DZIŚ STRONA ZDROWIA

NIEZNANE FAKTY O LEWORĘCZNOŚCI

NIEDAWNO BYŁA PIĘTNOWANA, TERAZ JUŻ NIKOGO TO NIE DZIWI

Nr ISSN 0137-9534
Nr indeksu 3503 62

www.nowiny24.pl

Nr 155 (21 862) | Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Środa 12.08.2026

nowiny

76 lat

REGION
Niepokój wokół dużej inwestycji drogowej. Czy proponowany przebieg obwodnicy Przemyśla zagraża Arboretum w Bolestraszycach?
- Str. 6

BIZNES
Polska Grupa Zbrojeniowa Przyspiesza. „Budujemy bezpieczeństwo państwa".
- Str. 8

Relaks
Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Z naszych stron

Miejsce schronienia powstało w Tyczynie

W podziemnej części nowego żłobka przygotowano przestrzeń, która w razie potrzeby może przyjąć około 140 osób.
– Str. 3

Z naszych stron

KS DevelopRes już w akcji. Rysic jest (na razie) siedem

7 siatkarek, czyli połowa z 14-osobowej kadry KS DevelopRes uczestniczy w klubowych przygotowaniach do nowego sezonu.
– Str. 16

Wzrósł poziom wody w Sanie w Stalowej Woli, wznowiono dostawy wody przemysłowej.
– Str. 4

Synagoga w Dębicy dostanie drugie życie. Będą koncerty, wystawy i kawiarnia. Obiekt ma rozpocząć działalność jesienią 2028 roku.
– Str. 4



FOT. UM DĘBICA

Z naszych stron

W regionie trwa wielki odstrzał dzików zagrożonych afrykańskim pomorem świń

Piotr Samolewicz

W województwie podkarpackim trwa odstrzał dzików w związku z wykrytym u tych zwierząt afrykańskim pomorem świń. Odstrzelono już 2609 sztuk.

Pod koniec lipca z lasów w okolicach Hyżnego służby leśne wywiozły do utylizacji 11 padłych dzików. Służby weterynaryjne stwierdziły u nich chorobę afrykańskiego pomoru świń (ASF). Jest to jedno z ognisk tej choroby w powiecie rzeszowskim.

ASF zaczął się na Podkarpaciu w 2018 roku, pierwsze ogniska choroby u świń stwierdzono w powiecie lubaczowskim. Przenosiły się one na inne powiaty. Dwa lata temu sytuacja uspokoiła się, nie stwierdzono ani jednego ogniska epidemii. Nowe ogniska afrykańskiego pomoru świń, ale tylko u dzików, pojawiły się w ubiegłym roku w powiatach niżańskim i leżajskim, a w styczniu tego roku w pow. przeworskim. Z tego powiatu choroba rozszerzyła się na powiaty łańcucki, jarosławski, przemyski i rzeszowski.

– Od początku roku mamy 276 ognisk choroby, w pow. rzeszowskim 97, w pow. przeworskim 79, w pow. przemyskim 50, pow. łańcuckim 43, w pow. niżańskim 5, w jarosławskim 2. W tych ogniskach w sumie znaleziono 547 padłych dzików – mówi zastępca Wojewódzkiego Lekarza Weterynarii lek. wet. Janusz Ciołek.

Obecnie najgorsza sytuacja panuje w pow. rzeszowskim, tylko w tym powiecie występują ogniska ASF. W pozostałych powiatach sytuacja się unormowała. Jedno ognisko to około kilkanaście sztuk chorych dzików.

– Od początku roku szukamy w podkarpackich lasach martwych dzików, co jest skuteczną metodą na powstrzymanie epidemii. Na mocy rozporządzenia wojewody każdy obwód łowiecki, który znajduje się na terenie objętym strefami choroby, ma obowiązek przynajmniej raz w miesiącu przeprowadzić poszukiwanie martwych dzików. Od początku roku przeprowadzono w całym województwie ok. 800 takich akcji – mówi lek. wet. Janusz Ciołek.

Druga metoda polega na poszukiwaniu padłych dzików przy udziale przeszkolonych do tego celu psów tropiących. ©℗
– Str. 2



FOT. GOPR GRUPA BIESZCZADZKA

Z naszych stron

Największą satysfakcję daje szczęśliwie zakończona akcja

Marcin Żminkowski

Wysokie temperatury, tłumy na popularnych trasach i przecenianie własnych możliwości – z tym mierzą się obecnie turyści oraz ratownicy w Bieszczadach. O sytuacji na szlakach, zasadach bezpieczeństwa i najtrudniejszych momentach podczas akcji ratunkowych rozmawiamy z Jerzym Godawskim, ratownikiem Grupy Bieszczadzkiej GOPR, który przyznaje, że w pracy ratowników największą satysfakcję daje szczęśliwie zakończona akcja i skuteczna pomoc ludziom w górach.
– Str. 2

Z naszych stron

Dziś warto spojrzeć w niebo

Barbara Galas

Już dzisiaj mieszkańcy Podkarpacia będą mogli obserwować częściowe zaćmienie Słońca, a później deszcz Perseidów.

W Rzeszowie Księżyc zacznie zasłaniać tarczę naszej gwiazdy o godz. 19.17. Około godz. 19.56 Słońce będzie już zachodzić, dlatego mieszkańcy Podkarpacia będą mieli niewiele czasu na obserwację. W momencie obserwacji Słońce znajdzie się zaledwie około 4 stopni nad horyzontem. Oznacza to, że widok mogą łatwo zasłonić drzewa, budynki czy wzniesienia.
– Str. 5

eprasa.pl 8d373614bf

POLECAMY

JUTRO Dla kogo tzw. emerytury matczyne? PIĄTEK Polacy latem remontują mieszkania

12.08.2026
Środa

Dziś imieniny: Klary, Lecha, Joanny
Telefon alarmowy: 112

NOWINY24

Redaktor naczelna
Urszula Sobol
Z-ca redaktora naczelnego
Marcin Żminkowski
Wydawcy
Joanna Borowiec
Jerzy Leniart

www.nowiny24.pl

Polska Press
Makroregion Południe, Rzeszów
Redakcja ul. Unii Lubelskiej 3,
35-016 Rzeszów
tel. 17 867 22 00, fax 17 867 22 01
nowiny@nowiny24.pl
Prezes Makroregionu
Dariusz Kołacz
Dyrektor reklamy oddziału
Mariusz Knutel
Biuro reklamy oddziału
tel. 17 86 72 345
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Milowice,
ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA

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

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.nowiny24.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

REGION

Na Podkarpaciu trwa wielki odstrzał dzików

ciąg dalszy ze str. 1

Poszukiwań z udziałem psów od początku roku w naszym województwie zorganizowano 64. W ich wyniku znaleziono 189 dzików.

- Od poniedziałku 10 sierpnia na terenie Hyżnego psy tropiące uczestniczą w takiej akcji. W okolicach Hyżnego widziano też żywe dziki, dlatego poszukiwanie padliny ma na celu przerwanie łańcucha epidemiologicznego. W okresie upałów choroba szybko przenosi się z martwych sztuk na żywe – mówi Janusz Ciołek.

Zabezpieczone są też podkarpackie odcinki A4 i S19. Na autostradzie wszystkie przejścia dla zwierząt są zamknięte, a na przejazdach, którymi mogą poruszać się też dziki, wykonywane są opryski odstraszające. Opryski stosowane są także na S 19.

Do tej pory choroba nie przeniosła się na trzodę chlewną. – Od 2021 r. na terenie naszego województwa nie mamy ognisk choroby u świń. Wszystko robimy, by tych ognisk nie było u świń. Ważna jest bioasekuracja w każdym gospodarstwie, gdzie hodowana jest trzoda chlewna - mówi Janusz Ciołek.

W woj. podkarpackim na mocy rozporządzenia wojewody prowadzony jest do końca tego roku na terenach zagrożonych chorobą sanitarny odstrzał dzików. Zaplanowano odstrzał 5 174 sztuk, z tego odstrzelono już 2 609, czyli ponad 50 proc. ©℗

POGODA

dziś
24°C/9°C

jutro
25°C/9°C

0011567102

Naszej Koleżance
Dorocie Mękarskiej

składamy wyrazy szczerego współczucia

z powodu śmierci

MAMY

Prezes Oddziału, Redaktor Naczelna „Nowin”
oraz
koleżanki i koledzy z Polska Press Sp. z o.o.
Oddział w Rzeszowie

BIESZCZADY

Największą satysfakcję daje szczęśliwie zakończona akcja i pomoc ludziom w górach

Marcin Żminkowski

Wysokie temperatury, tłumy na popularnych trasach i przecenianie własnych możliwości - z tym mierzą się obecnie turyści oraz ratownicy w Bieszczadach. O sytuacji na szlakach, zasadach bezpieczeństwa i najtrudniejszych momentach podczas akcji ratunkowych rozmawiamy z Jerzym Godawskim, ratownikiem Grupy Bieszczadzkiej GOPR.



FOT. GRUPA BIESZCZADZKA GOPR

Na szlakach doszło do kilku wypadków spowodowanych zachorowaniami oraz urazami kończyn, najczęściej nóg

Jaka jest obecnie sytuacja na bieszczadzkich szlakach?

W związku z wysokimi temperaturami pamiętajmy o tym, żeby odpowiednio zabezpieczyć się przed słońcem. Mądrze zaplanujmy wycieczkę i dopasujmy ją do swoich umiejętności oraz stanu zdrowia. Przede wszystkim należy osłonić głowę, a także inne części ciała narażone na oparzenia słoneczne. Trzeba również zabrać ze sobą odpowiednią ilość płynów. Możemy zaapelować, aby wychodzić na szlak wcześniej i wcześniej z niego wracać. W godzinach porannych słońce nie jest jeszcze tak dokuczliwe.

Czy w ostatnich dniach interweniowaliście w związku z nieodpowiednim przygotowaniem turystów do upałów, na przykład brakiem wody lub nakrycia głowy?

Nie mieliśmy wielu interwencji bezpośrednio związanych z upałami. Doszło jednak do kilku wypadków spowodowanych zachorowaniami oraz urazami kończyn, najczęściej nóg. Pomagaliśmy również osobom, które zabłądziły albo przeceniły swoje możliwości i były zbyt osłabione, aby samodzielnie kontynuować wędrówkę.

Czy przecenianie swoich możliwości i niewłaściwe przygotowanie to najczęstsze błędy popełniane przez turystów?

Jestem daleki od wytykania turystom błędów. Zawsze apelujemy przede wszystkim o dopasowanie trasy do własnych możliwości. Jeżeli ktoś złamie nogę i zadzwoni do nas po pomoc, trudno mówić, że popełnił błąd. Zachęcam wszystkich do aktywności fizycznej, bo lepiej coś robić, niż nie robić nic.

Jak szybko może zmienić się pogoda w Bieszczadach? Na jakie sygnały powinni zwracać uwagę turyści?

Jeżeli zauważymy niepokojące objawy - zaczynające się wypiętrzać chmury albo usłyszymy grzmoty - powinniśmy ocenić sytuację i bezpiecznie zejść w dół. Gdy pogoda zaczyna się zmieniać, nie warto ryzykować.

Co należy zrobić, jeśli zgubimy szlak albo podczas wędrówki zastanie nas zmrok?

W ostatnim czasie kilkukrotnie pomagaliśmy osobom, które znalazły się w takiej sytuacji. W dobie telefonów komórkowych i innych urządzeń elektronicznych możemy bardzo szybko zlokalizować osobę potrzebującą pomocy. Warunkiem jest jednak w pełni naładowana bateria. Dlatego nie należy niepotrzebnie korzystać z telefonu podczas wędrówki. Najbardziej zachęcamy do używania aplikacji Ratunek. Po trzykrotnym naciśnięciu przycisku ratownicy otrzymują informację o położeniu osoby potrzebującej pomocy. Można również korzystać z map, GPS-u czy zegarków wyposażonych w funkcje nawigacyjne. Trzeba jednak znać możliwości tych urządzeń i umieć wykorzystać je w odpowiednim momencie.

Które bieszczadzkie szlaki są obecnie najbardziej uczęszczane? Czy są wśród nich trasy szczególnie wymagające albo zdradliwe?

Raczej nie powiedziałbym, że mamy w Bieszczadach zdradliwe szlaki. Zarówno w Bieszczadach, jak i w Beskidzie Niskim są trasy krótsze i dłuższe. Ich trudność zależy przede wszystkim od tego, ile kilometrów zaplanujemy sobie na dany dzień. Ze względu na wydłużony sierpniowy weekend turystów jest obecnie bardzo dużo. Z tego, co się orientuję, wczoraj byli praktycznie wszędzie – zarówno w Bieszczadach, jak i w Beskidzie Niskim. ©℗

eprasa.pl 8d373614bf

BEZPIECZEŃSTWO

Podkarpacie buduje miejsca schronienia. Jedno z pierwszych powstało w Tyczynie

W podziemnej części żłobka przygotowano przestrzeń, która w razie potrzeby może przyjąć około 140 osób.

Wojciech Tatara



FOT. MARCIN ŻMINKOWSKI

Adrian Michałek, radny miejski w Tyczynie, uważa, że należy szerzyć wśród mieszkańców wiedzę na temat miejsc doraźnego schronienia

Podobne miejsca powstają bądź będą powstawać w całym województwie. To w Tyczynie jest jednym z przykładów inwestycji, w których istniejąca infrastruktura może zostać wykorzystana również na potrzeby ochrony ludności. Miejsce znajdujące się pod nowym żłobkiem jest w stanie pomieścić około 140 osób. Będą to nie tylko dzieci korzystające z placówki i ich opiekunowie. W razie wystąpienia zagrożenia z obiektu będą mogli skorzystać także mieszkańcy pobliskiego osiedla. – Jesteśmy w jednym z pierwszych miejsc doraźnego schronienia dla mieszkańców, które cały czas powstają na Podkarpaciu i będą powstawać. W budynku powstał żłobek, a dzięki odpowiedniemu wykorzystaniu ukształtowania terenu na poziomie -1 udało się jednocześnie stworzyć miejsce doraźnego schronienia. Jesteśmy najlepszym województwem w kraju, bo mamy najwięcej środków i najmądrzej wykorzystaliśmy i zainwestowaliśmy w bezpieczeństwo mieszkańców – mówiła podczas otwarcia żłobka Teresa Kubas-Hul, wojewoda podkarpacki.

Przygotowanie miejsca schronienia kosztowało ok.250 tys. zł. Pieniądze pochodziły z Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej. W ramach jego ubiegłorocznej edycji Podkarpacie miało do dyspozycji ponad 278,7 mln zł.

