DPS

W pierwszej kolejności płaci sam mieszkaniec placówki – maksymalnie do 70 proc. swojego dochodu, np. emerytury lub renty. Nie może to być więcej, nawet jeśli koszt pobytu jest wyższy.

2. Rodzina

Jeśli dochód mieszkańca nie wystarcza na pokrycie pełnych kosztów, dopłatę wnosi małżonek, następnie dzieci i wnuki, na końcu – rodzice.

Rodzina nie zawsze musi płacić. Obowiązek zależy od dochodów – jeśli po wniesieniu opłaty dochód na osobę w rodzinie nie przekracza 300 proc. kryterium dochodowego, członkowie rodziny mogą zostać całkowicie lub częściowo zwolnieni z opłat.



FOT. GETTY IMAGES

Ceny za pobyt w DPS mogą zaskoczyć wiele rodzin. W 2026 roku miesięczny koszt pobytu w Domu Pomocy Społecznej wynosi od około 6 tys. zł do nawet ponad 30 tys. zł

W 2026 r. kryterium to wynosi ok. 3030 zł – dla osoby samotnej, ok. 2469 zł – na osobę w rodzinie.

3. Gmina

Jeżeli ani mieszkaniec, ani rodzina nie są w stanie pokryć kosztów, brakującą część dopłaca gmina, z której dana osoba została skierowana do DPS.

Z DPS mogą skorzystać osoby, które: ● wymagają całodobowej opieki z powodu wieku, choroby lub niepełnosprawności, ● nie są w stanie samodzielnie funkcjonować, ● nie mogą uzyskać wystarczającej pomocy w miejscu zamieszkania, np. w formie usług opiekuńczych.

Domy Pomocy Społecznej są przeznaczone m.in. dla: ● osób w podeszłym wieku, ● osób przewlekle somatycznie chorych, ● osób przewlekle psychicznie chorych, ● osób z niepełnosprawnością fizyczną lub intelektualną, ● dorosłych oraz dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami.

Jak wygląda procedura przyjęcia do DPS?

Wniosek składa się w lokalnym ośrodku pomocy społecznej (MOPS/GOPS lub Centrum Usług Społecznych) właściwym dla miejsca zamieszkania osoby wymagającej opieki. Pracownik socjalny przeprowadza wywiad środowiskowy oraz analizuje sytuację zdrowotną, rodzinną i finansową.

To gmina wydaje decyzję o skierowaniu do DPS oraz ustala wysokość odpłatności. Jeśli czas oczekiwania w najbliższym DPS-ie przekracza 3 miesiące, na wniosek zainteresowanego możliwe jest skierowanie do innej placówki tego samego typu, gdzie kolejka jest krótsza. Co do zasady wymagana jest zgoda osoby zainteresowanej lub jej przedstawiciela ustawowego. W wyjątkowych sytuacjach sprawa może trafić do sądu.

NASZ PATRONAT 0111560081

Dobry sąsiad to partner w rozwoju. Dialog z mieszkańcami kluczem do udanych inwestycji

Duże inwestycje infrastrukturalne i energetyczne przynoszą korzyści nie tylko inwestorom, ale również regionom, w których są realizowane. Warunkiem jest jednak otwarta współpraca z mieszkańcami, poznanie ich potrzeb i uwzględnienie lokalnej specyfiki. – Każdą społeczność trzeba traktować indywidualnie, słuchać jej potrzeb i rozumieć, co jest dla niej ważne – podkreślała Anita Cieślicka-Szczepaniak, przedstawicielka ORLENU podczas debaty poświęconej relacjom między inwestorami a społecznościami lokalnymi.



Temu zagadnieniu poświęcono panel „Być dobrym sąsiadem: zarządzanie procesem inwestycyjnym w zgodzie ze społecznościami lokalnymi". Dyskusję moderowała Monika Tenerowicz, zastępczyni dyrektora Departamentu Komunikacji i Marketingu ORLEN Oddziału Centralnego Upstream Polska. Wzięli w niej udział Anita Cieślicka-Szczepaniak, rzeczniczka ds. społeczności lokalnych ORLEN, Artur Kawicki, zastępca dyrektora Departamentu Inwestycji w Polskiej Spółce Gazownictwa, Marcin Pabierowski, prezydent Zielonej Góry oraz Krzysztof Kukucki, prezydent Włocławka.

Dialog trzeba rozpocząć odpowiednio wcześnie

Uczestnicy debaty zgodzili się, że skuteczna współpraca z mieszkańcami nie powinna ograniczać się do formalnych konsultacji prowadzonych na kolejnych etapach procesu inwestycyjnego. Kluczowe jest rozpoczęcie rozmów odpowiednio wcześnie, tak aby możliwe było rozpoznanie lokalnych oczekiwań i uwzględnienie ich podczas planowania przedsięwzięcia. Współpraca powinna trwać przez cały okres eksploatacji, tak by dbać o transparentny dialog i budować trwałe partnerstwa.

– *Każdą społeczność trzeba traktować indywidualnie, słuchać jej potrzeb i analizować, co jest dla niej ważne. Jeśli prowadzimy otwarty dialog, to już na bardzo wczesnym etapie możemy lepiej dostosować inwestycję do specyfiki regionu* – mówiła Anita Cieślicka-Szczepaniak.

Lokalni przedsiębiorcy zyskują na dużych projektach

Korzyści wynikające z inwestycji mogą wykraczać daleko poza teren, na którym powstaje infrastruktura. Duże przedsięwzięcia generują zapotrzebowanie na usługi, specjalistyczne kompetencje i dostawy, tworząc możliwości rozwoju dla lokalnych firm. W ten sposób inwestor może wspierać regionalną gospodarkę nie tylko bezpośrednio, ale również poprzez rozbudowę łańcucha dostaw.

O znaczeniu dużych inwestycji dla rozwoju regionów mówił również Marcin Pabierowski. Przywołał przykład Zielonej Góry, gdzie przez lata realizowano znaczące przedsięwzięcia związane z sektorem naftowo-gazowym. Ich efektem były nie tylko miejsca pracy, lecz także rozwój kompetencji inżynierskich, firm wykonawczych i zaplecza technologicznego, które pozostają ważnymi elementami lokalnej gospodarki.

Prezydent Włocławka Krzysztof Kukucki zwrócił również uwagę na możliwość łączenia rozwoju przemysłu z poszanowaniem lokalnych uwarunkowań i środowiska naturalnego. Wymaga to uwzględniania specyfiki danego miejsca oraz prowadzenia inwestycji w sposób, który pozwala ograniczać ich negatywne oddziaływanie na otoczenie.

Odpowiedzialność inwestora nie kończy się na budowie

Istotnym wątkiem dyskusji było również długofalowe zaangażowanie przedsiębiorstw w życie społeczności, w których prowadzą działalność. Mieszkańcy oczekują bowiem nie tylko nowych inwestycji, lecz także działań odpowiadających na konkretne potrzeby lokalne. Mogą one dotyczyć edukacji, bezpieczeństwa, poprawy efektywności energetycznej budynków czy rozwoju inicjatyw społecznych.

– *Programy grantowe przynoszą długofalową zmianę. Nie chodzi o jednorazowe działania, ale o projekty, które realnie i trwale poprawiają jakość życia mieszkańców* – podkreślała Anita Cieślicka-Szczepaniak.

Przedstawicielka ORLENU wskazała m.in. na inicjatywy wspierające termomodernizację budynków w których świadczone jest wsparcie dla grup szczególnie wrażliwych oraz projekty edukacyjne.

Ważnym elementem budowania relacji z lokalnymi społecznościami jest także bezpieczeństwo. Anita Cieślicka-Szczepaniak przypomniała o programie „ORLEN na Straży". Doposażenie strażaków, rozwijanie ich możliwości operacyjnych, szkolenia i wsparcie psychologiczne przekładają się na sprawniejsze reagowanie w sytuacjach zagrożenia.

– *Często słyszymy od strażaków, że dzięki temu mogli szybciej dotrzeć na miejsce zdarzenia i skuteczniej pomagać mieszkańcom. To pokazuje, że inwestowanie w bezpieczeństwo lokalnych społeczności przynosi konkretne efekty* – podsumowała.

eprasa.pl 81c83e7b67

KRAKOWSKI ODDZIAŁ IPN I „GAZETA KRAKOWSKA" PRZYPOMINAJĄ

Mogiła Trzech Stanisławów

Sulowa Cyrhla to polana w masywie Babiej Góry. Turystom jest znana jako punkt na szlaku do schroniska na Markowych Szczawinach i dawna lokalizacja chatki studenckiej, charakterystyczna ze względu na widoki, wiosenne krokusy i pozostałości szałasów. Krajoznawcom – jako stare góralskie osiedle, zapewne z czasów osadnictwa na prawie wołoskim, które swą nazwę zaczerpnęło od cyrhlenia, czyli nacinania kory wokół drzew, aby uschły, co ułatwiało karczowanie i uzyskiwanie polan wypasowych. Mniej znane pozostają wydarzenia z 1946 roku, gdy mieściło się tu obozowisko jednego z oddziałów partyzanckich antykomunistycznego podziemia

Krzysztof Pięciak

W lasach u stóp Babiej Góry powojenna partyzantka zaczęła działać już wiosną 1945 r. Zaczęło się od poakowskiego oddziału „Bunt", powstałego jako tzw. grupa samoobrony, złożonego głównie z żołnierzy rozwiązanej AK, głównie oddziału „Chełm". „Do lasu" – kryjówek wokół Juszczyna, Polan Juszczyńskich, Skawicy – poszli, gdy sowieci i komuniści zaczęli aresztować akowców. Dyscyplinują najbardziej zagorzałych komunistów, usiłują odbić zatrzymanych kolegów, zorganizować życie na ziemiach zachodnich. Oddział rozwiązał się po tym, jak 2 sierpnia 1945 r. komuniści ogłosili tzw. amnestię, przedstawianą jako szansa powrotu do „cywilnego" życia.



FOT. ZE ZBIORÓW NAC

Masyw Babiej Góry, widok z okresu międzywojennego

Od „Buntu" do „Błyskawicy"

Dla wielu z partyzantów „Buntu" – i innych podobnych grup samoobrony – powrót do konspiracji nastąpił już kilka miesięcy później. I tym razem przyczyniły się do tego narastające komunistyczne represje. Wiosna 1946 r. była w Małopolsce początkiem okresu, nazywanego tzw. partyzancką wojną: w całym województwie powstawały nowe oddziały partyzantki poakowskiej, narodowej i tworzonej oddolnie przez ludzi gotowych stawiać opór komunistom. Partyzantom szczególnie sprzyjał teren lesisty i górzysty – taki, jak w Beskidach. Sprzyjała także lokalna społeczność, widząca w partyzantach obrońców przed nadużyciami władzy i powszechnym po wojnie pospolitym bandytyzmem.

Podobnie działo się w rejonie Zawoi, Skawicy, Makowa i okolicznych wsi. „Dwa dni przed ustaloną datą [Józef Duda] »Dar« powiadomił kilku chłopaków, aby w dniu 14 kwietnia przed zmrokiem stawili się z bronią na zbiórkę w rejonie mostu żelaznego nad Skawą. Wśród powiadomionych byłem też i ja" – wspominał po latach Andrzej Bryndza „Borsuk" wydarzenia z wiosny 1946 r. i sformowanie oddziału „Błyskawica", związanego zarówno z poakowską konspiracją, jak też z podhalańskim zgrupowaniem „Ognia". „Pozyskiwanie broni, uniemożliwienie funkcjonowania UB, MO i niektórych urzędów administracyjnych, likwidowanie komitetów partyjnych a ich członkom odbieranie i niszczenie legitymacji, oporem wymierzanie chłosty. Likwidowanie kolaborantów, donosicieli i zdrajców" – tak „Dar" tłumaczył cele działalności. I pouczał: „Na utrzymanie oddziału fundusze czerpać należy z banków. W żywność zaopatrywać się w sklepach państwowych. Pobieranie środków żywnościowych od indywidualnych gospodarzy winno być dokonywane za pełną odpłatnością". W „terenie" dowodził „Dar" lub jego zastępca Mieczysław Sobolewski „Prut", z czasem, mianowany dowódcą grupy sabotażowo-dywersyjnej.

Tymczasem w Zawoi do konspiracji należał Stanisław Marek „Orlicz". Kawalerzysta, oficer AK, oficjalnie leśnik w Suchej Górze, należał prawdopodobnie do organizacji „Nie", a następnie do Zrzeszenia „Wolność i Niezawisłość". Utworzył grupę złożoną z mieszkańców Zawoi, Skawicy i okolic. Miał szerokie kontakty sięgające zarówno do okolicznych oddziałów partyzanckich, jak i na Żywiecczyznę, gdzie na czele bitnej grupy NSZ działał ppor. Antoni Biegun „Sztubak". Od wiosny 1946 r., miał też związki z „Błyskawicą" – i z czasem wszedł w jej skład. Gdy 6 czerwca w Makowie Podhalańskim poległ „Prut", to właśnie por. Stanisław Marek objął dowództwo całego oddziału, który w tym czasie zaczął używać nowej nazwy: „Armia Krajowa. Oddział partyzancko-dywersyjny »Błysk-Bunt«".

Wopiści w podziemiu

W kontekście walk z niepodległościową partyzantką wymienia się najczęściej KBW, UB, milicję i „ludowe" Wojsko Polskie. W południowej Polsce istotna była jeszcze jedna formacja: Wojska Ochrony Pogranicza (WOP), utworzone 13 września 1945 r. i podporządkowane Ministerstwu Obrony Narodowej. Zanim utworzono WOP, granice powojennej Polski były pilnowane najpierw przez jednostki sowieckie, a następnie przez oddziały WP. Do jednostek WOP przenoszono żołnierzy WP – jak pisano w rozkazie, „dobrze wyszkolonych i pewnych pod względem politycznym, przy czym powinny być to roczniki podoficerów 1921 i młodsze, szeregowych 1923 i młodsze". Strażnice WOP były więc początkowo obsadzane przez wojskowych, przenoszonych wprost z jednostek: zarówno doświadczonych frontowców, jak i poborowych.

Taka struktura społeczna sprawiała, że podobnie jak w wojsku czy nawet milicji, pojawiali się w WOP ludzie o różnych zapatrywaniach społecznych, czy politycznych. W tym także przychylni podziemiu niepodległościowemu, a nawet tacy, którzy – gdy nadarzyła się okazja – uciekali do leśnych oddziałów.

Tak było również w Zawoi, gdzie mieściła się 194. Strażnica WOP. Spotkania między „Orliczem" a komendantem strażnicy ppor. Romanem Woźnickim i jego zastępcą ds. zwiadu chor. Henrykiem Dołęgowskim zaowocowały umożliwianiem partyzantom przekraczania granicy na stronę czechosłowacką. Gdy wiadomości o tych kontaktach dotarły do Wydziału Informacji (tj. kontrwywiadu) WOP, a przed Dołęgowskim i jego podkomendnymi pojawiła się groźba aresztowania, postanowili dołączyć do partyzantki.

2 lipca 1946 r. pierwsza grupa uciekinierów ze strażnicy zebrała się w Zawoi, w gospodarstwie jednego z podkomendnych „Orlicza" – Zygmunta Surzyna „Gwiazdy". Stamtąd pokierowano ich na polanę Sulowa Cyrhla, gdzie mieściło się partyzanckie obozowisko. Tu dołączyli pozostali dezerterzy, przyprowadzeni przez partyzanckich łączników; łącznie było ich dziesięciu. Już w obozie – gdzie przyjęto ich życzliwie – opowiedzieli, że na strażnicę przyjechało wojsko z Jabłonki i bezpieka, ppor. Woźnickiego pobito, żołnierzy aresztowano, powiązano i grożono im wywózką na Sybir.

Sulowa Cyrhla – to miejsce dogodne na partyzancki obóz. Góralskie szałasy dawały schronienie, pobliskie potoki zapewniały dostęp do wody, a stromy stok od północnej strony utrudniał skryte podejście i zaskoczenie obozujących. Wtajemniczeni znali prowadzące na polanę szlaki, a obcym trudno znaleźć tę kryjówkę, ukrytą w rozległych babiogórskich lasach. Stąd partyzanckie patrole ruszały na akcje do Makowa i Osielca.

Obława

Gdy po jednej z akcji partyzanci wracali do obozowiska, zbiegł jeden z wopistów, kpr. Franciszek Petryszyn. Przebiegł przez Zawoję, minął przełęcz Krowiarki i wyczerpany po przebyciu kilkunastu kilometrów dotarł do Jabłonki, gdzie w 42. Komendzie Odcinka WOP złożył meldunek. W kierunku obozowiska ruszyła obława.

Wiadomości o nadchodzącym przeciwniku dotarły do „Orlicza". Część podkomendnych wysłał, by wciągnęli przeciwnika w zasadzkę; sam pozostał z resztą, by ewakuować obóz. Jednak wopiści minęli się z wysłaną im naprzeciw grupą, obeszli obozowisko od północy (od strony Zawoi) i zajęli stanowiska w gęstym lesie. Zaatakowali z niespodziewanej strony, mając naprzeciw siebie polanę ograniczoną stromym stokiem utrudniającym odwrót. Gdy rozpoczęła się walka, „Orlicz" miał wydać rozkaz wycofania się w kierunku górnego skraju polany, a sam wraz z kilkoma ludźmi osłaniał odwrót ogniem broni maszynowej. Wtedy odniósł śmiertelną ranę; według partyzanckich relacji miał go dobić oficer WOP. W ogniu walki miały rozlegać się – zanotowane przez jednego z partyzantów – okrzyki: „Wybić ich do nogi! Ogień na Dołęgowskiego!". W boju polegli także plut. Stanisław Marszałek „Gwizd" oraz sierż. „Bielski" (najprawdopodobniej Stanisław Koczur). Co najmniej dwaj inni partyzanci odnieśli rany.

Trzy dni później poległym urządzono uroczysty pogrzeb na cmentarzu w Zawoi Centrum, który – co wyjątkowe w realiach powojennej Polski – odbył się z udziałem księdza i licznie zgromadzonych żałobników. Dwaj z poległych Stanisławów, Marek i Marszałek, byli w Zawoi znani. Nie interweniowały miejscowe placówki milicji ani WOP. Dziś pamiątką tej niezwykłej sytuacji, a zarazem świadectwem pamięci rodzin i mieszkańców Zawoi, są zadbane, partyzanckie groby. Pamiątką boju na Sulowej Cyrhli stały się lokalne nazwy, jakimi określano polanę: „Mogiła Trzech Stanisławów" i „Mogiła Trzech Partyzantów".

