

Empire State Building biało-czerwony.
Robert Lewandowski mistrzem ceremonii **str. 8**



FOT. MATT ROBERTS/SHUTTERSTOCK

Rak płuc to groźny i podstępny przeciwnik. Pierwsze objawy łatwo jest przeoczyć – **str.10**

STRONA
ZDROWIA

Środa,
12.11.2025
Wydanie 1
Nr 262 (24.844)

GŁOS WIELKOPOLSKI

www.gloswielkopolski.pl
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Niższe kontrakty dla lekarzy?
Twierdzą, że to zaszkodzi pacjentom **str. 4**



FOT. KMP NOWY TOMYŚL

Na A2 sceny jak z filmu akcji,
agresywny kierowca poczeka na wyrok w areszcie **str. 5**

Bieg Niepodległości w Poznaniu
z udziałem ponad 11 tysięcy zawodników **str. 16**



FOT. JAN JELIŃSKI

POBIEDZISKA MĘŻCZYŻNA ZRANIŁ NOŻEM FUNKCJONARIUSZKĘ, JEJ PARTNER ŚMIERTELNIE GO POSTRZELIŁ

Zaatakował policjantkę, sam zginął

Agnieszka Nguyen,
Emilia Ratajczak
agnieszka.nguyen@polskapress.pl
emilia.ratajczak@polskapress.pl

W podpoznańskich Pobiedziskach napastnik dźgnął nożem interweniującą policjantkę, a następnie został postrzelony przez jej partnera.

W niedzielę, 9 listopada, około godziny 17 policjanci z Pobiedzisk interweniowali w jednym z domów jednorodzinnych. Mieszkańcy poprosili policję o pomoc w okieźnaniu kłopotliwego gościa. - Ze zgłoszenia wynikało, że do młodej ko-



FOT. KMP POZNAN

Policjanci interweniowali na wezwanie mieszkańców domu

biety przyszedł jej znajomy. Podczas spotkania stał się agresywny. Domownicy chcieli pomocy policjantów - informuje mł. insp. Andrzej Borowiak, rzecznik wielkopolskiej policji.

Po przyjeździe funkcjonariuszy na miejsce napastnik dźgnął nożem interweniującą policjantkę w tył głowy. - Dźgnął ją również w klatkę piersiową. Ochroniła ją kamizelka kuloodporna. Jej partner użył broni służbowej - dodaje mł. insp. Andrzej Borowiak.

Jak zaszczepił rzecznik wielkopolskiej policji, ciosy dużym nożem kuchennym zostały zadane z taką siłą, że nóż się złamał.

Postrzelony mężczyzna zginął na miejscu. Miał 39 lat. Nóż, którym się posługiwał został zabezpieczony.

Na miejsce zdarzenia przybył prokurator, a także zespoły kontrolne z Komendy Wojewódzkiej Policji w Poznaniu i Komendy Głównej Policji. Jak zaznaczył mł.insp. Andrzej Borowiak, to standardowe postępowanie w podobnych sytuacjach.

Ranna policjantka trafiła do szpitala. Tam opatrzono jej ranę głowy, a także wykonano badanie tomograficzne głowy. Po kilku godzinach została wypisana do domu.

Czytaj str. 5

ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

Wielkopolanie mimo deszczowej pogody wyszli świętować na najpopularniejszą poznańską ulicę str. 2-3



FOT. ADAM JASTRZĘBOWSKI

W tym roku nie było tradycyjnego korowodu na ulicy Święty Marcin. Zamiast tego organizatorzy zorganizowali Imieninowe Miasteczko, w obrębie którego odbył się Orszak Świętego Marcina, a także liczne atrakcje, m.in. warsztaty, koncerty, animacje i kiermasze

ŚWIAT

Social media nie dla dzieci poniżej 15 lat

Dania ogłosiła porozumienie w sprawie zakazu dostępu do mediów społecznościowych dla osób poniżej 15. roku życia. Uruchomi aplikację weryfikującą wiek użytkowników. Czytaj str. 8

Zdrowie

W sanatorium drinka nie wypijesz.
Ministerstwo chce zmian już od 1 stycznia 2026 roku **str. 11**

Nr ISSN 2353-6179

Nr indeksu 350-281



Tak świętowaliśmy w Poznaniu Imieniny Ulicy Święty Marcin, a także Święto Niepodległości

Maciej Szymkowiak
maciej.szymkowiak@polskapress.pl

Pogoda nie dopisała. Było szaro i deszczowo przez cały dzień, a jednak nie zniechęciło to poznaników i turystów. Na obchodach bawił się tłum.

Ulica Święty Marcin w Poznaniu w dniu swoich imienin od godz. 11 już tętniła życiem. Wówczas rozpoczęło się jedno z najbardziej charakterystycznych wydarzeń w kalendarzu miejskim, które co roku przyciąga turystów, a mieszkańców łączy poprzez wspólne świętowanie. Tłumy poznaników i turystów spacerowały po ulicy, zając się rogalami świętomarciniakami i uczestniczyły w licznych atrakcjach przygotowanych na cały dzień.

Impreza masowa po raz pierwszy w historii

W tym roku obchody Imienin Ulicy Święty Marcin rozciągały się od placu Adama Mickiewicza aż po Centrum Kultury Zamek. Po raz pierwszy zorganizowano wydarzenie - na sugestię policji - w formie imprezy masowej. To oznaczało, że aby wejść na teren Imieninowego Miasteczka, choć można było zrobić to bezpłatnie przez jedną z czterech bram (od ulic Kościuszki, Taylora, Fredry i auli UAM), najpierw było trzeba przejść kontrolę bezpieczeństwa.

Wewnątrz miasteczka panował iście festynowy klimat. Rodziny z dziećmi uczestniczyły w warsztatach plastycznych, najmłodsi bawili się w specjalnej strefie malucha, a dorośli zatrzymywali się przy scenach, gdzie grano mu-



W tym roku strefę świętowania zamieniono w Imieninowe Miasteczko, które rozciągało się od placu Adama Mickiewicza po CK Zamek

zykę na żywo. Na scenie przy parku Adama Mickiewicza przez cały dzień występowali artyści reprezentujący różne gatunki muzyczne. Wśród nich znaleźli się m.in. Kubeus, Grupa Torpedo, Cinnamon Gum, Krzysztof Antkowiak, a wieczór zwieńczył koncert legendy polskiej sceny rockowej - Małgorzaty Ostrowskiej.

W Atrium Zamku działała strefa „Dobroczyni! Dobro-

czyniel!”, w której organizacje pozarządowe zachęcały do wspierania potrzebujących i dzielenia się dobrem w duchu patrona ulicy, Świętego Marcina.

Orszak Św. Marcina

Orszak Świętego Marcina (Interdyscyplinarna Grupa Teatralna Asocjacja 2006) wyruszył o godz. 13. Było można zobaczyć ludzi w przebraniach. Jednym z nich był Święty Mar-

cin. Pół godziny później prezydent Poznania symbolicznie przekazał klucz do miasta Świętemu Marcinowi na scenie przy parku Adama Mickiewicza.

Obchody Święta Niepodległości

Odbyły się z kolei na pl. Wolności. Na scenie pojawiły się orkiestry: Orkiestra Miasta Poznania przy MPK oraz Orkiestra Reprezentacyjna Sił Po-

wietrznych, które wprowadziły uczestników w podniosły nastrój. Po apelu przez plac przeszła defilada z udziałem żołnierzy, służb mundurowych oraz grup rekonstrukcyjnych. Wydarzenie, jak co roku, przyciągnęło wielu mieszkańców, którzy przyszli uczcić 107. rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. Na wszystkich uczestników czekała również wojskowa grochówka i porcja tradycyjnej gęsin.

Świętowanie wieńczył koncert marszałkowski w Teatrze Wielkim, czyli „Pieśni Moniuszki - Kameralnie”. Kierownik muzyczny koncertu, Andrei Yakushau, zaproponował świeże spojrzenie na dorobek kompozytora. W interpretacji Magdaleny Nowackiej, Piotra Friebe i Jaromira Trafankowskiego zabrzmiały m.in. „Prząśniczka”, „Pieśń wieczorna”, „Tren III”, „Groźna dziewczyna”, „Krakowiacek”.



Na pl. Wolności odbyły się uroczystości związane ze Świętem Niepodległości



Mimo braku korowodu, Święty Marcin otrzymał swój klucz od prezydenta Poznania



Nie brakowało też podczas obchodów atrakcji dla miłośników warsztatów, teatru i pokazów ulicznych



To właśnie 11 listopada zjadamy najchętniej i najwięcej rogalu świętomarcińskiego w skali całego roku



Na scenie przy parku Adama Mickiewicza przez cały dzień występowali muzycy. Na zdjęciu Cinnamon Gum

Zamów prenumeratę

Głos Wielkopolski ☎ 61 333 22 60
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gloswielkopolski.pl

REDAKTORZY DYŻURNI

Widziałeś/łaś coś ciekawego? Chcesz tym się z nami podzielić? Zadzwoń do redaktora dyżurnego w wybranym mieście lub wyślij e-mail na wydawca@glos.com

Poznań: Chrystian Ufa – 61 860 60 82
Piła: Martin Nowak – 797 607 926
Kalisz: Mariusz Kurzajczyk – 502 499 351
Leszno: Dariusz Staniszewski – 601 505 094

Pogoda w regionie

Poznań Dzień: 11°C Noc: 3°C Barometr: 1020 hPa Wiatr: 14-25 km/godz. Biomet: korzystny	Kalisz Dzień: 11°C Noc: 5°C	Leszno Dzień: 11°C Noc: 3°C	Piła Dzień: 10°C Noc: 3°C
--	--	--	--

Do piątku będzie raczej słonecznie i sucho. W weekend pogoda się zepsuje

MATERIAŁ INFORMACYJNY PGNiG OBRÓT DETALICZNY, GRUPA ORLEN

0011429311

Jak efektywnie korzystać z gazu i płacić mniej za ogrzewanie

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

Jak przygotować dom do sezonu grzewczego?
Zanim uruchomisz ogrzewanie na pełną moc, warto zadbać o kilka kwestii technicznych i organizacyjnych. Pozwolą one utrzymać ciepło w domu, zwiększyć sprawność instalacji i uniknąć niepotrzebnych strat. Jak to zrobić?
Sprawdź, gdzie ucieka ciepło – stare okna, nieszczelne drzwi czy źle ocieplone ściany mogą zwiększać rachunki nawet o kilkanaście procent. Dlatego uszczelnij okna i drzwi gumowymi uszczelnikami, nie zasłaniaj grzejników meblami czy grubymi firanami i rozważ montaż mat odbijających ciepło za grzejnikami.
Zadbaj o instalację i kocioł – zanim zaczniesz sezon, warto wykonać przegląd instalacji gazowej i serwis kotła. Regularne czyszczenie filtrów, kontrola palników i sprawdzenie ciśnienia w instalacji poprawiają jej wydajność i bezpieczeństwo. Nawet cienka warstwa osadu na wymienniku może obniżyć efektywność kotła o kilka procent.
Wietrz krótko, ale skutecznie – zamiast trzymać okno uchylone



przez godzinę, lepiej otworzyć je szeroko na kilka minut. Pozwoli to wymienić powietrze bez wychładzania ścian i mebli.
Nie przegrzewaj pomieszczeń – ustaw odpowiednią temperaturę osobno dla sypialni, łazienki czy salonu. Pamiętaj, że każdy stopień mniej na termostacie to nawet 6% oszczędności na rachunku za ogrzewanie.
Kontroluj zużycie – regularne spisywanie licznika i porównanie odczytów z danymi z poprzednich sezonów to sposób, by zauważyć, czy coś działa mniej efektywnie niż dotąd (np. szczelność okien czy zła regulacja kotła). Warto też pamiętać o udostępnieniu licznika pracownikowi Operatora Systemu Dystrybucyjnego (OSD) – umożliwia to dokładny odczyt i zakwalifikowanie do odpowiedniej grupy taryfowej. Brak aktualnego odczytu może skutkować zawyżonymi lub za-