Wojewoda nawiązała też do rozwiązań stosowanych w Finlandii, tzw. dual-use, gdzie schrony na co dzień funkcjonują jako parkingi, hale sportowe, magazyny czy siłownie, a w krótkim czasie mogą stać się w pełni gotowymi obiektami ochronnymi. – Byliśmy w miejscu ukrycia, gdzie funkcjonował plac zabaw. Był tak urządzony, że w 20 minut wszystkie urządzenia mogły zostać wyniesione i zamieniał się w schron. Dzieci od najmłodszych lat oswajały się z tym miejscem i w razie niebezpieczeństwa, gdy największy stras dotyka najmłodszych, dzieciaki ewakuują się w dobrze znane im miejsce. Jest to bardzo dobre rozwiązanie, bo te obiekty nie stoją puste, tylko cały czas służą społeczeństwo, a w razie potrzeby można się w nich schronić – wyjaśniała wojewoda.

Samorząd Tyczyna nie zamierza poprzestać na jednym obiekcie. Jak zapowiada Adrian Michałek, przewodniczący Rady Miejskiej w Tyczynie, kolejne pomieszczenia są już przygotowywane. – Jednym z kolejnych przedsięwzięć jest remont pomieszczeń pod urzędem gminy. Ma tam powstać miejsce, które będzie mogło przyjąć około 50-60 osób – zapowiada.

W Tyczynie, jak przyznaje Adrian Michałek, świadomość tego, gdzie można szukać schronienia w sytuacji zagrożenia, jest nadal niewystarczająca. – Przyznam szczerze, że ta wiedza jest na pewno za mała. Musimy cały czas pracować nad tym, aby ją szerzyć. Zainteresowanie mieszkańców wzrosło dopiero wtedy, gdy zaczęto mówić o konkretnych inwestycjach i możliwościach wykorzystania ich w sytuacji zagrożenia. Chcemy wraz z powstawaniem kolejnych miejsc informować mieszkańców, gdzie będą mogli się schronić – dodaje radny Michałek.

©℗

REKLAMA 0111539480



eprasa.pl 8d373614bf

NA DROGACH

Nietrzeźwy kierował pomimo sądowego zakazu

opr. baj

Prawie 3 promile alkoholu miał w organizmie 48-letni kierujący Mazdą, który został ujęty przez świadków na parkingu przy ul. Rzeszowskiej w Głogowie Małopolskim. Decyzją sądu mężczyzna najbliższe trzy miesiące spędzi w areszcie.

48-latek został ujęty na parkingu przed sklepem. Na miejsce zostali skierowani policjanci Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Rzeszowie.

Funkcjonariusze sprawdzili stan trzeźwości 48-latka. Badanie wykazało, że miał w organizmie prawie 3 promile alkoholu.

Podczas sprawdzania kierującego w policyjnych systemach okazało się, że 48-latek ma orzeczony przez Sąd Rejonowy w Rzeszowie zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Ponadto, w maju tego roku starosta rzeszowski wydał również decyzję o cofnięciu mężczyźnie uprawnień do kierowania pojazdami.

48-latek został zatrzymany. Zebrany w sprawie materiał dowodowy pozwolił na przedstawienie mu zarzutów dotyczących kierowania pojazdem mechanicznym w stanie nietrzeźwości, niestosowania się do orzeczonego przez sąd zakazu prowadzenia pojazdów oraz prowadzenia pojazdu pomimo wydanej decyzji o cofnięciu uprawnień.

Sąd Rejonowy w Rzeszowie, po zapoznaniu się ze zgromadzonym materiałem, przychylił się do wniosku prokuratora, wobec czego podejrzany 48-latek najbliższe trzy miesiące spędzi w areszcie.

0011566883

Rektor i Senat
oraz społeczność akademicka Uniwersytetu Rzeszowskiego
z głębokim smutkiem i żalem zawiadamiają,
że w dniu 9 sierpnia 2026 r.
zmarł w wieku 60 lat

Zbigniew Nalepa

Wieloletni Pracownik Uniwersytetu Rzeszowskiego

Rodzinie Zmarłego
wyrazy głębokiego współczucia
składają

Rektor, Senat i pracownicy Uniwersytetu Rzeszowskiego

Uroczystości pogrzebowe odbędą się 12 sierpnia 2026 r.
o godz. 13:00 w kościele parafialnym w Woli Zgłobieńskiej.

REKLAMA 0011561410



REGION

Synagoga w Dębicy dostanie drugie życie. Będą koncerty, wystawy i kawiarnia

To był jeden z pierwszych obiektów, które w 1939 roku wojska niemieckie chciały obrócić w ruinę.

Andrzej Pięs



FOT. UM DĘBICA

Obiekt ma być dostępny dla każdego i stanie się miejscem aktywności kulturalnej, z wystawami i koncertami

Lata sporów, czy Dębica powinna kupić budynek synagogi przy ul. Krakowskiej, a jeśli tak, to po co i z jakim przeznaczeniem. Potem lata rokowań z właścicielem o warunki zakupu. Dziś własność miasta ma już swoje przeznaczenie, plan remontu i nawet wizualizację przyszłości.

To był jeden z pierwszych obiektów, które po wkroczeniu do Dębicy z początkiem września 1939 wojska niemieckie chciały obrócić w ruinę. Skończyło się na spaleniu wnętrza, zniszczeniu polichromii, pozostała skorupa obiektu przez następne dziesięciolecia przypominająca o wielowiekowej obecności Żydów mieście. Obiekt nigdy nie odzyskał charakteru sakralnego, nieliczni ocaleli z Holokaustu dębiccy Żydzi wyjechali do USA lub Izraela, ci drudzy z sentymentu do miasta pochodzenia nazwali siebie Dembitzerami.

Budynek nowomiejskiej synagogi z połowy XVIII przez powojenne lata był magazynem zbożowym, potem halą targową, jeszcze w kilkanaście lat po transformacji ustrojowej w Polsce prywatny już biznes handlował tu chemią gospodarczą, wyrobami papierniczymi i zabawkami. Nawet wtedy, gdy obiekt odzyskała na własność Gmina Wyznaniowa Żydowska w Krakowie.

Niszczejący zabytkowy budynek był estetyczną solą w oku Dębiczan i władz miasta, tym bardziej, że usytuowanych jest w sąsiedztwie miejskiego Rynku. Nasilały się opinie, by miasto wykupiło nieruchomość, towarzyszyły im dyskusje, czy miasto na to stać i czemu wyremontowany obiekt miałby służyć.

Z końcem 2023 r. radni Dębicy zgodzili się na zakup nieruchomości, przeznaczając na ten cel 380 tys. złotych. Szacowano, że remont obiektu będzie kosztował ok. 6 mln zł. Pierwotnie zakładano, że wnętrze mieścić będzie Muzeum Regionalne, Miejski Ośrodek Kultury oraz Miejską i Powiatową Bibliotekę Publiczną w Dębicy.

Synagoga kulturalna

Pozyskanie funduszy unijnych z Dębicko – Ropczyckiego Obszaru Funkcjonalnego pozwoliło na konkretyzację i realizację planów, na początek generalny remont od fundamentów po dach.

Po generalnym remoncie, na szczegóły którego zgodził się konserwator zabytków, obiekt ma być dostępny dla każdego i stanie się miejscem aktywności kulturalnej, z wystawami i koncertami.

- Będzie możliwość organizacji wystaw okresowych, imprez, konferencji oraz koncertów, bo wiemy, że mamy tam świetną akustykę - precyzuje Mateusz Kutrzeba, burmistrz miasta. - Konserwator zabytków zgodził się, by wykorzystać tę przestrzeń i na 30 procentach głębokości synagogi wybudujemy antresolę, na której funkcjonować będzie kawiarnia.

Prace remontowe mają zacząć się z początkiem przyszłego roku, stara - nowa synagoga w Dębicy ma rozpocząć działalność jesienią 2028 roku.

©℗

STALOWA WOLA

Wzrósł poziom wody w Sanie

Zdzisław Surowaniec

Wznowione zostały dostawy wody przemysłowej z Sanu dla przedsiębiorstw w Stalowej Woli. To dzięki temu, że podniósł się poziom wody w rzece.

W ubiegłym tygodniu wodowskaz Sanu na stacji w Nisku wskazywał 87 centymetrów. Tymczasem „absolutne minimum" – jak to jest określane, wynosi 90 centymetrów.

Po ostatnich opadach deszczu poziom wody na wodowskazie w Nisku wzrósł w weekend do 100 centymetrów, z tendencją zwyżkową. To pozwoliło spółce EkoSan przywrócić dostawy wody przemysłowej dla przedsiębiorstw w stalowowolskiej strefie.

Woda przemysłowa pobierana jest z kanału zrzutowego Elektrociepłowni Stalowa Woli, która do chłodzenia turbin pobiera wodę z Sanu i odprowadza do kanału, gdzie jest dodatkowo schładzana przez kaskadę.

Poborem wody zajmuje się spółka EkoSan, która rozprowadza ją do zakładów w strefie przemysłowej. Ale może to robić tylko wtedy, kiedy jest odpowiednio wysoki poziom wody.

Woda z Sanu do celów przemysłowych nie może być pobierana, jeśli woda osiągnie minimalny poziom odpowiadający przepływowi nienaruszalnemu, czyli wartości niezbędnej do zachowania równowagi biologicznej oraz ciągłości ekologicznej cieku.

W przypadku wystąpienia takiej sytuacji dostawcy wody przemysłowej są zobowiązani do czasowego wstrzymania poboru wody ze środowiska.

©℗

eprasa.pl 8d373614bf

ASTRONOMIA

Dziś będziemy mogli obserwować częściowe zaćmienie Słońca, a później deszcz Perseidów

To może być wyjątkowy wieczór dla miłośników astronomii. Nad Polską pojawi się częściowe zaćmienie Słońca.

Barbara Galas



FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS

W nocy z 12 na 13 sierpnia przypada maksimum roju Perseidów

W Rzeszowie Księżyc zacznie zasłaniać tarczę naszej gwiazdy o godz. 19.17. Około godz. 19.56 Słońce będzie już zachodzić, dlatego czasu na obserwację nie będzie wiele. Warunki obserwacyjne w naszym regionie nie będą idealne. Jak wyjaśnia Wojciech Szumlański z Bieszczadzkiego Obserwatorium Astronomicznego, Podkarpacie jest jednym z trudniejszych miejsc w Polsce do obserwacji tego zjawiska. W momencie obserwacji Słońce znajdzie się zaledwie około 4 stopni nad horyzontem. Oznacza to, że widok mogą łatwo zasłonić drzewa, budynki czy wzniesienia. W Rzeszowie maksymalna faza zaćmienia wyniesie około 67 procent. Jeszcze trudniej będzie w Bieszczadach: w rejonie Lutowisk zasłonięte będzie około 54 proc. tarczy Słońca.

Kluczowe będzie znalezienie miejsca z dobrym widokiem na zachodni horyzont. Im mniej przeszkód terenowych, tym większa szansa, że uda się zobaczyć zjawisko do momentu zachodu Słońca. Jednym z punktów widokowych, które można rozważyć w Rzeszowie, jest Magdalenka. Warto jednak pamiętać o bezpieczeństwie. Podczas zaćmienia nie wolno patrzeć bezpośrednio na Słońce – potrzebne są specjalne okulary do obserwacji zaćmień. Zwykłe okulary przeciwsłoneczne nie zapewniają odpowiedniej ochrony oczu.

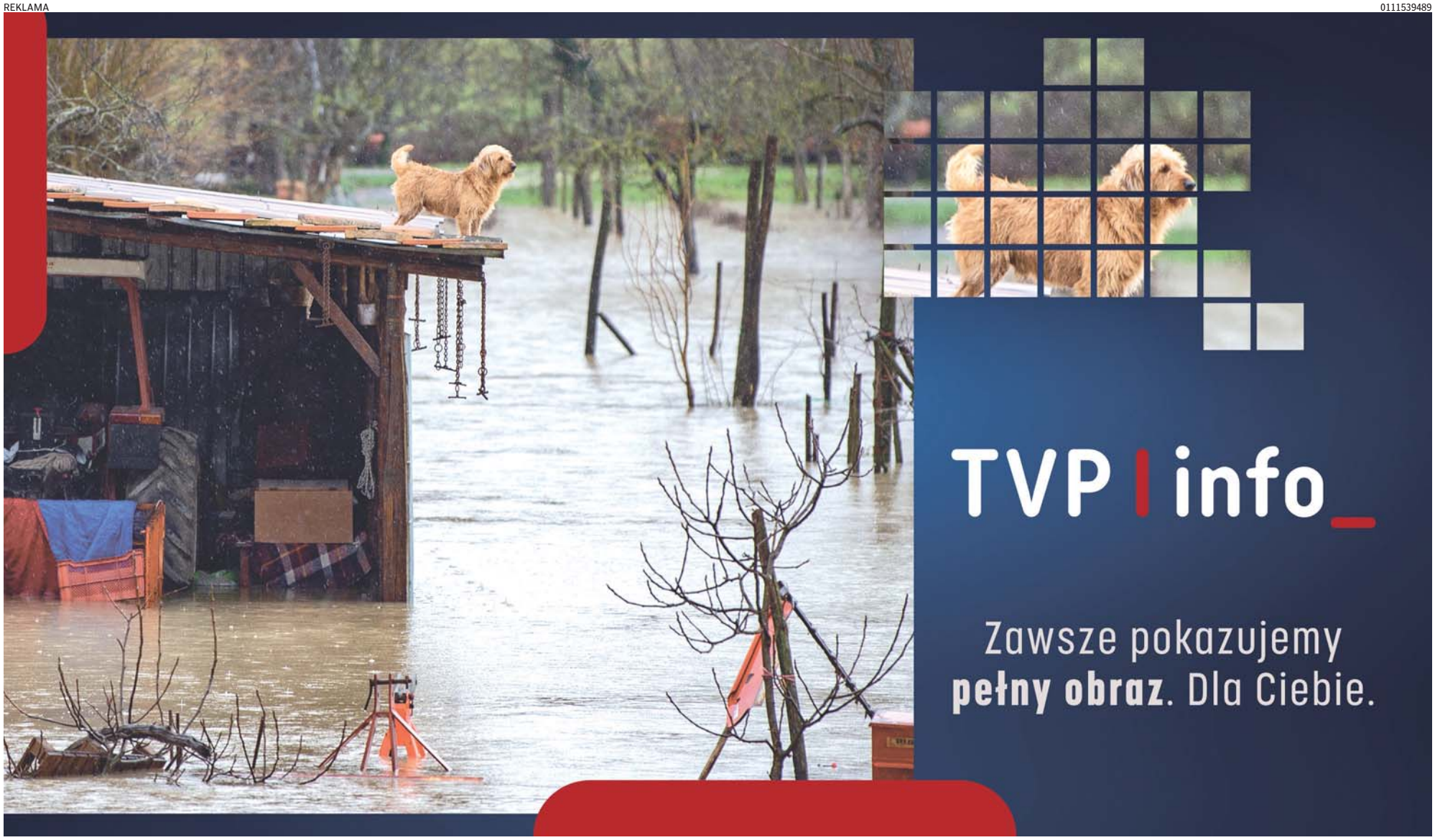
Kiedy Słońce zajdzie, zacznie się drugi spektakl

Astronomiczny wieczór na Podkarpaciu nie skończy się wraz z zachodem Słońca. Wręcz przeciwnie. W nocy z 12 na 13 sierpnia przypada maksimum roju Perseidów – jednego z najbardziej znanych i lubianych przez obserwatorów roju meteorów. Przy sprzyjających warunkach można zobaczyć nawet 100 meteorów w ciągu godziny. Tym razem warunki mogą być wyjątkowo dobre, ponieważ niebo nie będzie rozświetlane przez jasny Księżyc. Jego światło mogłoby utrudniać dostrzeżenie „słabszych" meteorów. Warto znaleźć otwartą przestrzeń, z której będzie widać dużą część nieba. Nie potrzeba teleskopu do obserwacji Perseidów – wystarczą oczy, leżak lub koc i odrobina cierpliwości.