„Huragan"

Wkrótce po walce dowództwo oddziału – pod nowym kryptonimem „Huragan" – przejął chor. Henryk Dołęgowski „San". Kolejnych obław, prowadzonych przez WOP w okolicach Zawoi w połowie sierpnia, udało się uniknąć. I choć wopiści oceniali, że akcja na Sulowej Cyrhli doprowadziła do częściowego zlikwidowania „ugrupowania NSZ »Marka«" (pod tym pseudonimem identyfikowano „Orlicza", błędnie przypisując jego grupę do NSZ), w istocie oddział przetrwał. Na Sulową Cyrhlę już jednak nie powrócili; ukrywali się w okolicach Grzechyni, Juszczyńskich Polan, Skawicy i jej przysiółka Suchej Góry. Partyzanci przetrwali, wciąż walcząc, do początku 1947 r. Po wyjątkowo ciężkiej zimie, osaczani przez kolejne obławy, nie mając już kontaktu z innymi zgrupowaniami, ujawnili się wiosną w ramach kolejnej ogłoszonej przez komunistów amnestii.

Nie zakończyło to jednak partyzanckich wątków spod Babiej Góry. Jeszcze na początku kolejnej dekady w okolicy pojawiały się ostatnie, już zaledwie kilkuosobowe, grupy wywodzące się z podziemia niepodległościowego.

eprasa.pl 81c83e7b67

FOKUS

• **W tradycji ludowej** wierzono, że 1 i 2 listopada kontakt z zaświatami jest łatwiejszy, a dusze zmarłych odwiedzają świat doczesny

TRYBUNAŁ KONSTYTUCYJNY

Premier: Kompromisu w sprawie TK nie będzie. Prezydent prowadzi rozmowy

Kryzys związany z sytuacją w TK nie został zażegnany. W sobotnim orędziu premier Donald Tusk wykluczył kompromis, zaś prezydent Karol Nawrocki odbył serię spotkań z politykami

oprac. Karolina Wrońska

Sytuacja eskalowała w piątkowy wieczór, kiedy to po południu pojawiła się informacja o zarządzeniu przerwy w czynnościach prezesa Trybunału Konstytucyjnego Bogdana Święczkowskiego i wiceprezesa Bartłomieja Sochańskiego, zaś Anna Korwin-Piotrowska, jako mająca najdłuższy staż sędziowski, została ogłoszona osobą kierującą Trybunałem.

Wtedy też - w związku z informacją Korwin-Piotrowskiej o możliwości wystąpienia zagrożeń dla życia lub zdrowia sędziów i pracowników TK na terenie, ale nie w samym Trybunale, pojawiła się policja. Zgromadzony przed trybunałem tłum próbował siłowo przedostać się na teren.

Wobec tych zdarzeń prezydent Nawrocki, który był w podróży do Senegalu, przerwał lot, wrócił do kraju i pojawił się w siedzibie TK. Wcześniej odbył konsultacje z I prezesem Sądu Najwyższego Zbigniewem Kapińskim oraz z Bogdanem Święczkowskim i z nimi wszedł do budynku TK.

Sędzia Maciej Berek opublikował nagranie, na którym widać, jak prezydent Nawrocki przeciska się między stojącymi w drzwiach budynku osobami; widać wybranych sędziów do TK, m.in. Krystiana Markiewicza.

W mediach pojawiło się też kolejne nagranie ze środka budynku Trybunału Konstytucyjnego, gdzie przebywał prezydent Nawrocki oraz m.in. siedem osób wybranych przez Sejm tej kadencji na sędziów TK. Na nagraniu z korytarza słychać, jak Anna Korwin-Piotrowska mówi: - Jesteśmy sędziami Trybunału Konstytucyjnego.

- Państwo nie jesteście sędziami TK - odpowiada prezydent Nawrocki, zwracając się do: Anny Korwin-Piotrowskiej, Krystiana Markiewicza i Macieja Berka. Towarzyszący prezydentowi szef KPRP Zbigniew Bogucki dodał, że „widzi tu tylko jednego sędziego" TK, wskazując na Sławomira Patyrę. - Pani dokonuje zamachu stanu, nie wiem, czy ma pani tego świadomość - powiedział Bogucki do Korwin-Piotrowskiej.

Ok. godz. 5 nad ranem prezydent i szef jego kancelarii Zbigniew Bogucki, a także sędzia Sochański opuścili budynek Trybunału.



FOT. LESZEK SZYMAŃSKI

W piątkowy wieczór przed Trybunałem Konstytucyjnym doszło do eskalacji: protestujący próbowali wedrzeć się na teren TK

Konsultacje prezydenta

W sobotę po 13. w Pałacu Prezydenckim odbyła się seria spotkań prezydenta z liderami ugrupowań parlamentarnych. O godz. 13 prezydent przyjął wicepremiera, prezesa PSL Władysława Kosiniaka-Kamysza oraz wicemarszałka Sejmu, przewodniczącego Rady Naczelnej PSL Piotra Zgorzelskiego.

Jako kolejny w Pałacu pojawił się przewodniczący klubu Polska 2050 Szymon Hołownia, zaś ok. godz. 14.30 przyjechali prezes PiS Jarosław Kaczyński i szef klubu parlamentarnego tej partii Mariusz Błaszczak.

Z kolei ok. godz. 15 z prezydentem spotkali się przedstawiciele Razem, m.in. współprzewodniczący partii Adrian Zandberg.

Po godz. 16 spotkanie z prezydentem odbyli lider Rozwoju Plus Mateusz Morawiecki i wicemarszałek Sejmu Marcin Horała. Morawiecki relacjonował po wizycie u prezydenta, że podzielili się z nim koncepcją zgłoszenia konstruktywnego wotum nieufności. Po nim w Pałacu gościli liderzy Konfederacji Krzysztof Bosak i Sławomir Mentzen.

Z prezydentem nie rozmawiali przedstawiciele Koalicji Obywatelskiej, Lewicy i klubu Centrum. Szef klubu KO Zbigniew Konwiński przekazał, że zaproszenie dostał SMS-em ok. godz. 14.40, gdy trwały już spotkania z innymi klubami, a po wskazaniu przedstawicieli KO nie otrzymał odpowiedzi z Kancelarii Prezydenta.

Orędzie Donalda Tuska

- Atak na Trybunał Konstytucyjny i jego sędziów to kolejna odsłona procesu niszczenia rządów prawa w Polsce przez PiS i prezydentów Andrzeja Dudę i Karola Nawrockiego - oświadczył w wyemitowanym w sobotni wieczór orędziu premier Donald Tusk. - Od wielu godzin obserwujemy z niepokojem tę sytuację. Trudno nam wszystkim zrozumieć, o co chodzi przepychającym się grupom polityków i aktywistów z PiS-u i Konfederacji, od Brauna po Bąkiewicza - powiedział Donald Tusk

Tusk zaznaczał, że wszystkim siłom politycznym i obu prezydentom proponowano uchwały i ustawy, które umożliwiłyby wspólną odbudowę praworządności, ale „wszystko na nic, wszystko zablokowane przez prezydenta i PiS".

Jak mówił, w tej sytuacji czekano na wygaśnięcie kadencji sędziów mianowanych przez PiS. Zwrócił uwagę, że Sejm wybrał nowych sędziów, którzy złożyli ślubowanie, ale prezydent go od nich nie odebrał, a prezes TK Bogdan Święczkowski uniemożliwiał im podjęcie pracy. - Kiedy po wielu tygodniach wyczekiwania postanowili podjąć swoje obowiązki (...), zostali zaatakowani - powiedział Tusk. Dodał, że policja „chroniła Trybunał przed napastnikami".

Premier porównał sytuację do złodzieja, który wyrywa starszej kobiecie torebkę, a po zatrzymaniu krzyczy, że stosuje się wobec niego przemoc. - Niektórzy gapie, symetryści, proponują, aby dla załagodzenia sprawy złodziej i ofiara podzielili się po równo zawartością torebki. W pewnych sprawach nie może być kompromisu - podkreślił.

- W państwie prawa polityk nie może wchodzić na teren sądu czy trybunału i wydawać poleceń czy zastraszać sędziów, nawet jeśli jest prezydentem. Państwo prawa nie widzi barw partyjnych i nie zna pojęcia bezkarności - podkreślił, nawiązując do wizyty prezydenta w budynku Trybunału.

- Jestem pewien, że TK zacznie działać tak, jak powinien. (...) Samorządnie i zgodnie z konstytucją - oświadczył premier.

Co na to Unia Europejska?

Kryzys w Trybunale odbił się szerokim echem w prasie europejskiej i światowej. Głos zabrali też przedstawiciele Unii Europejskiej. - Do polskich władz należy zapewnienie, aby Trybunał Konstytucyjny mógł funkcjonować zgodnie z polską konstytucją oraz z poszanowaniem odpowiedniego orzecznictwa Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej - przekazała w sobotni wieczór rzeczniczka Komisji Europejskiej Louise Bogey.

Zapewniła, że Komisja uważnie śledzi ostatnie wydarzenia dotyczące TK.

Reakcja I prezesa SN

Zbigniew Kapiński, I prezes Sądu Najwyższego zwołał na wtorek, 3 listopada nadzwyczajne Zgromadzenie Ogólne Sędziów SN m.in. „w sprawie omówienia zagrożeń dla porządku konstytucyjnego RP".

Również na wtorek, 3 listopada zwołane jest posiedzenie Zgromadzenia Ogólnego Sędziów TK w celu rozpatrzenia projektu dochodów i wydatków Trybunału Konstytucyjnego na rok 2027.

Na ten dzień zaplanowane było też posiedzenie Rady Bezpieczeństwa Narodowego, które na razie nie zostało odwołane.

PAP

KRÓTKO

Tatry

Słowaccy ratownicy odnaleźli polskiego turystę

44-letni polski turysta, który nie wrócił ze Świnicy do schroniska Murowaniec na Hali Gąsienicowej, został odnaleziony w nocy z soboty na niedzielę po słowackiej stronie Tatr. Mężczyzna zabłądził i schodził Doliną Cichą - poinformowała Horaka Zachłanna Służba (HAS).

O pomoc w nocnych poszukiwaniach słowackich ratowników poprosili ratownicy TOPR z Zakopanego. Ponieważ Świnica to szczyt graniczny, istniało przypuszczenie, że turysta mógł podczas złej pogody i ograniczonej widoczności stracić orientację i zejść na słowacką stronę Tatr.

Turystę odnaleziono w Dolinie Cichej. 44-latek nie odniósł obrażeń i nie wymagał pomocy medycznej. Ratownicy przetransportowali mężczyznę do wylotu szlaku. PAP

Pieniny

Spływ Dunajcem zakończony. Dobry wynik

Niemal 334,5 tys. turystów skorzystało w tym roku z tradycyjnego spływu przełomem Dunajca w Pieninach. Był to trzeci pod względem frekwencji sezon w 92-letniej historii zorganizowanych spływów - poinformował prezes Polskiego Stowarzyszenia Flisaków Pienińskich Jerzy Regiel.

Sezon flisacki na Dunajcu tradycyjnie rozpoczął się na początku kwietnia i zakończył 31 października.

- To był bardzo dobry sezon i zamykamy go z trzecim wynikiem frekwencyjnym w historii zorganizowanych spływów przełomem Dunajca. Chociaż wiosna wcale nie zapowiadała tak dobrego wyniku, to w sierpniu, wrześniu i październiku frekwencja była bardzo duża - powiedział Regiel. PAP



FOT. WIKIPEDIA.ORG

W Polsce będzie coraz więcej zmarłych, a coraz mniej bliskich, którzy zadbają o ich groby. Przybędzie też ludzi umierających w samotności

PROF. PIOTR SZUKALSKI
demograf z Uniwersytetu Łódzkiego

eprasa.pl 81c83e7b67

NIEMCY

Demonstracje młodych w niemieckich miastach. Doszło do starć z policją

oprac. Anna Nagel

Kilku policjantów zostało rannych we Frankfurcie nad Menem, gdzie podczas sobotniego protestu młodych zaatakowała ich grupa lewicowych ekstremistów. W większości miast demonstracje przebiegały pokojowo.

Według szefa MSW Hesji Romana Posecka potwierdziły się ostrzeżenia, iż do demonstracji przyłączą się środowiska skrajnie lewicowe zdolne do przemocy. - Zaatakowali masowo policję butelkami, kamieniami i pirotechniką - powiedział szef MSW Hesji.

Podobnie było w Hamburgu, gdzie uczestnicy protestu odpalali petardy oraz rzucali w policjantów fajerwerkami i butelkami. Ostatecznie służby użyły dwóch armatek wodnych.

W Kolonii policja wycofała się przed napierającymi demonstrantami, wśród których odpalano petardy. Funkcjonariusze wezwali uczestników do zejścia z ulicy na chodnik albo rozejścia się, a wobec tych, którzy tego nie zrobili, użyli armatki wodnej. Potem sytuacja nad brzegiem Renu się uspokoiła.

W Berlinie w demonstracji wzięło udział od 3 do 3,5 tys. osób. Dominowały hasła antyfaszystowskie i propalestyńskie, wielokrotnie odpalano fajerwerki, a wielu uczestników miało zasłonięte twarze.

W większości niemieckich miast protesty młodych organizowane przez inicjatywę Gen Z regelt przebiegały pokojowo. Część demonstracji zatrzymano z powodu naruszeń zakazu zasłaniania twarzy. Inicjatywa podała, że w 12 miastach w protestach wzięło udział łącznie ponad 68 tys. osób. Media piszą o kilkudziesięciu tysiącach uczestników. Ogólnokrajowych danych policji na razie nie ma.

Demonstranci domagali się m.in. zwiększenia inwestycji w edukację, opiekę zdrowotną i ochronę klimatu. Chcieli też pokazać swój sprzeciw wobec obowiązkowej służbie wojskowej. Opowiadają się również za silniejszym włączeniem młodych ludzi w decyzje polityczne. **PAP**



FOT. PAP/EPA

Protesty młodych organizowane były przez przez inicjatywę Gen Z regelt

INDIE

Protest partii opozycyjnych przeciw zmianom w rejestrach wyborczych

oprac. Alina Mazurska

Indyjskie partie opozycyjne wznowiły wczoraj protesty, domagając się dymisji przewodniczącego komisji wyborczej Gyanesha Kumara, któremu zarzuca się przeprowadzenie zmian w rejestrach wyborców na korzyść rządzącej Indyjskiej Partii Ludowej.

Tysiące demonstrantów zgromadziły się na Placu Ramlila w Delhi, skandując hasła przeciwko władzom centralnym Indii. Wielu protestujących powiewało flagami lub miało ze sobą instrumenty muzyczne.

Manifestację zwołał lider opozycyjnego Indyjskiego Kongresu Narodowego (INC) Rahul Gandhi przy wsparciu młodzieżowego ruchu „Karaluchy". Od miesiąca protesty odbywają się w Delhi niemal codziennie.

Władze rozlokowały tysiące policjantów i żołnierzy na miejscu protestu oraz na trasie manifestacji. Demonstranci są obserwowani przy użyciu dronów, kamer monitoringu ulicznego oraz kamer na mundurach funkcjonariuszy.

Rozpoczęta w 2025 r. weryfikacja list wyborczych doprowadziła do wykreślenia z nich ponad 130 mln osób. Według komisji wśród nich było 28 mln zmarłych, 63 mln osób, które zmieniły miejsce zamieszkania, oraz 30 mln osób, których nie udało się odnaleźć. Opozycja twierdzi, że zmiany szczególnie dotknęły muzułmanów i inne mniejszości, wśród których poparcie dla BJP jest niższe. Komisja wyborcza odrzuca zarzuty o nieprawidłowości. **PAP**

UKRAINA

Mieszkańcy Ołeszek wyrwani spod rosyjskiej okupacji

oprac. Anna Nagel

Mieszkańcy ewakuowani z okupowanego przez Rosję miasta Ołeszki wrócili na tereny kontrolowane przez Ukrainę. Wraz z ewakuowanymi wróciła ukraińska delegacja, która w Ołeszkach wykonywała misję humanitarną.

„Osoby wymagające ewakuacji zostały wywiezione z miasta i okolicznej hromady (gminy). Obecnie obywatele Ukrainy z Ołeszek przekroczyli granicę państwową na obszarze obwodu czernihowskiego (sąsiadującego z Białorusią)" – napisał Zełenski w komunikatorze Telegram. Zapewnił, że wszyscy ewakuowani otrzymają niezbędną pomoc.

Prezydent podkreślił, że ważne jest, by instytucje rządowe oraz władze obwodowe i lokalne sprawnie pomogły ewakuowanym przystosować się do nowych warunków.

Zełenski przekazał, że na kierunku chersońskim ustanowiono zawieszenie broni, w czasie którego rozminowano drogi prowadzące do Ołeszek i dostarczono transporty z pomocą humanitarną. „Liczymy na to, że dostęp humanitarny do Ołeszek zostanie utrzymany" – podkreślił.

Szef państwa podziękował stronie amerykańskiej i osobiście pierwszej damie Stanów Zjednoczonych Melanii Trump za pośrednictwo. „Jestem dumny z naszych Sił Obrony Ukrainy, które bronią naszego państwa i z honorem zapewniły warunki bezpieczeństwa niezbędne do przeprowadzenia operacji humanitarnej. Dziękuję rzecznikowi praw obywatelskich Ukrainy Dmytrowi Łubincowi i jego zespołowi za realizację misji" – dodał.

Prezydent podziękował także wszystkim dziennikarzom, przywódcom politycznym i społecznym oraz wszystkim ludziom, którym nie jest obojętny los innych i którzy zwracali uwagę świata na sytuację w Ołeszkach oraz prawdziwą katastrofę humanitarną na terytorium Ukrainy okupowanym przez Rosję.

Rzecznik praw człowieka poinformował, że misja humanitarna zakończyła się sukcesem, twierdząc, że była to niełatwa droga.

„Od negocjacji i uzgodnienia zawieszenia broni po dostarczenie pomocy humanitarnej bezpośrednio do Ołeszek oraz zorganizowanie ewakuacji ludności cywilnej. Zawieszenie broni potrwa do 1 listopada, do godziny 22.59. Jest to najdłuższe zawieszenie broni od 2022 roku, którego przestrzegają obie strony" – oświadczył Łubinec.

Rzecznik praw człowieka przekazał, że najstarsza osoba, która wyjechała z Ołeszek, ma 94 lata, a najmłodsza niewiele ponad rok.

„I jeszcze jeden wyjątkowy szczegół tej misji: wraz z ludźmi udało się uratować również ich zwierzęta domowe. Wśród nich znalazły się psy, koty, papuga, a nawet szop" – napisał Łubiniec.