niżonymi prognoząmi, co z kolei może przełożyć się na dotkliwą dopłatę na koniec okresu rozliczeniowego.
Jakie rozliczenie jest korzystniejsze? Rzeczywiste zużycie czy prognozy?
Jednym z najczęstszych powodów nieporozumień wokół rachunków za gaz jest sposób rozliczania. Wiele osób nie wie, czym różni się rozliczenie rzeczywiste od prognozowanego i jak to wpływa na faktury za gaz.
Czym jest rozliczenie prognozowane?
To model rozliczenia, w którym dostawca szacuje Twoje roczne zużycie gazu na podstawie zużycia z poprzednich lat, dzieli je równomiernie na 12 lub 6 miesięcy do przodu, wystawiając faktury prognozowane o podobnej wysokości. Na koniec usta-

lonego okresu rozliczeniowego następuje rozliczenie końcowe uwzględniające realne zużycie i dokonane płatności za prognozy – może więc pojawić się nadpłata lub niedopłata.
Czym jest rozliczenie rzeczywiste?
W tym przypadku płacisz za gaz na podstawie faktycznego odczytu licznika – zgłaszanego (np. w eBOK). Najpopularniejsza opcja to taryfa 12T, w której rachunek jest wystawiany co miesiąc za rzeczywiste zużycie. Zaletą tej opcji jest, że płacisz wyłącznie za faktycznie zużyty gaz, bez ryzyka dopłaty przy fakturze rozliczeniowej. Trzeba jednak pamiętać, że w sezonie grzewczym, gdy zużycie rośnie, faktury mogą być zauważalnie wyższe niż w pozostałych miesiącach. Bez względu na to, czy wybierasz rozliczenia na podstawie prognoz czy rzeczywistego zużycia – w całym okresie rozliczeniowym zapłacisz tę samą kwotę. Różnica polega wyłącznie na tym, jak ta kwota jest rozdzielona pomiędzy poszczególne rachunki.
Grupy taryfowe – co warto wiedzieć?
Jako odbiorca gazu, jesteś przypisany do określonej grupy taryfowej przez swojego operatora. Nie musisz wybierać jej samodzielnie – to sprzedawca gazu przypisuje do niej odbiorcę na podstawie rocznego zużycia gazu, mocy przyłączeniowej czy

częstotliwości odczytów licznika. W przypadku PGNiG OD, Grupa ORLEN podział wygląda następująco:
W-1 – to najczęściej odbiorcy, którzy korzystają wyłącznie z kucharek gazowych,
W-2 – oznacza nieco większe zużycie, np. gotowanie i ogrzewanie wody. Coraz częściej w tej grupie znajdują się też odbiorcy, którzy wykorzystują gaz razem z instalacją fotowoltaiczną do ogrzewania domu,
W-3 – to grupa, gdzie kwalifikowani są odbiorcy używający gazu do gotowania, podgrzewania wody i ogrzewania domu.
To, co możesz wybrać, to częstotliwość rozliczeń (np. co 6 lub 12 miesięcy) lub wspomnianą taryfę 12T, w której rozliczasz się co miesiąc na podstawie rzeczywistego zużycia gazu.
Warto pamiętać, że grupa taryfowa nie wpływa na cenę jednostkową gazu – różnice dotyczą głównie częstotliwości rozliczeń i sposobu wystawiania faktur.
Dlaczego warto regularnie podawać stan licznika?
Podanie aktualnego stanu licznika to jeden z najprostszych sposobów, by uniknąć dużych korekt, mrożenia gotówki czy niespodzianek w postaci dopłat przy rozliczeniu. Dlatego warto:
• samodzielnie podawać odczyt co miesiąc (np. przez eBOK),

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

Co zrobić jeszcze, by zmniejszyć rachunki za gaz?
Oprócz właściwej taryfy i przygotowania instalacji istnieje cały zestaw działań, które mogą pomóc ograniczyć zużycie i zmniejszyć koszty – zwłaszcza teraz, w sezonie grzewczym.
Utrzymuj termostaty i zegary grzewcze w odpowiedniej konfiguracji: Zastosowanie w domu termostatów z programatorem pozwala dostosować temperaturę do trybu życia gospodarstwa (niższa nocą i podczas nieobecności mieszkańców, wyższa w strefie dziennej) – każdy stopień w dół to realna oszczędność.
Rozważ termomodernizację: Jeśli masz możliwość np. ocieplenia domu czy wymiany kotła na taki o sprawności powyżej 90-95%, to inwestycja ta przełoży się na mniejsze zużycie gazu, a co za tym idzie – niższe rachunki.
Efektywne korzystanie z gazu to połączenie świadomego zarządzania zużyciem, dbałości o instalację i znajomości zasad rozliczania. Warto poświęcić chwilę, by sprawdzić taryfę, przygotować dom do sezonu grzewczego i regularnie kontrolować licznik – bo to właśnie te proste działania najczęściej przekładają się na realne oszczędności.

MINISTERSTWO ZDROWIA CHCE OGRANICZYĆ STAWKI LEKARZY NA KONTRAKTACH DO 48 TYS. ZŁOTYCH

Lekarze na kontraktach zarobią mniej? „To ryzykowne i szkodliwe dla pacjentów”

Sylwia Rycharska
sylwia.rycharska@polskapress.pl

Według założeń ministerstwa, zatrudnieni w oparciu o kontrakty mieliby otrzymywać miesięcznie maksymalnie około 40 tys. zł brutto, w wyjątkowych sytuacjach - 48 tys. zł brutto.

Jak podkreśla Ministerstwo Zdrowia ta propozycja to punkt wyjścia do dyskusji, ale i tak wywołała burzę.

Z danych Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji (AOTMiT) wynika, że około 73 proc. lekarzy ze specjalizacją pracuje na kontraktach. Mediana wartości kontraktu lekarza specjalisty wynosiła 24,6 tys. zł miesięcznie (dla jednej umowy), podczas gdy mediana pensji lekarzy na etacie to ok. 21,5 tys. zł miesięcznie.

Jednak niewielka grupa specjalistów (według AOTMiT około 1 proc.) ma kontrakty na sumy od 100 do 300 tys. zł miesięcznie. Jeszcze w lipcu prezes AOTMiT,

Daniel Rutkowski, szacował dla Rynku Zdrowia, że w Polsce jest od 450 do 500 lekarzy, których pensje przekraczają 100 tys. zł w przeliczeniu na etat. Z kolei prezes Naczelnej Izby Lekarskiej ocenił tę grupę na około 200-250 osób.

Pomysł wprowadzenia limitów płac dla lekarzy spotkał się z ostrą krytyką ze strony Ogólnopolskiego Związku Zawodowego Lekarzy. Organizacja ocenia taki krok jako niezgodny z prawem i szkodliwy dla funkcjonowania systemu ochrony zdrowia.

Związkowcy alarmują, że wyznaczenie górnego pułapu wynagrodzeń może naruszać zasady konstytucyjne i zniechęcić specjalistów do podejmowania pracy w publicznych placówkach. To z kolei mogłoby jeszcze bardziej pogłębić problem niedoboru kadry medycznej.

OZZL ostrzega również, że skutkiem proponowanych zmian może być osłabienie dostępności świadczeń oraz spadek jakości leczenia – lekarze mogliby bowiem jeszcze chę-



Niższe kontrakty to dłuższe kolejki - uważa dr Kordel

niej wybierać sektor prywatny, gdzie nie obowiązują takie ograniczenia. Również prezes Naczelnej Rady Lekarskiej, Łukasz Jankowski, zwrócił uwagę na brak odpowiedniego dialogu między resortem a lekarzami.

W dyskusję dotyczącą ewentualnego ograniczania wynagrodzeń w ochronie zdrowia włączają się również wielkopolskie placówki. Podkreślają, że temat wymaga precyzyjnych rozwiązań, a nie politycznych uproszczeń.

Piotr Reiter, wiceprezes Zarządu Szpitala w Puszczykowie, zaznacza, że podstawowym punktem wyjścia powinno być zapewnienie medykom godnych płac. - Zacząć należy od tego, że za wykonaną pracę należy się godne wynagrodzenie. Praca lekarzy i pielęgniarek odbywa się w warunkach permanentnego niedoboru, co ma wpływ na kształtowanie się poziomu wynagrodzeń - podkreśla.

Jak dodaje, odpowiedzialność zarządów szpitali polega na racjonalnym gospodarowaniu w granicach obowiązujących przepisów. Jego zdaniem obecna debata wokół maksymalnych wynagrodzeń zawiera wiele niejasności. - Odnosimy wrażenie, że trwająca obecnie dyskusja ma charakter polityczny, co ważne - w oparciu o nie do końca sprecyzowane założenia, na bardzo wysokim poziomie uogólnienia - ocenia Reiter.

Magdalena Kunciewicz, dyrektor SPZOZ MSWiA w Poznaniu, zwraca uwagę, że system fi-

nansowania ochrony zdrowia obciążony jest wieloma innymi problemami, a obecny model regulowania płac jest jej zdaniem niewłaściwy. - Chciałabym, żeby wybrzmiało, że jako dyrektor szpitala bardzo źle oceniam obecne regulacje dotyczące wynagrodzeń, ale chciałabym przestrzec przed regulacjami regulacji... - wskazuje. - Samo regulowanie wynagrodzeń ustawami jest niezdrowe z perspektywy każdej działalności gospodarczej. Odnosząc się do kontrowersyjnego pomysłu maksymalnych stawek dla lekarzy na kontraktach, przestrzega przed długofalowymi skutkami takich decyzji. - Zastosowanie sufitu w postaci maksymalnego wynagrodzenia spowoduje w przeciągu 2-3 lat spadek jakości. Mistrzowie w swoim fachu przestaną się starać, a przeciętni staną się jeszcze bardziej przeciętni - ocenia.

- Dlaczego w poszukiwaniu środków w ogóle nie mówi się na przykład o systemie opodatkowania pracy lekarzy, okroje-

niu koszyka świadczeń czy współfinansowania świadczeń przez ubezpieczonych?

Dr Krzysztof Kordel, prezes Wielkopolskiej Izby Lekarskiej, który ocenił propozycję resortu jako ryzykowne i szkodliwe dla pacjentów. Ostrzega, że wprowadzenie limitów wynagrodzeń oraz ograniczenie możliwości pracy w wielu placówkach może doprowadzić do jeszcze większych braków personelu. Jak tłumaczy, najwyższe stawki osiągają najczęściej specjaliści pracujący w trybie B2B nawet 300-400 godzin miesięcznie. Co więcej, jest to niewielka grupa ekspertów w dziedzinach, gdzie niedobory kadrowe są szczególnie dotkliwe. Ograniczenie wynagrodzeń tej grupy - zdaniem prezesa - przełożyłoby się bezpośrednio na dłuższe kolejki.

- Jeśli ograniczona zostanie liczba procedur, by zmniejszyć ich wynagrodzenie, pacjenci na operację będą musieli czekać jeszcze dłużej niż obecnie - zaznacza dr Kordel.

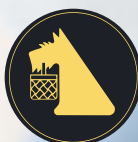
AUTOREKLAMA

0011424650

GŁOS WIELKOPOLSKI

do kupienia
także
w sieci

Netto



Zaatakował policjantkę. Był notowany za atak na ratowników

Emilia Ratajczak
emilia.ratajczak@polskapress.pl

W niedzielne popołudnie w podpoznańskich Pobiedziskach 39-letni mężczyzna zaatakował nożem policjantkę, a drugi funkcjonariusz postrzelił agresora. Ten był już wcześniej notowany.

Zaatakowana policjantka została zraniona w tył głowy, przed poważniejszymi obrażeniami uchroniła ją kamizelka kuloodporna. Napastnik zadał cios z taką siłą, że ostrze noża się na niej złamało.

Postrzelony przez drugiego policjanta 39-latek zginął na miejscu.

Z relacji policji wynika, że mężczyzna miał pochodzić z Gniezna i był już wcześniej znany organom ścigania.

- Był notowany za atak na ratowników medycznych i za załamanie sądowego zakazu. Ustalamy szczegóły, musimy dotrzeć do materiałów sądowych - przekazał rzecznik wielkopolskiej policji, mł. inspektor Andrzej Borowiak.