Jeśli komuś nie uda się dzisiaj zobaczyć zaćmienia, kolejna okazja nadarzy się 2 sierpnia 2027 roku, kiedy również wystąpi częściowe zaćmienie Słońca.

©℗

REKLAMA 0111539489



eprasa.pl 8d373614bf

INWESTYCJE

Czy proponowany przebieg obwodnicy Przemyśla zagraża arboretum?

Preferowana propozycja nowej trasy ma przebiegać w pobliżu Arboretum w Bolestraszycach. Dyrekcja ogrodu botanicznego jest zaniepokojona tym faktem

Bogdan Hućko

Dyrektor Arboretum w Bolestraszycach dr hab. Narcyz Piórecki uważa, że planowany przebieg obwodnicy zagraża ogrodowi botanicznemu.

- Zakłóci ekosystem ogrodu i myślę, że zagraża istnieniu w dłuższym terminie. Dziwię się, że ten projekt i ta obwodnica powstała bez respektowania ogrodu botanicznego, który jest chroniony osobnymi prawami i bioróżnorodność, która jest tutaj nie została brana pod uwagę. Sejmik województwa od wielu lat inwestuje w arboretum. Są to inwestycje, które jakby zostają pod pewnym znakiem zapytania. Obwodnica poważnie wpłynie na istnienie ogrodu i zagraża jego istnieniu w przyszłości – nie krył obaw w rozmowie z Radiem Rzeszów Narcyz Piórecki.



FOT. ARBORETUM BOLESTRASZYCE

W arboretum można podziwiać tysiące gatunków i odmian roślin, w tym wiele rzadkich i chronionych

Ponad 200 metrów od arboretum

Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad w Rzeszowie złożyła do wójta gminy Żurawica wniosek o wydanie decyzji środowiskowej (DŚU) dla obwodnicy Przemyśla w ciągu dróg krajowych nr 28 oraz 77. Decyzja ta ostatecznie określi przebieg nowej obwodnicy.

We wniosku o wydanie DŚU jako preferowany oraz najkorzystniejszy dla środowiska GDDKiA wskazała wariant określony jako W7. Ma on 20,6 km długości. Zaczyna się w Skołoszowie przy węźle autostradowym Przemyśl. Następnie przebiega po zachodniej stronie DK 77 przez gminy Radymno, Orły oraz Żurawica. W Żurawicy przecina istniejącą DK 77, omijając po północno-wschodniej stronie Przemyśl, włączając się do istniejącej drogi krajowej nr 28 w miejscowości Hurko.

- Oś planowanej obwodnicy w wariancie W7 będzie przebiegać w odległości ponad 200 m od arboretum. Inwestycja nie ingeruje w teren arboretum. Arboretum w Bolestraszycach znajduje się poza terenem, na którym będzie realizowane przedsięwzięcie - mówi nam Joanna Rarus, rzeczniczka prasowa rzeszowskiego oddziału GDDKiA.

Wniosek zawiera też warianty alternatywne W2 oraz W4.

- Wybór wariantów poprzedziło opracowanie studium techniczno-ekonomiczno-środowiskowego. Projektanci w takim samym stopniu szczegółowości przeanalizowali łącznie sześć wariantów, w tym jeden z podwariantem. Wszystkie analizowane warianty przewidywały przebieg obwodnicy w nowym śladzie. Rekomendacja wariantu W7 stanowi efekt wieloletnich, intensywnych prac analitycznych i projektowych prowadzonych przez Oddział GDDKiA w Rzeszowie we współpracy z mieszkańcami oraz władzami samorządowymi. Ostateczny przebieg wariantu wypracowaliśmy z uwzględnieniem zgłaszanych uwag i oczekiwań lokalnych społeczności. Jednocześnie dotrzymaliśmy wymagań technicznych, środowiskowych i społecznych dla realizacji inwestycji - czytamy w komunikacie rzeszowskiego oddziału GDDKiA.

RDOŚ czeka na dokumenty

Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Rzeszowie przyjrzy się inwestycji, gdy wpłyną dokumenty.

- Wtedy będziemy analizować oddziaływanie na środowisko. Na chwilę obecną nie toczy się takie postępowanie. Każda inwestycja jest ingerencją w środowisko. Chodzi o to, żeby wpływ był jak najmniejszy. W dokumencie, który do nas trafi, będą przeanalizowane wszystkie warianty. Poszczególne oddziaływania są diagnozowane i oceniane, czy znacząco negatywnie oddziałują czy tylko negatywnie. Będziemy przyglądać się proponowanemu wariantowi drogi koło Bolestraszyc, jak to czynimy zawsze. Ogród botaniczny jest perełką w województwie - mówi nam Łukasz Lis, rzecznik prasowy RDOŚ w Rzeszowie.

Zwraca uwagę, że środowisko może być zanieczyszczane także hałasem oraz światłem (np. oświetlenie drogi), z czego nie zawsze zdajemy sobie sprawę. Nie bez znaczenia jest również ingerencja w krajobraz ekranów dźwiękochłonnych.

- Inwestycje drogowe są zawsze konfliktowe. Inwestorzy nie za bardzo są szczęśliwi z jakości świadczonych przez nas usług, ale taka jest nasza rola - dodaje Łukasz Lis. ©℗

KRÓTKO

Rzeszów

Marcin Kozioł - spotkanie autorskie dla dzieci

Marcin Kozioł to pisarz książek dla dzieci i młodzieży, autor lektury szkolnej (dla klas 4-8) – „Skrzynia Władcy Piorunów" i jej dwóch kontynuacji: „Tajemnica przeklętej harfy" oraz „Gwiazda Blachonosego". Bestsellerowa seria przekroczyła już łączny nakład 200 000 egzemplarzy. Marcin Kozioł prowadzi rezerwat starych komputerów. Owocem tych zainteresowań jest książka „Szalona historia komputerów". Zapalony podróżnik, przez wiele lat dyrektor mediów elektronicznych „National Geographic Polska". Zwiedził ponad 60 krajów. Ostatnio przejechał konno Kaukaz Mały. Spotkanie autorskie dla dzieci w wieku 6-12 lat odbędzie się 13 sierpnia na bulwarach (przy scenie). Początek o godz. 11. Wstęp wolny. W przypadku deszczu organizatorzy zapraszają do Filii nr 6 WiMBP, ul. Podwisłocze 6.

opr. baj

Rzeszów

125-lecie OSP Rzeszów Słocina

Piknik strażacki połączony z akcją krwiodawstwa odbędzie się w niedzielę (16 sierpnia), w godzinach 9 -23 na placu przy RDK filia Słocina przy ul. Paderewskiego 154. Kluczowym punktem dnia będzie akcja honorowego krwiodawstwa. Na mieszkańców czekać będzie również mnóstwo pokazów i atrakcji przygotowanych w specjalnych strefach. Strefa pomocy (9-13): zbiórka krwi „Oddaj krew - uratuj życie" z poczęstunkiem dla krwiodawców; strefa strażacka (11-18): pokazy wozów, sprzętu, akcji ratowniczych i pokaz psów ratowniczych; strefa dziecięca (11-18:): dmuchańce, animacje, konkursy i niespodzianki; strefa muzyczna (18-23): plenerowa zabawa taneczna z DJ-em; strefa kulinarna: kuchnia polowa z strażacką grochówką oraz bigosem, a także grill i lody.

AKCJA CHARYTATYWNA 0011545013



eprasa.pl 8d373614bf

TYCZYN

Posłowie Paweł Kowal i Adam Dziedzic po raz pierwszy... razem. Dla Janusza Płodzienia

Liderzy regionalni KO i PSL wspólnie udzielili poparcia kandydatowi KO w wyborach na stanowisko burmistrza Tyczyna.

Andrzej Pleś



FOT. MARCIN ŻMIŃKOWSKI

Adam Dziedzic, Janusz Płodzień i Paweł Kowal

- To dla nas święto, bo pierwszy raz wspólnie występujemy na konferencji prasowej – zauważył poseł Paweł Kowal (KO), wskazując na posła Adama Dziedzica (PSL). Po trzech latach współpracy w ramach rządowej koalicji i współuczestnictwa w sejmowej komisji spraw zagranicznych. Do wspólnego wystąpienia na konferencji w Tyczynie doprowadził Janusz Płodzień, kandydat w przedterminowych wyborach na burmistrza Tyczyna. „Mocno przez nas wspierany" - przyznał publicznie Paweł Kowal w imieniu Koalicji Obywatelskiej. Adam Dziedzic, szef podkarpackich struktur PSL przypomniał, że „przed Tyczynem wybór burmistrza w środku kadencji, trudna sprawa" i zapewniał, że miastu „potrzeba człowieka, któremu kwestie samorządu są znane", co szczególnie ważne, kiedy zwycięzca wyborów musi objąć urząd w trakcie kadencji. Wyjaśnił też, dlaczego PSL wspiera kandydata KO. - Tu, gdzie nie mamy swojego kandydata, popieramy pana Płodzienia, licząc na to, że wygra te wybory - przywołał casus Tyczyna, ale także powołał się na współpracę obu ugrupować politycznych w ramach koalicji rządzącej. - Tematy samorządowe są mu znane, jest mieszkańcem tego miasta. A przede wszystkim zachęcam wszystkich mieszkańców Tyczyna do uczestnictwa w wyborach, czynnego uczestnictwa nie tylko biernego.

Po wsparciu otrzymanym od obu parlamentarzystów kandydat na burmistrza ujawnił, skąd pomysł na to kandydowanie i swoje samorządowe i zawodowe kwalifikacje na to stanowisko. Przyznał, że taki krok rozważał już w 2024 przed wyborami samorządowymi, ale uznał, że... - Czegoś mi brakuje w doświadczeniu samorządowym, dlatego wystartowałem w wyborach do rady powiatu rzeszowskiego - wyjaśnił. - Po rezygnacji Janusz Błotnickiego, którego darzę wielkim poważaniem, zdecydowałem, że będę kontynuował to nowe rozdanie w gminie, jakie on zainicjował, ale też wprowadzał nowe rozwiązania, które nasuwają mi się po wieloletniej pracy samorządowej.

Po czym przedstawił, jak bogatej pracy: osiem lat był sołtysem Kielnarowej, 12 lat radnym gminy Tyczyn, dwa lata radnym powiatu rzeszowskiego. A kandydat - zdaniem Płodzienia - powinien legitymować się doświadczeniem samorządowym, menadżerskim, przedsiębiorcy, społecznym i życiowym, „które jest bardzo, bardzo ważne". Menadżerskie: 40 lat pracuje na kierowniczych stanowiskach, więc potrafi kierować zespołem i rozumie niuanse budżetu. Społeczne: stale obecny w życiu Tyczyna, od 4 lat jest druhem miejscowego OSP, uczestniczy we wszystkich wydarzeniach swojej miejscowości, a nierzadko bywa ich organizatorem. Deklaracje przedwyborcze: kontynuacja działań poprzednika, z naciskiem na inwestycje w drogi i chodniki dla pieszych. - Wciąż jest dużo dróg nieutwardzonych, także przy nowych domach. Mamy stare kanalizacje, już mało wydajne ze względu na to, że tak rozrasta się nasza gmina. To trzeba będzie poprawić. A nie tak dawno decyzją rady zlikwidowany został festiwal zespołów folklorystycznych i bardzo mnie to bolało. Mogę zapewnić, że jeszcze tej jesieni zorganizujemy taki festiwal.

I to może nie być pierwsza duża impreza w Tyczynie, bo Paweł Kowal ogłosił, że zaprosił wszystkich posłów i radnych na piknik polityczny na 18 na godzinę 18. I wyraził nadzieję, że poseł Dziedzic też w nim będzie uczestniczył. ©℗

REKLAMA 0011550896



AKCJA CHARYTATYWNA 0211545649



eprasa.pl 8d373614bf

ROZMOWA

PGZ przyśpiesza. „Budujemy strategiczne bezpieczeństwo państwa”

Naszym celem, oprócz zwiększenia mocy produkcyjnych i rozwoju nowych technologii obronnych, jest maksymalizacja krajowych zdolności serwisowych i obsługowych. To kluczowe z punktu widzenia bezpieczeństwa państwa i kosztów eksploatacji sprzętu. Natomiast celem w perspektywie długofalowej jest ulokowanie w Polsce produkcji możliwie największej liczby komponentów lub całych systemów uzbrojenia – mówi Adam Leszkiewicz, prezes Polskiej Grupy Zbrojeniowej.

Robert Szulc

Wodowanie pierwszej fregaty programu Miecznik było ważnym momentem dla polskiego przemysłu stoczniowego. Jakie etapy programu pozostaną jeszcze do wykonania?

Wodowanie „Wichra” to wydarzenie przełomowe, które rozpoczyna kolejny, wymagający etap. To prace wyposażeniowe, integracja systemów bojowych, sensorów, łączności i uzbrojenia, próby portowe i morskie. Największym wyzwaniem będzie integracja systemów. Na okręcie znajdą się systemy Babcocka, Thalesa, MBDA, Lockheeda, Kongsberga, Leonardo oraz spółek Grupy PGZ. Integracja w płynnie działający system to największe wyzwanie i etap wymagający najwyższych kompetencji inżynierskich oraz doskonałej współpracy pomiędzy.

Okręty, które buduje PGZ, zaliczają swoje etapy konstrukcji o czasie, a często nawet przed czasem. Czyja to zasługa?

Największe wyzwania dotyczą globalnych łańcuchów dostaw, terminowej dostępności niektórych komponentów oraz integracji systemów. Budowa okrętu tej klasy z konieczności musi się opierać na precyzyjnym harmonogramie. To, że budowa trzech jednostek postępuje zgodnie z planem, to dla nas wielki powód do satysfakcji z zespołu PGZ Stoczni Wojennej. Program Miecznik to przedsięwzięcie bez precedensu w historii polskiego przemysłu stoczniowego. ORP Wicher jest największym okrętem, jaki kiedykolwiek powstał w polskiej stoczni. To rekord wyporności, wymiarów, wyposażenia i skok technologiczny, który buduje kompetencje krajowego przemysłu.

Jakie kompetencje PGZ będzie mogła wykorzystać przy budowie kolejnych okrętów?