Według rzecznika niezwykle ważne jest, aby misja humanitarna w Ołeszkach nie pozostała odosobnionym przypadkiem. Stwierdził, że to doświadczenie może stać się podstawą nowego mechanizmu reagowania na najtrudniejsze kryzysy humanitarne – mechanizmu, w centrum którego zawsze będą znajdować się ludzie, ich bezpieczeństwo i prawo do życia.

Ołeszki leżą około 4 km od Chersonia na lewym, okupowanym przez Rosję brzegu Dniepru. Według doniesień drogi dojazdowe do miasta zostały zaminowane i operowały tam rosyjskie drony, utrudniając mieszkańcom opuszczenie tych terenów. **PAP**



FOT. PAP/EPA

Mieszkańcy Ołeszek zostali szczęśliwie ewakuowani. Dzięki misji humanitarnej wrócili na tereny kontrolowane przez Ukrainę

BUŁGARIA

Druga tura wyborów prezydenckich. Jotowa vs. Giurow

oprac Alina Mazurska

Wczoraj w Bułgarii odbyła się druga tura wyborów prezydenckich, w której rywalizowali urzędująca prezydentka Iliana Jotowa i były premier Andrej Giurow.

W pierwszej turze, 25 października, Jotowa zdobyła 34,7 proc. głosów, a Giurow 31,9 proc.

Lokale wyborcze były otwarte do godziny 20 miejscowego czasu (19 w Polsce).

Ewentualne zwycięstwo Jotowej, wspieranej przez partię Postępowa Bułgaria (PB) premiera Rumena Radewa oraz socjalistów, zdaniem obserwatorów utrzymałoby urząd prezydenta w rękach rządzącej większości, co mogłoby ograniczyć mechanizmy kontroli i równowagi w państwie. Jotowa w kampanii zapowiadała kontynuowanie linii Radewa: utrzymanie europejskiego kursu Bułgarii przy jednoczesnym dążeniu do poprawy relacji z Moskwą i zniesienia sankcji na Rosję.

Giurow – ekonomista, były wiceprezes banku centralnego i premier rządu tymczasowego na początku 2026 roku – jest wspierany przez opozycyjny, proeuropejski blok Kontynuujemy Zmiany – Demokratyczna Bułgaria (PP-DB). Konsekwentnie opowiada się za ścisłą współpracą z NATO i wsparciem dla Ukrainy.

Odmienny rozkład głosów niż w kraju odnotowano w komisjach zagranicznych. Zecydowanym liderem – 45,7 proc. – został Giurow. Jotowa zdobyła tam 22,7 proc. głosów. **PAP**

eprasa.pl 81c83e7b67

ROZMOWA

Chodzenie, siadanie, podawanie ręki. O tym decyduje też... ucho

Patrycja Dziadosz

– Zaniedbanie czy wręcz zlekceważenie objawów charakterystycznych dla zaburzenia układu równowagi nie prowadzi do groźnych dla zdrowia powikłań, ale pacjent musi sobie zdawać sprawę z innych konsekwencji schorzenia. Przechodząc np. przez jezdnię czy tory tramwajowe, może nagle dostać zawrotu głowy i nie będzie mógł nad nim zapanować na ruchliwej ulicy. O wypadek w takiej sytuacji nietrudno – mówi prof. Jacek Składzień, otorynolaryngolog.



FOT. WOJCIECH MATUSIK

Prof. Jacek Składzień, wojewódzki konsultant do spraw otorynolaryngologii w Małopolsce

– Większość z nas nie wyobraża sobie życia bez muzyki, rozmów czy dźwięków. I nie ma w tym nic dziwnego, w końcu to zmysł słuchu pozwala nam poznawać świat i komunikować się z innymi. Słyszenie jest możliwe dzięki uszom, ale odbiór dźwięków to niejedyna ich funkcja. Mam wrażenie, że mało kto wie, że nasze uszy odpowiadają także za zmysł równowagi.

– Rzeczywiście o błędniku, niewielkim elemencie ucha wewnętrznego, dowiadujemy się zwykle dopiero wtedy, gdy zaczyna niewłaściwie funkcjonować. Dopóki nie pojawią się zaburzenia błędnika, nie zdajemy sobie sprawy, jak ważny to narząd dla funkcjonowania naszego organizmu. Jego specyfiką jest odpowiedzialność za przyjmowanie pozycji dowolnej, czyli poruszanie się, chodzenie, siadanie, podawanie ręki itd. Abyśmy mogli wykonać takie czynności, nasz centralny system nerwowy musi otrzymać odpowiednią informację płynącą po pierwsze z ucha wewnętrznego, po drugie z tzw. czucia głębokiego, czyli z mięśni, powierzchni stawów, ścięgien oraz po trzecie ze wzroku. Informacje te, z tych trzech odrębnych miejsc naszego ciała, po dotarciu do naszego móżdżku, pozwalają nam przyjmować pozycję dowolną.

– Jakie objawy w przypadku zaburzeń równowagi powinny nas zaniepokoić?

– Pierwszym z takich objawów są zawroty głowy, a w ich konsekwencji niemożność przyjmowania pozycji dowolnej, tzn. pacjent nie może stać ani siedzieć, ponieważ kręci mu się w głowie. Zawrót głowy przypomina obrót kołowy – pacjent czuje, że stoi lub siedzi w miejscu, a otoczenie się kręci, bądź pacjent się kręci, natomiast otoczenie stoi w miejscu. Niekiedy chory czuje się tak, jakby był pijany. Są to właśnie objawy charakterystyczne dla schorzeń ucha wewnętrznego. Należy je odróżnić od zawrotów głowy, określanych przez pacjentów jako latające przed oczami kolorowe kółka, spowodowane najczęściej przez zaburzenia naczyniowe na terenie mózgu, móżdżku – czyli centralnego systemu nerwowego. Kolejny objaw to nudności i wymioty, które w mniejszym lub większym stopniu zawsze towarzyszą niewydolności ucha wewnętrznego. Występują też łącznie z zawrotami głowy, uczuciem niemożności przyjmowania pozycji dowolnej. Charakterystycznym objawem są również naprzemienne ruchy gałek ocznych, tzw. oczopląs.

– Co znaczy, że ruchy są naprzemienne?

– Jeżeli popatrzymy pacjentowi w oczy, to w momencie zawrotu głowy jego gałki oczne wolno przesuwają się np. do boku i szybko wracają do pozycji wyjściowej. W ruchach gałek rozróżniamy więc fragment szybki i fragment wolny. Fragment szybkiego powrotu do pozycji wyjściowej jest wyraźniej widoczny. Ta odruchowa szybka faza pozwala nam ocenić kierunek oczopląsu. Oczopląs wywoływany chorobami laryngologicznymi występuje w pozycji poziomej, czyli w poziomie gałki ocznej. Może też być poziomo-obrotowy. Nie są to ruchy przypominające ruchy wskazówek zegara (takie ruchy mogą występować w zupełnie innych chorobach). Natomiast w pozycji pionowej występuje przy uszkodzeniach mózgu i / lub móżdżku oraz pnia. Trzeba pamiętać, że każdy z wymienionych tu czterech objawów prezentujących niewydolność narządu równowagi może być powodowany nie tylko schorzeniami laryngologicznymi, ale też neurologicznymi, psychiatrycznymi czy innego typu.

– Jak w takim razie je odróżnić?

– Pojawienie się dolegliwości sugerujących zaburzenia układu równowagi powinno być ocenione wstępnie przez lekarza pierwszego kontaktu. Jeśli lekarz ma wątpliwości co do rodzaju schorzenia, pacjenta powinien zbadać neurolog w celu wykluczenia poważniejszych naczyniowych chorób mózgu. Mierzenie zawrotów głowy czy wymiotów nie jest możliwe, natomiast w warunkach klinicznych lekarz laryngolog może wywoływać i mierzyć oczopląs. Robimy to przy pomocy różnych bodźców. Najprostszym sposobem jest stopniowe wlewanie do jednego, a następnie drugiego ucha – przy nieuszkodzonej błonie bębenkowej – wody cieplejszej lub zimniejszej o około 7 st. Celsjusza od temperatury ciała pacjenta, albo ciepłego i zimnego powietrza.

– I co się wówczas dzieje?

– Ogrzewając lub obniżając temperaturę jakiegoś fragmentu ucha wewnętrznego, wywołujemy podrażnienie komórek zmysłowych i wyzwalamy oczopląs. Jest to tzw. oczopląs kaloryczny. Jeśli zmierzony podczas tego badania czas oczopląsu w jednym i drugim oku jest sobie równy, wówczas nie stwierdza się zaburzenia równowagi. Gdy jednak różnica w czasie wynosi ponad 20 proc., to ucho, które powodowało krótszy oczopląs jest najprawdopodobniej uszkodzone. Dzięki zastosowaniu wspomnianej metody możemy ocenić funkcję tej części narządu równowagi w uchu wewnętrznym, która odpowiada za pozycję dowolną.

– A co z utratą przytomności?

– Jeżeli pacjent traci przytomność, to oznacza, że jest to schorzenie neurologiczne. W przypadku schorzenia laryngologicznego taki objaw nie występuje.

– Zaburzenia równowagi to bardzo przykra dolegliwość. Zwłaszcza osoby w wieku senioralnym, które z powodu zawrotów głowy mają ograniczoną możliwość chodzenia, przyjmują ten stan jako utratę samodzielności i niezależności.

– Dla chorego sytuacja, gdy musi zmagać się z przykrymi objawami, wydaje się dramatyczna. Uszkodzenie ucha wewnętrznego nie stanowi jednak zagrożenia życia, co trudno jest niektórym pacjentom wytłumaczyć. Chciałbym także zaznaczyć, że zaniedbanie, czy wręcz zlekceważenie objawów charakterystycznych dla zaburzenia układu równowagi nie prowadzi do groźnych dla zdrowia powikłań, ale pacjent musi sobie zdawać sprawę z innych konsekwencji schorzenia. Przechodząc np. przez jezdnię czy tory tramwajowe, może nagle dostać zawrotu głowy i nie będzie mógł nad nim zapanować na ruchliwej ulicy. O wypadek w takiej sytuacji nietrudno.

– Czy to schorzenie da się skutecznie leczyć?

– Tak, za pomocą leczenia farmakologicznego, które polega na tłumieniu zawrotów głowy. Na rynku medycznym istnieje wiele takich specyfików. Stosuje się też leki poprawiające unaczynienie krwi ucha wewnętrznego, witamin z grupy B czy też leków przeciwwrzękowych. Niezależnie od przyjmowania leków pacjent powinien być także rehabilitowany.

– W jaki sposób?

– Rehabilitacja polega na wielokrotnym wykonywaniu tych czynności, które generują zawrót głowy. Jeśli np. zawroty nasilają się przy skręcie głowy w prawo, to trzeba się starać często skręcać gałki oczne, a później głowę w tym kierunku. Po rehabilitacji, trwającej, niestety, miesiącami, można osiągnąć bardzo dobry efekt całkowitego zaniku objawów.
Do końca swoich dni powinniśmy jednak zachować czujność, by choroba znów nie wróciła.

– Ucho jest też narządem, dzięki któremu słyszymy dźwięki i otaczający nas świat...

– To jego druga funkcja. U każdego człowieka po ukończeniu 65. roku życia postępuje pogorszenie słuchu manifestujące się: gorszą ostrością słuchu, a także postępującym upośledzeniem zrozumienia mowy, bo zwiększenie głośności wymawianych przez kogoś wyrazów nie poprawia zrozumienia, a dalsze zwiększenie głośności pacjent odbiera jako wrzask, a także słyszeniem przez chorego dodatkowych dźwięków zwanych przez laryngologów szumami usznymi subiektywnymi. Możliwości terapeutyczne są tu bardzo skromne i należy zastosować aparat słuchowy, który nie tylko zwiększa głośność dźwięków, ale i poprawia zrozumienie. Te aparaty są niestety bardzo drogie, często nie na kieszeń emeryta.

Prof. Jacek Składzień

Emerytowany kierownik Katedry i Kliniki Otolaryngologii Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego, były kierownik Oddziału Klinicznego Otolaryngologii Szpitala Uniwersyteckiego w Krakowie. Obecnie Małopolski Wojewódzki Konsultant do spraw Otorynolaryngologii, wiceprzewodniczący krakowskiego oddziału Towarzystwa Lekarskiego. W latach 2020-2022 przewodniczący Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Otolaryngologów, Chirurgów Głowy i Szyi. Jeden z inicjatorów celu zbiórki Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy na rzecz otolaryngologii dziecięcej.

eprasa.pl 81c83e7b67

DROBNE

Nieruchomości

LOKALE UŻYTKOWE - KUPIĘ

KUPIĘ Twój problem z udziałem w nieruchomości, spadku ! Nie wiesz co robić, nie dogadujesz się z rodziną, współwłaścicielem? Sprzedaj mi swój udział ! 602738759

Handlowe

JUBILERSTWO

SKUP złota i srebra, wszystkie próby, ul. Młyńska 63, K-lin 509-345-577.

SPORT I REKREACJA

ROWERY używane dobre, 508-436-420

SPRZEDAM kajaki "Sprinter" z wyposażeniem 2-os. + przyczepa do transportu 15-stu kajaków, tel. 606-992-768.

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie zlecisz przez Internetowe Biuro Ogłoszeń: **ibo.polskapress.pl**

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

TOYOTA Land Cruiser, 120, automat diesel 4x4, hak, skóra, komplet kół zima-lato, serwisowany tel. 606-992-768.

Zdrowie

NEUROLOGIA

SPEC. Neurolog. NFZ. Bez kolejek. Codziennie. Koszalin, 605-284-364.

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, tradycyjne Święta Bożego Narodzenia 1500 zł, miodowyraj.pl 501642492.

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

AUTOREKLAMA

Polecamy →

SPORTOWY24

Sport to Wy

sportowy24.pl

REKLAMA 0011604816

KSM „NASZ DOM" w Koszalinie ogłasza przetarg na Remont klatek schodowych wraz z modernizacją instalacji elektrycznej budynku mieszkalnego przy ul. Staffa 5-7 i ul. Staffa 9-11

Specyfikację warunków przetargu można pobrać ze strony internetowej: *www.naszdom-koszalin.pl*

Termin składania ofert: 17.11.2026 r. do godz. 10:00.

AUTOREKLAMA

strona zdrowia

Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

KONCERT

Ralph Kaminski w Szczecinie

Opr. Redakcja

Charyzmatyczny Ralph Kaminski przyjedzie do Szczecina w ramach finałowej odsłony trasy koncertowej „GÓRA"! Publiczność usłyszy utwory z najnowszego albumu artysty, którego premiera odbyła się w marcu 2026 roku, a także piosenki z wcześniejszych wydawnictw.



FOT. ORGANIZATORZY

Ralph Kaminski dziś w szczecińskiej Filharmonii o godz. 19

Dzisiejszy koncert to spotkanie z jednym z najbardziej oryginalnych twórców polskiej sceny muzycznej zapowiada się jako wydarzenie pełne muzycznych wzruszeń i artystycznych niespodzianek.

W marcu 2026 roku ukazała się piąta płyta Ralpha Kaminskiego zatytułowana „GÓRA". Album otwiera kolejny rozdział w twórczości artysty, który od lat konsekwentnie buduje własny, rozpoznawalny muzyczny świat. Tytułowemu utworowi towarzyszy wyjątkowy, pełen symboliki teledysk wyreżyserowany przez samego Kaminskiego, z gościnnym udziałem Anny Dymnej. Nowe kompozycje publiczność mogła już usłyszeć podczas zimowo-wiosennej trasy koncertowej oraz na letnich festiwalach. Jesienią przychodzi czas na wielki finał tej muzycznej podróży.

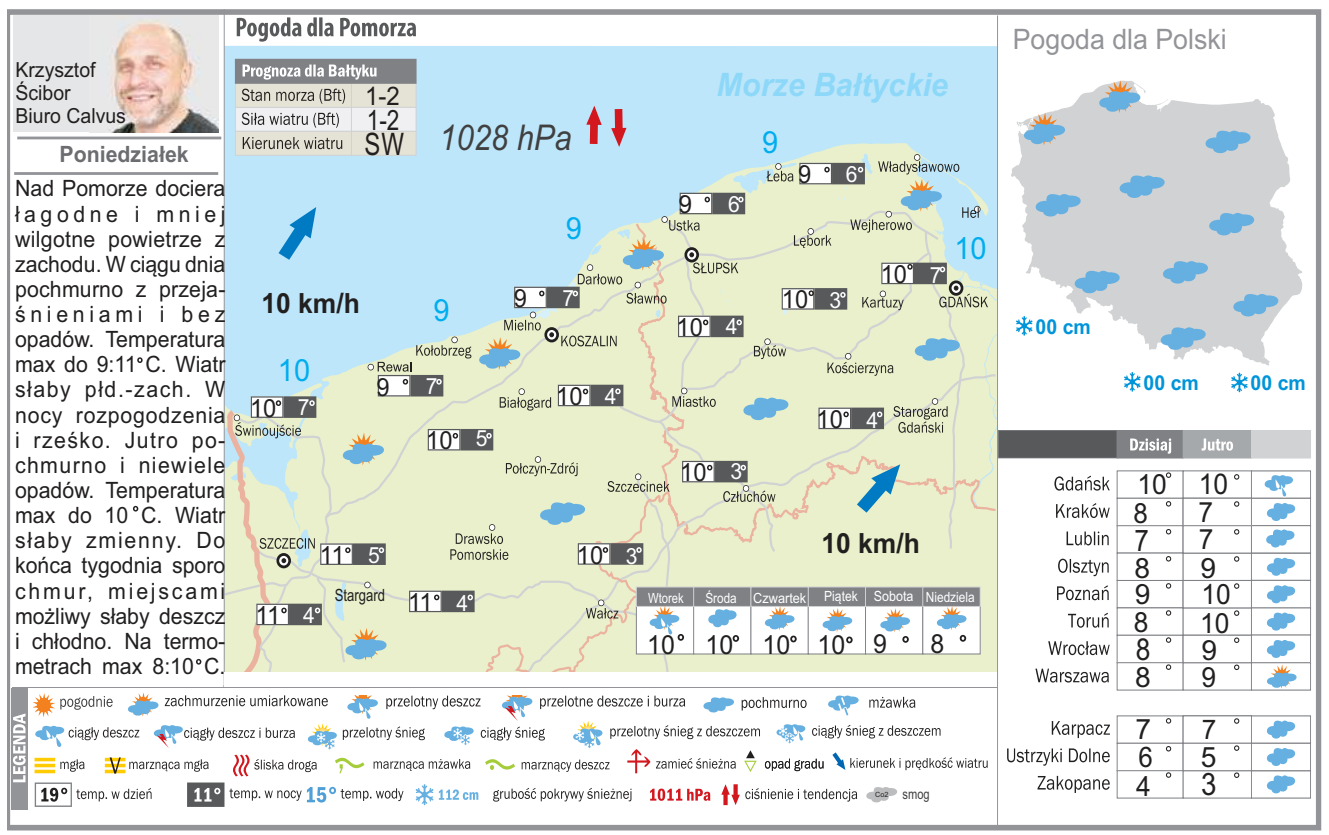
Ralph Kaminski to wokalista, autor tekstów, kompozytor, producent muzyczny i reżyser teledysków. Na swoim koncie ma pięć albumów: „Morze" (2016), „Młodość" (2019), „KORA" (2021), „Bal u Rafała" (2022) oraz „GÓRA" (2026). Każdy z nich to odrębna artystyczna opowieść, w której muzyka spotyka się z emocjami, obrazem i niebanalną scenicznością.

