DZIŚ SPECJALNY DODATEK
MISTRZOWIE SMAKU
A W NIM PREZENTUJEMY LAUREATÓW AKCJI

Nr ISSN 2353-6187
Nr indeksu 350-044

www.dzienniklodzki.pl

Nr 268 (27 436) | Wydanie A B C D | Cena 5,20 zł (w tym 8% VAT)

Środa 18.11.2026

142 *lata*

Dziennik ŁÓDZKI

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Łódzkie

Czy odkrywka węgla brunatnego Złoczew wróci do gry?

W planach jest obywatelski projekt ustawy. Chodzi o zapewnienie funkcjonowania elektrowni Bełchatów zanim powstanie siłownia jądrowa **– Str. 3**

Łódź

Miasto domaga się eksmisji Łodzianki, sprawa trafiła do sądu

Zarząd Lokali Miejskich chce, by lokatorka przeniosła się ze zrujnowanej kamienicy do innego mieszkania, ona odmawia i ma mocne argumenty **– Str. 4**

Z ulicy Piotrkowskiej w Łodzi po 35 latach znika znana księgarnia antykwariat **– Str. 2**

Widzew Łódź przygotowuje się do niedzielnego meczu w Częstochowie z Rakowem. Dziś w Łodzi dwa mecze Pucharu Polski, ŁKS zmierzy się z ŁKS **– Str. 20**



FOT. KAMILA TROJOK

Powiat kutnowski

Lekcja historii z atrapą broni przy ciele. Nauczyciel miał inscenizować egzekucję

Joanna Bielicka

Skandal w Szkole Podstawowej im. Szarych Szeregów w Strzelcach w powiecie kutnowskim. Podczas lekcji historii nauczyciel miał przykładać do ciała dziecka atrapę broni. Pedagog został zawieszony w pełnieniu obowiązków służbowych, a sprawa została zgłoszona na policję.

Taka lekcja historii z pewnością nigdy nie powinna się wydarzyć. W ubiegłym tygodniu w podstawówce w Strzelcach podczas zajęć nauczyciel miał przykładać jednemu z dzieci atrapę broni do ciała. Placówka skierowała do Rzecznika Dyscyplinarnego dla Nauczycieli wniosek o wszczęcie postępowania wyjaśniającego.

- Potwierdzam, że na terenie Szkoły Podstawowej w Strzelcach miało miejsce zdarzenie, które wymagało niezwłocznych działań ze strony dyrekcji szkoły. Ze względu na dobro małoletnich oraz ochrony praw i prywatności wszystkich osób zaangażowanych nie będę komentować szczegółów zdarzenia - powiedziała nam Agnieszka Zieleniewska, dyrektor Szkoły Podstawowej w Strzelcach.



FOT. JOANNA BIELICKA

Szkoła w Strzelcach - to tutaj doszło do incydentu na lekcji historii

Sprawa znana jest także wójtowi gminy Strzelce. Samorządowiec jest oburzony i uważa, że do takiej sytuacji, nigdy nie powinno dojść, a pedagog nie powinien już uczyć dzieci i młodzieży:

- O tej sytuacji dowiedziałem się niemal natychmiast. Od razu doszło do mojego spotkania z dyrekcją oraz rodzicem tego dziecka. Z tego, co wiem, nauczyciel został zawieszony w czynnościach, a sprawa jest wyjaśniana przez policję. Takie zdarzenie nigdy nie powinno mieć miejsca. Dyrekcja sporządziła notatkę z rozmowy z nauczycielem. Nauczyciel się pod tym podpisał i był świadomy tego, co zrobił. To zachowanie jest naganne. To, że leży atrapa pistoletu po inscenizacji, jaką dzieci przygotowały z okazji 20-lecia nadania imienia szkoły im. Szarych Szeregów, to nie znaczy, że atrapę można w taki sposób wykorzystywać.

– Cd. na str. 2

Łódź

300 euro za przemyt jednego nielegalnego imigranta

Wiesław Pierzchała

Policjanci i strażnicy graniczni rozbili zorganizowaną grupę przestępczą, która nielegalnie przemycała imigrantów z Bliskiego Wschodu do krajów Unii Europejskiej. Sprawcami tego procederu są mieszkańcy województwa łódzkiego.

Akt oskarżenia w sprawie tej afery prokuratura skierowała właśnie do Sądu Okręgowego w Łodzi.