Jednym z założeń programu była rozbudowa kompetencji stoczniowych. W PGZ Stoczni Wojennej pozostaje wiedza, technologie i doświadczenie. To kapitał, który będzie mógł zostać wykorzystany przy kolejnych programach morskich. Chcemy, aby w pierwszej kolejności te kompetencje wykorzystać do serwisowania okrętów podwodnych A26. Umowę polski rząd podpisał ze stroną szwedzką w czerwcu 2026 r. My z kolei podpisaliśmy już z Saabem, czyli producentem A26, pierwsze porozumienia otwierające drogę do przyszłego MRO tych jednostek.



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Adam Leszkiewicz, prezes Polskiej Grupy Zbrojeniowej

Podczas Święta Wojska Polskiego zobaczymy wiele systemów produkcji PGZ. Które z nich uważa Pan za najbardziej dojrzałe i gotowe do zwiększenia wolumenu produkcji?

Mamy dziś wiele produktów, które osiągnęły pełną dojrzałość produkcyjną. To m.in. zestawy przeciwlotnicze Piorun, samobieżne haubice Krab, transportery Rosomak, systemy radiolokacyjne PIT-RADWAR czy samobieżne moździerze Rak. W wielu domenach produktowych intensywnie zwiększamy moce produkcyjne. Najlepiej widać to w przypadku amunicji 155mm i Piorunów – rośnie liczba produkowanych egzemplarzy, mamy bardzo zaawansowane prace nad Piorunem nowej generacji. W służbie w WP są też pierwsze bojowe wozy piechoty Borsuk, a pozytywne opinie żołnierzy są potwierdzeniem kompetencji Huty Stalowa Wola i podmiotów zaangażowanych w realizację.

Gdzie znajdują się największe ograniczenia produkcyjne Grupy?

Największym wyzwaniem jest tempo rozbudowy mocy produkcyjnych odpowiadające najwyższemu od dekad popytowi na nasz sprzęt. Dotyczy to przede wszystkim amunicji artyleryjskiej, systemów rakietowych, pojazdów pancernych, systemów minowych. Tylko w ostatnim roku zatrudniliśmy 1600 nowych pracowników. Musimy o nich, jak każda firma, konkurować. Dlatego podejmujemy działania wyprzedzające – nasze spółki współpracują ze szkołami średnimi i uczelniami wyższymi, tę współpracę rozszerzamy, włączając się w projekt klas przemysłowych. Ale wracając do kwestii zatrudnienia – obecnie rekrutujemy w m.in. w PIT-RADWAR, w Jelczu czy PGZ Stoczni Wojennej. Nasze oferty pracy są skierowane do kadry inżynierskiej i programistów, technologów produkcyjnych, logistyków, operatorów maszyn, spawaczy, lakierników, elektryków, laborantów. Aktualnie liczba ofert pracy w Grupie PGZ wynosi ponad 230 i wynika z faktu, że realizujemy duże inwestycje – budujemy nowe hale produkcyjne, linie technologiczne. Przechodzimy od modelu produkcji dostosowanej do czasu pokoju do zdolności odpowiadających współczesnym realiom bezpieczeństwa.

Jak duża część obsługi takich systemów jak Abrams, Patriot czy F-16 może docelowo zostać przeniesiona do Polski?

Zdolności serwisowe posiadamy już dziś i rozwijamy ich skalę. W Wojskowych Zakładach Motoryzacyjnych w Poznaniu mamy moce obsługowe do czołgów Abrams, w Wojskowych Zakładach Lotniczych nr 2 w Bydgoszczy serwisowane są F-16. Wkrótce flota polskich F-16 zostanie tam zmodernizowana do najnowszego standardu. W Dęblinie rusza budowa jedynego w Europie centrum obsług silników AGT-1500 czyli napędów Abramsów, a w Wojskowych Zakładach Lotniczych nr 1 w Łodzi powstaje największe w Europie Autoryzowane Centrum Serwisowe Śmigłowców AH-64E Guardian Apache. Wojskowe Zakłady Elektroniczne w Zielonce posiadają kompetencje serwisowe do rakiet przeciwokrętowych NSM. Ta sama spółka buduje Centrum Serwisowo-Produkcyjnego pocisków rakietowych CAMM-ER dla systemu Narew. Naszym celem, oprócz zwiększenia mocy produkcyjnych i rozwoju nowych technologii obronnych, jest maksymalizacja krajowych zdolności serwisowych i obsługowych. To kluczowe z punktu widzenia bezpieczeństwa państwa i kosztów eksploatacji sprzętu. Natomiast celem w perspektywie długofalowej jest ulokowanie w Polsce produkcji możliwie największej liczby komponentów lub całych systemów uzbrojenia. Wystarczy popatrzeć, jak rozwinęły się dzięki temu przemysły obronne Turcji, Korei Płd. czy Japonii. Produkcja w kraju i kontrola łańcucha dostaw to nie kwestia bezpieczeństwa i olbrzymi impuls rozwojowy dla naszych spółek, sieci kooperantów i krajowej gospodarki.

Jedną z najważniejszych premier PGZ na tegoroczny Międzynarodowy Salon Przemysłu Obronnego w Kielcach jest ciężki bojowy wóz piechoty. Jaką rolę ma on pełnić obok Borsuka?

Borsuk pozostaje podstawowym, nowoczesnym bojowym wozem piechoty do działania w szerokim spektrum warunków, z zachowaniem zdolności pływania. Jednak współczesne pole walki wymaga również platform o wyższym poziomie ochrony balistycznej i przeciwminowej – to możliwe w konstrukcjach cięższych, pozbawionych wymogu pływalności. Taki pojazd mógłby operować z czołgami w najtrudniejszych warunkach, zapewniając załodze wyższy poziom ochrony. Premiera demonstratora będzie miała miejsce 8 września na MSPO.

Możemy spodziewać się też innych nowości?

Zdecydowanie. Uchylę rąbka tajemnicy: kolejna z premier także będzie miała charakter opancerzony, a inna przeciwlotniczy. Zapraszamy na nasze stoiska na MSPO. Od tej edycji nasza ekspozycja mieścić się będzie w nowej hali. Naszej wystawie towarzyszyć będą debaty eksperckie, będziemy podpisywać kluczowe umowy z partnerami. Nowością będzie też układ stoisk – zorganizowany w ramach domen produktowych, co odpowiada naszej nowej strukturze działającej od 1 lipca.

Jakie systemy PGZ budzą dziś największe zainteresowanie zagranicznych odbiorców?

Największą rozpoznawalność zdobył Piorun. To wizytówka polskiego przemysłu obronnego. Sprawdził się w warunkach bojowych na Ukrainie. Zakupiły go m.in. Norwegia, Estonia, Łotwa, Ukraina, Belgia, Mołdawia, Szwecja. Widzimy też duże zainteresowanie ze strony państw Zatoki Perskiej znanym z Borsuka podwoziem UMPG, które oferujemy z różnymi systemami wieżowymi. Mamy też zainteresowanie zagranicznych klientów systemem bezzałogowym Wizjer z WZL nr 2 w Bydgoszczy. No i wreszcie wisienka na torcie – strona szwedzka wyraziła zainteresowanie programem „Ratownik”. Pierwsza jednostka powstaje dla naszej Marynarki Wojennej, ale liczymy, że będą zamówienia dla klientów zagranicznych. Widzimy dziś bardzo silny popyt krajowy i zagraniczny. Naszym priorytetem pozostaje zapewnienie bezpieczeństwa Polsce i realizacja potrzeb Sił Zbrojnych RP. Rozwój eksportu pozwala zwiększać skalę produkcji, obniżać koszty jednostkowe, inwestować w nowe technologie i budować pozycję Polski jako ważnego ośrodka przemysłu obronnego w Europie.

eprasa.pl 8d373614bf

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Syndrom SMS-owej szyi może naprawdę boleć. Skąd się bierze, jak go wyleczyć i jak mu zapobiegać?

NEUROLOGIA

Wyjątkowi czy tylko inni? Zaskakujące fakty o leworęczności, o których nie miałeś pojęcia

Leworęczność, jeszcze do niedawna piętnowana, obecnie już nikogo nie dziwi. Z badań natomiast wynika, że osoby preferujące lewą rękę są bardziej kreatywne i spostrzegawcze od praworęcznych

Monika Góralska



FOT. FREEPIK

Leworęczność wynika głównie z czynników genetycznych lub kulturowych, ale można ją też wyćwiczyć. Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała

Leworęczność, dawniej nazywana mańkuctwem, to używanie do pisania, jedzenia czy wykonywania precyzyjnych czynności głównie lewej ręki. Większość osób na świecie jest praworęczna – leworęczni stanowią zaledwie 10-15 proc. całej populacji.

Tendencja do używania lewej ręki wynika z silniejszego rozwoju prawej półkuli mózgu (ponieważ półkule odpowiadają za przeciwległe strony: lewa za prawą stronę ciała, a prawa za lewą). Osoby leworęczne częściej i sprawniej używają też całej lewej strony swojego ciała.

Naukowcy uważają, że leworęczność jest dziedziczna. Jednak większość leworęcznych dzieci (około 80 proc.) ma praworęcznych rodziców. Natomiast w przypadku gdy oboje rodzice są leworęczni, prawdopodobieństwo, że ich dziecko będzie leworęczne, wynosi aż 46 proc. Ta skłonność ujawnia się już w życiu płodowym, nasila się stopniowo wraz z rozwojem dziecka i utrwala około 2. roku życia.

Krótka historia leworęczności

Leworęczność wynika także z wpływu czynników kulturowych. Istniała bowiem od zawsze. Już w prehistorycznych jaskiniach archeolodzy odkryli malowidła wykonywane przez osoby leworęczne. Jednak przez wieki osoby preferujące lewą rękę były postrzegane inaczej niż praworęczne.

W starożytności leworęczność uważano za dar od bogów. Natomiast w czasach średniowiecza uznawana była za domenę magów, czarownic, a nawet samego diabła, który miał chrzcić swoich wyznawców lewą ręką. Jeszcze do lat 80. XX wieku leworęczne dzieci były strofowane za pisanie lewą ręką i zmuszane do posługiwania się tylko ręką prawą.

Wiem to z autopsji, bo wychowywałam się w tamtych czasach jako osoba leworęczna. Na szczęście moi rodzice nigdy nie „przestawiali" mnie na prawą rękę tak jak np. rodzice mojej koleżanki, która z tego powodu umie pisać teraz obiema rękoma, ale preferuje lewą, bo tak jest jej znacznie wygodniej.

Musiałam jednak dostosować się, aby funkcjonować w świecie przystosowanym do osób praworęcznych, co nie było do końca łatwym zadaniem. To, co dla innych naturalne,mnie początkowo sprawiało trudność. Wykonywanie niektórych czynności siłą rzeczy musiałam opanować także za pomocą prawej ręki, np. obsługę skrzyni biegów w samochodzie czy myszki komputerowej. Do dziś mam jednak problem z jedzeniem sztućcami (w której nóż, a w której widelec?), a czasem także mylą mi się strona prawa z lewą, chociaż nigdy za kierownicą, co jest zaskakujące.

Z badań wynika, że leworęczne dzieci, które były zmuszane do pisania prawą ręką, miały gorsze wyniki nauki w szkole, nie chciały do niej chodzić, a nawet miały zaburzenia nerwicowe takie jak tiki, lęki i jąkanie.

Na szczęście obecnie nikt już nie uważa leworęczności za wadę i nie próbuje jej usilnie naprawiać. Można już kupić nożyczki, zeszyty czy inne przybory szkolne, a nawet narzędzia czy przybory kuchenne zaprojektowane specjalnie dla osób leworęcznych.

Cechy osób leworęcznych

Wbrew teoriom z początku lat 80. XX w. nowsze badania udowodniły, że osoby leworęczne nie są pod żadnym względem „gorsze" od praworęcznych, a wręcz przeciwnie. W niektórych dziedzinach wyróżniają się nieprzeciętnymi umiejętnościami. Może to wynikać z faktu, że leworęczność jest „trudniejsza" dla mózgu i wiąże się z większym wysiłkiem umysłowym. Leworęczni są bardziej spostrzegawczy i kreatywni, mają większą zdolność do nieszablonowego myślenia. Lepiej radzą sobie z rozwiązywaniem trudnych problemów, mają też większą zdolność do nauki języków obcych oraz większy zasób słownictwa niż osoby praworęczne.

Leworęczność występuje u około 10-12% populacji na całym świecie, co oznacza, że jest to stosunkowo rzadka preferencja manualna. Częstość ta może się różnić w zależności od kraju i kultury

Z badań neuropsychologów wynika, że połączenia między lewą i prawą półkulą mózgu działają u nich szybciej. Dzięki temu leworęczni myślą szybciej, bo obie półkule mózgowe dzielą się zadaniami po równo. Szybciej też przetwarzają i interpretują dużą ilość informacji oraz większa ilość osób leworęcznych ma IQ (iloraz inteligencji) znacznie powyżej przeciętnej. Z innych badań natomiast wynika, że osoby posługujące się sprawniej lewą ręką częściej cierpią na alergie, choroby autoimmunologiczne i choroby tarczycy.

Nowe badanie naukowców z Max Planck Institute wykazało, że leworęczność może być uwarunkowana genetycznie. Badacze zidentyfikowali rzadką kombinację genów zaangażowaną w kontrolowanie kształtu komórek i zarejestrowali ją aż 2,7 razy częściej u osób, które deklarują leworęczność. Wariant ten, nazwany genem TUBB4B, dotyczy jednak niewielkiej liczby wszystkich leworęcznych osób. Zauważono go tylko u około0,1 proc. badanych, jednak naukowcy są zgodni, że TUBB4B może grać istotną rolę w generalnym rozwoju asymetrii mózgowej, która determinuje wybór ręki dominującej.

– Przykładowo u większości ludzi lewa półkula dominuje w przypadku umiejętności językowych, a prawa w przypadku zadań, które wymagają orientacji w przestrzeni – tłumaczy neurobiolog Clyde Francks z holenderskiego wydziału psycholingwistyki Instytutu Maxa Plancka, autor badania opublikowanego w piśmie naukowym „Nature". – Zwykle lewa półkula dominuje nad prawą dłonią. Łączący je nerw przechodzi z lewej na prawą przez niższe struktury mózgu. U leworęcznych zaś to prawa półkula dominuje nad dłonią dominującą.

Leworęczni mają swoje święto

Wśród znanych i wybitnych osób w historii znajduje się wielu leworęcznych, m.in. Arystoteles, Napoleon, Leonardo da Vinci, Maria Skłodowska-Curie, Newton, Charlie Chaplin, Steve Jobs, Bill Gates, Lady Gaga, Ronald Reagan, Barack Obama, Andrzej Wajda czy Albert Einstein.

Międzynarodowy Dzień Osób Leworęcznych – święto osób leworęcznych – obchodzone jest 13 sierpnia. Organizuje je od 1992 roku międzynarodowa organizacja „Klub Leworęcznych" (ang. The Left Handers Club) powstała w 1990 roku, której siedziba znajduje się w Wielkiej Brytanii. W Polsce po raz pierwszy obchodzono jew 2006 roku.

eprasa.pl 8d373614bf

U STOMATOLOGA

Dentysta może może ci zadać bardzo dziwne pytania. To nie przypadek

Rozmowa z dentystą może obejmować kwestie dotyczące jakości snu, poziomu stresu, chrapania, a także stosowania różnych leków

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Okazuje się, że sen ma ze zdrowiem jamy ustnej znacznie więcej wspólnego, niż mogłoby się wydawać. Nie chodzi jedynie o sny, w których wypadają zęby. W końcu około jednej trzeciej życia spędzamy śpiąc, a w tym czasie jama ustna wcale nie jest całkowicie „wyłączona".