Jego dorobek doceniła zarówno publiczność, jak i branża muzyczna. W 2022 roku otrzymał dwa Fryderyki – za album „KORA" w kategorii Piosenka Poetycka i Literacka oraz tytuł Artysty Roku. Wcześniej był nominowany do tej nagrody za album „Młodość" i produkcję muzyczną. Wśród jego wyróżnień znajdują się także prestiżowy Paszport „Polityki", Nagroda Artystyczna Miasta Torunia im. Grzegorza Ciechowskiego oraz Grand Prix i Nagroda Publiczności 40. Przeglądu Piosenki Aktorskiej we Wrocławiu.

Artysta współpracował z wieloma uznanymi wykonawcami, m.in. Natalią Przybysz, Quebonafide, Marylą Rodowicz, Darią Zawiałow, Natalią Szroeder, Organkiem, Kwiatem Jabłoni i Miuoshem. W 2025 roku był również jednym z liderów projektu Męskie Granie Orkiestra, współtworząc przebój „To bardzo ziemskie".

Szczeciński koncert będzie okazją, by na żywo zanurzyć się w świecie Ralpha Kaminskiego – pełnym pięknych melodii, osobistych historii i nieoczywistych artystycznych rozwiązań. Finał trasy „GÓRA" to spotkanie, którego nie powinien przegapić żaden miłośnik wyjątkowych koncertowych doświadczeń.

POGODA



eprasa.pl 81c83e7b67

S24 sportowy24.pl

sport

PIŁKA NOŻNA

PKO Ekstraklasa: Lech Poznań z Wisłą Kraków zmazał plamę po pucharowej wpadce. *str. 14*

WYWIAD TYGODNIA



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

Janusz Kołodziej: Czuję się spełniony, ale teraz muszę wyprostować psychikę *str. 13*

WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH

Pożegnaliśmy wiele osobistości ze świata sportu. Wspominamy ludzi, których będzie nam teraz brakowało *str. 16-17*

Zamiast hitu kibice przy Roosevelta obejrzeli kit. Legia chciała jedynie przetrwać, było 18-4 w strzałach na korzyść Górnika, ale 0-0 w celnych...



FOT. KARINA TROJOK/POLSKA PRESS

W meczu Górnika z Legią gorąco było jedynie na trybunach. W największym klasyku PKO Ekstraklasy temperatura rywalizacji okazała się letnia *str. 14*

eprasa.pl 81c83e7b67

PIŁKA NOŻNA

Bezkompromisowa Pogoń Szczecin

Maurycy Brzykcy

Drugie zwycięstwo z rzędu w Orlen Ekstralidze kobiet odniosła Pogoń Szczecin. W Betclic II lidze punktami podzielił się Świt Szczecin.

Panie z Pogoni kontynuują dobrą serię. Tydzień temu ograły 3:1 Lech/UAM Poznań, a w sobotę na wyjeździe ograły 3:0 Czarnych Sosnowiec. Portowa ekipa zajmuje 3. miejsce w tabeli.

CZARNI SOSNOWIEC - POGOŃ SZCZECIN 0:3 (0:2)

Bramki: Arhan (11), Ienovan (35), Radochońska (49-karny).

Pogoń: Radolovic - Kotrcova, Cook, Castanon, Zemberyova, Le, Radochońska, Tsela, Świrska, Ienovan, Arhan.

Inne wyniki: Górnik Łęczna - UKS SMS Łódź 3:0, UK Kraków - Legionistki Warszawa 0:0, Śląsk Wrocław - GKS Katowice 1:4, APLG Gdańsk - Ślęza Wrocław 2:2. Rekord Bielsko-Biała - Lech/UAM Poznań odbędzie się 18 listopada.

W Betclic II lidze Świt Szczecin zdobył kolejny punkt. Tym razem zremisował 2:2 na wyjeździe z Podhalem Nowy Targ. W tabeli Świt jest 17.

PODHALE NOWY TARG - ŚWIT SZCZECIN 2:2 (0:0)

Bramki: Talar (69), Marcinho (78) - Ropski (63), Koziara (89).

Świt: Abramowicz - Góral, Rogala, Szwiec, Nowicki (63 Kisły), Kapelusz, Andruszko (81 Żendełek), Gorgon, Kort (81 Koziara), Woźniak, Ropski.

Wyniki 14. kolejki: GKS Tychy - Lechia Zielona Góra 1:2, Górnik Łęczna - Znicz Pruszków 3:0, Hutnik Kraków - Rekord Bielsko-Biała 3:2, Legia II Warszawa - Resovia 2:1, Sandecja Nowy Sącz - Olimpia Grudziądz 2:1, Stal Stalowa Wola - Sokół Kleczew 2:1, Śląsk II Wrocław - Zawisza Bydgoszcz 0:2. Chojniczanka Chojnice - Avia Świdnik 2 listopada.

PIŁKA NOŻNA / PKO EKSTRAKLASA

Pobić Raków i pobić rekord

Po szóste zwycięstwo z rzędu w PKO Ekstraklasie Pogoń Szczecin wyjechała do Częstochowy. Start meczu z Rakowem dziś o godz. 20.30.

Maurycy Brzykcy

Raków Częstochowa i Pogoń Szczecin to drużyny na dwóch przeciwległych biegunach. I nie chodzi tylko o miejsca w ligowej tabeli. Poprzedni sezon Raków zakończył na 4. miejscu, a Portowcy długo walczyli o uniknięcie degradacji. W tym jest zupełnie odwrotnie. Pogoń to rewelacja rozgrywek, z kolei ekipa z Częstochowy zajmuje ostatnie miejsce w tabeli z zaledwie 6 punktami na koncie (10 porażek w 12 spotkaniach). Przed poniedziałkowym meczem, Pogoń ma serię pięciu ligowych zwycięstw z rzędu. Szóste, rekordowe, jest na wyciągnięcie ręki, ale tylko teoretycznie będzie najłatwiejsze do osiągnięcia.

W Pogoni na pewno nie zagrają Patryk Dziczek oraz Benjamin Mendy, a to są ważne postacie w zespole trenera Oscara Garcii.

- Piłkarze Rakowa w wielu spotkaniach zasłużyli na więcej, niż wywalczyli. Wiele ich spotkań było ciasnych, wyrównanych. Ich wynik punktowy nie odzwierciedla ich sytuacji - mówi trener Oskar Garcia. - Traktujemy Raków jak drużynę z czołówki. Mają bardzo dobrych piłkarzy, dobry był również ich poprzedni sezon. Mamy do nich duży szacunek. Przygotowujemy się do tego meczu, jakby Raków był w najwyższej formie, bo tylko z takim myśleniem można się dobrze do tego meczu przygotować. Zmienił się ostatnio u nich trener i zmienili przez to nieco rzeczy w ofensywie i defensywie.



FOT. ANDRZEJ SZKOCKI

Z lewej Darko Churlinov z Radomiakiem. Pogoń walczy z Rakowem o ustanowienie klubowego rekordu ligowych wygranych z rzędu

W Częstochowie wesoło nie jest. Pierwsza drużyna ma już piątego trenera w tym roku kalendarzowym. Zaczęła 2026 rok z Łukaszem Tomczykiem, później był Dawid Kroczek, Dawid Szulczek, Tomasz Kaczmarek, a od 21 października Dawid Szwarga. W pierwszych meczach pod wodzą nowego szkoleniowca, Raków przegrał w ligowym meczu z Wisłą Kraków (1:2) i pokonał po dogrywce (3:1) Motor Lubin w Orlen Pucharze Polski. To zwycięstwo może dać ekipie trenera Szwargi mały wiatr w żagle.

W Częstochowie nie mają już nic do stracenia. Muszą rzucić się na Pogoń w poszukiwaniu zwycięstwa. Z kolei Portowcy nie mogą się zachłysnąć serią zwycięstw, bo pojedynek w Częstochowie może być trudniejszy do wygrania, niż te wszystkie ostatnie. Pogoń też woli grać z zespołami, które trochę lepiej operują piłką, niż Raków obecnie.

PIŁKA RĘCZNA

Słaby weekend dla naszych drużyn

Maurycy Brzykcy

W Lidze Centralnej panów remis i porażka po karnych Sandra Spa Pogoni Szczecin. Do końca o pełną pulę walczyła Energa Gwardia Koszalin.

Sandra Spa Pogoń podejmowała w sobotę w hali SDS 2.0 AZS AGH Kraków i trzeba przyznać, że był to mały horror, jak na Halloween przystało. Ostatecznie lepsi w Szczecinie byli goście z Krakowa, którzy wygrali po karnych.

SANDRA SPA POGOŃ SZCZECIN - AZS AGH KRAKÓW 27:27 (12:15) (4-5)

Sandra Spa: Witkowski - Biały 7, Polok 7, Biernacki 3, Sosna 2, Krysiak 2, Mitruczuk 2, Kavaleuski 2, Nowosielski 1, Wiśniewski 1.

Z kolei Energa Gwardia walczyła u siebie z wiceliderem, SPR Purina Kąty Wrocławskie. Bliska była niespodzianki, ale ostatecznie przegrała.

ENERGA GWARDIA KOSZALIN - SPR PURINA KĄTY WROCŁAWSKIE 36:37 (13:16)

Gwardia: Makowski, Błażejewski - Fabianowicz 9, Grobelnik 7, Mingas 5, Blagojevic 3, Szcześniak 3, Laska 2, Biskup 1, Gajdziński, Korczak, Maliarevych.

Szóstą porażkę w siódmym meczu poniosła SPR Pogoń Szczecin. Nasz zespół czeka teraz dwutygodniowa przerwa w rozgrywkach i pewne zmiany w składzie.

SPR POGOŃ SZCZECIN - UKS DZIEWIĄTKA LEGNICA 27:34 (15:18)

SPR Pogoń: Zimny - Jałowicka 9, Wronkowska 8, Narocka 4, Boryń 2, Uścinowicz 2, Chodoń 1, Klimek 1.

EKSTRAKLASA SIATKAREK

Mecz na szczycie dla ŁKS. Pierwsza porażka Chemika

Maurycy Brzykcy

Dopiero w piątym spotkaniu nowego sezonu TauronLigi, Lotto Chemik Police zapisał na koncie pierwszą porażkę.

Po czterech rozegranych kolejkach, Chemik miał komplet zwycięstw na koncie. Ustępował setami w tabeli tylko Developresowi Rzeszów. W piątek Chemik grał z trzecim w tabeli ŁKS Commercecon Łódź. To spotkanie nie wyszło policzankom. Przegrały 0:3. W piątek (g. 17.30) Chemik zagra na własnym parkiecie z Developresem (1. miejsce).

ŁKS COMMERCECON ŁÓDŹ - LOTTO CHEMIK POLICE 3:0 (25:17, 25:21, 25:22)

Chemik: Przybyło, Milewska, Bogucka (l.), Wójcik, Mędrzyk, Ziołnowska, Sieradzka, Bagniak, Partyka, Orzoł, Koput, Janicka, Nowak (l).

III LIGA PIŁKARSKA

Flota straciła osiem bramek

Maurycy Brzykcy

Coraz wyżej w tabeli jest Kluczevia Stargard. Z kolei gorzej ma się Flota Świnoujście, która przegrała swój mecz aż 1:8.

KGS POLSKI CUKIER KLUCZEVIA STARGARD - KOTWICA KÓRNIK 1:0 (0:0)

Bramka: Rian (48).

Kluczevia: Brodziński - Baranowski, Alcantara, Pach (66 Kaczorek), Jesionowski, Bartkowiak (66 Balcewicz), Duda, Gawron (76 Obst), Stasiak (66 Woźniak), Rian, Yefimenko (89 Maszało).

WDA ŚWIECIE - BAŁTYK KOSZALIN 1:1 (0:1)

Bramki: Iwanicki (87) - Wiewióra (45).

Bałtyk: Pogorzelec - Radziński, Hrybau, Krauze, Czenko, Bedliński, Stępnik, Latański, Wiewióra, Baj, Jóźwiak.

UNIA SWARZĘDZ - BŁĘKITNI STARGARD 0:0

Błękitni: Czarnota - Remisz, Matuszak, Krocz, Lis, Kowalik, Starzycki, Michalik, Kroczek, Wybraniec, Graczyk.

LECH II POZNAŃ - FLOTA ŚWINOUJŚCIE 8:1 (3:0)

Bramki: Cegiełka (22), Jakóbczyk 2 (32, 61), Bochno (33), Stankiewicz (53), Dziuba 2 (76, 90), Tonder (80) - Nowak (62).

Flota: Krzysztofek - Kobus (46 Rogalski), Grieger, Soćko, Chromiński, Rychlik, Paczuk (76 Dziuba), Rzońca (76 Szulc), Kulpa (10 Nowak), Białczyk, Kalenik (46 Winsztal).

WYNIKI 15. KOLEJKA: Gedania Gdańsk - KKS 1925 Kalisz 0:0, Grom Nowy Staw - Lipno Stęszew 1:2, Noteć Czarnków - Chemik Bydgoszcz 1:4, Elana Toruń - Victoria Września 0:0, Polonia Środa Wielkopolska - Wikęd Luzino 5:2.

1. Polonia Środa Wielkopolska	15	37	43-20
2. Wikęd Luzino	15	28	40-25
3. Wda Świecie	15	28	23-19
4. Kluczevia Stargard	14	26	25-22
5. Lech II Poznań	14	24	36-27
6. Błękitni Stargard	15	23	35-26
7. Bałtyk Koszalin	15	20	22-20
8. Elana Toruń	15	20	23-25
9. Noteć Czarnków	15	20	21-23
10. Unia Swarzędz	15	19	24-21
11. Gedania Gdańsk	15	19	30-29
12. KKS 1925 Kalisz	15	19	18-20
13. Grom Nowy Staw	15	16	32-34
14. Chemik Bydgoszcz	15	15	24-30
15. Flota Świnoujście	15	15	18-32
16. Lipno Stęszew	15	14	19-29
17. Victoria Września	15	13	12-24
18. Kotwica Kórnik	15	11	20-398

IV LIGA PIŁKARSKA

Tylko jeden remis w tej kolejce

Maurycy Brzykcy

Kolejna lekcja od młodego zespołu Pogoni II Szczecin. Tym razem otrzymał ją Dąb Dębno.

Po raz drugi z rzędu rezerwy Pogoni strzeliły 8 goli. Wygrane zaliczyły Kotwica Kołobrzeg, Arkonia Szczecin, a wysoko zwyciężyły Sparta Gryfice, Pogoń Barlinek i Chemik Police.

WYNIKI 12. KOLEJKI KEEZA IV LIGI

BIALI SĄDÓW - WYBRZEŻE REWALSKIE 3:1 (1:0)

Bramki: Surma, Ogórek, Nachurny - Smuniewski (81).

GWARDIA KOSZALIN - INA IŃSKO 1:1 (0:0)

Bramki: Graczyk (75) - Pacała (90).

ORZEŁ WAŁCZ - ARKONIA SZCZECIN 0:1 (0:0)

Bramka: Gałosz.

POGOŃ II SZCZECIN - DĄB DĘBNO 8:1 (2:0)

Bramki: Waligóra 3 (52, 62, 68), Prawucki 2 (7-karny, 48-karny), Wojtaszek (36), Ignatowicz (81), Cieślak (88) - Haikam (83).

ASTRA USTRONIE MORSKIE - CHEMIK POLICE 0:4 (0:2)

Bramka: Kurzawa 2 (11, 25), Guzielak (51), Czech (90).

ISKIERKA SZCZECIN - MKS KOTWICA KOŁOBRZEG 1:2 (1:0)

Bramka: Barabasz (3) - Kosakiewicz (87), Kuzko (88-samobójcza).

CRS POGOŃ BARLINEK - GKS MANOWO 4:0

Bramka: Zalcer, Gadzała, Król, Kolpacz.

SPARTA GRYFICE - ŚWIT II SZCZECIN 6:1 (3:0)

Bramka: Nowacki, Forczmański 2, Tokarewicz, Babiak 2.

Tabela Keeza IV ligi

1. Pogoń II Szczecin	12	33	66-14
2. MKS Kotwica Kołobrzeg	12	26	23-15
3. Gwardia Koszalin	12	23	23-18
4. Arkonia Szczecin	12	23	26-17
5. Biali Sądów	12	22	24-19
6. Sparta Gryfice	12	22	38-29
7. Wybrzeże Rewalskie Rewal	12	22	17-11
8. Świt II Szczecin	12	19	30-18
9. Dąb Dębno	12	18	21-27
10. Iskierka Szczecin	12	16	17-23
11. Astra Ustronie Morskie	12	14	23-28
12. Ina Ińsko	12	11	15-36
13. Chemik Police	12	10	20-36
14. CRS Barlinek	12	8	11-21
15. Orzeł Wałcz	12	5	12-24
16. GKS Manowo	12	4	8-38

eprasa.pl 81c83e7b67

ŻUŻEL

Janusz Kołodziej: Czuję się spełniony. Teraz muszę wyprostować psychikę

Zbigniew Czyż

Rozmawiamy z Januszem Kołodziejem, 3-krotnym zdobywcą Drużynowego Pucharu Świata, 4-krotnym indywidualnym mistrzem Polski oraz 8-krotnym drużynowym mistrzem Polski, który właśnie zakończył sportową karierę.



FOT. MARIUSZ KAPAŁA/POLSKA PRESS

– Finał IMP 2005 w Tarnowie, gdy pokonałem Golloba, dał mi dużo wiary w siebie – wspomina Kołodziej

W wieku 42 lat zdecydowałeś się zakończyć sportową karierę, którą – mając 16 lat – zaczynałeś w Unii Tarnów. Pamiętasz moment, w którym postanowiłeś związać życie z żużlem?