Policjantów wezwali mieszkańcy domu, gdy poczuli się zagrożeni obecnością 39-latka

Głos na temat tragicznych wydarzeń w domu jednorodzinnym zabrał burmistrz miasta gminy Pobiedziska, Ireneusz Antkowiak.

- Oczywiście, tak jak każdy mieszkaniec, byłem zaskoczony tą sytuacją, bo to jest spokojne miasteczko, tu niewiele się

dzieje, jeśli chodzi o sprawy bezpieczeństwa - mówił telewizji Polsat. Podkreślał też, że okoliczni mieszkańcy stoją murem za interweniującymi policjantami. - Każdy z nas mógłby się znaleźć w takiej sytuacji. Kiedy wzywamy policję, policja przyjechała wykonywać

obowiązki, a tu nagle ktoś w naszym domu wyciąga nóż i atakuje policjantkę. To jest sytuacja nietypowa, dlatego mieszkańcy w swoich ocenach są po stronie policji, co wcale tak często się nie zdarza kiedy widzimy inne sytuacje w kraju - wyjaśnił burmistrz.

Ukradł samochód, jechał pod prąd po A2 i pogryzł policjantów

Maciej Szymkowiak
maciej.szymkowiak@polskapress.pl

Na autostradzie A2 w okolicach Nowego Tomyśla kierowca wjechał na drogę ekspresową pod prąd, doprowadził do zderzenia po kolizji próbował ukraść samochód i zaatakował policjantów.

Jak ustalili funkcjonariusze Komendy Powiatowej Policji w Nowym Tomyślu, kierujący Oplem Astrą na niemieckich tablicach rejestracyjnych obywatel Mołda-

wii wjechał pod prąd na autostradę A2. Po przejechaniu kilkuset metrów zderzył się z Audi Q8, w którym podróżowała trzyosobowa rodzina. Na szczęście nikt nie odniósł poważniejszych obrażeń. Po przybyciu policjantów sytuacja jeszcze się zaogniła. Za trzymany mężczyzna atakował funkcjonariuszy, a podczas transportu do jednostki policji uderzył głową w twarz jednego z nich, kopnął drugiego po głowie i ugryzł w rękę. Następny kwartał spędzi w areszcie



Agresywnemu kierowcy grozi od 3 miesięcy do nawet 5 lat pozbawienia wolności

MATERIAŁ INFORMACYJNY FUNDACJA OKULISTYKA 21, POZNAN

0311423479

Retinopatia Cukrzycowa: co każdy cukrzyk powinien wiedzieć?

Prof. dr hab. med. Andrzej Grzybowski
Katedra Okulistyki,
Uniwersytet
Warmińsko-Mazurski, Olsztyn
Kierownik Instytutu
Okulistycznych Badań
Naukowych, Fundacja
Okulistyka21, Poznań

Retinopatia cukrzycowa (RC) jest jednym z najpoważniejszych powikłań cukrzycy, stanowiąc główną przyczynę utraty wzroku u osób w wieku produkcyjnym. Choroba ta rozwija się w wyniku uszkodzenia naczyń krwionośnych siatkówki - kluczowej struktury oka odpowiedzialnej za odbiór bodźców wzrokowych. Artykuł omawia epidemiologię, czynniki ryzyka, objawy kliniczne oraz znaczenie profilaktyki i leczenia retinopatii cukrzycowej.

Epidemiologia i skala problemu

Na świecie na cukrzycę choruje około **463 miliony osób**, a liczba ta ma wzrosnąć do **700 milionów do 2045 roku**. Szacuje się, że **jedna trzecia** z nich ma objawy retinopatii cukrzycowej, a u około **93 milionów** choroba jest już rozwinięta. Spośród nich **28 milionów** osób doświadcza zaawansowanej postaci zagrażającej widzeniu. W Polsce na cukrzycę choruje około **3 miliony osób**, z czego większość stanowią pacjenci z cukrzycą typu 2. Retinopatia cukrzycowa dotyczy

60–80% chorych z cukrzycą typu 1 oraz 20–40% z cukrzycą typu 2. Dane te wskazują na znaczną skalę problemu zdrowotnego w kraju.

Czynniki ryzyka

Najważniejszym czynnikiem ryzyka jest **czas trwania cukrzycy** - im dłużej trwa choroba, tym większe ryzyko wystąpienia zmian w siatkówce. Istotne znaczenie ma również **kontrola glikemii** - utrzymywanie stabilnego poziomu glukozy we krwi ($HbA_{1c} < 7\%$) ogranicza uszkodzenie naczyń. Do innych kluczowych czynników należą **nadciśnienie tętnicze, dyslipidemia, palenie tytoniu oraz brak aktywności fizycznej**. Czynniki genetyczne mogą również wpływać na indywidualną podatność na rozwój RC, choć ich mechanizmy nie są w pełni poznane.

Objawy kliniczne

Retinopatia cukrzycowa rozwija się często bezobjawowo przez wiele lat, dlatego jej wczesne wykrycie wymaga regularnych badań okulistycznych. W miarę postępu choroby pojawiają się:

- **zamazane widzenie** i trudności w czytaniu,
- **mroczki i plamy w polu widzenia**,
- **zaburzenia rozpoznawania kolorów**,
- **utrata pola widzenia**,
- a w zaawansowanych przypadkach - **nagła utrata wzroku**.

Częstym powikłaniem jest **obrzęk plamki (makulopatia cukrzycowa)**, który znacząco pogarsza ostrość widzenia centralnego.

Postęp choroby

Retinopatia cukrzycowa przebiega przez kilka stadiów - od wczesnych mikroskopowych zmian po proliferację nowych, kruchych naczyń krwionośnych, co prowadzi do krwotoków, włóknienia i odwarstwienia siatkówki. W zaawansowanej fazie konieczne jest leczenie specjalistyczne.

Profilaktyka i leczenie

Kluczowe znaczenie mają:

- **utrzymywanie prawidłowego poziomu glukozy**,
- **kontrola ciśnienia tętniczego i lipidów**,
- **oraz coroczne badania okulistyczne**.

U pacjentów z cukrzycą typu 1 badania zaleca się rozpoczynać po 5 latach od rozpoznania, a u chorych z typem 2 - już w momencie diagnozy. W leczeniu stosuje się **fotokoagulację laserową, iniekcje anty-VEGF** w przypadku obrzęku plamki oraz **witrekтомиę** w razie krwotoków do ciała szklanego. Metody te skutecznie hamują progresję choroby i poprawiają jakość życia pacjentów.

Znaczenie edukacji

Autor podkreśla, że **edukacja pacjentów** w zakresie samokon-

troli glikemii, zdrowego stylu życia i potrzeby regularnych badań jest niezbędna, aby skutecznie ograniczyć ryzyko utraty wzroku. Wiedza i współpraca pacjenta z zespołem medycznym są kluczowe dla długoterminowego sukcesu terapeutycznego.

Wnioski

Retinopatia cukrzycowa pozostaje poważnym problemem zdrowia publicznego. Wczesna diagnostyka, kompleksowa kontrola metaboliczna i edukacja pacjentów stanowią podstawę skutecznej profilaktyki. Nowoczesne terapie, wspierane przez rozwój technologii okulistycznych, umożliwiają coraz skuteczniejsze leczenie i poprawę jakości życia osób z cukrzycą.

Fundacja Okulistyka 21 prowadzi obecnie drugą edycję „Programu Profilaktyki retinopatii cukrzycowej w województwie wielkopolskim”, który jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków EFS+ oraz budżetu Państwa w ramach Programu Operacyjnego Fundusze Europejskie dla Wielkopolski na lata 2021-2027. W naszym projekcie założyliśmy współpracę z poradniami diabetologicznymi oraz poradniami POZ na terenie całej Wielkopolski. Wykorzystujemy też mobilny gabinet okulistyczny „Retinobus”, aby z programu

skorzystać mogła jak największa liczba pacjentów cierpiących na cukrzycę.

W ramach udziału w projekcie zapewniamy dostęp do bezinwazyjnego, szybkiego badania dna oka wykonywanego automatyczną fundus kamerą. Badanie nie wymaga rozszerzenia zrenicy, co umożliwia późniejsze normalne funkcjonowanie pacjenta. Następnie zdjęcie dna oka jest analizowane przez algorytm sztucznej inteligencji, który bardzo dokładnie rozpoznaje retinopatię cukrzycową. Stosowane algorytmy są zarejestrowane na terenie EU jako urządzenia medyczne oparte na sztucznej inteligencji. Projekt jest największym tego typu badaniem w Europie i pierwszym w Polsce. Grant UE zapewnia nam środki dla Poradni oraz osób wykonujących badania. Opis projektu oraz informacje dla pacjentów znajdują się na stronie: <https://retinopatiacukrzycowa.pl/>

Lista podmiotów uczestniczących w programie:

1. Lekarska Praktyka Prywatna Krystyna Pawlaczyk-Adamczak - osiedle Wieniawa 58, 64-100 Leszno
2. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Kępnie - ul. Szpitalna 7, 63-600 Kępno

3. Wojewódzki Szpital Zespolony w Koninie - ul. Szpitalna 45, 62-504 Konin
4. Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „ZDROWIE” - ul. Kopernika 19A, 62-240 Trzemeszno
5. GOMED - ul. Przy Dworcu 8A, 63-800 Gostyń
6. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Obornikach - ul. Szpitalna 2, 64-600 Oborniki
7. Przychodnia Podstawowej i Specjalistycznej Opieki Zdrowotnej „ESKULAP” - ul. Dworcowa 4, 63-500 Ostrzeszów
8. Przychodnia Lekarska POZ - Ambulatorium Jędruszcak - ul. Wrzesińska 28, 62-200 Gniezno
9. Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Krotoszynie - ul. Młyńska 2, 63-700 Krotoszyn
10. Szpital Miejski im. F. Raszei w Poznaniu - ul. Mickiewicza 2, 60-834 Poznań
11. NOVAMED Czerniejewo - ul. Pałacowa 40, 62-250 Czerniejewo
12. Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Turku - ul. Poduchowne 1, 62-700 Turek
13. Wojewódzki Szpital Wielospecjalistyczny im. dr. Jana Jonstona w Lesznie - ul. Jana Kiepury 45, 64-100 Leszno



Fundusze Europejskie dla Wielkopolski



Rzeczpospolita Polska

Dofinansowane przez Unię Europejską



SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA WIELKOPOLSKIEGO

POLSKA i ŚWIAT

KRÓTKO

POWIAT WEJHEROWSKI

Dwie osoby zginęły, jedna ranna

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

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

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

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

DOLNY ŚLĄSK

Pod Wrocławiem resztki Muru



FOT. MICHAŁ PERZANOWSKI / POLSKA PRESS

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

POLITYKA

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

„

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

Abp Wojciech Polak, prymas Polski

Polacy w całym kraju obchodzili Święto Niepodległości

Oprac. Karolina Wrońska
Warszawa

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

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

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

Prezydent wręczył odznaczenia

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

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

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



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

W całym kraju świętowano wczoraj Dzień Niepodległości

Centralne uroczystości Święta Narodowego

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

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

bunału Konstytucyjnego Bogdan Święczkowski.

Premier Donald Tusk obchodził Święto Niepodległości w Gdańsku.

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

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

o awanse żołnierzy i funkcjonariuszy).

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

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

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

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

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

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

Bieg Niepodległości

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

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

AUTOREKLAMA

Jesień

to dobry czas na odkrywanie

0011430402

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

stronapodrozy.pl/przewodnik

RAK JĄDRA – CHOROBA MŁODYCH MĘŻCZYZN, O KTÓREJ TRZEBA MÓWIĆ GŁOŚNO

Listopad to miesiąc, w którym szczególnie dużo mówi się o zdrowiu mężczyzn – wszystko za sprawą kampanii Movember. To właśnie w tym czasie rośnie zainteresowanie profilaktyką nowotworową, a tematy takie jak rak jądra przestają być tabu.