– Przede wszystkim w czasie snu spada wydzielanie śliny, co może sprzyjać rozwojowi próchnicy, jeśli zapomnieliśmy o wieczornym umyciu zębów, ponadto suchość nasila oddychanie przez usta. Dentysta może zapytać o chrapanie, w którym niemałą rolę odgrywa obecność wad zgryzu, ale co więcej, dentysta może także zalecić szynę minimalizującą tę dolegliwość i poprawiającą utrzymanie właściwego toru oddechowego. Także dentysta, pytając o sen, może zasugerować wizytę u laryngologa, podejrzewając bezdech senny – opisuje lek. dent. Paulina Moczyńska z VIVADENTAL Medicover Stomatologia w Gdańsku.

Specjaliści zwracają również uwagę, że popularne ostatnio zaklejanie ust lub nosa na noc za pomocą specjalnych plastrów nie jest rozwiązaniem problemów z oddychaniem podczas snu. Tego typu metody nie mają potwierdzonej skuteczności, a wszelkie trudności z drożnością nosa powinny być konsultowane z lekarzem.

Podczas wizyty stomatolog może więc dopytywać nie tylko o samo chrapanie, lecz także o inne objawy mogące świadczyć o zaburzeniach snu. Wśród nich są m.in. poranny nieświeży oddech, uczucie suchości w ustach wymagające nocnego popijania wody, epizody przerw w oddychaniu czy brak poczucia wypoczynku po przebudzeniu. Cennym źródłem takich informacji bywa nie tylko partner śpiący obok, ale również aplikacje monitorujące sen i rejestrujące nocne zaburzenia oddechu.

Żyjesz w stresie? To pytanie może paść w gabinecie

Na pierwszy rzut oka pytanie o poziom stresu może wydawać się mało związane z wizytą u stomatologa. Coraz więcej badań i doświadczeń klinicznych pokazuje jednak, że przewlekłe napięcie psychiczne potrafi bardzo wyraźnie odbijać się na zdrowiu jamy ustnej, wpływając zarówno na stan zębów, jak i tkanek otaczających.

– U niektórych osób przewlekły, nasilony stres objawia się rozwinięciem bruksizmu, czyli nieświadomego, nadmiernego zaciskania i zgrzytania zębami. Może on wystąpić zarówno nocą, jak i za dnia, podczas zwiększonego napięcia. Ma całkiem poważne skutki, jak na przykład pojawianie się ubytków przyszyjkowych, ścieranie i kruszenie szkliwa, rozchwianie zębów oraz zaburzenia stawów skroniowo-żuchwowych objawiających się trudnymi do zdiagnozowania bólami w obrębie żuchwy, uszu, oczu, głowy i karku – wyjaśnia dentystka i dodaje: – Mało tego! U osób odczuwających przewlekłe napięcie może dojść do rozwinięcia aftoz w wyniku reakcji układu odpornościowego. Pamiętajmy, że stres nie jest pojęciem abstrakcyjnym, a jest to szereg reakcji fizjologicznych naszego organizmu w odpowiedzi na odczuwane zagrożenie.

Czy przyjmuje pani leki na cukrzycę?

Jeszcze niedawno pytanie o leki stosowane w leczeniu otyłości lub cukrzycy trudno byłoby uznać za element standardowego wywiadu stomatologicznego. Dziś jednak analogi GLP-1 są tak powszechnie stosowane, że informacja o ich przyjmowaniu może mieć znaczenie również dla zdrowia jamy ustnej i przebiegu leczenia dentystycznego.

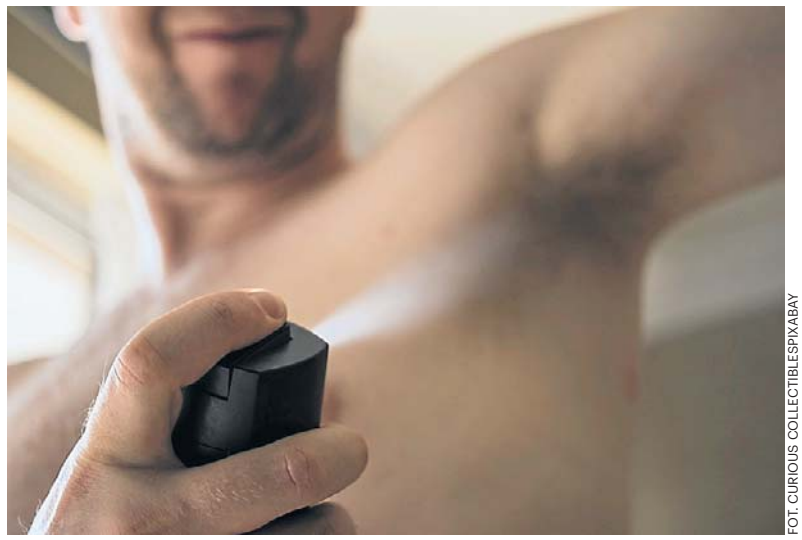
– Leki stosowane w terapii choroby otyłościowej oprócz łaknienia mogą zmniejszać odczuwanie pragnienia i takie głosy pacjentów do nas dochodzą, że zapominają pić. A jeśli mało pijemy, wracamy do pierwotnego problemu, czyli zbyt małej ilości śliny w jamie ustnej. Przez to ryzyko próchnicy i chorób dziąseł znacząco rośnie.

Sprawą poważną są też refluks żołądkowo-przełykowy i wymioty. Te czynniki obniżają pH w jamie ustnej, a więc zwiększają kwasowość, co z kolei skutkuje rozwojem kwasowej erozji szkliwa, a to obserwujemy m.in. po charakterystycznych zmianach na odjęzykowej stronie koron – przestrzega ekspertka z VIVADENTAL Medicover Stomatologia.



FOT. MAGNIFIC

Wywiad, jaki z pacjentem przeprowadza stomatolog, może być bardzo szczegółowy i dotyczyć nie tylko jamy ustnej



FOT. CURIOUS COLLECTIBLESPIXABAY

Zastosowanie dezodorantu na noc po kąpieli może zachować przyjemny zapach skóry do poranka, a nawet dłużej

HIGIENA

Rano, a może wieczorem? Wiemy, kiedy najlepiej stosować antyperspirant

Gabriela Fedyk

Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu? Jedni robią to po kąpieli przed położeniem się spać, inni czekają z aplikacją do rana. Kto ma rację?

Codziennie myjesz zęby, twarz, ciało i nakładasz dezodorant. Niektórzy tę ostatnią czynność robią wieczorem, przed pójściem spać, inni przy porannej toalecie. Co na to ekspertka? Kiedy najlepiej używać antyperspirantu lub dezodorantu?

– Najpierw warto wspomnieć o tym, że dezodorant i antyperspirant to są różne preparaty dla osób o różnych potrzebach – mówi dr Karolina Kozera-Wojtan, dermatolożka, lekarka medycyny estetycznej grupy LUX MED.

Na czym polega różnica?

– Dezodorant niweluje nieprzyjemny zapach i minimalnie zmniejsza ilość tworzących się bakterii, natomiast antyperspirant jest preparatem specjalistycznym dla osób z nadpotliwością skóry, który ma ograniczać pracę gruczołów potowych – wyjaśnia ekspertka.

Jak podkreśla dr Kozera-Wojtan, aplikowanie antyperspirantu na noc powoduje lepsze wchłanianie się i zwiększa jego efektywność.

– W nocy praca gruczołów potowych jest mniejsza, mniejsza wilgotność sprzyja również wchłanianiu – dodaje.

Dr Karolina Kozera-Wojtan mówi, że nakładanie antyperspirantów na noc sprzyja osiągnięciu najlepszych efektów działania. W przypadku dezodorantów nie ma ani takich wskazań bezpośrednich, ani przeciwwskazań.

– Praca gruczołów potowych jest mniejsza i też mniejsze zapotrzebowanie na dezodorant. Z drugiej strony mniej, ale nadal pracują i po zastosowaniu dezodorantu na noc po kąpieli możemy zachować przyjemny zapach skóry tej okolicy do poranka albo i dłużej – dodaje dermatolożka.

Dlaczego lepiej nakładać antyperspirant wieczorem?

W nocy temperatura twojego ciała spada, a to oznacza, że mniej się pocisz. Gdy gruczoły potowe są mniej aktywne, kanaliki potowe mogą lepiej wchłaniać substancję czynną z antyperspirantu. To właśnie w nocy produkt ma czas, aby wniknąć i skutecznie zablokować kanaliki potowe.

Rano gruczoły potowe są bardziej aktywne, a substancje czynne mogą mieć trudności z wniknięciem w skórę i dotarciem do miejsc, w których powinny się znaleźć.

Co ważne, nie rób tego od razu po kąpieli. Dlaczego? Antyperspiranty są najskuteczniejsze, gdy są stosowane na bardzo suchą skórę. Jeśli powierzchnia skóry jest wilgotna, antyperspirant nie dotrze do wnętrza porów, co jest konieczne, aby blokować pot. Najlepiej nakładaj go po wytarciu ręcznikiem i całkowitym wyschnięciu pach.

Warto pamiętać, że pocenie reguluje temperaturę ciała i chroni organizm przed przegrzaniem. Za ten proces odpowiadają głównie gruczoły ekrynowe rozmieszczone na całej skórze.

Z kolei gruczoły apokrynowe (m.in. pod pachami) produkują pot, który w połączeniu z bakteriami może powodować nieprzyjemny zapach. Dlatego tak ważna jest nasz codzienna higiena.

eprasa.pl 8d373614bf

W GABINECIE SPECJALISTY



FOT. GETTY IMAGES

Nie można bagatelizować pierwszych sygnałów, które mogą świadczyć o problemach z naczyniami krwionośnymi. Teraz łatwiej jest umówić się na pierwszą wizytę

Chirurg naczyniowy w centralnej e-rejestracji. Łatwiej o pierwszą wizytę

Od niedawna pacjenci mogą łatwiej umówić się na pierwszą wizytę u chirurga naczyniowego i angiologa. Warto z tego skorzystać.

Katarzyna Wąs-Zaniuk

Żylaki to jeden z najczęstszych problemów zdrowotnych współczesnych Polaków. Z przewlekłą niewydolnością żylną zmaga się niemal połowa dorosłej populacji, a schorzenie to występuje częściej niż takie choroby przewlekłe, jak cukrzyca czy nadciśnienie tętnicze. Kluczowe znaczenie dla skutecznego leczenia ma wczesna diagnostyka oraz konsultacja z odpowiednim specjalistą.

Od 1 sierpnia 2026 r. pacjentom ma to ułatwić rozszerzona centralna e-rejestracja, która obejmuje kolejne specjalizacje, w tym angiologię i chirurgię naczyniową.

Czym różni się chirurg naczyniowy od angiologa?

Do systemu zostali włączeni także endokrynolodzy, nefrolodzy, neonatolodzy, pulmonolodzy, specjaliści chorób zakaźnych, hepatolodzy oraz lekarze zajmujący się chorobami układu odpornościowego.

Choć zarówno angiolog, jak i chirurg naczyniowy zajmują się chorobami naczyń krwionośnych i układu limfatycznego, zakres ich pracy jest nieco inny.

Angiolog koncentruje się przede wszystkim na diagnostyce oraz leczeniu zachowawczym – dobiera odpowiednią farmakoterapię, zaleca profilaktykę i monitoruje przebieg choroby.

Chirurg naczyniowy również diagnozuje schorzenia naczyń, jednak jego specjalnością jest leczenie zabiegowe i operacyjne.

Jak zapisać się do angiologa lub chirurga naczyniowego?

Od 1 sierpnia pierwszą wizytę u angiologa lub chirurga naczyniowego można umówić łatwiej niż dotychczas – bez wychodzenia z domu i bez konieczności kontaktu z rejestracją placówki. Wszystko można załatwić online, korzystając z Internetowego Konta Pacjenta lub aplikacji mojeIKP.

Dla osób, które wolą tradycyjne rozwiązania, nadal pozostanie możliwość rejestracji telefonicznej lub bezpośrednio w poradni. W takiej sytuacji pracownik placówki wprowadzi zgłoszenie do systemu w imieniu pacjenta.

Nowe rozwiązanie ma przede wszystkim ułatwić znalezienie dogodnego terminu i ograniczyć czas spędzony na poszukiwaniu wolnych miejsc. System pozwoli nie tylko sprawdzić dostępne wizyty, ale także je przełożyć lub odwołać. Pacjenci otrzymają również przypomnienia SMS i e-mail, dzięki czemu łatwiej będą pamiętać o zaplanowanej konsultacji.

Warto wspomnieć też o funkcji poczekalni, która „pilnuje" wolnych terminów za pacjenta. Gdy zwolni się wizyta odpowiadająca jego oczekiwaniom, system może automatycznie zaproponować zapisanie się na konsultację. Nie warto bagatelizować pierwszych sygnałów, które mogą świadczyć o problemach z naczyniami krwionośnymi. Do wizyty u angiologa lub chirurga naczyniowego powinny skłonić przede wszystkim żylaki kończyn dolnych, uczucie ciężkości nóg, obrzęki, przebarwienia skóry, a także drętwienie, mrowienie czy ból kończyn. Konsultacja ze specjalistą jest wskazana również wtedy, gdy pojawiają się nawracające duszności lub ból w klatce piersiowej, zwłaszcza jeśli promieniuje do innych jej części. Takie objawy mogą świadczyć o poważnych schorzeniach naczyniowych i wymagają szybkiej diagnostyki.

Dostęp do specjalisty zależy od miejsca zamieszkania

Różnice między województwami są znaczące.

W woj. łódzkim na pierwszą wizytę czeka się średnio 91 dni, w małopolskim kolejka wynosi średnio aż 479 dni. W lubelskim to 111 dni, w kujawsko-pomorskim 235 dni, a w dolnośląskim 309 dni.

DIETA

Nie chodzi o to, co jesz, lecz jak to jesz. Zacznij jeść uważnie, a poczujesz się lepiej i schudniesz

Emil Hoff

Drobna zmiana w sposobie spożywania posiłków może odmienić twoje życie. Polski naukowiec, prof. Wojciech Kolanowski, tłumaczy, dlaczego każdy powinien jeść uważnie.

Nie tylko to, co jemy, ma wpływ na nasze zdrowie, kondycję i sylwetkę, ale także to, w jaki sposób spożywamy nasze posiłki – wynika z badań prof. Wojciecha Kolanowskiego, eksperta ds. żywienia z Państwowej Akademii Nauk Stosowanych w Przemyślu.