Oskarżeni to pięciu mężczyzn w wieku od 19 do 24 lat oraz 42-letnia kobieta. Wśród nich jest szef gangu. Według śledczych, mają na koncie pięć nielegalnych transportów imigrantów z Syrii, Turcji i Egiptu, w wyniku których na teren Unii nielegalnie dostało się co najmniej stu obcokrajowców. Szmuglowano ich za pomocą busów, które wypożyczano w wypożyczalniach w Łódzkiem.

- Kierowcy zaangażowani w przestępczy proceder otrzymywali od 260 do 300 euro za przewóz jednego imigranta, a w jednym przypadku przewozili w busie towarowym 42 cudzoziemców. Wynagrodzenie kierowcy za jeden transport mogło wynosić nawet 12 tysięcy euro – informuje Paweł Jasiak, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Łodzi.

Oskarżeni usłyszeli zarzuty działania w zorganizowanej grupie przestępczej lub kierowania nią, za co grozi do 15 lat więzienia, a także organizowania nielegalnego przekraczania granicy państw Unii Europejskiej, co jest zagrożone karą do 12 lat pozbawienia wolności.

eprasa.pl 8ef3334bed

POLECAMY

JUTRO: Opłaty dodatkowe w sanatoriach PIĄTEK: Dlaczego młodzi ludzie się radykalizują?

18.11.2026
Środa

Dziś imieniny: Romana, Tomasza oraz Karoliny
Telefon alarmowy: 112

DZIENNIK ŁÓDZKI

Redaktor naczelny
Marek Krzciuk
Z-ca redaktora naczelnego
Tomasz Jabłoński
Wydawcy
Wojciech Dłubakowski
Mirosław Malinowski
Sławomir Sowa
Patrycja Zemła

www.dzienniklodzki.pl

Polska Press
Makroregion Śląsk, Łódź
Redakcja ul. ks. I. Skorupki 17/19,
90-532 Łódź
dziennik@dziennik.lodz.pl
Prezes Makroregionu
Aneta Sarga-Burtan
Dyrektor reklamy
Anna Gałuszka
Biuro reklamy oddziału
tel. 502499257
Druk
Drukarnia ZPR Media S.A.,
04-190 Warszawa,
ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

POW. KUTNOWSKI

Szokująca lekcja historii. Nauczyciel miał przykładać dziecku atrapę broni!

Dokończenie ze str. 1

Gdy przeczytałem to oświadczenie, pod którym podpisał się nauczyciel, to przyznam, że byłem w szoku. Nie wyobrażam sobie, aby ten nauczyciel mógł dalej pracować w naszej placówce i mieć do czynienia z dziećmi, z którymi dopuścił się takiego incydentu. (...) Wiem, że są spektakle, wiem, że różne rzeczy można robić w filmie czy sztuce teatralnej, ale nie na lekcji i nie w ten sposób. To są dzieci. Każdy, kto miał lub ma do czynienia z bronią wie, że nie kieruje się broni w stronę człowieka, a co dopiero przystawianie jej do głowy czy do pleców. (...) Jedno dziecko zostało tak potraktowane, ale cała klasa była w szoku - mówi nam Tomasz Grabowski, wójt gminy Strzelce.

Jak udało nam się ustalić, nauczyciel uczył w Strzelcach od kilkunastu lat.

Rodzice uczniów o sprawie niezwłocznie powiadomili kutnowską policję.

- Policjanci prowadzą czynności w związku ze złożonym zawiadomieniem dotyczącym podejrzenia kierowania gróźb karalnych wobec uczniów przez nauczyciela. Postępowanie prowadzone jest w kierunku art. 190 § 1 kodeksu karnego. Obecnie funkcjonariusze prowadzą i analizują materiał dowodowy, który pozwoli na dokładne wyjaśnienie wszystkich okoliczności tej sprawy - powiedziała nam asp. Daria Olczyk, oficer prasowy KPP w Kutnie.

Kuratorium Oświaty w Łodzi prowadzi czynności wyjaśniające. Nauczyciel został już zawieszony w pełnieniu obowiązków służbowych.