Dla mnie największym sukcesem było wtedy to, że mogłem w ogóle zacząć jeździć i spełniać marzenia. Przez dwa lata przygotowywałem rodziców do ogłoszenia tej decyzji, żeby się na nią zgodzili. Miałem dużo wytycznych, żeby nie upadać na tor, żeby sobie nie zrobić krzywdy. Musiałem też obiecać, że będę się dobrze uczył, ale udało mi się przez to wszystko przebrnąć. Już jako dzieciak mogłem się piąć coraz wyżej, mogłem się uczyć od najlepszych, podpatrywać, wdrażać w życie swoje metody.

W 26-letniej karierze osiągnąłeś bardzo dużo . Te najważniejsze sukcesy to osiem tytułów drużynowego mistrza Polski (pięć w klubie z Leszna i trzy z Tarnowa) oraz cztery złota w indywidualnych mistrzostwach kraju. W reprezentacji Polski zdobyłeś też trzy złote krążki w Drużynowym Pucharze Świata, a w 2022 roku zostałeś indywidualnym wicemistrzem Europy. Które z tych dokonań cenisz sobie najbardziej?

Trudno powiedzieć, bo każde ma swoją historię, a ta każda historia była dla mnie ważna i potrzebna. Muszę jednak przyznać, że finał indywidualnych mistrzostw Polski w 2005 roku w Tarnowie, gdy pokonałem Tomasza Golloba, dodał mi dużo wiary w siebie, której wcześniej nie miałem. Cały stadion skandował moje imię i nazwisko – to było coś niesamowitego, czego nigdy nie zapomnę.

Swoją karierę podzieliłeś między dwa kluby – Unię Tarnów, w której startowałeś przez piętnaście lat, i Unię Leszno, której barw broniłeś przez dwanaście sezonów. Oba cenisz jednakowo?

Gdy zdawałem licencję w 2000 roku, moim marzeniem było ścigać się z Tomaszem Gollobem czy Tonym Rickardssonem w jednym klubie. Gdy cztery lata później mogłem z nimi jeździć w Tarnowie, praktycznie nie mogłem w to uwierzyć. To było wręcz niemożliwe, że takie rzeczy mogą się wydarzyć. Unia Tarnów dała mi szansę, a w Unii Leszno mogłem kontynuować karierę na bardzo wysokim poziomie.

Wiem, że masz bardzo duży szacunek do klanu Rempałów, z którymi jeździłeś w Tarnowie przez długie lata.

Zgadza się. Oni są dla mnie taką ikoną speedwaya. To, co do dziś robi Jacek, to, co robił Grzegorz czy Tomasz oraz Marcin, z którym jeździłem często w jednej parze w juniorach, a potem seniorach, to jest coś niesamowitego. Patrzę na nich z ogromnym szacunkiem. Cenię wielu innych żużlowców, ale dla nich mam nadzwyczajny respekt.

Do pełni szczęścia zabrakło chyba tylko sukcesów w cyklu Grand Prix. Jako stały uczestnik startowałeś tylko dwukrotnie, w 2011 i 2019 roku, a największym twoim sukcesem było zwycięstwo w Grand Prix Czech siedem lat temu. Czujesz się spełniony?

Tak. Robiłem co mogłem i jestem teraz tu, gdzie jestem. Oczywiście, marzeniem każdego dobrego żużlowca jest zostanie mistrzem świata, ale mnie się to nie udało, choć starałem się. Po drodze są różne trudności, czasami coś nie wychodzi i nawet nie wiesz, dlaczego. Nigdy na przykład nie wystartowałem w mistrzostwach świata juniorów, bo zawsze wtedy miałem jakąś kontuzję. Podobnie było w Grand Prix, w którym nie osiągnąłem nic nadzwyczajnego. Natomiast w lidze czy w mistrzostwach Polski czułem się jak ryba w wodzie. Tak widocznie miało być.

Niestety, w długiej i bogatej karierze nie omijały cię też kontuzje.

Niestety, i dlatego właśnie zdecydowałem się w tym momencie zakończyć karierę.

Myślisz o tym, że gdy już odpoczniesz, to chciałbyś może spróbować swoich sił jako trener?

Bardziej chciałbym z kimś jednym współpracować na takiej zasadzie, żeby przekazywać swoje uwagi czy rady, jak ustawić motocykl, jak dopasować sprzęt. Ale to na razie dalsza perspektywa, bo potrzebuję teraz trochę czasu dla siebie.

Żużel bardzo się zmienił na przestrzeni tych ponad dwudziestu lat?

Ogromnie! Od sprzętu poczynając, przez transmisje telewizyjne, które są na wysokim poziomie, po nazewnictwo lig. Moglibyśmy na ten temat rozmawiać godzinami.

Tarnów, w którym się wychowałeś, nie ma aktualnie żużlowej drużyny. Klub w 2026 roku nie przystąpił nawet do rozgrywek 2. ligi. Nie ma i nie widać chętnych, którzy mogliby i chcieli odbudować speedway w tym mieście. Pojawiają się spekulacje, że to Janusz Kołodziej mógłby się w to zaangażować?

To akurat ciężkie zadanie, bo przeprowadziłem się dwa lata temu do Leszna. Tutaj mieszkam, tutaj żyję. Nie myślę nad większymi zmianami. Szkółka w Tarnowie radzi sobie beze mnie. Wiadomo, że każdy by chciał i wolał, żebym był w Tarnowie, ale moje miejsce jest teraz w Lesznie i tutaj widzę swoją przyszłość. Na razie chcę się skupić na odpoczynku. Muszę trochę wyprostować psychikę i inne sprawy, bo ten sport jest naprawdę wymagający. Zamierzam odpocząć tak przez rok, a później myślę, że będę komuś pomagał . Sam też będę na motorze jeździł, tyle że już tylko treningowo.

Temat pomocy dla żużla w Tarnowie był w ogóle z tobą poruszany?

Nie. Byłem na początku roku na spotkaniu z włodarzami miasta, ale po to, aby moja szkółka mogła trenować i jeździć w zawodach. Teraz przez zimę będziemy analizować, czy to wszystko dalej ma sens. Bo wiadomo, że w Tarnowie chce też w przyszłym sezonie jeździć Motor Lublin...

KRÓTKO

Zapasy

Wracamy z jednym medalem

Wiktoria Chołuj zdobyła w Astanie srebrny medal zapaśniczych mistrzostw świata w wadze 72 kg. W finale zawodniczka AKS Białogard przegrała z Chinką Li Zelu 3:4. Pierwszą rundę finałowej walki Polka wygrała 2:1. W drugiej Azjatka odrobiła straty i przechyliła szalę zwycięstwa na swoją korzyść. Polka punktowała za zejście do nóg i wypchnięcie rywalki za matę, natomiast rywalka wywalczyła dwa punkty za obejścia oraz obejście punktowane dwoma.
PaW

Judo

Kolejny wielki sukces. Tym razem wart 5000 euro

Judoczka Angelika Szymańska w kategorii 63 kg wygrała zawody Grand Slam w Abu Zabi. W finale pokonała przez waza-ari Węgierkę Annę Krizę. Poprzednio Polka triumfowała w Lozannie i była trzecia w Taszkencie. Za zwycięstwo w Abu Zabi otrzymała premię w wysokości 4000 euro, a trenerka Aneta Szczepańska - 1000.
PaW

Judo

Rośnie nam kolejna mistrzyni

Aleksandra Kowalewska zdobyła w Neapolu złoty medal młodzieżowych mistrzostw Europy w judo w kategorii 70 kg. Polka w finale pokonała przez ippon Belgijkę Valerie Tombou. Bezpośrednio po walce nowa mistrzyni uradowana padła w ramiona trenera Pawła Nastuli, ostatniego polskiego judoki mistrza olimpijskiego (1996).
PaW

Tenis

Mamy nowy numer 1 w światowym rankingu

Mimo półfinałowej porażki w turnieju tenisowym ATPATP 500 - „Erste Bank Open" (pula nagród: 2 797 985 euro), Alexander Zverev został liderem światowego rankingu, wyprzedzając kontuzjowanego Włocha Jannika Sinnera. 29-latek z Hamburga będzie dopiero drugą niemiecką „jedynką" tego zestawienia, po Borisie Beckerze w 1991 roku. Zverev jest również drugim najstarszym liderem - starszy był tylko Australijczyk John Newcombe w 1974 roku.
PaW



FOT. EAST NEWS

eprasa.pl 81c83e7b67

PKO EKSTRAKLASA

Klasyk w Zabrzu rozczarował. Lech powoli odjeżdża rywalom

Kolejorz w ekstraklasie czuje się jak ryba w wodzie i nie zwalnia tempa. A 33-letni Bartosz Nowak z GieKSy nie przestaje pozytywnie zaskakiwać

Jakub Jabłoński



FOT.KARINA TROJOK/POLSKA PRESS

Emocjonujących spięć w podupadającym klasyku nie było za wiele...

W piątek 13. kolejka PKO Ekstraklasy została zainaugurowana dość niemrawo. Motor Lublin pokonał 2:1 i pogrążył zmagającą się z wieloma problemami Cracovię. Tego samego dnia z krakowskim klubem pożegnał się prezes Murat Colak, a kilka dni wcześniej zwolniono dyrektora pionu sportowego Filipa Trubalskiego. W obliczu kolejnych zmian w klubie, a także fatalnej formy na boisku, posada trenera Bartosza Grzelaka zawisła na włosku. O drugiej z rzędu porażce przesądziły gole Plavoticia i Lopesa, którzy odpowiedzieli na trafienie Ajdina Hasicia.

Miał być hit, wyszedł kit

Drugie sobotnie spotkanie zapowiadało się apetycznie, a skończyło się olbrzymim rozczarowaniem. Klasyk Górnika Zabrze z Legią Warszawa jawił się bowiem jako najciekawsze danie zaserwowane kibicom w tej serii gier. Piłkarze zdecydowanie jednak nie dowieźli. Przez całe 90 minut nie oddali ani jednego celnego (!) strzału.

Fajerwerków na murawie próżno było szukać, ale o wyjątkową oprawę spotkania zadbali przed pierwszym gwizdkiem kibice. To właśnie oni rozświetlili niebo nad stadionem efektownym pokazem pirotechnicznym i fajerwerkami.

Poznań znów pełen doznań

W Poznaniu Lech i Wisła Kraków miały coś do udowodnienia. Kolejorz w środę pożegnał się już na etapie 1/16 finału STS Pucharu Polski, przegrywając sensacyjnie na wyjeździe z trzecioligową (czwarty poziom) Siarką Tarnobrzeg 0:1. Natomiast Biała Gwiazda wciąż szuka przełamania na wyjazdach. Beniaminek spisuje się znakomicie u siebie, gdzie wygrał wszystkie sześć meczów, lecz na obcych stadionach nie odniósł żadnego zwycięstwa.

Po sobotnim spotkaniu powody do radości miał Lech. Wszystkie bramki padły między 54. i 64. minutą. Gospodarze prowadzili po trafieniu Antoniego Kozubala, chwilę potem wyrównał głową Jakub Krzyżanowski, ale Patrik Walemark i Yannick Agnero zapewnili obrońcom tytułu trzy punkty. W 81. minucie Angel Rodado nie wykorzystał rzutu karnego. To druga zmarnowanego przez niego jedenastka, poprzedniej nie wykorzystał dwa tygodnie wcześniej z Widzewem.

Wisła Płock, choć przegrywała do przerwy z Piastem Gliwice 0:2, zremisowała u siebie 2:2. Czwartą porażkę z rzędu poniosła natomiast Wieczysta z Jagiellonią Białystok 1:3.

Widzew nadal w kryzysie, druga młodość Nowaka

W ostatnim sobotnim spotkaniu też nie było niespodzianki, GKS Katowice pokonał Widzew 3:2. Wprawdzie gospodarze przystępowali do tego starcia po trzech porażkach z rzędu po 0:1 (w tym dwóch ligowych), ale kiedy się przełamywać, jeśli nie w starciu z pogrążonym w kryzysie sportowym rywalem?

Wszystkie bramki dla Katowiczan, którzy do 70. minuty prowadzili już 3:0, zdobył 33-letni Bartosz Nowak. To jego pierwszy hat-trick w ekstraklasie, choć miał już takie dokonania w Pucharze Polski oraz dwukrotnie w 1. lidze - jeszcze w barwach Stali Mielec.

13. KOLEJKA EKSTRAKLASY

GÓRNIK ZABRZE - LEGIA WARSZAWA 0:0

CRACOVIA KRAKÓW - MOTOR LUBLIN 1:2
Bramki: Hasić 13 - Plavotić 23, Lopes 40

WISŁA PŁOCK - PIAST GLIWICE 2:2
Bramki: Kobacki 46, Sekulski 68 - Katsantonis 24, Leśniak 37

WIECZYSTA KRAKÓW - JAGIELLONIA BIAŁYSTOK 1:3
Bramki: Dujmović 72 - Imaz 8-karny, Prelec 80, Vital 84

LECH POZNAŃ - WISŁA KRAKÓW 3:1
Bramki: Kozubal 54, Walemark 57, Agnero 64 - Krzyżanowski 56

GKS KATOWICE - WIDZEW ŁÓDŹ 3:2
Bramki: Nowak 33, 59, 65 - Kapuadi 70, Świderski 74

TABELA PKO BP EKSTRAKLASA

1. Lech Poznań	12	31	32-11
2. Górnik Zabrze	13	28	21-11
3. Legia Warszawa	13	24	23-11
4. Pogoń Szczecin	11	24	19-9
5. GKS Katowice	13	21	25-19
6. Piast Gliwice	13	21	24-20
7. Wisła Kraków	13	21	20-18
8. KGHM Zagłębie Lubin	12	19	15-15
9. Jagiellonia Białystok	12	18	17-18
10. Korona Kielce	12	18	14-18
11. Motor Lublin	13	16	19-22
12. Wisła Płock	12	15	12-18
13. Cracovia	13	12	15-21
14. Widzew Łódź	13	11	17-19
15. Śląsk Wrocław	12	9	16-22
16. Wieczysta Kraków	13	8	17-26
17. Radomiak	12	8	12-28
18. Raków Częstochowa	12	6	16-28

14. kolejka PKO BP Ekstraklasa:

6 listopada 2026:
Motor Lublin - Wisła Płock (godz. 18.00)
Wisła Kraków - Cracovia (godz. 20.30)

7 listopada 2026:
Korona Kielce - Radomiak (godz. 12.15)
Śląsk Wrocław - Piast Gliwice (godz. 14.45)
Górnik Zabrze - Wieczysta Kraków (godz. 17.30)
Widzew Łódź - Pogoń Szczecin (godz. 20.15)

8 listopada 2026:
Jagiellonia Białystok - GKS Katowice (godz. 14.45)
Legia Warszawa - Raków Częstochowa (godz. 17.30)
Lech Poznań - KGHM Zagłębie Lubin (godz. 20.15)

JEDENASTKA KOLEJKI



NAJLEPSI STRZELCY

9 goli
Jordi Sánchez (Wisła Kraków - 6, Pogoń Szczecin - 3)
8 goli
Ilia Szkurin (GKS Katowice)
7 goli
Bartosz Nowak (GKS Katowice)
6 goli
Ajdin Hasić (Cracovia), Patrik Walemark i Pablo Rodriguez (obaj Lech Poznań), Karol Czubak (Motor Lublin), Patryk Makuch (Raków Częstochowa), Mariusz Stępiński (Korona Kielce)

BOHATER WEEKENDU

Bartosz Nowak
(GKS Katowice)
Jeżeli po takim meczu nie dostanie powołania do reprezentacji Polski, to my naprawdę nie wiemy, co jeszcze lider GKS Katowice musi zrobić, aby zapracować sobie na uznanie w oczach selekcjonera Jana Urbana. Teraz skompletował swojego pierwszego hat-tricka i przyczynił się do pokonania dołującego Widzewa.



FOT. PAP/ART SERVICE

PIŁKA NOŻNA

Lech zmazał plamę po pucharowej wpadce i wyjątkowo nudny klasyk w Zabrzu

Jacek Kmiecik

Z hitów 13. kolejki ekstraklasy nie zawiódł mecz Lecha Poznań z Wisłą Kraków.

Lech pokonał Wisłę 3:1, a trener „Kolejorza" Niels Frederiksen przyznał, że było to najtrudniejsze zwycięstwo jego zespołu w tym sezonie. Lech przystąpili do meczu trzy dni po blamażu w Pucharze Polski z Siarką Tarnobrzeg (1:2). Tłumaczył, że motywacja z jego strony nie była potrzebna.

- Myślę, że czasami rola trenera w takich sytuacjach jest przeceniana. Mamy grupę bardzo ambitnych piłkarzy, którzy nienawidzą przegrywać i czuli ogromną złość po tamtej porażce.

Opiekun „Białej Gwiazdy" Mariusz Jop przyznał, że jego drużyna nie musi się wstydzić swojego występu. Jego zdaniem rozmiary porażki były zbyt wysokie.

Bez celnego strzału z obu stron zakończył się inny hit 13. kolejki ekstraklasy Górnika Zabrze z Legią Warszawa.

- To był typowy mecz na 0:0. Chcieliśmy odbić sobie tę niezasłużoną porażkę z Lechem Poznań. Przyjechaliśmy do Zabrza z nastawieniem wywalczenia trzech punktów. Mecz był trudny, bez sytuacji, z przewagą Górnika - ocenił trener gości Marek Papszun.

Szkoleniowiec Górnika Michal Gasparik zaznaczył, że jego drużynie zależało na zwycięstwie.

- Mecz był bardzo taktyczny, trochę nudny dla kibiców, nikt nie chciał się „otworzyć". Mieliśmy strzał w poprzeczkę i dobrą okazję Erika Prekopa. Nie jesteśmy skuteczni, ale też nie przegrywamy - stwierdził.

Cracovia przegrała na własnym stadionie z Motorem Lublin 1:2, a trener gospodarzy Bartosz Grzelak przyznał, że rozumie frustrację kibiców, po drugiej kolejnej porażce.

- Teraz nie chodzi o to, aby krzyczeć najgłośniej, ale trzeba zachować spokój, należy sprawdzić, co możemy zrobić lepiej. Przed nami ważny tydzień - podkreślił, nawiązując do tego, że w następnej kolejce jego drużynę czekają derby Krakowa z Wisłą.

Trener Motoru Mariusz Misiura podziękował swoim piłkarzom oraz współpracownikom za wyniki uzyskane w październiku. - Rozegraliśmy cztery mecze, w których zdobyliśmy 10 punktów. Czuję dumę z tego, jak punktujemy i jak gramy - podkreślił. Zwrócił też uwagę, że było to czwarte kolejne spotkanie, w którym Motor przechylił szalę na swoją, mimo że rywal obejmował prowadzenie.

eprasa.pl 81c83e7b67

AKCJA SPECJALNA TARCZYŃSKI COPA KABANOS

0011605103

Poznaliśmy zwycięzców Tarczyński Copa Kabanos!