Jedzenie jest złożonym procesem

– Jedzenie to złożony proces biopsychospołeczny. Oznacza to, że posiłek nie tylko dostarcza organizmowi energii, ale reguluje wiele układów: hormonalny, nerwowy, metaboliczny i emocjonalny – mówi prof. Kolanowski w rozmowie z PAP, komentując swoją najnowszą publikację napisaną razem z dr Robertą Foligni z Uniwersytetu San Rafaele w Rzymie.

Według autorów kluczowe dla naszego zdrowia jest uważne jedzenie, które powinno stanowić podstawę higieny żywienia. Uważne jedzenie powoduje, że pokarm lepiej się trawi, następuje lepsza odpowiedź insulinowa, wydzielane są odpowiednio wcześnie hormony odpowiedzialne za poczucie sytości.

Dzięki temu lepiej przyswajamy substancje odżywcze i szybciej czujemy się nasyceni, a więc nie przejadamy się. Uważne jedzenie wiązane jest – według prof. Kolanowskiego – także z tzw. osią jelito-mózg.

Kto je uważnie, u tego sygnały sytości przekazywane są sprawniej nerwem błędnym, dzięki czemu łatwiej nam kontrolować porcje i w konsekwencji masę ciała.

Uważne jedzenie to koncepcja kładąca nacisk – jak można się domyślić po nazwie – na skupianiu uwagi na posiłku. Kiedy skupiamy się na jedzeniu, nasze ciało przeprowadza szereg reakcji, które mają przygotować organizm na przyjęcie pokarmu i wchłonięcie zawartych w nim substancji odżywczych. Dobrze przygotowany do jedzenia organizm lepiej trawi i nasyca się szybciej, dzięki czemu możemy wyciągnąć więcej z każdego posiłku, a jednocześnie jeść mniej.

Jak jeść uważnie?

Prof. Wojciech Kolanowski udziela wskazówek:

- nie spiesz się. Jedz przez 20-30 minut, rób krótkie przerwy między kolejnymi kęsami;
- dokładnie gryź i przeżuwaj. To ułatwia trawienie, a także dodatkowo spowalnia jedzenie;
- nie rozpraszaj się. Odłóż telefon, nie oglądaj telewizji przy obiedzie. Skup się na posiłku – jego smaku, zapachu, fakturze;
- staraj się odprężyć. Myśl o jedzeniu, nie o pracy czy obowiązkach. Oddychaj głęboko i spokojnie;
- skończ, gdy poczujesz sytość. To kluczowe – uczucie sytości sygnalizuje, że organizm ma już dość pokarmu i możesz przestać jeść;
- jedz o regularnych porach. Odpowiedź hormonalna, metaboliczna, nerwowa i emocjonalna na jedzenie jest najlepsza wtedy, gdy przyzwyczaimy ciało do posiłków o stałych porach. Wtedy organizm sam nastraja się do jedzenia.



FOT. PIXABAY

Codzienne nawyki związane z jedzeniem mają ogromny wpływ na nasze zdrowie i kondycję. Warto jeść uważnie – zaleca naukowiec

eprasa.pl 8d373614bf

PROGRAMOWO

G. 17:15

Dziewczyna i chłopak

TVP Kultura

O książce Hanny Ożogowskiej „Dziewczyna i chłopak, czyli heca na czternaście fajerek" już w chwili jej wydania w 1961 r. pisano, że stanowi doskonały materiał na scenariusz filmu dla dzieci. Przeniesienia na ekrany (telewizorów i kin) doczekała się jednak 16 lat później. Reżyser Stanisław Loth oraz scenarzystki Hanna Ożogowska i Anette Olsen „oczyścili" materiał literacki ze wszystkiego, co mogłoby trącić staroświecczyzną i pozostawili jedynie przygodę. Cała historia zaczyna się w ostatnim dniu roku szkolnego. Bliźniakom Tomkowi i Tosi rodzice obiecali wyjazd na Mazury. Wcześniej mają spędzić miesiąc u cioci na wsi. Niestety, plany muszą ulec korekcie, bo Tomek ma poprawkę z historii. Zamiast do cioci ma jechać do wuja Stefana. By ratować brata, Tosia w „męskim" przebraniu jedzie zamiast niego. Zostawia list, aby Tomek przebrał się za nią i pojechał do ciotki na wieś.





G. 20:10

Prosta sprawa

Ale Kino+ HD

Mężczyzna o nieznanym imieniu i burzliwej przeszłości pojawia się w mieście. Celem jego wizyty jest spłata długu zaciągniętego wiele lat temu u przyjaciela. Sprawy szybko sie komplikują bo jego przyjaciel – człowiek, któremu ma oddać pieniądze – zadarł z mafią. Od tego momentu bezimienny bohater prowadzi batalię z bezwzględnymi gangsterami, której stawką jest sprawiedliwość dla pokrzywdzonych przez bandytów ludzi. Jeden zły ruch może go jednak kosztować życie... jego i innych. W serialu z 2024 roku pojawia się plejada znakomitych polskich aktorów: Mateusz Damięcki jako tytułowy bezimienny bohater, Piotr Adamczyk jako Kazik, Magdalena Wieczorek w roli dziennikarki Justyny, Mateusz Kmiecik jako Czacha, Izabela Kuna jako Joanna Gawelek, Maciej Musiał, Mateusz Więcławek, Krzysztof Zalewski i Maciej Damięcki.

G. 18:15

1920. WOJNA I MIŁOŚĆ

TVP Historia

Serial historyczny z elementami sensacyjnymi „1920. Wojna i miłość" opowiada o jednym z najważniejszych okresów w dziejach Polski – o walce o niepodległość w 1920 r. Akcja rozpoczyna się w 1918 r. w pogrążonej chaosem Rosji, gdzie poznajemy głównych bohaterów – Bronka, Władka i Józefa. Bronek Jabłoński (Jakub Wesołowski) jest oficerem rosyjskiej armii. Wpada w ręce bolszewickiego oddziału dowodzonego przez okrutnego Tkaczenkę, ale udaje mu się zbiec. Władek Jarociński (Wojciech Zieliński) ze Śremu, żołnierz pruskiej armii i Józef Szymański (Tomasz Borkowski), matematyk ze Lwowa, oficer w austro–węgierskiej c. k. armii stają naprzeciw siebie w bitwie. Józefowi udaje się wyrwać z niemieckiego okrążenia. Władek, wbrew własnej woli, zostaje dezerterem. Wkrótce do uciekinierów dołącza Bronek. Całą trójkę zatrzymuje niemiecka żandarmeria i trafiają do obozu internowania. 11 listopada 1918 r. przychodzi niepodległość. Trzej koledzy wyruszają w kierunku Warszawy. Los sprawia, że ich historie się przeplatają, a spotkania następują w najbardziej nieoczekiwanych okolicznościach.



G. 14:05

Splątane losy

TVP 1

Ayfer martwi się o męża. Halil jest bowiem rozkojarzony, nie je i nie śpi. Ayfer nie wie, co go dręczy. Mine natomiast nudzi się w rezydencji. Woli się bawić z innymi dziećmi, ale to wykluczone. Munevver wspomina chwile, kiedy Pakize i Çetin byli dziećmi. Burak postanawia unika Yasemin, by jej do siebie nie zrazić. Finalnie Munevver „ulega" wnuczce i wysyła Mine do parku z Suzan. Towarzyszy im Halil. Dorośli liczą, że pojawi się tam Yasemin.



G. 16:00

Dziedzictwo

TVP 1

Semih ukrywa swoje obrażenia i w panice kontynuuje intrygę. Nana przyznaje Aynur, że czuje coś do Poyraza, ale woli tłumić uczucia. Isil zapowiada Ezgi, że doprowadzi do jej ślubu z Sinanem, który wyraźnie faworyzuje Aynur. Cansel podsłuchuje rozmowę Şahina İbrahim i Czarną kłócą się o imię dla ich dziecka.

G. 17:20

Panna młoda

TVP 2

Derya wreszcie wyznaje Cemilowi prawdę o Hancer, jej stanie i pomysłach. Niedługo później dochodzi do dramatycznej konsfrontacji Meliha, Hancer i Cihana w domu Cemila. Wybucha awantura, jakiej jeszcze nie było! Z kolei Sinem traci wszelkie złudzenia i sentyment do Meliha. Czuje się oszukana. Melih natomiast składa propozycję Hancer. Czy ją przyjmie?

eprasa.pl 8d373614bf

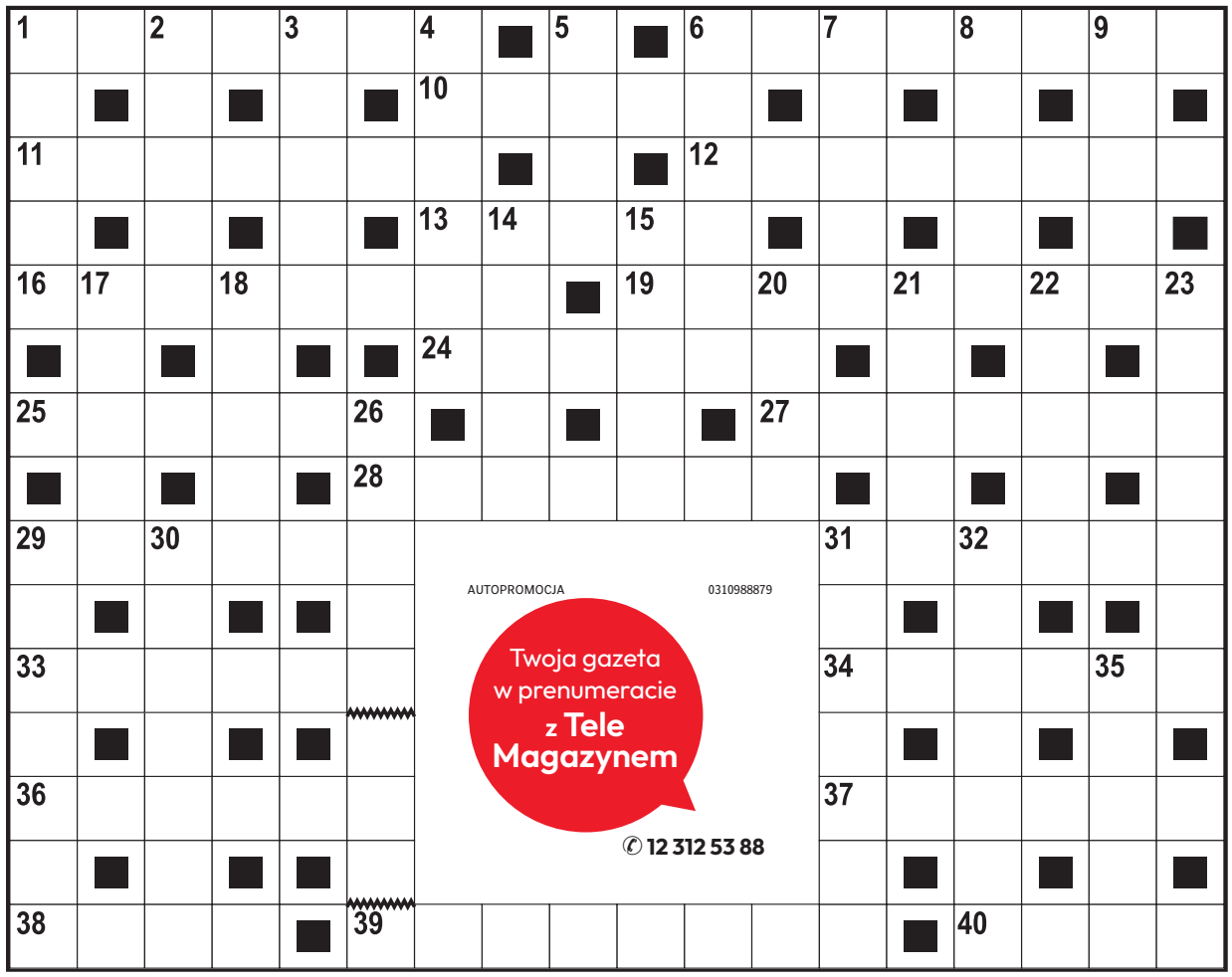
KRZYŻÓWKA NR 123

Poziomo:

1) Tomasz, aktor z filmu „Listy do M.”,
6) nadwyżka gotówki w kasie,
10) fachowiec od okularów,
11) Bilbo, bohater powieści „Władca Pierścieni”,
12) motyw zdobniczy w architekturze,
13) między kondygnacjami,
16) profesor … Gąbka, porwany do Krainy Deszczowców,
19) wysoki ptak z Afryki, wężojad,
24) silnie usztywnione płótno introligatorskie,
25) zarośnięta wyspa na rzece,
27) leczy miętą, rumiankiem,
28) „… posłów greckich”, tragedia Jana Kochanowskiego,
29) ssak spokrewniony z kozą domową,
31) miękki metal, berylowiec,
33) na czele spółdzielni,
34) „… gotuje”, program kulinarny śląskiego kucharza,
36) doświadczenie nabyte przez lata praktyki,
37) na ramionach harcerki,
38) pleciony z wikliny,
39) fałda na spódnicy,
40) sala wykładowa na uniwersytecie.

Pionowo:

1) turecka potrawa z jagnięciny,
2) pieczywo na śniadanie,
3) Elza z afrykańskiego buszu,
4) Wojciech, współtwórca „Panoramy Racławickiej”,
5) nadaje kierunek łodzi,
6) drewniane wiaderko na mleko,
7) miejsce zaniku wód na obszarze krasowym,
8) polska fabryka rowerów,
9) Jan Kiepura lub Jose Carreras,
14) lubi wędrować po świecie,
15) drzewo o „drżących” liściach,
17) najmłodsza żona proroka Mahometa,
18) Jerzy, aktor z komedii „Gdzie jest generał?”,
20) skacze na pochyłe drzewo,
21) wybrany król przed koronacją,
22) Jorge, brazylijski pisarz („Kakao”),
23) strącenie poprzeczki przez tyczkarza,
26) horror z rolą Brada Pitta,
29) wielkanocne ciasto jak ptak,
30) biały kruk, rzadkość,
31) słodka bułka drożdżowa,
32) przestarzale o księgowości,
35) fartuch ochronny, chałat.