– Po uzyskaniu informacji o zdarzeniu, do którego doszło w Szkole Podstawowej im. Szarych Szeregów w Strzelcach, Kuratorium Oświaty w Łodzi przeprowadziło czynności wyjaśniające. W ich toku ustalono, że dyrektor podjął odpowiednie do zaistniałej sytuacji decyzje. Złożył zawiadomienie na Policję o możliwości popełnienia przestępstwa na szkodę małoletniego, a także skierował do Rzecznika Dyscyplinarnego dla Nauczycieli wniosek o wszczęcie postępowania wyjaśniającego. Nauczyciel został ponadto zawieszony w pełnieniu obowiązków służbowych – skomentował Janusz Brzozowski, Łódzki Kurator Oświaty.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Dziennik Łódzki”

tel. 42 715 80 68
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.dzienniklodzki.pl

POGODA

dziś
10°C/26°C

jutro
10°C/5°C

KULTURA

Niełatwo w Łodzi sprzedać książkę. Koniec znanego antykwariatu na ul. Piotrkowskiej

Dariusz Pawłowski

Znany łódzki antykwariat Book się rodzi, mieszczący się przy ul. Piotrkowskiej 108, kończy swoją działalność. Na witrynie pojawiła się informacja: „Lokal do wynajęcia”.



FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

Łódzka księgarnia antykwariat Book się rodzi po 35 latach kończy swoją działalność

Antykwariat Book się rodzi (oficjalna nazwa to Komiks Antykwariat), którego właścicielem jest Jarosław Józefacki, rozpoczynał działalność w 1991 roku przy ul. Piotrkowskiej 50 (najpierw jako księgarnia). Po kilku latach przeniósł się na Piotrkowską 37, by od roku 2019 funkcjonować tuż obok pasażu Schillera. Tu placówka zyskała dużą rozpoznawalność. Co nie zmienia faktu, że sprzedaż przeczytanych książek to nie jest dzisiaj najłatwiejszy biznes...

W Book się rodzi panował specyficzny klimat, których jednych intrygował, innych zniechęcał. Można tu było znaleźć najróżniejsze książki, ale również stare gazety i czasopisma, winylowe płyty, pocztówki, a nawet „kremówki”, czyli stare, oryginalne tablice z nazwami ulic. Książki zalegały na regałach, stołach i podłodze - właściciel obliczał, że w antykwariacie znajdowało się około 40 tysięcy woluminów. W 2022 roku antykwariat zorganizował zrzutkę na portalu Zrzutka.pl pod hasłem „Na przetrwanie i rozwój antykwariatu Book się rodzi”. „Dwa lata pandemii i gospodarczo-politycznej zawieruchy odbiły spore piętno na naszym działającym od lat antykwariacie. Powolne, ale ciągłe zmiany w naszej codzienności - opustoszałe ulice, sklepy, portfele, serca. Skupienie na codziennych problemach, lęk związany z obecną sytuacją na świecie źle wypływają na już wcześniej malejące zainteresowanie książkami” - napisano wówczas pod apelem o zbiórkę. Zaplanowana kwota 120 tys. złotych nie została osiągnięta.

Właściciel Book się rodzi podjął decyzję o ostatecznym zamknięciu antykwariatu - i należy to podkreślić: nie jest to przeprowadzka pod nowy adres, tylko likwidacja przedsięwzięcia. Ostateczna data zamknięcia sklepu nie jest jeszcze ustalona - cały czas trwają poszukiwania nowego najemcy lokalu przy ulicy Piotrkowskiej.

DZIEŃ DOBRY



FOT. BARTOSZ KSIĘŻAK

Łódź

Dla Krystyny Kawki sto lat to żaden podeszły wiek

Do 80. urodzin prowadziła warsztat z rękawiczkami, do 90-tki chodziła w butach na obcasie, a do Polski z obozu pracy w Austrii wróciła pieszo. Łodzianka Krystyna Kawka skończyła w niedzielę 15 listopada sto lat. Codziennie sobie gotuje, sprząta, a i zrobienie zakupów nie stanowi dla niej żadnego problemu. Uwielbia łososia i rosół, unika za to alkoholu. - I robi przepyszną sałatkę warzywną - dodaje żona pana Sebastiana, wnuka jubilatki.