W najnowszym odcinku podcastu „Głos Zdrowia”, w ramach naszej akcji Bieg Dla Jaj, **dr Wojciech Burchardt** dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem w leczeniu tej choroby.

- Raki jądra są wyjątkowymi nowotworami pod tym względem, że większość z nich ma podtyp germinalny, czyli pochodzenia zarodkowego – tłumaczy dr Burchardt, onkolog i radioterapeuta. To właśnie dlatego choroba najczęściej rozwija się między 20. a 40. rokiem życia, a nie – jak w przypadku wielu innych nowotworów – w późniejszych dekadach życia.

Jednym z najważniejszych czynników ryzyka jest wnętrostwo, czyli nieprawidłowe zejście jąder do moszny w okresie rozwoju płodowego. - Jeśli tak się nie stało, wymaga to zabiegu urologicznego – mówi specjalista. Inne czynniki to m.in. zaburzenia płodności oraz obciążenie rodzinne.

Choć zapadalność na raka jądra w Polsce jest podobna do średniej europejskiej, wyniki leczenia są znacznie gorsze. - Wyleczalność i zgłaszanie się pacjentów we wczesnym stadium są znacznie

słabsze – zauważa dr Burchardt. Powodem jest przede wszystkim niski poziom świadomości zdrowotnej wśród mężczyzn.

SAMOBADANIE – PROSTE, ALE SKUTECZNE

Jednym z najprostszych sposobów na wczesne wykrycie raka jądra jest samobadanie. - Zalecane jest około raz na miesiąc, raz na dwa miesiące badanie palpacyjne jądra – mówi dr Burchardt. Choć wielu mężczyzn nie wie, czego szukać, lekarz uspokaja: Po wielu samobadaniach każdy będzie potrafił określić, czy wyczuwa jakąś zmianę.

W przypadku wykrycia niepokojącego guzka, pierwszym krokiem powinno być zgłoszenie się do urologa, a nie od razu do onkologa. Rola lekarza rodzinnego również jest istotna – to on ma bezpośredni kontakt z pacjen-

tem i może inicjować rozmowę o profilaktyce.

LECZENIE – SKUTECZNE, ALE WYMAGAJĄCE DECYZJI

W leczeniu tego typu nowotworu podstawą jest usunięcie chorego jądra. - Leczenie z zachowaniem jądra to jest kazuistyka, raczej się tego nie wykonuje – mówi dr Burchardt. W przypadku konieczności zastosowania chemioterapii, pojawia się kwestia płodności – pacjenci często decydują się na bankowanie nasienia przed rozpoczęciem procedury.

Ciekawym aspektem jest tzw. deeskalacja – czyli ograniczenie terapii do niezbędnego minimum. - W większości przypadków obserwacja jest zalecana, bo jest mało nawrotów we wczesnych fazach – tłumaczy specjalista. Co więcej, nawet przy przerzutach rak jądra daje szansę na pełne wyleczenie.

Jedną ze stosowanych metod radioterapii jest brachyterapia, która polega na umieszczeniu źródła promieniowania bezpośredniego w guziku lub jego okolicy. - Najczęściej używany jest Irys 192 – supermałe, mikro źródło, które można umieścić w wielu lokalizacjach – wyjaśnia dr Burchardt.

Polska może się pochwalić pionierskimi osiągnięciami w tej dziedzinie. - WCO było przez wiele lat jedynym ośrodkiem w Polsce, który wszczepiał implanty stałe – mówi lekarz. Dziś metoda ta jest dostępna w Poznaniu, Gorzowie Wielkopolskim i Warszawie.

EDUKACJA I ŚWIADOMOŚĆ – KLUCZ DO ZDROWIA

Specjalista podkreśla, że edukacja zdrowotna powinna być obecna już w szkołach. Młodzi mężczyźni często reagują śmiechem na temat samobadania,

ale w sytuacji stresowej sięgną po wiedzę, którą kiedyś zdobyli. Dlatego tak ważna jest profilaktyka i otwarta rozmowa o zdrowiu. Jak mówi dr Burchardt – to daje szansę na wyleczenie i innych metod nie ma.



Wysłuchaj całej rozmowy z Dr. Wojciechem Burchardtem w podcaście „Głos Zdrowia”, dostępnym na serwisie „Głosu Wielkopolskiego”!

BIEG DLA JAJ

16 XI 2025

POZNAŃ

ul. Wiankowa 3
(nad jeziorem Malta)
Miasteczko biegowe
przy trybunach

RODZINNE BIEGANIE W SŁUSZNEJ SPRAWIE!

BIEG GŁÓWNY (18 lat +) 5,4 km
BIEG DLA DZIECI (6-12 lat) 400 i 800 m
MARSZOBIEG (13 lat +) 2,5 km

ZAPISZ SIĘ NA
GŁOSWIELKOPOLSKI.PL/BIEGDLAJAJ

AMBASADOR AKCJI
MARCIN FEHLAU
WIELOKROTNY MEDALISTA
MISTRZOSTW POLSKI
W BIEGACH ŚREDNIO
I DŁUGODYSTANSOWYCH



ORGANIZATOR:



SPONSOR STRATEGICZNY:



PARTNERZY GŁÓWNI:



Narodowy Fundusz Zdrowia
Wielkopolski Oddział Województwa w Poznaniu

PARTNERZY MERYTORYCZNI:



PARTNER BIURA ZAWODÓW:



PATRONAT HONOROWY



PATRONAT MEDIALNY:



PARTNERZY:



Zakaz dostępu do mediów społecznościowych

Kazimierz Sikorski
Dania

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

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

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

Caroline Stage, minister ds. cyfrowych Danii, powiedziała AP, że 94 procent duńskich dzieci poniżej 13. roku życia ma profile na co najmniej jednej platformie mediów społecznościowych, a ponad połowa dzieci poniżej 10. roku życia ma takie profile.

Zakaz nie wejdzie w życie od razu. Krok ten jest następstwem decyzji podjętej w grudniu w Australii, gdzie uchwalono



Rząd Danii zamierza zakazać dzieciom dostępu do mediów społecznościowych

pierwszy na świecie zakaz korzystania z mediów społecznościowych przez dzieci, ustalając minimalny wiek na 16 lat.

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

Jacek Czaplewski
USA

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

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

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

- To światło jest kierowane do wszystkich Polaków w Polsce, Stanach Zjednoczonych i rozsiadanych po całym świecie. Jestem szczególnie zaszczycony, że mogę tu być w tak wielkim dniu. To wielkie wyróżnienie dla Polaków, całej ojczyzny, a dla mnie osobiście wielkie przeżycie, że możemy świętować swoją niezależność.



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

Jestem dumny, że jestem Polakiem. Jestem dumny, że mogę reprezentować nasz kraj niezależnie od tego, gdzie gram. Zawsze robię to dla naszej ojczyzny. Powinniśmy wszyscy razem celebrować naszą niezależność. Cieszymy się! - mówił Lewandowski, który otrzymał miniaturową wersję budynku. To gest uznania dla polskiej historii i kultury, a także dla mi-

lionów Polaków mieszkających w Ameryce. Biało-czerwona iluminacja Empire State Building jest pierwszą w historii z okazji Święta Niepodległości.

Gmach słynie z tradycji zmiennych iluminacji

Empire State Building to jeden z najbardziej rozpoznawalnych budynków na świecie. Zbudowany w 1931 roku, przez

wiele lat był najwyższym wieżowcem globu. Położony w sercu Manhattanu, stanowi nie tylko atrakcję turystyczną, lecz także miejsce licznych wydarzeń kulturalnych i symbolicznych. Od 1976 roku gmach słynie z tradycji zmiennych iluminacji, które wyrażają wsparcie dla ważnych inicjatyw, świąt narodowych, wydarzeń sportowych czy kampanii społecznych. Dzięki nowoczesnemu systemowi LED na drapaczu chmur można tworzyć spektakularne pokazy świetlne widoczne z wielu zakątków miasta.

Pierwszy raz w historii

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

BIEG DLA JAJ, ale na serio! Po zdrowie i świadomość nad Malta

Redakcja
redakcja@glos.com

Już w najbliższą niedzielę nad jeziorem Maltańskim odbędzie się Bieg dla Jaj - wydarzenie, którego celem jest promowanie profilaktyki raka jąder i prostaty. Na uczestników czekają cztery trasy.

- Bo o profilaktyce nowotworów jąder i prostaty trzeba rozmawiać poważnie, uświadamiając mężczyznom, jak ważna, a wręcz kluczowa jest dla powodzenia w leczeniu - zaznacza Marek

Woźniak, Marszałek Województwa Wielkopolskiego.

Samorząd Województwa Wielkopolskiego od lat angażuje się w działania na rzecz zdrowia mieszkańców regionu. Wspiera akcje profilaktyczne i inwestuje w rozwój placówek medycznych - zarówno poprzez rozbudowę szpitali, jak i doposażanie ich w nowoczesny sprzęt.

- Dzięki naszemu wsparciu pacjenci mogą skorzystać z innowacyjnych metod leczenia, także tych z udziałem zaawansowanego systemu chirurgicznego do wykonywania mało in-



-Badajmy się - zachęca marszałek Marek Woźniak

wazyjnych operacji, czyli z pomocą robota da Vinci - wymienia marszałek Woźniak. - Dziś nasze szpitale mają dostęp do światowych narzędzi, których zastosowanie przynosi korzyści dla pacjenta poprzez mniejsze ryzyko powikłań czy szybszą rekonwalescencję - i dodaje, że wielu operacjom możemy sami zapobiec, badając się regularnie, do czego serdecznie zachęca.

Uczestnicy wydarzenia będą mogli wybrać jeden z czterech dystansów: Bieg Główny (5,4 km), start o godz. 13, Marszobie-

(2,5 km), start godz. 11.30, Biegi dla dzieci (400 m i 800 m), start godz. 14.15.

Na mecie każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal, a zwycięzcy Biegu Głównego - puchary i vouchery do sklepu sportowego.

W biegu mogą wziąć udział również firmy, które chcą pokazać, że są nie tylko zespołem w pracy, ale też poza nią. Uczestnictwo w Klasyfikacji Firmowej to doskonała okazja do integracji i wspólnej aktywności. Podczas rejestracji należy wypełnić pole „Nazwa firmy do Klasyfika-

cji Firmowej” (uwaga: nie „Klub”). Aby drużyna została sklasyfikowana wspólnie, wszyscy zawodnicy muszą wpisać identyczną nazwę firmy. Wynik końcowy stanowi średnia trzech najlepszych czasów jej przedstawicieli.

Oplata startowa wynosi 40 zł - za udział w Biegu Głównym i Marszobiegu oraz 20 zł - za Bieg dla dzieci. Zapisy potrwają do 14 listopada, do godz. 12, lub do wyczerpania limitu miejsc.

Wspieraj zdrowie mężczyzn i 16 listopada pobiegij z nami dla jaj!

ORGANIZATOR:



SPONSOR STRATEGICZNY:



PARTNERZY GŁÓWNI:



Narodowy Fundusz Zdrowia
Wielkopolski Oddział Wojewódski w Poznaniu

PARTNERZY MERYTORYCZNI:



PARTNER BIURA ZAWODÓW:



PATRONAT HONOROWY



PATRONAT MEDIALNY:



Polska wieś to przede wszystkim są ludzie

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

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

łeczności, a plony codziennej pracy zapełniają nasze stoły.

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

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

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

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

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

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

Chcemy, by wyszli z cienia i pokazali się światu!

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

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

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

Troska o środowisko napędem do działania

Adrian Wujczak (Pudliszki) startuje w naszej akcji w kategorii Lider Społeczności Roku 2025.

Zostanie liderem społeczności lokalnej było świadomym wyborem pana Adriana. Działając w miejscowym kole wędkarskim, zaistniała potrzeba odłączenia się od tamtych struktur i założenia własnej organizacji. Zracji doświadczenia sprawy zostały powierzone właśnie Jemu. W późniejszym czasie zostało zaproponowane Mu, aby wystartował w wyborach do rady sołectkiej - odtąd nieprzerwanie działa.