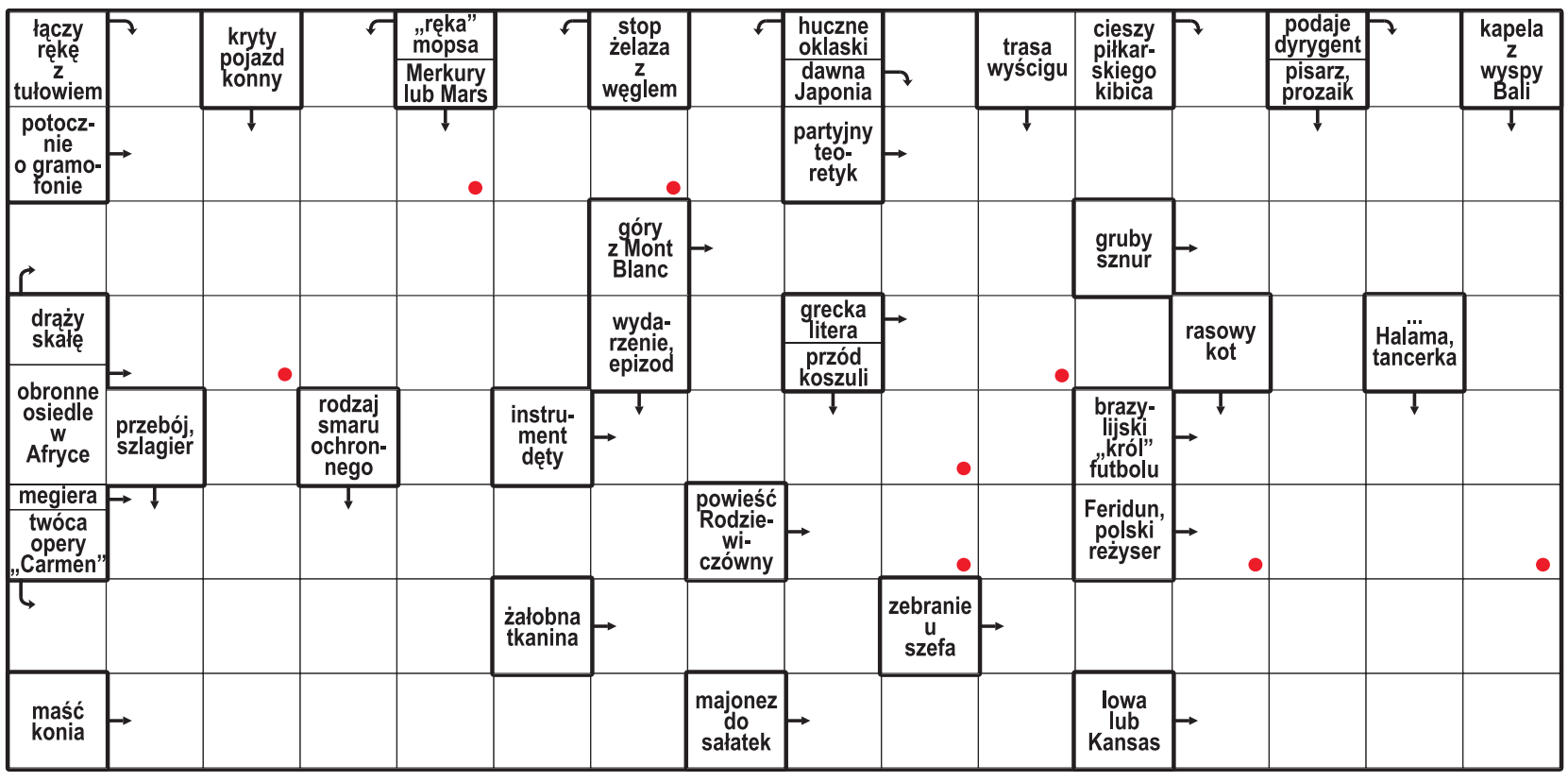


AUTOPROMOCJA 0310988879
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 12 312 53 88

ROZWIĄZANIE NR 122

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: PERSONEL.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś postaw na odwagę i działaj bez zwłoki. Horoskop dzienny zapowiada szansę na sukces.

Ryby (19.02 - 20.03)
Ruszaj na nowe wyzwania. Horoskop na dziś wróży, że szczera rozmowa przyniesie ci ważną wskazówkę.

Baran (21.03 - 19.04)
Uda ci się rozwiązać problem. Horoskop dzienny na środę mówi, że odzyskasz pewność siebie.

Byk (20.04 - 20.05)
Czeka cię ciekawa wiadomość. Horoskop dzienny zapowiada, że otworzy przed tobą nowe możliwości.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Zaufaj intuicji - podpowie ci właściwą drogę. Horoskop na dziś mówi, że bliska osoba okaże ci wsparcie.

Rak (22.06 - 22.07)
Twoja energia przyciągnie uwagę innych. Horoskop dzienny na środę wróży, że zabłyśniesz pomysłem.

Lew (23.07 - 22.08)
Drobne szczegóły okażą się dziś ważne. Horoskop dzienny radzi we wszystkim zachowywać spokój.

Panna (23.08 - 22.09)
Horoskop na dziś zapowiada, że rozmowa przyniesie ci ulgę i pomoże odbudować harmonię.

Waga (23.09 - 22.10)
Nie ukrywaj swoich uczuć. Horoskop dzienny na środę mówi, że szczerość pozwoli ci zamknąć trudny temat.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Los sprzyja spontanicznym decyzjom. Horoskop dzienny mówi, że nowa propozycja przyniesie ci wiele radości.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Cierpliwość przyniesie efekty. Horoskop na dziś podpowiada, by skupić się na jednym celu.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Kreatywny pomysł może dziś zmienić twoje plany. Horoskop dzienny na środę radzi posłuchać intuicji.

eprasa.pl 8d373614bf



FOT. ARCHIWUM/GRZEGORZ KRÓŁ

Jeden z największych festiwali rockowych w Polsce ruszy w czwartek w Cieszanowie

WYDARZENIE

Od czwartku Cieszanów Rock Festiwal 2026

Podczas tegorocznej edycji jednego z największych festiwali rockowych w Polsce wystąpią m.in. Kobranocka, Dezerter, francuski Breakout (FR), Big Cyc, Acid Drinkers, Illusion, brytyjska grupa The Exploited

opr. baj

Jak zapewniają organizatorzy wydarzenia, od czwartku do soboty Cieszanów ponownie stanie się rockową stolicą Polski. „Trzy dni bez kompromisów. Legendarne składy, młoda krew i niesamowita atmosfera" - czytamy na stronie festiwalowej.

Krystian Naparty, dyrektor Centrum Kultury i Sportu w Cieszanowie, które jest organizatorem wydarzenia, zauważył, że Cieszanów Rock Festiwal od lat przyciąga fanów mocnych brzmień, niepowtarzalnej atmosfery i spotkań z artystami.

Legendy polskiego rocka i punka oraz zagraniczne gwiazdy

- Tegoroczna edycja zapowiada się jako jedna z najmocniejszych w historii wydarzenia. Na scenie pojawią się legendy polskiego rocka i punka, zagraniczne gwiazdy oraz zwycięzcy Przeglądu Kapel 2025 - przekazał.

Tradycyjnie podczas festiwalu koncerty odbywać się będą na scenie głównej i alternatywnej.

Festiwal rozpocznie się w czwartek koncertem zwycięzcy Przeglądu Kapel 2025. Później publiczność usłyszy Brown, Kobranockę, Dezertera, Wojtka Szumańskiego oraz projekt Polish Metal Alliance, który łączy muzyków czołowych polskich zespołów metalowych.

- To doskonałe otwarcie trzech dni wypełnionych gitarowym graniem - ocenił Naparty.

W kolejnych festiwalowych dniach zagrają jeszcze, oprócz finalistów Przeglądu Kapel 2025, m.in. Ga-Ga Zielone Żabki, francuski Breakout (FR), Big Cyc, reaktywowany Acid Drinkers oraz słowacka formacja Heľenine Oči, Koniec Świata, Farben Lehre – Projekt Punk, legendarna brytyjska grupa The Exploited oraz Illusion, jeden z najważniejszych zespołów polskiego rocka alternatywnego.

„Trzy dni koncertów, wyjątkowa atmosfera i line-up łączący legendy z nowymi zjawiskami polskiej sceny muzycznej sprawiają, że Cieszanów Rock Festiwal pozostaje jednym z najważniejszych rockowych wydarzeń w Polsce" – zapewniają organizatorzy i zapraszają do Cieszanowa.

Karnety i bilety na Cieszanów Rock Festiwal 2026można nabyć przez internet i na miejscu.

Cieszanów Rock Festiwal to nie tylko koncerty

Dodatkowymi atrakcjami są „wyjątkowa atmosfera tworzona przez tysiące uczestników", pole namiotowe, strefa City NGO, spotkania z artystami oraz liczne wydarzenia towarzyszące, „które od lat budują niepowtarzalny charakter imprezy".

W strefie City NGO każdej nocy, po zakończeniu koncertów na scenie głównej, odbywać się będą kameralne koncerty, na które wstęp jest wolny. Będzie także m.in. wystawa poplenerowa Klubu Twórców Sztuki ART-Dekor „Cieszanów + 2026" inspirowana lokalnymi zabytkami, krajobrazami.

„Uwolnij książkę"

W przestrzeni City NGO będzie można także np. wziąć udział w akcji „Uwolnij książkę", skorzystać z porad prawnych, spotkać osoby ze Wspólnoty AA – Intergrupa Kresy i porozmawiać o trzeźwieniu oraz dostępnych formach wsparcia, a także wziąć udział w warsztatach i aktywnościach przygotowanych zarówno dla dorosłych, jak i dzieci. Szczegóły dostępne są na stronie: ckicieszanow.pl

(api/PAP)



FOT. ARCHIWUM/MATERIAŁY ORGANIZATORA

Koncerty odbywać się będą na scenie głównej i alternatywnej

DROBNE

Praca

ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIĘ elektromonterów do pracy w Rzeszowie. tel. 507-174-375

ZATRUDNIĘ elektromonterów do pracy w SKAWINIE. Warunek konieczny - chęci do pracy. tel. 507-174-375

ZATRUDNIĘ spawacza elektrycznego z książeczką lokalizacja Rzeszów tel. 507-174-375

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów montaż wkładów i nasad - 17 8623831

MALOWANIE-DACHÓW i elewacji mycie, czyszczenie, długoletnie doświadczenie, wycena gratis + gwarancja. tel. 786 344 700

AUTOPROMOCJA

nowiny nowiny24.pl

Czwartek z dreszczykiem

nowiny24.pl

REKLAMA 0011566936

WÓJT GMINY BRZYSKA

Stosownie do art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami

informuję,

że na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Gminy Brzyska wywieszony został wykaz nieruchomości stanowiących własność gminy Brzyska, przeznaczonych do użyczenia, stanowiący załącznik do Zarządzenia nr 76/2026 Wójta Gminy Brzyska z dnia 11.08.2026 r.

Bliższe informacje o nieruchomościach umieszczonych w tym wykazie można uzyskać w Urzędzie Gminy Brzyska, w pokoju nr 16 lub telefonicznie pod numerem 13 426 29 42.

REKLAMA 0111562220

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



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

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011566955

BURMISTRZ BRZOSTKU

1). podaje do publicznej wiadomości, że został sporządzony wykaz nieruchomości przeznaczonych na sprzedaż, położonych w Siedliskach-Bogusz, stanowiących własność Gminy Brzostek, wolnych od obciążeń.

Lp.	Nr działki	Pow. (m²)	Opis nieruchomości, tytuł własności	Przeznaczenie w planie	Położenie	Cena wywoławcza nieruchomości (zł)
1.	186/4	3615 m² (0,3615 ha)	budowlana RZ1D /00070522/3	brak	Siedliska-Bogusz	netto 97 598,00 + 23% VAT
2.	186/5	4043 m² (0,4043 ha)	zabudowana RZ1D /00070522/3	brak	Siedliska-Bogusz	brutto 147 870,00

2). I Publiczny Przetarg Ustny Nieograniczony (licytacja) na sprzedaż nieruchomości położonej w Kamienicy Górnej

Lp.	Nr działki	Pow. (m ²)	Opis nieruchomości, tytuł własności	Przeznaczenie w planie	Położenie	Cena wywoławcza nieruchomości brutto (zł)	Wadium (zł)
1.	540	590 m² (0,0590 ha)	rolna RZ1D /00038567/4	brak	Kamienica Górna	6 244,00	650,00

Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłata wadium przelewem na rachunek bankowy Urzędu Miejskiego w Brzostku nr 32 8589 0006 0080 0210 2020 0006 **do dnia 21.09.2026 r.**, tak aby w tym dniu znajdowało się na rachunku bankowym urzędu.

Szczegółowe informacje można uzyskać w Urzędzie Miejskim w Brzostku, biuro nr 7 lub telefonicznie pod nr (14) 680 30 05, na stronie internetowej www.brzostek.pl, bip.brzostek.pl oraz na tablicy ogłoszeń w Urzędzie, gdzie została umieszczona pełna informacja dot. przetargu.

eprasa.pl 8d373614bf

LEKKOATLETYKA

Sprint daje moc radości. Polka ponownie druga w Europie

Paweł Wiśniewski

Mamy pierwszy medal 27. edycji lekkoatletycznych mistrzostw Europy. W finale biegu na dystansie 100 metrów (+1,0 m/s) Ewa Swoboda sięgnęła z czasem 11,02 s po srebrny medal. Na „Alexander Stadium" szybsza była tylko Brytyjka Amy Hunt – 11.00 s. Brąz zdobyła mało znana Belgijka Delphine Nkansa (11,06 s), której tata pochodzi z Ghany.



FOT. PAP/ADAM WARŻAWA

Trzy najszybsze sprinterki w Europie. Od lewej: nasza Ewa Swoboda, Brytyjka Amy Hunt i Delphine Nkansa z Belgii

W 92-letniej historii European Athletics Championships reprezentacja Polski wywalczyła już 186 medali, w tym 59 złotych, 61 srebrnych i 66 brązowych. Zawody potrwają do niedzieli.

Ewa Swoboda znakomicie zareagowała na strzał startera (0,128 sekundy). Amy Hunt wyraźnie została w blokach, ale na dystansie potrafiła odrobić straty. Dotychczas urodziwą Brytyjkę lepiej znaliśmy ze świetnych występów na 200 metrów (m.in. wicemistrzyni świata z 2025 roku, rekordzistka świata do lat 18 – 22,42 s z 2019 roku, z „życiówką" 22,08 s!).

– Wróciłam tam, gdzie chciałam być, bo po paryskich igrzyskach było ze mną źle – stwierdziła nasza najszybsza sprinterka. – Dajcie się pocieszyć tym srebrem. Pozdrawiam wszystkich tych, którzy we mnie zwątpili i nie wierzyli. To dzięki wam znów tu jestem. Jestem z siebie bardzo zadowolona. Cieszę się, że to mnie znowu cieszy.

Swoboda wywalczyła dla Polski siódmy medal mistrzostw Europy na 100 metrów. Wcześniej dokonały tego: Stanisława Walasiewicz (złoto – 1938 rok), Teresa Wieczorek-Ciepły (brąz – 1962), Ewa Kłobukowska (złoto – 1966), Irena Szewińska (srebro – 1966 i złoto – 1974) oraz Ewa Swoboda (srebro – 2024).

Halowa rekordzistka Polski w biegu na 60 metrów (6,98 s – 2 marca 2024 r., Glasgow) po raz czwarty startowała na 100 metrów na mistrzostwach Europy organizowanych na otwatym stadionie (2018 – półfinał, 2022 – 4. miejsce, 2024 – 2. miejsce, 2026 - 2. miejsce). To rekord w kontekście liczby startów Polek w tej konkurencji na ME (poza Swobodą więcej niż dwa starty zanotowały tylko startujące ponad pół wieku temu Irena Szewińska i Danuta Jędrejek – po trzy).