Emilia Kutlu

eprasa.pl 8ef3334bed

Łódź i region

• **W najbliższy weekend** przez trzy dni dworzec Łódź Fabryczna będzie tętnił życiem za sprawą setek wydawców, autorów i artystów. Będą się tam odbywać Łódzkie Targi Książki i Sztuki

ENERGETYKA

Odkrywka Złoczew wraca do debaty. Powstaje inicjatywa ustawodawcza w sprawie strategicznego złoża

Natalia Zwolińska

Pomysł budowy odkrywki węgla brunatnego Złoczew ponownie wraca na polityczne i gospodarcze salony. Zwolennicy inwestycji przekonują, że złoże mogłoby przedłużyć funkcjonowanie kompleksu energetycznego Bełchatów i wzmocnić bezpieczeństwo energetyczne Polski w okresie transformacji energetycznej. Właśnie rozpoczęto działania zmierzające do przygotowania obywatelskiego projektu ustawy w tej sprawie.

Jak poinformował poseł Grzegorz Lorek (PiS), 16 listopada powołany miał zostać Komitet Inicjatywy Ustawodawczej ds. eksploatacji złoża węgla brunatnego Złoczew. W skład inicjatywy mają wejść przedstawiciele samorządów z powiatu bełchatowskiego i okolicznych regionów, działacze związkowi oraz osoby związane wcześniej z Kopalnią Węgla Brunatnego Bełchatów.

Pomysłodawcy liczą, że uda się zebrać wymagane 100 tysięcy podpisów pod obywatelskim projektem ustawy.

Do grona najaktywniejszych zwolenników budowy odkrywki należy związek zawodowy Sierpień 80. Jego przewodniczący Bogusław Ziętek przekonuje, że uruchomienie wydobycia w Złoczewie mogłoby przedłużyć funkcjonowanie kompleksu górniczo-energetycznego Bełchatów nawet o kilkadziesiąt lat po wyczerpaniu obecnie eksploatowanych złóż.

Według zwolenników inwestycji kilka lat temu projekt był bliski realizacji, jednak ostatecznie został zarzucony. Dziś wraca jako jeden z elementów dyskusji o przyszłości krajowego sektora energetycznego i zabezpieczeniu dostaw energii w okresie transformacji energetycznej.



FOT. PGE GIEK/ARCHIWUM

Powstaje inicjatywa ustawodawcza w sprawie strategicznego złoża węgla brunatnego w Złoczewie

Zwolennicy odkrywki wskazują również na prognozowany niedobór mocy wytwórczych w latach 30. XXI wieku. Ich zdaniem Polska może wówczas stanąć przed wyzwaniem zapewnienia stabilnych dostaw energii, zanim na pełną skalę zaczną działać elektrownie jądrowe.

W ich ocenie odnawialne źródła energii nie będą w stanie samodzielnie zagwarantować pełnego bezpieczeństwa energetycznego kraju. Dlatego postulują utrzymanie części produkcji energii opartej na krajowych zasobach węgla brunatnego.

Na razie inicjatorzy przedsięwzięcia rozpoczynają działania związane z przygotowaniem obywatelskiego projektu ustawy. Jeśli uda im się zebrać wymagane podpisy, sprawa eksploatacji złoża Złoczew ponownie trafi pod obrady parlamentu.

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORANGE

0011610592

Szukasz pomysłu na prezent dla swojej rodziny? Podpowiadamy, jak skorzystać ze świątecznej oferty Orange

Szukasz nowego smartfona dla siebie, a może praktycznego prezentu dla bliskiej osoby? Podpowiadamy, jakie parametry telefonu warto wziąć pod uwagę, aby dopasować go do potrzeb przyszłego użytkownika oraz jak przy okazji skorzystać z atrakcyjnej oferty na dodatkowe urządzenie.



Dobrym pomysłem może być smartfon, a nawet dwa, szczególnie kiedy ten drugi kosztuje tylko 1 zł. Jeśli szukasz telefonu dla wymagającego użytkownika, zwróć uwagę na pamięć i możliwości urządzenia. W świątecznej ofercie Orange znajdziesz Samsung Galaxy S26 5G z pamięcią 12/256 GB, który oferuje najbardziej zaawansowaną wydajność i moc oraz wytrzymałą konstrukcję. Z kolei osobie, która potrzebuje telefonu do codziennej komunikacji, przeglądania internetu i podstawowych aplikacji, może odpowiadać jeden z modeli z serii motorola moto g. W świątecznych zestawach Orange znajdziemy m.in. moto g77 5G oraz moto g06 power.