- W swojej codziennej pracy lubię to, że działa ona w kierunku ochrony środowiska, a temat ten zawsze był dla mnie priorytetem. W życiu na wsi lubię spokój, a że moje Pudliszki są położone koło pięknych



zbiorników wodnych, to bezpośredni i bliski dostęp do nich - zauważa pan Adrian, dodając, że odpoczynek daje Mu możliwość korzystania z uroków

Jego wsi. Oddaje się wtedy wędkarstwu, a energię do działania czerpie od rodziny i członków swojego stowarzyszenia, jak i innych organizacji.

Nawet najmniejszy sukces to źródło radości

Monika Basińska na co dzień reprezentuje sołectwo Żydowo (gmina Czarniejevo) jako jego sołtys.

Pani Monika codziennie pracuje zawodowo i tę pracę lubi, ponieważ daje Jej poczucie stabilizacji i satysfakcji. Jednak największą radość i spełnienie odczuwa wtedy, gdy może robić coś dla swojej wsi. - Kontakt z mieszkańcami, wspólne rozmowy, spotkania i planowanie nowych przedsięwzięć sprawiają, że czuję, iż moja praca ma sens - zaznacza uczestniczka kategorii Sołtys Roku. Jak mówi, każde, nawet drobne osiągnięcie, jak nowy plac zabaw, odnowiona droga, wspólna impreza integracyjna czy zrealizowany pomysł mieszkańców, daje ogromną motywację do dalszego działania. - Widok uśmiechniętych



twarzy i świadomość, że razem stworzymy coś trwałego, jest dla mnie największą nagrodą - wyznaje sołtys Żydowa, która poza działalnością społeczną jest

przede wszystkim mamą i babcią. - Rodzina to dla mnie największa wartość i źródło codziennej radości. To właśnie bliscy dają mi siłę - mówi.

Wierzy, że któreś z odwiedzających Go dzieci pójdzie tą samą drogą i zostanie kiedyś pszczelarzem

Stanisław Rodziak to rolnik z Kołacina, który na co dzień pracuje z ludźmi, ale przede wszystkim - z pszczołami.

W swojej codziennej pracy najbardziej lubi tę z pszczołami. - Jest to pasieka wędrowna, w której jest dużo pracy, ale jest to satysfakcja, kiedy pszczoły przyniosą dużo miodu i są zdrowe. Ale moją największą satysfakcją jest praca z dziećmi. W ciągu ostatnich kilku lat odbyłem ponad kilkanaście sesji pokazowych dla dzieci i młodzieży. Przyjeżdżają z ościennych gmin



i powiatów do Kołacina na pszczelarską ścieżkę edukacyjną, którą posiadamy przy świetlicy - wyjaśnia pan Stanisław, który został nominowany do Mistrzów Agro 2025 w ramach kategorii Rolnik Roku.

Urządzając pokazy dla dzieci i młodzieży, nasz uczestnik organizuje im cały sprzęt, który jest używany w pasiece, począwszy od uli, miodarki, aż do całego sprzętu pasiecznego. - Mam także pokazowy ul z pszczołami, który można oglądać przez szybę - wymienia atrakcje wchodzące w prezentację.

Stanisław Rodziak zauważa za każdym razem, że dzieci są bardzo chłonne wiedzy. Podczas prezentacji zadają one dużo pytań, a nasz uczestnik szczegółowo im wszystko wyjaśnia, ponieważ myśli, że kiedyś któreś z tych młodych będzie pszczelarzem. Bierze również udział w pogadankach z kołem gospodyń wiejskich oraz w kiermaszach gminnych, powiatowych, wojewódzkich, a także podczas targów w Poznaniu. Co ważne, nasz uczestnik został odznaczony brązowym medalem Zasłużony Dla Pszczelarstwa.

Patroni honorowi:

Partnerzy plebiscytu:

Patronat regionalny:

W NUMERZE: Zakaz picia w sanatoriach?

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

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

ZA TYDZIEŃ:

- Padaczka: jak żyją pacjenci z tą chorobą? Czas przełamać stereotypy dotyczące tego schorzenia
- Tłuszcze w diecie. Czy smalec z gęsiny jest zdrowy?



FOT. 123RF

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

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

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

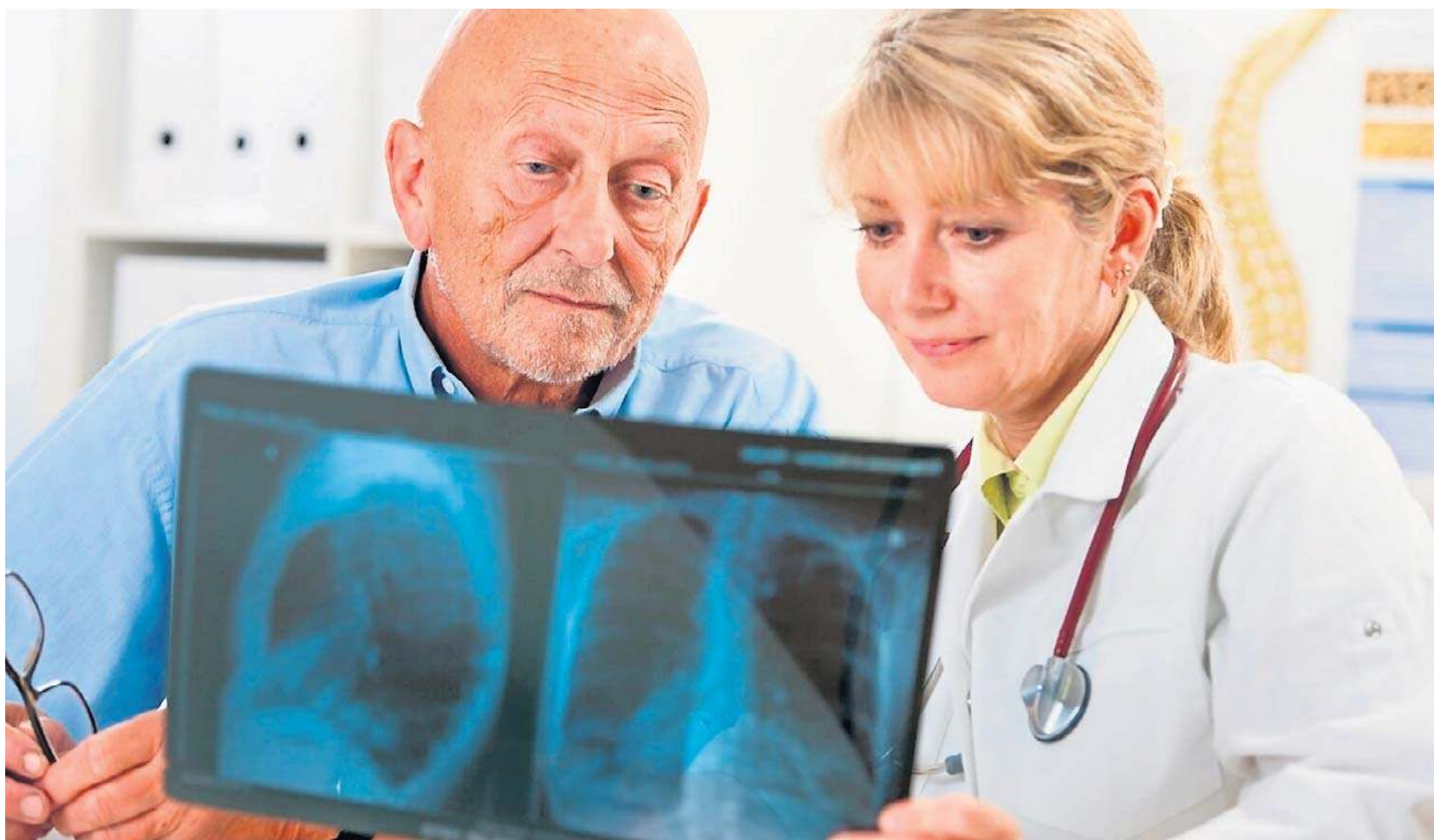
Ten nowotwór złośliwy najczęściej diagnozowany w Polsce u mężczyzn oraz drugi po nowotworach piersi u kobiet (wg danych Krajowego Rejestru Nowotworów za 2019 r. – nowszych liczb brak). Jego główną przyczyną jest palenie papierosów, a także biernie narażanie się na wdychanie dymu tytoniowego.

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

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

Pierwsze objawy raka płuca łatwo zbagatelizować

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



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

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

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

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

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

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

Duszności i świszczący, „ciężki” oddech pojawiają się

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

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

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

● Odkrztuszanie płwociny z krwią (krwiopłucie) jest bar-

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

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

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

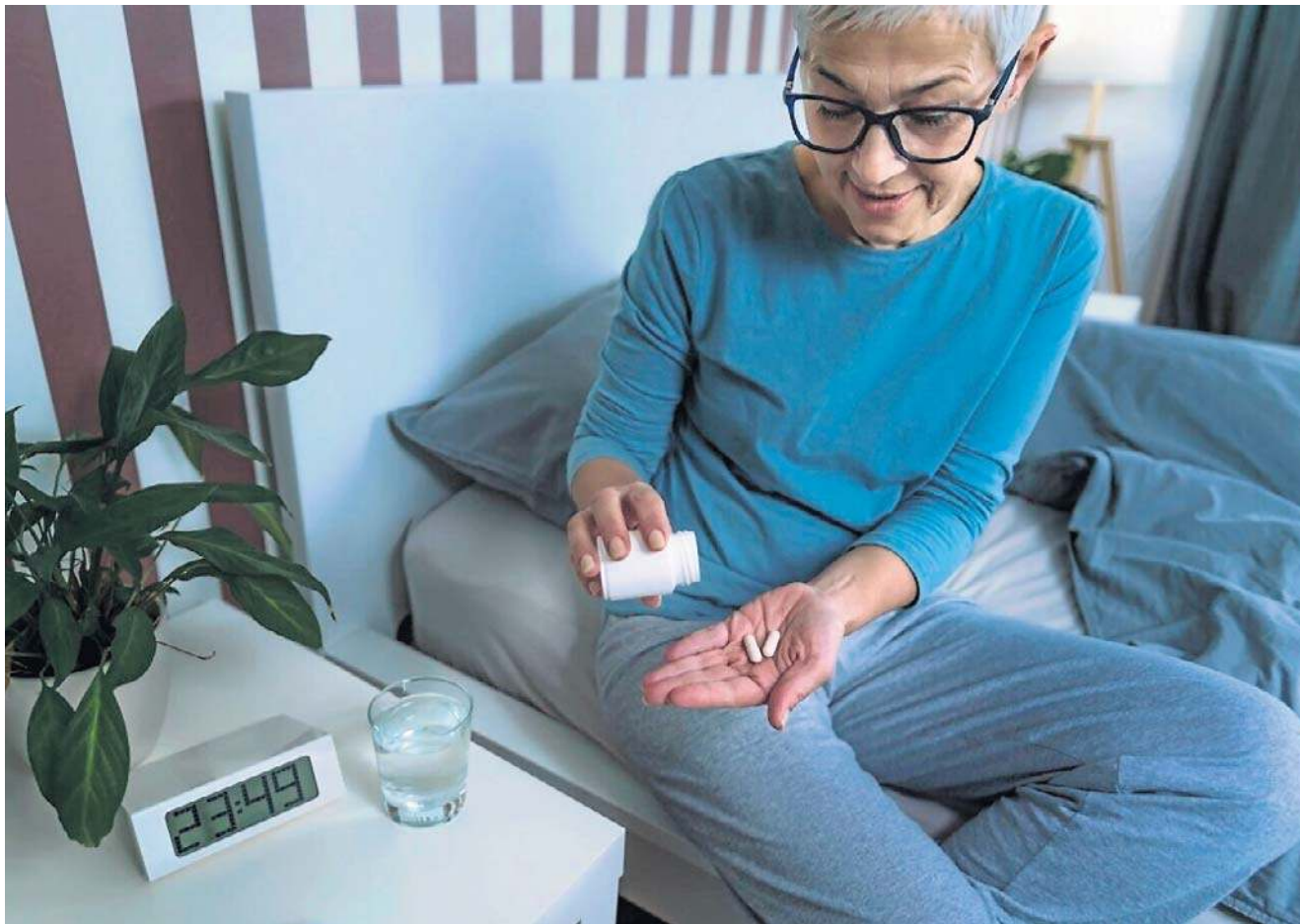
nerwy. Na przykład guz Pancoasta, który tworzy się na samym szczycie płuc, często atakuje pobliskie tkanki, powodując ból ramion.