Za nami pierwsza edycja Tarczyński Copa Kabanos! W dniach 29-30 października we Wrocławiu odbył się Finał Ogólnopolski nowego turnieju dla najmłodszych, w którym drużyny rywalizowały w formule 3x3 na cztery bramki. Po emocjonujących rozgrywkach poznaliśmy zwycięzców turnieju - zespoły z Bukowna, Ełku, Szczecina i Lublina.



Turniej Tarczyński Copa Kabanos od pierwszych minut gwarantował niesamowite tempo i mnóstwo podbramkowych sytuacji. Po dwóch dniach intensywnych zmagań w nowej, innowacyjnej formule 3x3 na cztery bramki poznaliśmy pierwszych w historii zwycięzców turnieju. W kategorii U-9 dziewcząt triumfowało SP 1 Bukowno, a wśród chłopców najlepsza okazała się drużyna UKS Rona 03 Ełk. W kat. U-11 dziewcząt zwyciężył zespół LFA Szczecin, a w kat. U-11 chłopców puchar uniosła drużyna Bronowice Lublin.

– *Jest to niesamowity sukces – największy w historii naszej szkoły podstawowej. Myślę, że czegoś takiego jeszcze nie było i nie wiadomo, kiedy powtórzy się taki wynik. Jesteśmy po prostu przeszczęśliwi, to dla nas wielka niespodzianka. Dziewczyny są zachwycone, zresztą sam turniej bardzo im się spodobał. Formuła 3x3 dała każdej z nich mnóstwo okazji do gry, kontaktu z piłką, strzelania bramek i celebrowania goli. Cała otoczka była niesamowita – przez rozgrywki, aż po grę na Tarczyński Arenie Wrocław. Wszystko było po prostu super* – mówił Szymon Kluza, trener drużyny SP 1 Bukowno, zwyciężczyń w kat. U-9 dziewcząt.

Od przedszkoli, szkół i klubów do Tarczyński Areny Wrocław

Droga po puchar nie była łatwa. Rywalizacja rozpoczęła się od kwalifikacji wewnętrznych w klubach, szkołach i przedszkolach – następnie piłkarki i piłkarze zmierzyli się w etapie regionalnym, a później w finałach wojewódzkich. Finał Ogólnopolski rozpoczął się na wrocławskich Kłokoczycach, gdzie rozegrano pełną emocji fazę grupową. Młode zawodniczki i zawodnicy musieli wykazać się niezwykłą dynamiką – gra na cztery bramki wspiera kreatywność, odwagę i ciągłą zmianę kierunku akcji.

Najlepsi z najlepszych uzyskali awans do fazy pucharowej, która przeniosła się na spektakularną Tarczyński Arenę. Możliwość zagrania na reprezentacyjnym obiekcie była dla dzieci ogromnym przeżyciem.

– *Sport uczy, że talent to dopiero początek – liczą się również charakter, odwaga, dyscyplina i umiejętność podnoszenia się po niepowodzeniach. Chcę, żeby dziewczynki potrafiły walczyć o swoje cele, wspierały się nawzajem i rozumiały, że sukces drużyny jest ważniejszy niż indywidualne ambicje. Nie ma sensu udawać, że wynik sportowy nie jest ważny, bo każdy zawodnik wychodzi na boisko po to, żeby wygrywać. Jednak równie ważne jest to, w jaki sposób walczymy, jak reagujemy na trudne momenty i czy po ostatnim gwizdku możemy powiedzieć, że dałyśmy z siebie wszystko* – podkreślał Michał Łukawski, trener drużyny SP Kowale (U-11 dziewcząt).

Wyjątkowe nagrody i wspomnienia na całe życie

Zwycięzcy poszczególnych kategorii wywalczyli nie tylko pamiątkowe puchary, ale przede wszystkim nagrodę główną – wyjazd na mecz reprezentacji Polski połączony z wizytą na treningu Biało-Czerwonych oraz udziałem w sesji treningowej prowadzonej przez trenerów PZPN.

Najlepsze drużyny otrzymały vouchery na sprzęt sportowy, natomiast szkoły i kluby reprezentowane przez zwycięzców turnieju zostaną nagrodzone pneumatycznymi boiskami do gry 3x3 na 4 bramki. Uczestnicy mogli liczyć również na indywidualne upominki od sponsora turnieju – marki Tarczyński.





eprasa.pl 81c83e7b67

WSPOMNIENIE

Ludzie sportu, którzy odeszli w minionym roku

W ostatnim roku pożegnaliśmy wiele osobistości ze świata sportu. Polskiego i światowego. Odeszły wybitne postacie futbolu, kolarstwa, koszykówki, wioślarstwa, lekkoatletyki, dziennikarstwa... W okresie, w którym przypada dzień Wszystkich Świętych, zgodnie z tradycją wspominamy tych, których będzie nam brakowało.



FOT. SYLWIA DĄBROWA/POLSKA PRESS

Jacek Magiera na trwałe zapisał się w historii polskiego futbolu. A przede wszystkim w sercach kibiców, i to nie tylko Legii...

LISTOPAD

Sylwester Protas (zm. 2 listopada 2025) – polski kickbokser i trener. Wielokrotny mistrz Polski w łączonych stylach walki. Zawodnik Mechanika Włodawa i trener Skorpiona Włodawa.

Hubert Skrzypczak (ur. 29 września 1943, zm. 10 listopada 2025) – polski bokser, brązowy medalista olimpijski w wadze papierowej z Meksyku 1968, złoty medalista mistrzostw Europy w wadze muszej z Rzymu 1967 i brązowy medalista mistrzostw Europy w wadze muszej z Berlina 1965. Był zawodnikiem Gryfa Wejherowo, Zawiszy Bydgoszcz i Wybrzeża Gdańsk. Stoczył 243 walki, z czego 208 wygrał, 3 zremisował i 32 przegrał.

Werner Paterek (ur. 14 kwietnia 1994, zm. 25 listopada 2025) – były obrońca Śląska Wrocław. Autor gola w 33 meczach ówczesnej 1 ligi.

GRUDZIEŃ 2025

Adam Galant (ur. 21 lutego 1952, zm. 1 grudnia 2025) – czołowy polski płotkarz lat 70. W 1973 roku zdobył halowe wicemistrzostwo Europy w biegu na 60 metrów przez płotki (Rotterdam). Były rekordzista Polski na 110 metrów przez płotki (13,4 s – 1972). Rekord życiowy w hali to 7,57 s (1973).

Roman Pyjos (ur. 9 lutego 1931, zm. 6 grudnia 2025) – polski koszykarz i szczypiornista, zawodnik Wisły Kraków. Wystąpił w reprezentacji Polski na mistrzostwach świata 1958, gdzie został wybrany do drużyny gwiazd turnieju. Król strzelców ligi w 1960. Po zakończeniu kariery trener Zwierzynieckiego i Hutnika Kraków.

Dariusz Sztorc (ur. 6 lutego 1970, zm. 13 grudnia 2025)– były obrońca Śląska Wrocław. Rozegrał 12 meczów w ówczesnej 1 lidze. Zdobył jedną bramkę.

Sławomir Różycki (ur. 14 marca 1963, zm. 17 grudnia 2025) – były obrońca ŁKS Łódź i Olimpii Poznań. W ówczesnej 1 lidze rozegrał w sumie 255 meczów. Zdobył 11 bramek.

Jan Timman (ur. 14 grudnia 1951, zm. 18 lutego 2026) – holenderski arcymistrz, w latach 80. XX wieku czołowy szachista świata, wicelider światowego rankingu. W 1993 roku zagrał o mistrzostwo świata z Anatolijem Karpowem.

Maciej Łasicki (ur. 12 października 1965, zm. 19 grudnia 2025) – brązowy medalista igrzysk olimpijskich w Barcelonie (1992) w wioślarstwie w czwórce ze sternikiem, a później trener związany z gdańskimi klubami Stoczniowiec i AZS AWFiS.

Zbigniew Mikołajów (ur. 11 lutego 1953, zm. 20 grudnia 2025) – były napastnik Zagłębia Sosnowiec, 3-krotny reprezentant Polski. W ówczesnej 1 lidze strzelił 17 goli w 76 spotkaniach.

Czesław Kotwica (ur. 24 sierpnia 1941, zm. 23 grudnia 2025) – zasłużony wrocławski trener konkurencji rzutowych. Pod jego opieką był m.in. olimpijczyk z Moskwy w rzucie oszczepem Dariusz Adamus. Ostatnie lata to m.in. praca z medalistką mistrzostw Europy w rzucie dyskiem Joanną Wiśniewską, kulomiotem Jakubem Szyszkowskim czy kolejną dyskobolką – Wiolettą Potępą.

Mirosława Czesna z domu Buda (ur. 15 stycznia 1943, zm. 31 grudnia 2025) – polska siatkarka pochodząca z Kalisza, wielokrotna mistrzyni Polski ze Startem Łódź (4 złote: 1968, 1971, 1972, 1977, 3 srebrne: 1970, 1974, 1978 i 2 brązowe: 1967, 1969). brązowa medalistka Pucharu Europy Mistrzów Krajowych 1978.

STYCZEŃ

Robert Wolski (ur. 8 grudnia 1982, 2 stycznia 2026) – olimpijczyk z Aten, skoczek wzwyż. Licząc 179 cm wzrostu, legitymował się imponującym przewyższeniem, doprowadzając rekord życiowy do poziomu 2,31 m. Dzisiaj to dziewiąty wynik w polskich tabelach historycznych skoku wzwyż.

Edmund Chyła (ur. 21 maja 1939, zm. 9 stycznia 2029) – polski rugbysta występujący na pozycji młynarza. Zawodnik Budowlanych Warszawa, Startu Grochów, Lotnika Warszawa, Lechii Gdańsk, Skry Warszawa, z którą zdobył pięciokrotnie mistrzostwo Polski. W reprezentacji Polski seniorów rozegrał 5 oficjalnych meczów, zdobył 6 punktów.

Barbara Eustachiewicz-Kowal z domu Przygoda (ur. 5 listopada 1938, zm. 12 stycznia 2026) – polska gimnastyczka sportowa, działaczka sportowa, sędzia międzynarodowy, olimpijka z Rzymu 1960 i Tokio 1964. Wielokrotna mistrzyni Polski (złota w skoku przez konia w 1961 i 1963 oraz w ćwiczeniach wolnych w 1962 i 1963).

Maciej Polkowski (ur. 25 lipca 1947, zm. 16 stycznia 2026) – polski dziennikarz sportowy, autor kilku książek. W „Przeglądzie Sportowym" pracował w latach 1972-2004, gdzie przez 20 lat był kierownikiem działu piłki nożnej, a w latach 1990-1994 redaktorem naczelnym. Współpracował też z dziennikami i czasopismami, między innymi „Sportem", „Przeglądem" czy periodykiem PZPN „Polska Piłka". Był przewodniczącym Komisji ds. Mediów PZPN. Od 2005 roku był honorowym ambasadorem Fundacji Dyplomaci Dzieciom. W latach 2006-2011 roku był prezesem Kazimierskiego Klubu Sportowego Orły w Kazimierzu Dolnym.

Wanda Stefania Fukała z domu Kaczmarczyk (ur. 2 września 1935, zm. 22 stycznia 2026) – polska florecistka. Sześciokrotna brązowa medalistka mistrzostw Polski indywidualnie i dwunastokrotnie drużynowo (z Górnikiem 1920 Katowice i GKS Katowice). Brała udział w igrzyskach w Rzymie 1960 i Meksyku 1968.

Hanna Badura z domu Zawadzka (ur. 26 grudnia 1924, zm. 28 stycznia 2026) – polska szybowniczka. 13 czerwca 1962 ustanowiła rekord świata kobiet w przelocie docelowo-powrotnym, uzyskując na szybowcu SZD-9 bis Bocian odległość 374,6 km na trasie Leszno – Łask – Leszno. Reprezentowała Polskę na I Międzynarodowych Zawodach Szybowcowych Kobiet w 1973 (nieoficjalnych mistrzostwach świata).

Cezary Jędrzycki (ur. 23 stycznia 1969, zm. 28 stycznia 2026) – polski wioślarz, olimpijczyk z Barcelony 1992. Zawodnik AZS-AWF Warszawa. Dwukrotny złoty medalista akademickich mistrzostw świata w 1992 roku w Poznaniu na dystansie 500 metrów i 2000 metrów.

LUTY

Marian Kasprzyk (ur. 22 września 1939, zm. 2 lutego 2026) – polski pięściarz, mistrz olimpijski, trener. Na igrzyskach w Rzymie 1960 wywalczył brązowy medal w kategorii lekkopółśredniej, a w Tokio 1964 złoty medal w wadze półśredniej. Był zawodnikiem Sparty Ziębice, Łabędów, Nysy Kłodzko,BBTS-u Bielsko-Biała, Górnika Wesoła i Górnika Pszów. Stoczył 270 walk, 232 wygrał.

Józef Gąsienica-Sobczak (ur. 9 lipca 1934, zm. 2 lutego 2026) – legenda biathlonu i biegów narciarskich. Cztery razy uczestniczył w zimowych igrzyskach olimpijskich (debiutował w Cortina d'Ampezzo w 1956 roku). Dwa razy zdobył srebrny medal podczas mistrzostw świata w 1966 roku z Garmisch-Partenkirchen (w biegu indywidualnym na 20 km i w sztafecie 4 x 7,5 km).

Izabella Łaz z domu Wrzyszcz (ur. 15 października 1934, zm. 9 lutego 2026) – polska siatkarka, brązowa medalistka mistrzostw świata 1956. Łącznie w pierwszej reprezentacji Polski zagrała w 59 meczach.

Adam Sandurski (ur. 8 lutego 1953, zm. 21 lutego 2026) – zapaśnik stylu wolnego, wielokrotny mistrz Polski, brązowy medalista igrzysk olimpijskich w Moskwie 1980. Zawodnik Stali Rzeszów. Po zakończeniu kariery wyprowadził się do Niemiec.

MARZEC

Janusz Cegliński (ur. 6 kwietnia 1949, zm. 4 marca 2026) – koszykarz występujący na pozycjach silnego skrzydłowego lub środkowego, reprezentant Polski, olimpijczyk. Wychowanek Wybrzeża Gdańsk, z którym zdobył cztery mistrzostwa Polski i dwa wicemistrzostwa, czterokrotnie sięgał po Puchar Polski. Rekordzista klubu pod względem liczby występów – 425 meczów. W reprezentacji rozegrał w latach 1971-1977 151 meczów, zdobywając 1417 punktów.

Lidia Krupa-Surdyka (ur. 15 marca 1935, zm. 4 marca 2026) – polska piłkarka ręczna. Była zawodniczką Cracovii, z którą zdobyła dziewięć tytułów mistrzyni Polski w odmianie 11-osobowej i cztery w odmianie 7-osobowej (w hali i na otwartym stadionie). Reprezentantka Polski, uczestniczka mistrzostw świata.

Jagoda Gancarek (ur. 1998, zm. 9 marca 2026) – polska pilot samolotowa i balonowa, mistrzyni Polski w baloniarstwie kobiet w Nałęczowie 2025. Od 2022 pracowała w Aeroklubie Ziemi Lubuskiej. Była instruktorką samolotową oraz pilotem samolotów przeciwpożarowych. Członkini Balonowej Kadry Narodowej. Zginęła w wyniku wypadku podczas lotu balonem w Zielonej Górze.

Henryk Stroniarz (ur. 20 marca 1936, zm. 11 marca 2026) – były bramkarz, 1-krotny reprezentant Polski, w ówczesnej 1 lidze wystąpił w sumie 108 razy. Z Wisłą Kraków sięgnął po Puchar Polski. Grał też w Cracovii i Garbarni.

Marian Kielec (ur. 6 marca 1942, zm. 13 marca 2026) – były napastnik, 1-krotny reprezentant Polski, król strzelców ówczesnej 1 ligi w sezonie 1962/1963. Dla Pogoni Szczecin wbił 80 bramek w 218 spotkaniach.

Zdzisław Kwapisz (ur. 7 sierpnia 1930, zm. 17 marca 2026) – polski koszykarz i trener. Zawodnik Cracovii, Legii Warszawa i ŁKS Łódź. Po zakończeniu kariery zawodniczej zajął się trenowaniem. Prowadził m.in. Społem Łódź, a także był wieloletnim członkiem ŁOZKosz i prezesem ŁKS w latach 1984-1989.

Henryk Kominek (zm. 21 marca 2026) – polski koszykarz i trener. Zawodnik Polonii Bytom i trener Stali Bobrek Bytom.

KWIECIEŃ

Marek Borewicz (ur. 1947, zm. 2 kwietnia 2026) – polski brydżysta, mistrz międzynarodowy (PZBS), mistrz młodzieżowych mistrzostw Europy Teamów w Delft 1972 i wicemistrz mistrzostw świata teamów w Albuquerque 1994.

Mircea Lucescu (ur. 29 lipca 1945, zm. 7 kwietnia 2026) – rumuński piłkarz, pełniący później funkcję selekcjonera. Jako trener prowadził m.in. Inter Mediolan, Galatasaray, Besiktas, Dynamo Kijów, Zenit Sankt Petersburg czy Szachtar Donieck, z którym sięgnął po Puchar UEFA.

Jacek Magiera (ur. 1 stycznia 1977, zm. 10 kwietnia 2026) – były drugi trener reprezentacji Polski w sztabie Jana Urbana. Trener Legii Warszawa,

eprasa.pl 81c83e7b67



FOT. BARBARA GALAS/POLSKA PRESS

Wicemistrz olimpijski Józef Lipień w uznaniu zasług na zapaśniczych matach zyskał tytuł Honorowego Obywatela Jeleniej Góry...

z którą zagrał w Lidze Mistrzów i zdobył mistrzostwo Polski, Śląska Wrocław, Zagłębia Sosnowiec i młodzieżowych reprezentacji Polski. Jako obrońca i pomocnik zdobył w sumie 25 goli w 233 meczach ekstraklasy. Dwukrotny mistrz Polski z Legią Warszawa. Sięgnął z nią także po Puchar Polski, Superpuchar i Puchar Ligi. Ponadto bronił barw takich zespołów, jak Cracovia, Raków Częstochowa czy Widzew Łódź.
Stanisław Majorek (ur. 25 czerwca 1937, zm. 22 kwietnia 2026) – polski trener piłki ręcznej. W okresie 1970-1976 wspólnie z Januszem Czerwińskim, a w okresie 1976-1978 z Igorem Pazurem selekcjoner kadry narodowej piłkarzy ręcznych.
Jacek Pszczoła (ur. 10 stycznia 1967, zm. 24 kwietnia 2026) – brydżysta, arcymistrz World Grand Master (WBF), instruktor PZBS, zawodnik drużyny Ruch SA PWR I Wrocław. Do roku 2006 reprezentował Polskę, a następnie USA.