Telefon dla siebie, a drugi dla bliskiej osoby

Świąteczna oferta abonamentowa Orange to propozycja dla tych, którzy planują zakup nowego smartfona, a jednocześnie chcieliby sprawić prezent komuś bliskiemu. W wybranych zestawach do abonamentu drugi smartfon można otrzymać za symboliczną złotówkę. Wśród dostępnych zestawów znalazły się m.in.:

- motorola moto g77 5G 8/128 GB i moto g06 power 4/64 GB;
- Xiaomi REDMI Note 17 Pro 5G 256 GB i Xiaomi REDMI 17 LTE 128 GB;
- Samsung Galaxy S26 5G 12/256 GB i Samsung Galaxy A18 4/128 GB;
- motorola moto g37 power 5G 4/64 GB i moto g06 power 4/64 GB.

W ofercie pojawia się również zestaw motorola edge 70 fusion power 5G z moto buds2 i motorola moto watch za 1 zł.

Zestawy urządzeń, w którym drugie jest za 1 zł, można otrzymać, podpisując nową umowę na wybrany abonament komórkowy (na 24 miesiące) oraz umowę ratalną na pierwsze urządzenie z zestawu. Świąteczne zestawy z drugim smartfonem za 1 zł do wybranych planów są dostępne także dla klientów przedłużających umowę. To idealna okazja, by już teraz pomyśleć o prezentach. Szczegóły oferty, w tym kwoty abonamentów i ceny urządzeń, na: https://www.orange.pl/lp/promocje-abonament-komorkowy.

Dodatkową korzyścią może być drugi tańszy abonament, właśnie do tego smartfonu za złotówkę. Klienci, którzy mają już Plan M lub L i wybiorą kolejny numer z tym samym planem (na 24 mies.), zapłacą za niego 50% taniej niż za pierwszy numer. Oferta dla klientów, którzy udzielili zgód marketingowych i na e-fakturę. Szczegóły rodzinnych numerów: https://www.orange.pl/abonament/rodzinne-numery

Internet i telewizja jako uzupełnienie domowej oferty

Świąteczne propozycje Orange obejmują nie tylko smartfony. Można również połączyć abonament komórkowy z internetem światłowodowym i telewizją, robiąc prezent wszystkim domownikom. W ramach oferty Orange Światłowód Pro nowi klienci wybierający internet o prędkości do 1 Gb/s lub wyższej mogą korzystać z niego bez opłaty abonamentowej przez rok. Osoby łączące światłowód z abonamentem komórkowym otrzymują dodatkowo rabat w wysokości 20 zł miesięcznie. Jeśli jest to pierwszy abonament komórkowy klienta w Orange, przysługuje mu kolejny rabat – również 20 zł miesięcznie przez 24 miesiące.

Dostępna jest także super oferta telewizyjna. Klienci mogą otrzymać łącznie ponad 220 kanałów TV w pakiecie ze światłowodem do 300 Mb/s za 69,99 zł miesięcznie z rabatami przez pierwszy rok. Do zakupionej telewizji Extra TV Orange dodaje Amazon Prime na dwa lata w prezencie.

Rozwiązania przygotowane z myślą o przedsiębiorcach

Świąteczne promocje Orange obejmują również firmy. Przedsiębiorcy mogą wybrać zestawy smartfonów z drugim urządzeniem za 1 zł + VAT. Dostępne są także dodatkowe rabaty – przy zakupie dwóch takich samych Planów Firmowych (M, L lub XL) zniżka na drugą kartę SIM może wynieść nawet 70%.

Warto ponadto zwrócić uwagę na ofertę Internetu Firmowego ze światłowodem o prędkości do 1 Gb/s, 2 Gb/s lub 8 Gb/s. W ramach promocji usługa z dodatkowymi rozwiązaniami, takimi jak wsparcie IT, stały adres IP czy backup danych, jest dostępna przez 12 miesięcy za 0 zł.

Przedsiębiorcy mogą też poznać Cyfrową Firmę – platformę z narzędziami opartymi na AI, które wspierają codzienne zadania związane z prowadzeniem działalności. Do końca 2026 roku można bezpłatnie przetestować podstawową wersję Asystenta AI, korzystając z kodu rabatowego udostępnionego w Mój Orange.

Świąteczna oferta Orange daje wiele możliwości: od wyboru smartfona dla siebie i bliskich, przez połączenie usług mobilnych z domowym internetem i telewizją, aż po rozwiązania dla firm. Szczegóły promocji i dostępność zestawów warto sprawdzić przed zakupem na www.orange.pl.

eprasa.pl 8ef3334bed

ŁÓDŹ

Nie chcą drogi rowerowej wzdłuż ulicy Tatrzańskiej

Matylda Witkowska

Mieszkańcom ulicy Tatrzańskiej na Zarzewie nie spodobał się pomysł zamiany chodników w ciągi pieszo-rowerowe. To kolejne już osiedle w Łodzi, które nie chce rozwoju infrastruktury dla rowerów. Strach budzą kurierzy i użytkownicy hulajnóg.