Leczenie i rokowania

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

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

Zażywasz melatoninę? Uwaga, może zwiększać ryzyko niewydolności serca



Amerykańscy specjaliści zalecają ostrożność w przyjmowaniu melatoniny

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

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

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

Czym jest melatonina?

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

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

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

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

Melatonina a wydolność serca

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

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

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

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

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

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

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

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



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

Koniec spożywania alkoholu w sanatoriach

Emil Hoff
emil.hoff@polskapress.pl

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

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

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

Co to oznacza w praktyce?

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

Pacjenci obchodzą regulamin

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

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

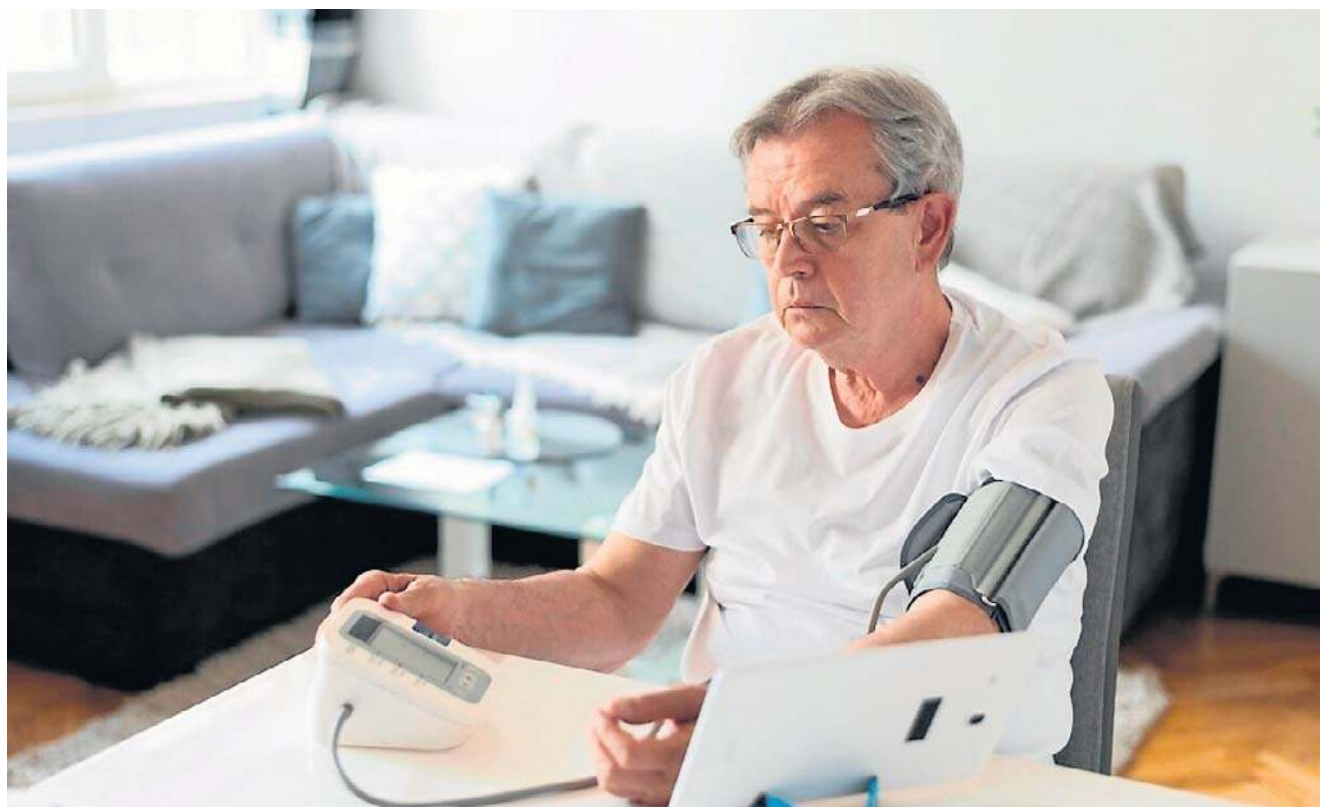
Sami pacjenci też potrafili obchodzić sanatoryjne regulaminy i po prostu zaopatrywali się w alkohol w okolicznych sklepach, by spożywać go potem w zaciszu własnych pokoi w zakładzie leczniczym, lub chodzili na lampkę wina do knajp na mieście - kuracjusze nie są przecież ubezwłasnowolnieni i mogą opuszczać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

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

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

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

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



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

Monika Górska
monika.gorska@polskapress.pl

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

WARTO WIEDZIEĆ

Przepis na prawidłowe ciśnienie krwi

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

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

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

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

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

Poważne problemy pacjentów! Niektóre szpitale przesuwają planowane operacje

Anna Moyseowicz
anna.moyseowicz@polskapress.pl

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Rozwód nie oznacza, że przyjaźń nie może trwać dalej

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



Z ŻYCIA GWIAZD

W TELEWIZJI

KRZYŻÓWKA NR 174

Dominika Tajner kocha botoks

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

Sylwia Grzeszczak ma pomysłowego faceta

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

Sandra Kubicka rozdzieliła walczące psy

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



Ikar. Legenda Mietka Kosza

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

El immortal. Gangi Madrytu

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

Wszystkie stworzenia duże i małe

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

Belfer

Metro, 22:00

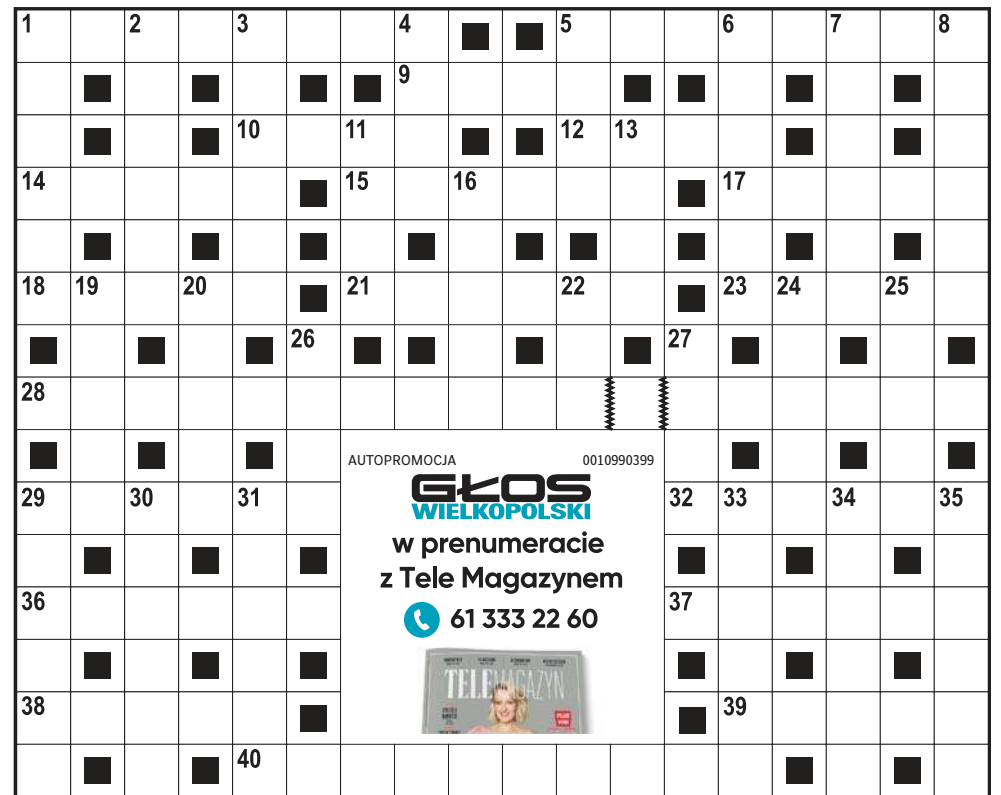
Śmierć dziewczyny wstrząsa lokalną społecznością Dobrowic. W tym samym czasie w zjawia się tu nauczyciel z warszawskiej szkoły, Paweł Zawadzki (Maciej Stuhr). Rozpoczyna własne śledztwo. Choć wszyscy się tu znają i wiedzą o sobie wszystko, Pawłowi nikt nic nie powie...

Poziomo:

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

Pionowo:

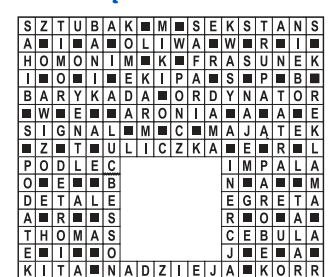
- 1) przestrzeń pozaziemska,
- 2) mały skorupiak jadalny,
- 3) ostry wiraż na drodze,
- 4) zbiorowa sprzedaż towaru,
- 5) układ zawarty między państwami,
- 6) gwałtowny, krótkotrwały wiatr nad morzem,
- 7) bogactwo mieniących się barw, pulsujących światła,
- 8) ryba z rodziny karpiowatych,



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

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

ROZWIĄZANIE NR 173



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

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

Byk (20.04 - 20.05)

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

Lew (23.07 - 22.08)

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

Skorpion (23.10 - 21.11)

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

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne?

Telefonicznie: 800 472 852, 61 86 94 143 Faxem: 61 623 25 28

Przez internet: ibo.polskapress.pl E-mail: drobne@glos.com

Biuro Ogłoszeń: ul. Grunwaldzka 19, 60-782 Poznań

tel. 61 869 41 43, 502 499 742,

e-mail: drobne@glos.com; pon.-pt. w godz. 8.00-16.00, sob. nieczynne

Nieruchomości

DZIAŁKI, GRUNTY KUPIĘ

GRUNTY ROLNE

KUPIĘ działkę rolną (min. klasa IV), o wymiarach co najmniej 100 x 250 m, z przeznaczeniem pod budynki inwentarskie.
Preferencje- min. 500 m od zabudowań mieszkalnych, - dojazd do działki, - blisko linii średniego napięcia - brak MPZP mile widziany
Lokalizacja: woj. łódzkie, wielkopolskie - do 50 km od Łodzi, Kalisza lub Sieradza.
Kontakt: +48 538 818 540, +48 662 114 422

Motoryzacja

SAMOCHODY OSOBOWE- KUPIĘ

AUTO kupię 2005-2020; 609-16-22-66

Kupię auto w automacie. Tel. 507-144-870

Kupię Fiata 126p. Tel. 507-144-870

Praca

ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIMY. Poznań. Prace wykończeniowe. 6000-9000 zł. Etat. Umowa zlecenie. Tel. 507-144-389.

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

CYKLINA lakier układ 509-39-59-90

Cyklinowanie bezpył. 602582486

Dachy 781-098-740

DEKARZ. 501-473-242, 61/872-18-89

MONTAŻOWE

ROLETY zewnętrzne, materiałowe, moskitiery. serwisy 605 091 545

PORZĄDKOWE

MYCIE okien 602-511-358

TRANSPORTOWE

ABSOLUTNIE tani wywóz 501-223-965

AUTOREKLAMA

ibo

TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne w Twojej gazecie przez Internetowe Biuro Ogłoszeń. Bez wychodzenia z domu.

ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011430237

OBWIESZCZENIE STAROSTY POZNAŃSKIEGO

z dnia 7 listopada 2025 r.