Swobodę czeka jeszcze na tych mistrzostwach start w sztafecie 4 x 100 metrów kobiet. A już niebawem nasi kibice będą mogli zobaczyć jedną z najszybszych niewiast na Starym Kontynencie u siebie – 23 sierpnia w Chorzowie w biegu sztafety mieszanej 4 x 100 metrów i na 100 metrów oraz 26 sierpnia w Szczecinie na „setkę".

Kapitanami reprezentacji Polski na mistrzostwa Europy w Birmingham zostali wybrani – przez aklamację, czyli jednomyślnie, bez liczenia głosów – Natalia Bukowiecka i Wojciech Nowicki.

Niestety, nasz mistrz olimpijski (2020 r.) i 3-krotny mistrz Europy (2018, 2022 i 2024) w rzucie młotem już żegna się z imprezą, nie zdołał bowiem awansować do konkursu finałowego (w eliminacjach tylko 74,49 m...).

– Chciałbym rzucać dalej – wyjaśnił Nowicki. – Fizycznie jestem przygotowany, ale szwankuje technika. Nie mam odpowiedniego czucia. To smutne, ale muszę to przełknąć z pokorą. Bardzo chciałem wrócić do dobrej formy po kontuzji, ale na razie się to nie udaje. W tym sezonie mi się nie układa i młot nie leci tak daleko, jakbym chciał.

ŻUŻEL

Sukcesy juniorów Cellfast Wilków Krosno. Do Watahy dołączył nowy zawodnik

Marek Bluj

Juniorzy Orlen Cellfast Wilków Krosno wystąpili w głównych rolach na torach Ostrowa i Piły. Do kadry Watahy dołączył nowy zawodnik z Danii. Jutro w Krośnie Wilki o 20.30 zmierzą się z Innpro ROW-em Rybnik. To ostatni mecz rundy zasadniczej Metalkas 2. Ekstraligi obu ekip. Na jego wynik czekać będzie Dakar Development Stal Rzeszów i jej kibice.

Oskar Kręglicki z dorobkiem 14 punktów wygrał w Ostrowie Wielkopolskim 6. rundę Indywidualnego Pucharu 2. Ekstraligi U19, a Radosław Kowalski dobył 11 oczek i stanął na trzecim stopniu podium. Kręglicki, lider cyklu powiększył swoją przewagę nad rywalami i jest blisko zwycięstwa, bo to była już przedostatnia runda. Krośnianin znajduje się w świetnej formie. Tylko w czwartym wyścigu, czyli swoim pierwszym w zawodach był drugi za Filipem Seniukiem z Ostrovii, a w kolejnych zdobywał same trójki. Kowalski najpierw przyjechał na metę za Adrianem Przybyło z Dakar Development Stali Rzeszów, a w dwunastym wyścigu był czwarty i musiał zadowolić się trzecią lokatą.

Piąte miejsce z 10. punktami zajął wspomniany Przybyło, młodzieżowiec Stali Rzeszów. Ostatnie zawody z tego cyklu odbędą się 17 sierpnia na rzeszowskim torze.

W rundzie Pucharu GKSŻ 500Rcc w Pile bardzo dobrze spisał się Fabian Brożyna, który zdobył 12 punktów i zakończył zawody na 2. miejscu, tuż za Franciszkiem Szczyrbą, który kolejny już raz był bezkonkurencyjny i zgromadził komplet 15 punktów. Brożyna oprócz trzech „3", raz przyjechał trzeci, a raz drugi.



FOT. CELLFAST WILKI KROSNO

Oskar Kręglicki wygrał pewnie rundę IP2E U19 w Ostrowie Wlkp.

- Poszerzamy kadrę na finałową fazę rozgrywek - do teamu Cellfast Wilki Krosno do końca bieżącego sezonu dołączył Nicolai Heiselberg - poinformował we wtorek oficjalnie klub. 20-letni zawodnik z Danii został wypożyczony z PRES Grupy Deweloperskiej Toruń. Heiselberg leczy obecnie uraz kostki, którego nabawił się w finałowym wyścigu rundy SGP2 w Łodzi.

- Poszerzamy kadrę przed decydującymi spotkaniami tego sezonu. Chcemy mieć możliwie jak najwięcej wariantów personalnych i zabezpieczenie na różne scenariusze. Nicolai to młody, perspektywiczny zawodnik, który ma za sobą starty na wysokim poziomie juniorskim - między innymi w cyklu SGP2 czy w U24 Ekstralidze, gdzie jest liderem listy klasyfikacyjnej ze średnią ponad 2,6 punktu na bieg. Wierzymy, że po powrocie do pełnej sprawności będzie stanowił istotne wsparcie naszego teamu - powiedział menedżer Cellfast Wilków, Michał Finfa.

Jutro Wataha zakończy rundę zasadniczą Metalkas 2. Ekstraligi. Niezależnie od wyniku meczu z „Rekinami" pojedzie w rundzie play-down. Rezultat tego spotkania jest kluczowy dla ROW-u, ale także Stali Rzeszów. która ma jeszcze nadzieję na miejsce w play-off. ©℗

KOSZYKÓWKA | PZKOSZ 1 LIGA MĘŻCZYZN

Sokoły czekają na „Milo". W planach turnieje w Krośnie, Lesznie i Stalowej Woli

Tomasz Ryzner

Solvera Sokół Łańcut drugi tydzień nie trenuje w komplecie, ale sprawa jest pod kontrolą, ponieważ nieobecność Milana Milovanovicia była wcześniej uzgodniona z szefami naszego klubu.

Sokoły w miniony weekend przeszły testy motoryczne, które odbyły się w ORTO Rzeszów, centrum ortopedii i fizjoterapii, które jest partnerem medycznym klubu z Łańcuta. - Wyniki były jak najbardziej pozytywne, a niektórzy zawodnicy wypadli nawet lepiej niż się można było spodziewać - informuje Dariusz Kaszowski, który ze spokojem oczekuje przyjazdu wspomnianego, serbskiego środkowego.

- „Milo" potrzebował dłuższego czasu na załatwienie swoich spraw. Dostał zgodę na to, aby zjawić się w klubie dwa tygodnie po rozpoczęciu przygotowań. Zapewnia, że nie marnuje czasu i trenuje już u siebie - dodał coach łańcucian.

Sokoły mają zaplanowany udział w trzech turniejach - w Krośnie (29-30.08), w Lesznie (5-6.09) i w stalowowolskich Mistrzostwach Podkarpacia (12-13.09). Niewykluczone także, że rozegrają jeden-dwa pojedyncze sparingi. ©℗



FOT. SOKÓŁ ŁAŃCUT/FACEBOOK

Koszykarze Solvery Sokoła Łańcut od ponad tygodnia szlifują formę na sezon 2026/2027. Pod koniec miesiąca zagrają pierwsze sparingi

eprasa.pl 8d373614bf

Sport

Stal Mielec ma klub partnerski . Mielecki klub podpisał umowę o współpracy z 3-ligowym Sokołem Kolbuszowa Dolna. Porozumienie ma pomóc młodym piłkarzom, którzy kończą szkolenie juniorskie i stawiają pierwsze kroki w seniorskiej piłce.

KOSZYKÓWKA | PZKOSZ 1 LIGA MĘŻCZYZN

Niespodziewany transfer w Krośnie. Oskar Hlebowicki zawodnikiem Miasta Szkła

Tomasz Ryzner

Oskar Hlebowicki (24 lata, 199 cm) został nowym koszykarzem Miasta Szkła Krosno. Transfer jest efektem kłopotów Aleksandra Załuckiego, który nie przeszedł testów medycznych w naszym klubie.

Oskar Hlebowicki to rzucający obrońca, który poprzedni sezon spędził w Sokole Łańcut. W zespole Dariusza Kaszowskiego wystąpił w 36 meczach, notując średnio 8,7 punktu, 2,6 zbiórki oraz 2,1 asysty na mecz.

Nowy zawodnik Szklanego Teamu to zawodnik o wybitnie koszykarskich genach. Jego ojcem jest Michał Hlebowicki, były reprezentant Polski, który występował m.in. w Polonii Warszawa, Prokomie Trefl Sopot, Czarnych Słupsk, jak też kilku łotewskich klubach. Mamą nowego gracza Miasta Szkła jest Ilse Ose, Łotyszka, mająca na koncie m.in. grę w CCC Polkowice czy Lotosie Gdynia.

Oskar przygodę z basketem rozpoczynał w młodzieżowych zespołach BK VEF Ryga, następnie grał w Jurmali i BK Lipawa. Po przeprowadzce do Polski reprezentował barwy ekstraklasowego Śląska Wrocław i jego pierwszoligowych rezerw. Posiada polskie i łotewskie obywatelstwo, a w młodzieżowych kadrach Łotwy rozegrał 23 spotkania.

Miasto Szkła zdecydowało się na transfer, bo skomplikowała się sytuacja z Aleskandrem Załuckim (28, 194). Koszykarz, który ostatnie sezony spędził w ekstraklasowym MKS-ie Dąbrowa Górnicza, podpisał kontrakt w Krośnie, ale nie przeszedł testów medycznych i tym samym umowa na razie nie weszła w życie.

Klub z Krosna poinformował na facebooku, że: „(...)Przed naszym zawodnikiem zabieg, który jest konieczny, aby mógł wrócić do pełnej sprawności. Olek, dziękujemy Ci za dotychczasową pracę i zaangażowanie. Wiemy, jaki masz charakter i jak bardzo chcesz być na parkiecie. Dlatego jedno jest pewne, Twoje miejsce w zespole czeka".

Szklany Team trenuje od tygodnia, ale wyjąwszy Załuckiego, dopiero dziś trener Robert Witka będzie miał na zajęciach wszystkich graczy (Ivica Radić planowo później dołączy do ekipy, a Michał Jankowski odpoczywał po finale MP w koszykówce 3x3, w którym zdobył brązowy medal). W niedzielę 23 sierpnia krośnianie rozegrają u siebie mecz kontrolny z OP Team Resovia. Jest szansa, że wcześniej posparują z drużyną z Koszyc. ©℗



FOT. MIASTO SZKŁA KROSNO/FACEBOOK

Oskar Hlebowicki spędzi kolejny sezon w zespole z Podkarpacia

SIATKÓWKA | TAURON LIGA KOBIET

KS DevelopRes już w akcji. Rysic jest (na razie) siedem

Marek Bluj

7 siatkarek, czyli połowa z 14-osobowej kadry KS DevelopRes uczestniczy w klubowych przygotowaniach do nowego sezonu, w którym Rzeszowianki stawiają sobie za cel zdobycie mistrzostwa Polski. Jak się ma taki zespół, trudno nie grać o najwyższe cele, zwłaszcza o odzyskanie tytułu mistrza kraju.



FOT. PAWEŁ DUBIEL

Siatkarki DevelopResu w małej grupie, ale w dobrych nastrojach

- Tak samo, jak rok temu na początku przygotowań nie ma z nami wszystkich zawodniczek. Zaczynamy z siedmioma dziewczynami, reszta jest ze swoimi kadrami przygotowującymi się do mistrzostw Europy. Dominika Pierzchała powoli wraca do zdrowia. Trochę będzie trudno tym, które z nami są trenować tak długo same, ale też cieszymy się, że mamy tyle reprezentantek krajów - mówi Jelena Blagojević, pierwsza trenerka zespołu.

Kto jest? Weronika Centka-Tietianiec - środkowa, Taylor Mims - atakująca, Justyna Jankowska - środkowa, Martyna Łazowska - rozgrywająca, Zuzanna Suska - libero, Karolina Pancewicz - libero i Dominika Pierzchała - środkowa, która bierze udział tylko w dedykowanych ćwiczeniach. Jak widać wszystkie przyjmujace sposobią się na ME.

Odświeżony skład

Kadra wicemistrzyń Polski została gruntownie przebudowana. Jest w niej aż osiem nowych zawodniczek. O filozofii tej przebudowy mówiła nam przed pierwszym treningiem na Podpromiu, który obserwowała ponad setka kibiców, Jelena Blagojević, pierwsza trenerka drużyny: Był pomysł, żeby odświeżyć skład, miałam go w głowie, żeby było więcej młodszych dziewczyn, nowych twarzy, dużo Polek, żeby dziewczyny były bardzo perspektywiczne, utalentowane. Cieszę się, że są tutaj - mówi Blagojević, która rozpoczęła swój dziewiąty już sezon w rzeszowskim klubie. Także do sztabu dołączyli ludzie z Podkarpacia: Marcin Ogonowski, drugi trener i Dominik Fabianowicz, statystyk.

DevelopRes już w komplecie weźmie udział w turnieju Gigatów Siatkówki w Twardogórze i w turnieju w Niemczech, mniej będzie sparingów.

Niech ożyją wspomnienia

- Spędziłam tutaj piękne trzy sezony, te srebrne i ten złoty medal, Puchar Polski, Superpuchar. Tyle jest fajnych wspomnień związanych z tym miejscem, że dość łatwo było podjąć decyzję o powrocie. Mam nadzieję, że ten kolejny sezon przyniesie dużo pozytywnych emocji, że nasza drużyna będzie na tyle zgrana ze sobą, że ten feeling wewnątrz niej będzie na tyle dobry, że wyniki sportowe będą przychodziły z łatwością - mówi Weronika Centka - Tietianiec, znakomita zawodniczka, wielka siatkarka osobowość.

Jak patrzy na ten „nowy" DevelopRes? - Nasza drużyna jest dobrą składanką przede wszystkim charakterów, doświadczenia i młodości - twierdzi. Na pytanie, czy wraz z nią wróci do Rzeszowa mistrzostwo Polski, dyplomatycznie odpowiada, że ‚ma taką nadzieję". W rozmowie z Jeleną, pół żartem, pół serio, powiedziała, że w razie „W" będzie gotowa, żeby zagrać na ataku, co tak świetnie jej to wychodziło, ale jest przekonana, że obie atakujące staną na wysokości zadania i nie będzie takiej potrzeby.

Gotowa na wyzwania. Nie będzie konkurować

Królową Podpromia była przez ostatnie lata grająca na libero Aleksandra Szczygłowska, ale obecnie rzeszowski klub ma dwie nowe, ambitne i utalentowane zawodniczki na tej pozycji.

- Ola Szczygłowska zrobiła bardzo dużo dla tego klubu, nie, chciałabym jej niczego zabierać, ani w żaden sposób z nią konkurować, bo uważam, że nasza reprezentacyjna libero jest fenomenalna. Chciałabym rozegrać dobry sezon, nauczyć się czegoś nowego, rozwinąć się - mówi Karolina Pancewicz, która miała świetny poprzedni sezon, ale ten nadchodzący może być jeszcze lepszy. - To będzie zupełne inne granie niż wczesnej. Jest ciekawe wyzwanie i myślę, że jestem na to gotowa - stwierdziła. ©℗

AKCJA CHARYTATYWNA 0011554915



eprasa.pl 8d373614bf