Po obu stronach ulicy Tatrzańskiej w Łodzi trwa budowa ciągów pieszo-rowerowych. Docelowo infrastruktura rowerowa ma pojawić się między Parkiem Podolskim a ulicą Przybyszewskiego i połączyć się w jedną całość z drogami do osiedli na Widzewie i Dąbrowie. Ten pomysł nie podoba się mieszkańcom. Uważają, że chodnik wyłącznie dla pieszych był bezpieczniejszy.

- To była normalna, spokojna, spacerowa ulica, a teraz będzie tu przelotówka dla Glovo - denerwuje się Jakub Hubert, przewodniczący Rady Osiedla Zarzew, który zgłosił ten problem do Rady Miejskiej w Łodzi.

Jak tłumaczy Hubert w okolicy są cztery przedszkola, żłobek, przystanki autobusowe, a dojście do nich będzie odbywać się już nie po wydzielonym chodniku, a po wspólnym ciągu pieszo-rowerowym.

- Projekt został przygotowany zgodnie z przepisami ruchu drogowego i przepisami budowlanymi - uspokaja Wiktor Stańczyk, z Zarządu Dróg i Transportu w Łodzi.

To już kolejne miejsce w Łodzi, gdzie w ostatnich miesiącach pojawił się sprzeciw wobec infrastruktury rowerowej. Obawy radnego za zasadne uważa ks. Piotr Turek, proboszcz parafii św. Anny przy Al. Śmigłego-Rydza. Przed trzema laty on też walczył z ciągiem pieszo-rowerowym, który miał powstać przed jego kościołem, obawiał się bowiem o bezpieczeństwo dzieci chodzących tu do żłobka i przedszkola. Droga rowerowa jednak powstała i - zdaniem proboszcza - nie jest bezpiecznie.

Skąd tyle obaw wobec dróg rowerowych? Hubert Barański, prezes zajmującej się m.in. sprawami rowerzystów Fundacji Fenomen zwraca uwagę, że ludzie najczęściej nie obawiają się nie rowerów, ale szybkich hulajnóg i różnych „jeździdeł" na których pędzą kurierzy.



FOT. GRZEGORZ GAŁASIŃSKI

Na ulicy Tatrzańskiej kurierzy już pędzą w miejscu, gdzie kiedyś piesi mogli spokojnie dojść do przystanku lub sklepu

ŁÓDŹ

Od 9 miesięcy nie ma bieżącej wody, ZLM chce ją eksmitować! Sprawę rozstrzygnie sąd

Monika Wawrzyniak, mieszkanka kamienicy przy ul. Prusa 24 w Łodzi, walczy w sądzie o godne warunki zamieszkania. Wkrótce wyrok

Liliana Bogusiak-Jóźwiak



FOT. LILIANA BOGUSIAK-JÓŹWIAK

Monika Wawrzyniak (w środku) podczas rozprawy w sądzie: – Nie oczekuję, że dostanę willę z basenem

Monika Wawarzyniak od 4 lutego niema w mieszkaniu bieżącej wody. ZLM wskazał lokatorce jeden lokal, a gdy odmówiła jego przyjęcia postanowił ją eksmitować. Kobieta ze studiującą córką nigdy nie miała zaległości w czynszu, dba o mieszkanie, pracuje i nie korzysta ze wsparcia gminy. Urzędnicy chcą kobiety eksmitować, bo jak twierdzą kamienica nie nadaje się do remontu. Wczoraj w Sądzie Rejonowym odbyła się pierwsza rozprawa.

Wody w kamienicy nie ma od 4 lutego, kiedy na osiedlu doszło do awarii. Rury podczas mrozów pozamarzały i popękały. Od tego czasu lokatorka i jej córka myją się, piorą, sprzątają i gotują w wodzie, którą dostarcza im ZLM. Wody nie zawsze jest tyle co potrzeba, bywała też brudna i nie nadawała się do picia - co potwierdziły badania wykonane przez sanepid. Wodę trzeba nosić po schodach na trzecie piętro. Gdy lokatorka nie przyjęła lokalu wskazanego przez ZLM, jej zdaniem był o niższym standardzie, sprawa o eksmisję z powództwa ZLM trafiła do sądu.