Działając na podstawie art. 11a ust. 1, art. 11d ust. 5 i ust. 6 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 311 t.j.), oraz na podstawie art. 49 i art. 61 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2024 r. poz. 572 z późn. zm.)

zawiadamiam

że na wniosek Pana Marcina Kuciaka, Pełnomocnika Burmistrza Miasta i Gminy Kórnik z dnia 11.09.2025 r. (data wpływu), uzupełniony w dniu 31.10.2025 r. oraz 6.11.2025 r. (daty wpływu), zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Rozbudowa ul. Radiowej na odcinku od ul. Dziennikarskiej do ul. Telewizyjnej w Koninku” (znak sprawy: WD.6740.62.2025.MA).
Oznaczenie nieruchomości lub ich części, objętych wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji drogowej:
- przed nawiasem podano nr działki ulegającej podziałowi;
- w nawiasie podano nr działek powstałych po podziale;
- pogrubionym drukiem zaznaczono działki niezbędne dla realizacji inwestycji.
Objęte projektowanymi liniami rozgraniczającymi teren:
Gmina Kórnik
Jednostka ewidencyjna: 302109_5, Kórnik - obszar wiejski
Obręb: 0013 Koninko
ark. 1, dz. o nr ewid. **110, 111, 105/75, 109/19 (109/46, 109/47, 109/48), 109/20 (109/49, 109/50, 109/51), 105/69 (105/72, 105/73), 91/3 (91/7, 91/6)**
Postępowaniem w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji objęte są również nieruchomości, lub ich części, na których zostanie przeprowadzona budowa/ przebudowa sieci uzbrojenia terenu (przebudowa wodociągu, sieci teletechnicznej) i w przypadku których **nie** następuje zmiana właściciela:
Gmina Kórnik
Jednostka ewidencyjna: 302109_5, Kórnik- obszar wiejski
Obręb: 0013 Koninko
ark. 1, dz. o nr ewid. 109/20 (**109/51**), 91/3 (**91/6**), 105/69 (**105/73**)
Postępowaniem w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji objęte są również nieruchomości, lub ich części, na których zostanie przeprowadzona rozbiorka istniejących obiektów budowlanych (poza liniami rozgraniczającymi), w przypadku których **nie** następuje zmiana właściciela:
Gmina Kórnik
Jednostka ewidencyjna: 302109_5, Kórnik - obszar wiejski
Obręb: 0013 Koninko
ark. 1, dz. o nr ewid. 109/19 (**109/48**), 109/20 (**109/51**)
Postępowaniem w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację przedmiotowej inwestycji objęte są również nieruchomości, lub ich części, na których zarządca drogi jest uprawniony do nieodpłatnego zajęcia terenu na czas realizacji inwestycji drogowej: tereny wód płynących – rzeka Kopla i w przypadku których **nie** następuje zmiana właściciela:
Gmina Kórnik
Jednostka ewidencyjna: 302109_5, Kórnik - obszar wiejski
Obręb: 0013 Koninko
ark. 1, dz. o nr ewid. **107**
Decyzja o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej będzie zatwierdzać projekt zagospodarowania terenu i projekt architektoniczno-budowlany i zatwierdzać podział nieruchomości.
Z dniem zawiadomienia, nieruchomości stanowiące własność Skarbu Państwa bądź jednostek samorządu terytorialnego, objęte wnioskiem o wydanie decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej, nie mogą być przedmiotem obrotu w rozumieniu przepisów ustawy o gospodarce nieruchomościami.
W związku z powyższym informuję, że zgodnie z art.49 k.p.a., zawiadomienie niniejsze uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia **12.11.2025 r.**, tj. od dnia publicznego ogłoszenia poprzez obwieszczenie na tablicy ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Poznaniu, urzędu gminy właściwego ze względu na przebieg drogi oraz w urzędowym publikatorze teleinformatycznym – Biuletynie Informacji Publicznej tych urzędów oraz w prasie lokalnej.
W toku postępowania strony oraz ich przedstawiciele i pełnomocnicy mają obowiązek zawiadomić Starostę Poznańskiego o każdej zmianie swojego adresu.
Strony niniejszego postępowania mogą zapoznać się z aktami sprawy w Wydziale Dróg i Gospodarki Przestrzennej Starostwa Powiatowego w Poznaniu, ul. Słowackiego 8, 60-823 Poznań (IV piętro, pokój 406, tel. 61-8410-562), w godzinach pracy Urzędu.
Z aktami sprawy można zapoznać się po wcześniejszym kontakcie w celu ustalenia wizyty: telefonicznie lub za pośrednictwem e-mail: zrid@powiat.poznan.pl.
Ewentualne wnioski, uwagi można składać w Kancelarii Starostwa Powiatowego w Poznaniu, pocztą tradycyjną bądź elektronicznie za pośrednictwem platformy ePUAP lub e-doręczeń do dnia **27.11.2025 r.**

AUTOREKLAMA

0011417559

aktualne z całej Polski przetargi

nasze komunikaty.pl

REKLAMA

0011430242

OBWIESZCZENIE STAROSTY POZNAŃSKIEGO

z dnia 7 listopada 2025 r.

Działając na podstawie art. 11c, art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10.04.2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz. U. z 2024 r. poz. 311 z późn. zm.), w związku z art. 10 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeksu postępowania administracyjnego (Dz.U. z 2024 r. poz. 572 z późn. zm.) – zwanej dalej „k.p.a.”,

zawiadamiam

o wydaniu dnia 6 listopada 2025 r. decyzji Starosty Poznańskiego nr 40/2025 o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na rozbudowie drogi gminnej ul. Radiowej w Koninku, gmina Kórnik z rygiorem natychmiastowej wykonalności (znak sprawy: WD.6740.38.2025.EK).
Od niniejszej decyzji służy odwołanie do Wojewody Wielkopolskiego za pośrednictwem Starosty Poznańskiego, w terminie 14 dni od dnia zawiadomienia stron o jej wydaniu.
W trakcie biegu terminu do wniesienia odwołania strona może zrzec się prawa do wniesienia odwołania wobec organu administracji publicznej, który wydał decyzję. Z dniem doręczenia organowi administracji publicznej oświadczenia o zrzeczeniu się prawa do wniesienia odwołania przez ostatnią ze stron postępowania, decyzja staje się ostateczna i prawomocna.
W związku z powyższym informuję, że zgodnie z art. 49 k.p.a., zawiadomienie niniejsze uważa się za dokonane po upływie czternastu dni od dnia **12.11.2025 r.**, tj. od dnia publicznego ogłoszenia poprzez obwieszczenie na tablicy ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Poznaniu, urzędu gminy właściwego ze względu na przebieg drogi oraz w urzędowym publikatorze teleinformatycznym – Biuletynie Informacji Publicznej tych urzędów oraz w prasie lokalnej.
Treść decyzji zostanie również zamieszczona na stronie internetowej: www.bip.powiat.poznan.pl, w zakładce ogłoszenia/komunikaty – inwestycje drogowe, od dnia **12.11.2025 r.**
Strony niniejszego postępowania mogą się zapoznać z treścią decyzji w Starostwie Powiatowym w Poznaniu, Wydział Dróg i Gospodarki Przestrzennej, ul. Słowackiego 8, 60-823 Poznań (IV piętro, pokój 407, tel. 61-84-10-742), w godzinach pracy Urzędu.
Z aktami sprawy można zapoznać się po wcześniejszym kontakcie w celu ustalenia wizyty: telefonicznie lub za pośrednictwem e-mail: zrid@powiat.poznan.pl.

REKLAMA

0011429678

OBWIESZCZENIE WOJEWODY WIELKOPOLSKIEGO

z 5 listopada 2025 r.

Na podstawie art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (Dz.U. z 2024 r. poz. 311) - zwanej dalej: specustawą,

zawiadamiam,

że 14 października 2025 r. została wydana decyzja nr 28/2025 (znak: IR-III.7820.105.2024.PH) o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn. „Rozbudowa drogi krajowej 92 polegająca na budowie ścieżki pieszo-rowerowej na odc. Gonice – Wólka od km 12+521 do km 15+593”.
Strony postępowania lub ich przedstawiciele i pełnomocnicy mogą się zapoznać z treścią decyzji w Wielkopolskim Urzędzie Wojewódzkim w Poznaniu, al. Niepodległości 16/18, (tel. 61 854 11 99 lub 61 854 17 54; godziny obsługi klientów: poniedziałek, środa, piątek od 8.30 do 15.00, wtorek, czwartek od 12.00 do 15.00), po uprzednim uzgodnieniu terminu. Treść decyzji oraz mapa przedstawiająca zakres inwestycji zostały również zamieszczone na stronie internetowej: www.poznan.uw.gov.pl w zakładce Ogłoszenia/Obwieszczenia od **12 listopada 2025 r.** Po upływie 14 dni od dnia zamieszczenia obwieszczenia zostanie ono automatycznie przeniesione do zakładki Ogłoszenia/Obwieszczenia/ Archiwum.

REKLAMA

0010703171

POGOTOWIE

Wypadki 999, 112

WAŻNE TELEFONY

Policja 997

Straż Pożarna 998

Straż Miejska 986

Pogotowie Energetyczne 991

Pogotowie Gazowe 992

Pogotowie Wodno-Kanalizacyjne 994

Pogotowie Ciepłownicze 993

UM Poznań

Informacje ważne dla mieszkańców miasta

tel. 61 834 61 26

Gospodarka Odpadami Aglomeracji Poznańskiej

tel. 61 624 22 22

MPK Poznań,

ul. Głogowska 131, 60-224 Poznań,

tel. 19 445

Informacja PKP

tel. 19 757

Informacja – Dworzec Główny Poznań

tel. 61 63 31 659

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich,

aleja Solidarności 77, 00-090 Warszawa,

tel. 22 551 77 00

Bezpłatna Infolinia Obywatelska

800 676 676

Federacja Konsumentów Klub Poznański,

ul. 27 Grudnia 17/19, 61-737 Poznań,

tel. 61 851 61 52

Powiatowy Rzecznik Konsumentów

Marek Radwański,

ul. Słowackiego 8, 60-823 Poznań,

tel. 61 841 88 30

Miejski Rzecznik Konsumentów

(dla Poznania) dr Marek Janczyk,

ul. Libelta 16/20, Poznań,

tel. 61 878 58 70

ZUS Centrum Obsługi Telefonicznej

tel. 22 560 16 00

Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie

„Niebieska Linia”

(czynny 24 godziny)

tel. 61 814 17 17

Zgłoszenia przemocy w rodzinie:

niebieska.skrzynka@poznan.policja.gov.pl

Katolicki Telefon Zaufania, Poznań

tel. 61 865 10 00

Telefon zaufania dla osób z problemem alkoholowym i ich rodzin

(czynny 24 godziny)

tel. 61 843 01 01

Anonimowi Alkoholicy

(czynny w godz. 18-22)

tel. 61 853 16 16

MONAR Poznań

tel. 61 868 72 27

(czynny pon.-pt. w godzinach 9-15)

Infolinia WOW NFZ Poznań

800 190 590

(czynna pon.-pt. w godzinach 8-16)

Krajowa Informacja Skarbowa

801 055 055

Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej w Poznaniu,

al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,

tel. 61 852 09 77

Polubowny sąd konsumencki w Poznaniu,

al. Marcinkowskiego 3, 60-967 Poznań,

tel. 61 852 35 07

Wojewódzki Inspektorat Farmaceutyczny,

ul. Szwajcarska 5, 61-285 Poznań,

tel. 61 875 95 75

Wojewódzki Inspektorat Weterynarii,

ul. Grunwaldzka 250, 60-166 Poznań,

tel. 61 868 93 47

Całodobowa infolinia w sprawach kwarantanny i zdrowia - Sanepid

tel. 222 500 115

eprasa.pl 8ae1157c8e

Duże problemy selekcjonera Urbana przed Holandią

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

nie zrobią tego w ogóle, bo przed wylotem do Polski zamierzają ćwiczyć u siebie. W przeddzień widowiska wezmą udział jedynie w oficjalnej konferencji prasowej zaplanowanej na godzinę 20.00.