MAJ

Rudolf Konieczny (ur. 5 maja 1945, zm. 6 maja 2026) – były pomocnik Śląska Wrocław. Rozegrał dla niego 6 meczów w ówczesnej 1 lidze.
Jerzy Nejman (ur. 22 września 1947, zm. 12 maja 2026) – były napastnik Legii Warszawa. Zdobył z nią dwa tytuły mistrza Polski.
Marek Pituła (ur. 16 grudnia 1964, zm. 13 maja 2026) – polski judoka, dwukrotny mistrz Polski 1990 i 1996 (+ 95 kg). Zawodnik Startu Częstochowa i Czarnych Bytom, z którymi siedmiokrotnie zdobył drużynowe mistrzostwo Polski. Potem trener Czarnych Bytom.
Roman Dakiniewicz (ur. 18 listopada 1937, zm. 14 maja 2026) – wybitny szkoleniowiec tyczkarzy, całe zawodowe życie związany z Bydgoszczą. Wychowawca Pawła Wojciechowskiego, Mirosława Chmary czy Mariusza Klimczyka. Honorowy członek Polskiego Związku Lekkiej Atletyki.
Teresa Rychlicka-Kasprzyk (ur. 16 października 1950, zm. 19 maja 2026) – polska siatkarka, mistrzyni i reprezentantka Polski. Dwukrotna uczestniczka mistrzostw świata i trzykrotna mistrzostwach Europy. Wychowanka Neptuna Starogard, zawodniczka Płomienia Milowice, Czarnych Słupsk i SIRT Palermo.
Jan Adamski (ur. 11 listopada 1943, zm. 21 maja 2026) – polski szachista, mistrz międzynarodowy.
Edmund Rychlewicz (ur. 10 listopada 1939, zm. 21 maja 2026) – były bramkarz Zawiszy Bydgoszcz. W ówczesnej 1 lidze rozegrał dla niego 56 meczów.

CZERWIEC

Jerzy Gryt (ur. 12 marca 1943, zm. 3 czerwca 2026) – były żużlowiec ROW-u Rybnik. Zdobył między innymi Indywidualne Mistrzostwo Polski w 1971 roku. Sześciokrotny złoty medalista Drużynowych Mistrzostwach Polski. Potem trener.
Andrzej Goiński (zm. 9 czerwca 2026) – polski bokser kategorii lekkośredniej, medalista mistrzostw Polski. Zawodnik Zagłębia Konin.
Jan Brzeźny (ur. 11 czerwca 1951, zm. 11 czerwca 2026) – dwukrotnie wygrał Tour de Pologne (1978, 1981). Był wielokrotnym mistrzem kraju, w igrzyskach w Montrealu (1976) zajął 30. miejsce w indywidualnym wyścigu szosowym.
Beata Andrejczuk (ur. 22 czerwca 1988, zm. 24 czerwca 2026) – polska szachistka, mistrzyni FIDE od 2006.
Daniel Castellani (ur. 21 marca 1961, zm. 25 czerwca 2026) – były trener reprezentacji Polski siatkarzy. W 2009 roku Argentyńczyk zdobył z Biało-Czerwonymi mistrzostwo Europy, prowadził też między innymi kilka polskich klubów (Skra Bełchatów, ZAKSA Kędzierzyn-Koźle, Indykpol AZS Olsztyn).
Czesław Palik (ur. 9 maja 1948, zm. 29 czerwca 2026) – piłkarz Cracovii i Korony Kielce, znany później z pracy trenerskiej w klubach z Małopolski i Świętokrzyskiego.

LIPIEC

Grzegorz Miętus (ur. 20 lutego 1993, zm. 4 lipca 2026) – skoczek narciarski i trener. Zdobył brązowy medal drużynowo podczas mistrzostw świata juniorów w 2009 roku. Po zakończeniu kariery pracował w PZN, był trenerem juniorów AZS Zakopane.
Damian Świderski (ur. 21 marca 1998, zm. 6 lipca 2026) – polski dziennikarz wydawnictwa Polska Press – od 2024 w portalach Gol24.pl, Sportowy24.pl, ipl, specjalizujący się w piłce nożnej, miłośnik brazylijskiego futbolu.
Mariusz Osiecki (ur. 16 lutego 1975, zm. 8 lipca 2026) – były pomocnik m.in. Pogoni Szczecin, Stilonu Gorzów czy GKP Gorzów
Karol Stopa (ur. 12 marca 1948, zm. 9 lipca 2026) – polski dziennikarz i komentator sportowy specjalizujący się w tenisie. Zawodnik Warszawianki, organizator tenisowego Grand Prix Warszawy Amatorów i zwycięzca pierwszej edycji tego cyklu w 1977. Uczestnik i medalista międzynarodowych zawodów tenisowych dla dziennikarzy. Od 1998 był stałym komentatorem tenisa w Eurosporcie.
Manu (ur. 28 sierpnia 1982, zm. 11 lipca 2026) – Portugalczyk, były zawodnik Legii Warszawa, w barwach której zdobył dwa razy Puchar Polski. Autor 3 goli w 33 meczach naszej ekstraklasy. Zginął w wypadku samochodowym.
Isamu Sonoda (ur. 4 listopada 1946, zm. 16 lipca 2026) – japoński judoka wagi średniej (do 80 kg), brat judoki Yoshio Sonody. Mistrz olimpijski z Montrealu 1976, dwukrotny medalista mistrzostw świata: złoty z Meksyku 1969 i srebrny z Lozanny 1973.
Bogdan Wawrzyński (ur. 10 marca 1942, zm. 17 lipca 202684 lata) – wybitny hokeista, legendarny napastnikiem Pomorzanina Toruń. Został królem strzelców polskiej ligi w sezonie 1971/1972 oraz wielokrotnym reprezentantem Polski.
Alojzy Matysiak (ur. 18 czerwca 1936, zm. 27 lipca 2026) – były napastnik Stali Rzeszów. Zdobył dla niej 6 bramek w 58 występach w ówczesnej I lidze.
Wiesław Grabowski (ur. w 1955, zm. 29 lipca 2026) – selekcjoner reprezentacji Zambii i Zimbabwe, wcześniej członek sztabu reprezentacji Polski prowadzonej przez Jacka Gmocha podczas MŚ 1978.
Franco Baresi (ur. 8 maja 1960, zm. 31 lipca 2026) – były reprezentant Włoch i legendarny obrońca AC Milan, mistrz świata z Hiszpanii z 1982 roku.

SIERPIEŃ

Mateusz Bąk (ur. 24 lutego 1983, zm. 2 sierpnia 2026) – były bramkarz Lechii Gdańsk, który jako jedyny przebył z nią drogę od A-klasy do ekstraklasy, rozgrywając w niej w sumie 83 mecze. Bronił także barw Podbeskidzia Bielsko-Biała, Wisły Płock, portugalskiego CS Maritimo czy bułgarskiego Etyru 1924 Wielkie Tyrnowo.
Wacław Orłowski (ur. 5 stycznia 1945, zm. 9 sierpnia 2026) – polski zapaśnik stylu klasycznego, medalista mistrzostw świata, olimpijczyk, zawodnik Wisłoki Dębica. Brązowy medalista mistrzostw świata 1967 w wadze średniej (do 87 kg). Po zakończeniu kariery międzynarodowy sędzia zapaśniczy.
Włodzimierz Rezner (ur. 8 sierpnia 1943, zm. 9 sierpnia 2026) – polski kolarz, dziennikarz sportowy i komentator. Sprawozdawca przede wszystkim zawodów kolarskich, w tym igrzysk olimpijskich w Moskwie 1980, Barcelonie 1992 i Atlancie 1996, Wyścigu Pokoju czy Tour de Pologne na antenie Polskiego Radia. Komentował także Tour de Pologne w Telewizji Polskiej. Zainicjował akcję „Rowerem po radość i zdrowie".
Wojciech Onsorge (ur. 13 kwietnia 1994, zm. 31 sierpnia 2026) – były obrońca Warty Poznań, rezerw Lecha Poznań, Elany Toruń czy Polonii Środa Wielkopolska. W 2021 roku wykryto u niego guza mózgu.

WRZESIEŃ

Ryszard Jelonek (ur. 24 lipca 1970, zm. 5 września 2026) – polski płetwonurek, instruktor nurkowania, działacz sportowy. Członek sekcji nurkowej Grupy Ratownictwa Jaskiniowego. Prezes klubu piłkarskiego UKS Orlik Prudnik. Organizował lokalne turnieje piłki nożnej. Zmarł podczas nurkowania.
Rafał Popko (ur. 2 maja 1975, zm. 5 września 2026) – były napastnik m.in. Rakowa Częstochowa czy amerykańskiego AAC Eagles Chicago.
Ajazdin Nuhi (ur. 10 października 1979, zm. 10 września 2026) – Serb, były pomocnik między innymi Legii Warszawa, w barwach której rozegrał 10 meczów w ekstraklasie.
Ewa Góra, z domu Binkiewicz, primo voto Dubaj (ur. 27 października 1950, zm. 17 września 2026) – polska siatkarka, reprezentantka Polski (rozegrała 105 meczów), uczestniczka mistrzostw świata 1970 i 1974 i mistrzostw Europy 1975. Zawodniczka Płomienia Milowice, Kolejarza Katowice, włoskich Aurory Giarratana i Nike San Cataldo.
Tadeusz Osik (ur. 14 stycznia 1950, zm. 23 września 2026) – niezwykle ceniony trener, wiceprezes Polskiego Związku Lekkiej Atletyki. Twórca sukcesów polskiego sprintu, szkoleniowiec dziesiątek najlepszych polskich biegaczy na 100 i 200 metrów, trener kadry sprintu. W młodości płotkarz.
Stanisław Sochacki (ur. 27 października 1930, zm. 27 września 2026) – były żużlowiec, legenda Falubazu Zielona Góra. Po zakończeniu kariery zajmował się szkoleniem młodych żużlowców.
Krzysztof Pietrusik (ur. 13 lutego 1949, zm. 28 września 2026) – trener pływania, był szefem Zakładu Pływania i Ratownictwa Wodnego na AWF w Poznaniu. Współpracował z reprezentacją Polski, wyszkolił wielu polskich trenerów i instruktorów.

PAŹDZIERNIK

Andrzej Drużkowski (ur. 23 marca 1949, zm. 5 października 2026) – polski trener piłki ręcznej kobiet, zdobywca Pucharu EHF oraz dziewięciu tytułów mistrza Polski jako trener Montexu Lublin.
Jacek Ziober (ur. 18 listopada 1965, zm. 6 października 2026) – były napastnik, autor 8 bramek w 46 meczach dla reprezentacji Polski. W barwach ŁKS Łódź strzelił 26 goli w 203 meczach w ówczesnej 1 lidze. Ponadto bronił barw Amiki Wronka, francuskiego Montpellier czy hiszpańskiej Osasuny.
Edward Oratowski (ur. 5 marca 1948, zm. 15 października 2026) – były obrońca Stali Mielec. Zdobył mistrzostwo Polski. Autor 18 goli w 245 meczach ówczesnej 1 Ligi.
Mariusz Strzałka (ur. 27 marca 1959, zm. 16 października 2026) – polski szpadzista, od 1988 roku reprezentujący Niemcy. Zawodnik AZS Politechniki Wrocławskiej, AZS Kolejarza Wrocław i Fecht-Club Tauberbischofsheim. Srebrny medalista olimpijski w drużynie z Moskwy 1980 z reprezentacją Polski i czterokrotny medalista mistrzostw świata z reprezentacją Niemiec.
Romano Hummel (ur. 4 stycznia 1999, zm. 21 października 2026) – holenderski żużlowiec, mistrz świata na długim torze z 2021 roku, wielokrotny mistrz Europy na torze trawiastym. W 2026 roku niespodziewanie ogłosił zakończenie kariery sportowej. Zmarł tragicznie.
Mariusz Urbaniak (ur. 22 czerwca 1972, zm. 23 października 2026) –były pomocnik Zagłębia Lubin, z którym zdobył mistrzostwo Polski. Ponadto grał m.in. dla Miedzi Legnica, Karkonoszy Jelenia Góra czy Jaśnicy Opolno-Zdrój.
Józef Lipień (ur. 6 lutego 1949, zm. 25 października 2026) – polski zapaśnik stylu klasycznego. Brat bliźniak Kazimierza Lipienia. Zawodnik Karkonoszy Jelenia Góra i Wisłoki Dębica. Wieloletni trener Wisłoki. Czterokrotnie brał udział w igrzyskach olimpijskich (1968, 1972, 1976, 1980). Srebrny medalista z Moskwy 1980, mistrz świata 1973, wicemistrz 1974 i 1975, brązowy medalista mistrzostw Europy 1978.
Jan Byś (ur. 9 grudnia 1953, zm. 28 października 2026) – były pomocnik Szombierek Bytom, z którymi sięgnął po mistrzostwo Polski. W ówczesnej 1 lidze strzelił 13 goli w 179 meczach.
Zdzisław Kostrzewiński (ur. 26 listopada 1945, zm. 31 października 2026) – były pomocnik Widzewa Łódź (grał w czterech meczach Pucharu UEFA, w tym z dziurą w nodze z Manchesterem City 2:2), Zawiszy Bydgoszcz, ŁKS Łódź i Wisły Chicago. Jego żoną była łyżwiarka figurowa Grażyna Kostrzewińska z domu Osmańska, a zięciem Artur Partyka, były skoczek wzwyż – brązowy (1992) i srebrny (1996) medalista olimpijski.

eprasa.pl 81c83e7b67

PROGRAMOWO

G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Maciek Bilewicz przeszedł operację, i choć wie, że potrzeba czasu, to jako chirurg bardzo boi się o sprawność swojej ręki. Kolejnej operacji ma podjąć się inny lekarz – znany w środowisku dr Marcin Wilk. Zostaje zwołane konsylium. Kasia rozmawia o tym z Alicją, która nie jest optymistką, patrzy realnie. Dr Wilk decyduje się operować, ale nie zdradza swojego planu.

Tymczasem Radecki po oskarżeniach wobec Łukasza sugeruje Asi, że powinna odciąć się od byłego męża, zerwać z nim kontakty i sądownie pozbawić go praw rodzicielskich... Niespodziewanie okazuje się, że mimo wycofania oskarżeń przez Aldonę, komisja jednak odbędzie się. Na kardiologii panuje nerwowa atmosfera, Zychowicz ma pretensje.

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Powrót Renaty do obowiązków w lokalu pozwala Luizie wziąć wolny dzień, który dziewczyna niemal w całości spędza w towarzystwie Kacpra. W tym samym czasie Damian odbywa poważną rozmowę z Marcinem – doświadczony przez los przyjaciel uświadamia policjantowi, że jako partner osoby zmagającej się z nałogiem sam powinien poddać się terapii dla osób współuzależnionych.

Równolegle relacja Tomasza i Grażyny wkracza na kolejny etap. Kępski proponuje ukochanej wspólne zamieszkanie, po czym oboje decydują się poinformować o swoim związku Wandę. Po wizycie u seniorki Wiracka spotyka się z Wiktorem, usiłując nakłonić syna do przełamania dawnych urazów.



G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Radek i Maja nie mogą się od siebie odkleić. Niestety, co i rusz przyłapuje ich Grażyna. Pech nie opuszcza Radka także na sali operacyjnej. Podczas rutynowego zabiegu odkrywa on w ciele pacjentki niepokojącą zmianę. Asystujący mu chirurg asekuracyjnie odradza wycięcie rozrostu – nie mają na to zgody. Co zrobi Radek?

Natomiast Julka nie wraca na noc do domu. Gdy Marysia orientuje się, że w pokoju został tylko jej telefon, szybko wpada w panikę. Nerwy udzielają się wszystkim, dochodzi do kłótni między małżeństwem Nowaczyków. Niespodziewanie ostro interweniuje Paweł... Tymczasem pod klubem Iskra zjawia się tajemniczy mężczyzna w kapturze. Fotografuje kamery monitoringu i znika bez śladu. Borys jest przekonany, że to Darek, który wyszedł z aresztu. Ten jednak twierdzi, że to nie on i nie działa też na polecenie ojca.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



Hebel i Seba w przeddzień turnieju robią swoim zawodnikom niespodziankę. Agnieszka załatwia chłopcom przepustkę z poprawczaka a Ryszard zabiera ich na steki. Rozmowy z Heblem sprawiają, że Tomek zaczyna wierzyć, że może mieć normalną przyszłość... Tymczasem Olszewską dopada jego brat – „Żaba" jest bezczelny i grozi Agnieszce! Mają zostawić Tomka w spokoju!

Iga i Sławek na tropie pedofila, który kontaktował się ze Stefankiem! Stefek staje się ofiarą hejtu. Marta docieka skąd media wiedziały, że syn Mikołaja wysyłał zdjęcia brata pedofilowi.... Tymczasem Sławek i Iga mają trop – człowiek, który jako Dorka kontaktował się ze Stefkiem, zalogował się właśnie w kawiarni! Niestety, spóźniają się... Na komendzie dowiadują się, że przydzielono im pomoc – Piotra, specjalistę do walki z cyberprzestępczością. Przybysz i Dziedzic uważają, że kolega przyszedł na gotowe... Lew wściekły! Nalepa dowiaduje się, kto zamiast niego wykona pokazową operację – to Oriana Warska. Lew jest w szoku – to... jego studencka miłość!