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

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

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

Transmisję od godz. 20:45 zapowiedziano na kanałach TVP 1 i TVP Sport. Mecz skomentują Mateusz Borek z Grzegorzem Mielcarskim. Wcześniej, czyli o godz. 16.00 w Szczecinie przy pełnych trybunach zagra z Włochami kadra U-21 Jerzego Brzęczka, która z kompletem punktów i bilansem bramkowym 15-0 jest liderem grupy w eliminacjach młodzieżowego Euro. ©

CukierAsy szlifowały formę w Monachium przed swoją piłkarską imprezą roku

Radosław Patroniak
jr.patroniak@glos.com

PIŁKA NOŻNA. W miniony weekend Wielkopolskie CukierAsy, czyli drużyny piłkarskie składające się z zawodników chorujących na cukrzycę, wzięły udział w „słodkim” turnieju w Monachium.

Oprócz naszych drużyn w zawodach pod nazwą Kick Without Limits wzięli także udział młodzi piłkarze z cukrzycą z Niemiec, Węgier i Szwecji.

CukierAsy prowadzone przez rodziców - trenerów Sławomira Gwizda i Emila Kaźmierskiego okazały się najlepsze w dwóch z trzech grup wiekowych, triumfując w kategoriach Youngest i Average. W najmłodszej kategorii wiekowej (Bambini) nasi słodcy piłkarze zajęli drugie miejsce, przegrywając po zaciętym finale z gospodarzami. Drugiego dnia młodzi piłkarze rywalizowali w zespołach mieszanych - CukierAsy miały zatem okazję zagrać wspólnie z zawodnikami innych krajów.

-To już druga nasza wyprawa wielkopolskich drużyn do Niemiec, ponownie zakończona sukcesem! - mówi Olga Konieczna, współorganizatorka wyjazdu ze strony Stowarzyszenia CukierAsy.

- Dla nas takie wyjazdy mają podwójne znaczenie. Dla dzieci to okazja zagrania w międzynarodowych zawodach. Dla rodziców i opiekunów - szansa na integrację i wzajemne wsparcie, które tak przydaje się później w codziennej terapii - dodaje Joanna Małolepsza, która także organizowała wyjazd CukierAsów do Niemiec.

Teraz czas już na przygotowania do największej tego typu imprezy w Europie czyli Czerwonej Kartki dla Cukrzycy. Odbędzie się ona w marcu przyszłego roku w Suchym Lesie i Poznaniu.

- Na starcie zobaczymy ponownie rekordową liczbę drużyn. Zgłosili się zespoły z całej Polski, a także z Niemiec, Bułgarii, Szwecji i Anglii. Swoją rolę wstępnie zapowiedzieli też Chorwaci i Holendrzy - podsumowuje Mikołaj Illukowicz, prezes Stowarzyszenia CukierAsy.



Drużyna CukierAsów podczas turnieju rozegranego w miniony weekend w stolicy Bawarii

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

Łukasz Konstanty
redakcja@polskapress.pl

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

©

SPORT

www.sportowy24.pl

W Biegach Niepodległości
w Poznaniu i Luboniu
ponad 12 tys. osób na starcieRadosław Patroniak
r.patroniak@glos.com

22-letni Maciej Megier i 29-letnia Maryna Nemczenko wygrali Bieg Niepodległości w Poznaniu. Brązowy medalista ME do lat 23 pokonał 10 km w czasie 28:56, jednym z najlepszych w tym roku.

- W tym sezonie w biegach ulicznych w Polsce lepszy wynik, o 7 sekund, padł tylko na początku sezonu w Recor-dowej Dziesiątce. Można więc powiedzieć, że otwieraliśmy i zamykamy sezon najszybszym biegiem w kraju - tłumaczył Artur Kujawiński, dyrektor Biegu Niepodległości.

Megier, reprezentujący SKLA Sopotn wyprzedził o 26 sekund Ukrainka Mykołę Mewszę i o 47 sekund Aleksandra Więcka.

- Trasa była bardzo płaska, bezwietrzna, idealna do szybkiego biegu. Od początku narzuciłem wysokie tempo i to była dobra taktyka - przyznał mistrz Polski w biegu na 10 km.

Wśród pań najszybsza okazała się Maryna Nemczenko, pochodząca z Charkowa i reprezentująca UKS Achilles Leszno. Na przebiegnięcie 10 km potrzebowała 33 minut i 12 sekund. Drugie miejsce zajęła Martyna Masłowska (34:28) z Iłowa, a trzecie Beata Michalików (34:36) z Jeleniej Góry.



22-letni Maciej Megier, reprezentujący SKLA Sopot wygrał Bieg Niepodległości w Poznaniu w czasie 28:56

- Do zwycięstwa ponieśli mnie niesamowici kibice. Atmosfera na biegu była fantastyczna - mówiła Maryna Nemczenko, która dwa lata temu wygrała 10 km Szpot Swarzędz.

Z kolei w 13. Lubońskim Biegu Niepodległości triumfowali Mikołaj Czeronek (31:45) z Wrocławia i Monika Brzozowska (34:11) z Czerwonaka. Na podium wśród mężczyzn uplasowali się też Cezary Suchora (32:00) z Kościana i Szymon Dorożyński (33:08) z Lubonia. Druga na mecie była zwyciężczyni Poznań Maratonu z 2019 r., czyli poznanianka Monika Stefanowicz (37:31). Trzecie miejsce zajęła z kolei Iwona Żukowska (39:07) z Wrześni. Wystartowało 1082 zawodników.

Warto dodać, że w Poznaniu wystartowało ponad 11 tys. zawodników, co jest drugim wynikiem frekwencyjnym w tym roku w Poznaniu (większy był tylko kwietniowy półmaraton).

W obu imprezach biegowych nie zabrakło akcentów patriotycznych. W Poznaniu biegacze utworzyli białą-czerwoną flagę, a w Luboniu bardzo wielu zawodników zdecydowało się pobiec z flagą naszego kraju.

Dodatkowo przypominamy, że już w niedzielę w Poznaniu odbędzie się BIEG DLA JAJ w ramach akcji Movember: dotyczącej profilaktyki raka jąder i prostaty. Szczegóły i zapisy na <https://gloswielkopolski.pl/biegdlajaj>.

POGROM LECHA W SOSNOWCU, PORAZKA VICTORII
Piłkarki Lecha UAM Poznań doznały najwyższej porażki w ekstraklidze, przegrywając wczoraj w zaległym meczu 5. kolejki z Czarnymi w Sosnowcu 1:7 (1:2).

Jedyną bramkę dla lechitek zdobyła na 1:1 Aleksandra Kuśmierczyk w 17 min. Podopieczne Alicji Zajac zajmują po dziesięciu meczach dziewiąte miejsce z dorobkiem 11 punktów. Z kolei w zaległym spotkaniu III ligi (grupa 2) Wikęd Luzino pokonał u siebie Victorię Września 1:0 (0:0). **PAT**



FOT. PSZYSZKA/LECHPOZNAN.PL

CZWARTY SET TO KOSMOS
Siatkarze Enei Energetyka Poznań (II liga) awansowali do IV rundy Pucharu Polski. Ekipa Dominika Hajduka pokonała u siebie grających w lidze MCKiS Jaworzno 3:1 (19:25, 25:20, 25:16, 36:34). Czwarty set to był kosmos... **PAT**

Niels nie ma pomysłu na Lecha,
a ten nie wie kim go zastąpić

FOT. ADAM JANKOWSKI

Przegrane mecze z Rayo (2:3) oraz Arką (1:3) pokazały, że nawet prowadzenie do przerwy nie daje gwarancji, że Lech nie rozpadnie się na kawałki, gdy mocno się go przycisnie. Bo trener nie potrafi ograniczyć liczby traconych goli

Maciej Lehmann
sport@glos.com

Jak niemal po każdym mistrzowskim sezonie, w Lechu wszystko zaczyna się walić. Drużyna jest rozbita, trener nie ma recepty na to jak poprawić fatalną grę i wyniki.

Niespełna pięć miesięcy po tym jak Lech Poznań, zdobył mistrzostwo Polski, wszystko zdążyło się wywrócić do góry nogami. Euforia kibiców przerodziła się w smutek, frustrację i złość.

To już norma

Znów wszystko wróciło do „lechowej normy”, czyli poczucia beznadziei oraz marnowania niepowtarzalnych szans na wybicie się ponad przeciętność. To już nie jest nudne. To jest żałosne... bo sytuacja powtarza się od lat.

Niemal wszystkie genezy upadku są podobne. Gdy wydaje się, że Kolejorz finansowo wyraźnie góruje nad resztą klubów ekstraklasy, sprowadza drogich piłkarzy, ma jakościowych obcokrajowców, potrafi grać atrakcyjną piłkę, następuje nieoczekiwany zwrot akcji

i wszystko zaczyna się walić. Rywale łatwo radzą sobie z taktyką Lecha, potrafią uderzyć go w czułe punkty, a gdy liderom nieprzygotowanym na taką intensywność gier, zaczyna brakować sił, cała konstrukcja zespołu rozsypuje się jak domek z kart.

Przyszli Skrzypczak, czyli najlepszy obrońca poprzedniego sezonu, Palma, Bengtsson, Moutinho, Gumny mający w CV ponad 100 meczów w Bundeslidze, Ouma, Rodriguez, który był w drużynie zdobywającej młodzieżową Ligę Mistrzów oraz Agnero, będący najdroższym transferem w historii Lecha, mający być konkurentem Ishaka. Klub przyznał, że w transfery zainwestował ponad 8 mln euro. Niestety, nawet tak duża inwestycja nie przyniosła spodziewanych efektów.

Przebojem jesieni na platformach streamingowych stał się serial „Heweliusz”. Tam pokazane jest, do czego może doprowadzić ciąg błędnych decyzji, choć z pozoru wydają się one błahie. Oczywiście, ktoś może powiedzieć, że porównanie takiej tragedii, w której zginęło 55 osób, do upadku jakiejś piłkarskiej ekipy jest kompletnie nie na miejscu i autorowi mocno

pomieszało się w głowie, ale jednak wspólnym mianownikiem filmu czy piłki nożnej jest szeroko pojęta popkultura i dlatego skupmy się na zwykłym związku skutkowo-przyczynowym.

Dziś wybór między Szwedem, Skrzypczakiem a Mońką, przypomina chwytanie się tonącego za brzytwę.

Gra obrony od wielu tygodni to tragikomedie, Frederiksen nie wie, co zrobić, by ją poprawić, tak jak bezradny był van den Brom w listopadzie 2023 roku. Lech przez defensywę traci punkty, pewność siebie, a zmiany personalne powiększają chaos.

Drugą taką błędną decyzją Frederiksena było wystawienie kompletnie rezerwowego składu na Gibraltarze. Porażka w tym meczu, a zwłaszcza decyzje trenera uznane zostały za sabotaż. Od tego momentu Duńczyk stracił całe zaufanie i kibiców. Każda jego decyzja jest kontestowana, wytyka się mu bezsensowne zmiany i podważa fachowość. Frederiksen między ostatnią przerwą na reprezentację a listopadowe mecze kadry, odniósł z Lechem tylko 1 zwycięstwo w 7 meczach i to z IV ligowcem. Kolejorz

w ostatnich czterech meczach ligowych nie potrafił wygrać. Ostatni raz trzy punkty zdobył w październiku, a u siebie 31 sierpnia.

Pisaliśmy po meczu z Lincoln oby ta pycha trenera polegająca na przekonaniu, że rezerwy poradzą sobie z amatorami, nie szła przed upadkiem. Stało się tak, jak przewidywaliśmy.

Trzeba ratować sezon

Czarę goryczy przelała porażka z Arką. Niewielu kibiców dziś broni trenera, ale wszystko wskazuje na to, że zmiany na tym stanowisku nie będzie. Lech nie ma przygotowanego wariantu b, nie chce łapać szkoleniowca z łapanek, każdy z ewentualnych kandydatów, którzy są na rynku, ma swoje wady. Wystarczy śledzić, jaki problem ze znalezieniem następcy Iordanescu ma Legia, która jest w podobnej sytuacji co Kolejorz. Nazwiska kojarzone z warszawskim klubem częściej wywołują zdziwienie niż entuzjazm.

Niestety pozostawienie do połowy grudnia Frederiksena może też oznaczać, że Lech Poznań wiosną nie będzie miał już o co grać.