G. 20:50

M jak miłość

TVP 2

Maria stara się dojść do siebie w ciszy. Na Mazurach Maria wpada na spacerze na Jerzego Wielickiego – chorego na cukrzycę, który wymaga natychmiastowej pomocy. Rogowska nie tylko wzywa karetkę, ale też walczy o życie nieznajomego, wykonując resuscytację. Po kilku godzinach mężczyzna ją odnajduje i dziękuje za ocalenie. Na Mazury zagląda także Judyta, której Maria w końcu szczerze opowiada o swoim bólu po zdradzie. A później do żony przyjeżdża Artur, błagając o ostatnią szansę... Mateusz znów zabiera Majkę do Grabiny, a na wsi przyjaciółka cały czas prowokuje Mostowiaka i w końcu nawet go całuje. Tymczasem Żak czuje ukłucie zazdrości, gdy Kisielowa wybiera się do lasu ze swoim „adoratorem" – organistą. Robert wpada na sprytny pomysł, jak zniechęcić żonę do kolejnych spacerów z rzekomym rywalem.

eprasa.pl 81c83e7b67

Krzyżówka panoramiczna

włoskie jednostki lekkiej piechoty
dział medycyny
piaskowa
domena dżudoki
włókno na sieci rybackie
ostrzał artyleryjski
brat Amfiona
żywy organizm
ryba morska, płaszczka
droga dla turysty
żył wśród małp
stop żelaza z węglem
autor „Boskiej komedii”
miejsce pracy urzędnika
trująca roślina
uczestnik wielu bitew
Naomi, tenisistka
kawa zbożowa
reklamowany baton
pustelnia, samotnia
świętuje 15.07
nalot na miedzi
torbacz z Australii
„Popiół i ...”
metalowe pręty
miesiąc matur
Nicole, aktorka z USA
operowe pieśni
... Allen, aktorka
okrągła, pszenna bułka
przepływa przez Nantes
szkoda moralna
np. Chińczyk
słodki lub kwaśny
sawanna w Ameryce Południowej
część stołu
bezpieczne schronienie
sąsiad Holendra
grecka litera
rodzaj flaneli
liczman, szton
pora roku muminków
ciało niebieskie

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 14 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Uśmiechnij się!

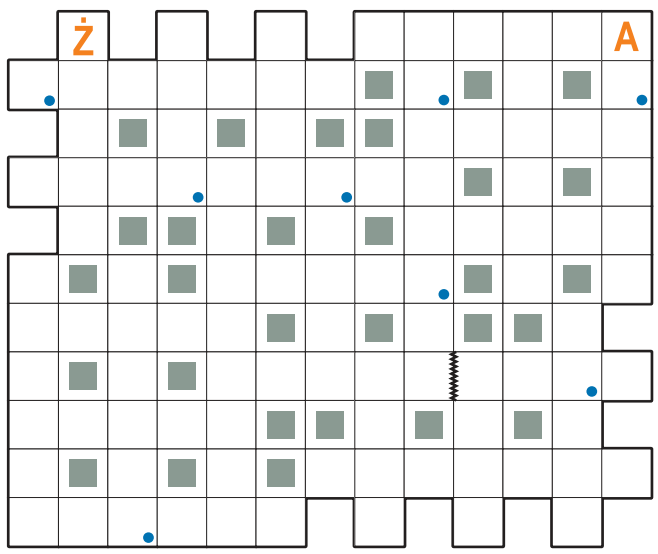
Mężczyzna odbiera telefon. Dzwonią ze szkoły. Nauczycielka mówi: – Pana syn ciągle kłamie! Mężczyzna odpowiada: – Proszę mu powiedzieć, że jest w tym bardzo dobry. – Dlaczego? – ...



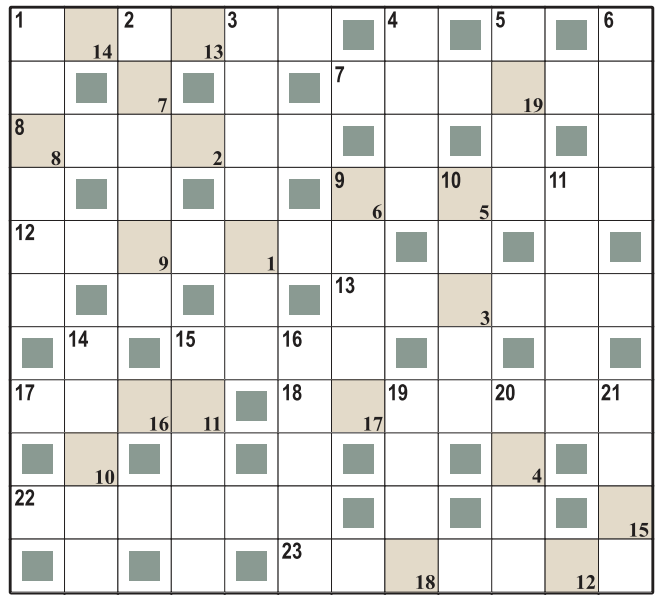
Krzyżówka A-Ż

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) „Przystanek ...” , serial amerykański (6).
B) wielka ilość, różnorodność czegoś (8).
C) osoba z pozoru spokojna, ale potrafiąca zaskoczyć odwagą (5,4).
D) ... mistrza chwali (6).
E) prezydent przed zaprzysiężeniem (5).
F) dźwięk w telewizorze (5).
G) mowa Eurypidesa i Sokratesa (5).
H) wytrzymałość fizyczna i psychiczna (4).
I) wzór do naśladowania (5).
J) Patryk, poseł do Parlamentu Europejskiego (4).
K) „Śmierć jak ... chleba”, film Kazimierza Kutza (6).
L) przyczepa do transportu samochodu (6).
Ł) pod korą topoli (4).
M) składa urządzenia z podzespołów (6).
N) odporny na wiedzę, ignorant (5).
O) doskonały mówca, retor (6).
P) zabawka na sznurku (7).
R) cukier o najwyższej czystości (8).
S) podobno bez butów chodzi (5).
T) Józef, pierwsza miłość Barbary („Noce i dnie”) (9).
U) cieszy sadownika (7).
W) Winnetou dla Apaczów (4).
Z) Biała Dama w zamczysku (5).
Ż) koronkowa ozdoba sukni lub bluzki (5).



Krzyżówka z hasłem

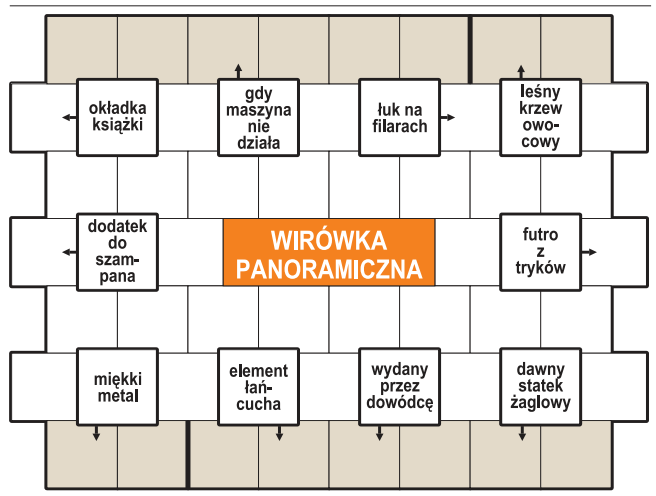


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 19 utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.

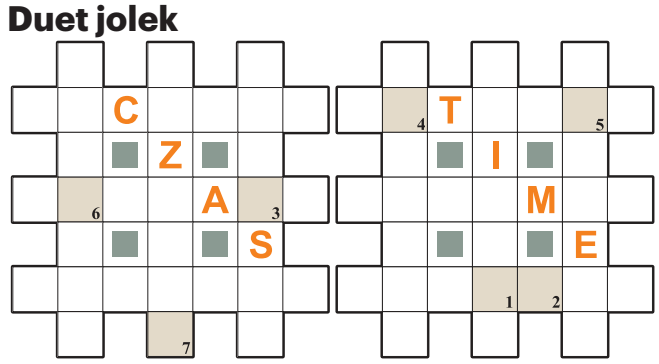
Poziomo:
1) rybna lub ziemniaczana,
7) ... Płaczu w Jerozolimie,
8) lewa lub prawa,
9) taks wśród psów,
12) źródło światła z baterią,
13) pachnie na klombie,
15) krwisty kotlet,
17) mistrz duchowy,
18) bułka z szynką,
22) sejmowa dyskusja,
23) kwadratowe w równaniu.

Pionowo:
1) skorupa ślimaka,
2) kuchenny obrus,
3) Marek, aktor polski,
4) rosyjska zupa rybna,
5) rzymski bożek leśny,
6) zasypka kosmetyczna,
9) młoda owca,
10) auto z Japonii,
11) ptak z koralami,
14) pies pokojowy,
15) zamek błyskawiczny,
16) przed rzutnikiem,
19) żyłka, zacięcie,
20) lew górski,
21) góry z Mont Blanc.



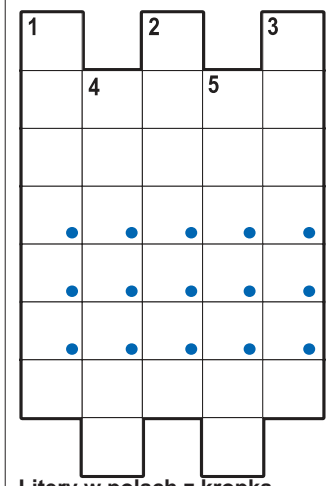
Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.

Duet jolek



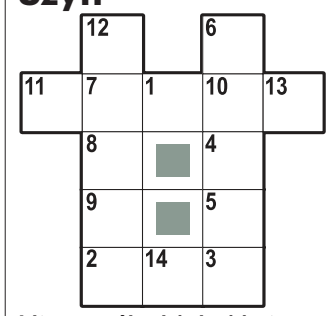
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 7 (w obu diagramach), utworzą rozwiązanie. W przypadkowej kolejności:
– morski łupieżca, kaper
– dawne starania o rękę kobiety
– ... Kłodzka, kraina w Sudetach
– absurd, nonsens
– stan zachwytu
– sojusznicy, sprzymierzeńcy
– formularz z pytaniami
– śpiewanie półgłosem
– linijki tekstu
– pozorny sen w psychiatrii
– przedsionek kościoła
– delikatny, miły w dotyku plusz

Logogryf



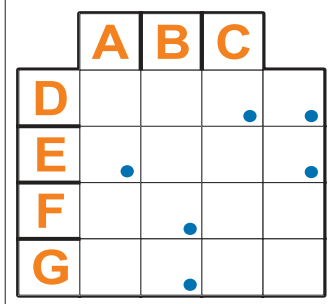
Litery w polach z kropką, czytane kolumnami, utworzą rozwiązanie.
1) zbawca, wybawiciel,
2) Gwyneth, aktorka z USA,
3) największa biała krwinka,
4) popularna gra w karty,
5) aromatyczna przyprawa.

Szyfr



Litery z pól od 1 do 14 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktora.
Poziomo:
11) brat matki,
2) prawy dopływ Rodanu.
Pionowo:
12) długotrwały brak deszczu,
6) w parze z jajkami w menu Anglika.

Joleczka



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
– lekki stop lotniczy
– szeroki, futrzany szal
– jednostka fonetyczna języka
– ręczne narzędzie rolnicze
– twórca dzieła literackiego
– narzędzie rolnicze po orce
– jednolity masyw skalny
– duchowny buddyjski

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: ... bo ja nie mam syna;
krzyżówka A-Ż: palisada;
krzyżówka z hasłem: Rozum jest duszą prawa; **wirówka panoramiczna:** Prawda jest gorzka; **duet jolek:** Chronos;
logogryf: Jasna strona mocy;
szyfr: Jan Kobuszewski;
joleczka: altana.

eprasa.pl 81c83e7b67

KRZYŻÓWKA NR 169

Poziomo:

3) praktyczna nauka zawodu,
6) Edith, francuska piosenkarka („Padam, Padam”),
11) zniżka dla stałego klienta,
12) Janusz, polski muzyk jazzowy, saksofonista i klarnecista,
13) Rainer Maria, poeta austriacki,
14) roślina do majenia, tatarak,
15) odtwarzana przez aktora,
16) uczeń szkoły wojskowej,
17) przygotowuje drinki w lokalu,
18) najwyżej położony punkt na niebie,
19) wesoła, radosna zabawa,
21) gromadzone na twardym dysku,
23) marka napoju gazowanego,
26) pudełko u pasa samuraja,
27) dawniej poważanie, szacunek,
30) aktorka z filmu „Dzikość serca”,
31) św. Krzysztof dla kierowców,
34) ceramiczny materiał ogniotrwały,
38) czekoladowa na torcie,
39) wytwarza ciąg powietrza,
40) Karol, założyciel firmy cukierniczej,
41) zmora początkującego aktora,
42) dziennikarz pracujący w czasopiśmie.

Pionowo:

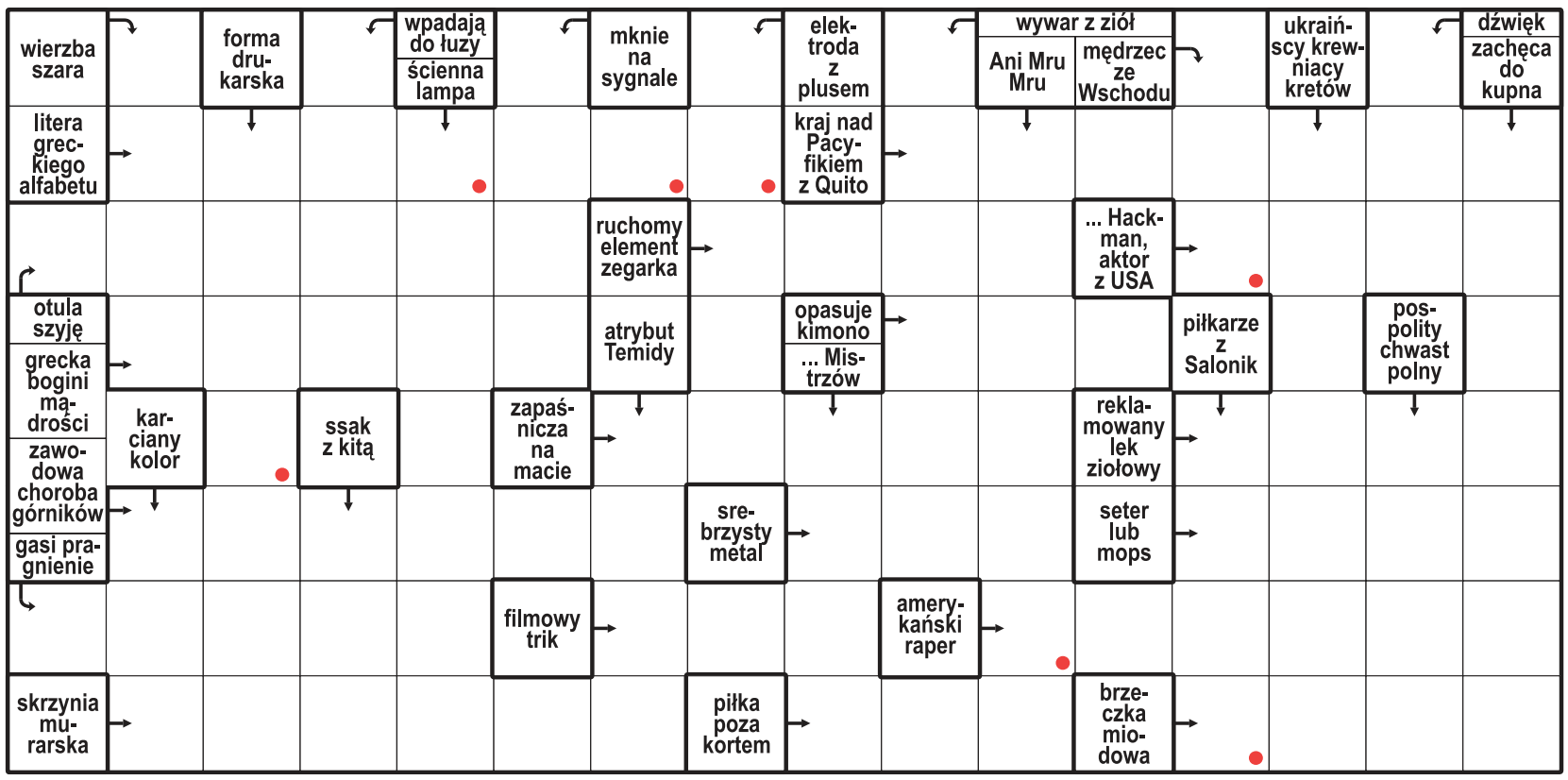
1) gazela z Półwyspu Arabskiego,
2) polowy lub galowy dla żołnierza,
3) zbiór przepisów organizacji,
4) pełzak z nibynóżkami,
5) krzewinka o czerwonych, soczystych jagodach,
6) zdanie pozornie prawdziwe,
7) obraz malowany na desce,
8) oklepany zwrot, komunał,
9) zieleńce w miejscu dawnych fortyfikacji,
10) grecka bogini ogniska domowego,
20) europejska stolica z Bramą Brandenburską,
22) postać z mitologii greckiej zwana „starcem morskim”,
24) dobry lub zły okres życia,
25) egzotyczna przyprawa kuchenna,
28) muza z maską komiczną,
29) słodki owoc tropikalny,
31) ozdobna roślina astrowata,
32) miasto w Hiszpanii z Muzeum Santa Cruz,
33) zimowe ocieplenie, roztopy,
35) komedia Aleksandra Fredry z Papkinem,
36) miejsce gdzie rodzą się plotki,
37) ludowy taniec śląski.

AUTOPROMOCJA 0210990363
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 94 340 11 14

ROZWIĄZANIE NR 168

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KONGRES.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Działaj śmiało, lecz słuchaj intuicji. Horoskop dzienny zapowiada, że mały krok przyniesie duży efekt.

Ryby (19.02 - 20.03)
Spokojne tempo da najlepsze wyniki. Horoskop na dziś mówi, że – nie śpiesząc się – wiele zyskasz.

Baran (21.03 - 19.04)
Rozmowa otworzy drzwi do ciekawej szansy. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi uważnie słuchać.

Byk (20.04 - 20.05)
Domowe sprawy ułożą się lepiej niż sądzisz. Horoskop dzienny sugeruje zachować dziś cierpliwość.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Twoja energia przyciągnie ludzi i dobre okazje. Horoskop na dziś radzi pozostać sobą przez cały dzień.

Rak (22.06 - 22.07)
Porządek pomoże szybciej osiągnąć ważny cel. Horoskop dzienny na poniedziałek mówi, że wszystko się uda.

Lew (23.07 - 22.08)
Harmonia wróci, gdy odpuścisz drobiazgi. Horoskop dzienny radzi postawić na dobry nastrój.

Panna (23.08 - 22.09)
Intuicja wskaże właściwy kierunek. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać swoim odczuciom.

Waga (23.09 - 22.10)
Nowe pomysły dodadzą Ci odwagi. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi wykorzystać sprzyjający moment.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Konsekwencja przyniesie efekt. Horoskop dzienny podpowiada, by trzymać kurs mimo przeszkód.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Kreatywność pomoże rozwiązać problem. Horoskop na dziś to wskazówka, by szukać inspiracji wokół.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Wrażliwość stanie się atutem w relacjach. Horoskop dzienny na poniedziałek radzi okazywać serce i spokój.

eprasa.pl 81c83e7b67