Prawnik urzędu miasta nie zgodził się na mediację. Podkreślał, że urzędowi zależy na szybkim zakończeniu sprawy.

- Nie oczekuję, że dostanę willę z basenem, ale wskazany przez zarząd lokal był ogrzewany prądem. Nie byłoby mnie stać, aby go ogrzać - mówiła przed sądem Monika Wawrzyniak. - Poza tym w kamienicy przy ul. Prusa mamy z córką dwa pokoje. Wskazany lokal był pokojem z kuchnią.

Po pierwsze: mieszkanie

Adwokat Marek Obuchowicz, który reprezentuje lokatorki, podczas rozprawy prosił sąd, aby wstrzymał eksmisję do czasu aż Zarząd Lokali Miejskich zapewni lokatorkom mieszkanie.

– Wyrok eksmisji nie jest przejawem złej woli tylko zmierzania do zakończenia sprawy – zapewniał sąd Kamil Gorzeń, radca prawny reprezentujący ZLM. – Nie ma teraz lokalu, który spełniałby wymagania lokatorki, ale będzie poszukiwany.

Znieczulica i mur nie do przebicia

Zapłakana lokatorka zabrała głos jako ostatnia. Z jej wypowiedzi wynikało, że w dobrą wolę ZLM nie wierzy.

- Przez 10 miesięcy odkąd w kamienicy nie ma wody nikt z kierownictwa ZLM-u nie chciał ze mną rozmawiać - mówiła na sali rozpraw. - Nic nie zdziałał również mediator sądowy, który kontaktował się z ZLM w mojej sprawie. Zarząd Lokali Miejskich to mur, za który prosty człowiek nie może się przedostać. Byłam bezradna i dlatego musiałam prosić pana adwokata o pomoc. Kto tam siedzi? Panuje tam znieczulica - mówiła Łodzianka.

Monika Wawrzyniak ma orzeczenie o niepełnosprawności. Jest w nim zawarte, że kobieta z uwagi na stan zdrowia musi mieć swój pokój. ZLM musi więc znaleźć dla lokatorek lokum dwupokojowe.

Sędzia Maciej Gasik ogłosi wyrok 24 listopada.

REKLAMA 0011457221

Nekrologi i kondolencje zlecisz

osobiście w Biurze Ogłoszeń, Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19

Zadzwoń
502 499 119, 502 499 127

lub przez **internetowe biuro**
ibo.polskapress.pl

Nekrologi i kondolencje ukazują się w prasie oraz w serwisie nekrologi.net

ŁÓDŹ

Śmiertelny cios podczas domowej awantury

Wiesław Pierzchała

Tragedią zakończyła się awantura domowa między małżonkami, do której doszło w minioną sobotę na łódzkim Widzewie. W pewnym momencie kobieta chwyciła za nóż i zadała cios mężczyźnie, który okazał się śmiertelny. Mężobójczyni, która została aresztowana, grozi surowa kara.

Do morderstwa doszło przy al. Piłsudskiego w Łodzi na Widzewie. Policjanci zostali zaalarmowani, że w mieszkaniu znajdują się zwłoki mężczyzny. Natychmiast udali się pod wskazany adres. Na miejscu zastali ratowników medycznych oraz ciało 51-letniego mężczyzny. Na ratunek było za późno. Lekarz stwierdził zgon spowodowany przez jeden cios nożem.

- Denat miał ranę kłutą na klatce piersiowej. Na miejscu zastano zgłaszającą, która w rozmowie z policjantami przekazała, że przyszła do niej sąsiadka i powiedziała, że jej mąż nie żyje. Kobieta natychmiast zaalarmowała służby. Na miejscu zbrodni obecna była żona denata, która została zatrzymana do czasu wyjaśnienia sprawy – informuje podkomisarz Kamila Sowińska, rzecznik prasowy Komendy Miejskiej Policji w Łodzi.

Stróże prawa zabezpieczyli zakrwawiony nóż i ustalili, że zabójczynią jest 42-letnia małżonka, która ugodziła mężczyznę podczas awantury domowej. Decyzją sądu, na wniosek prokuratora, 42-letnia kobieta została aresztowana na trzy miesiące. Grozi jej dożywocie. Śledztwo w tej sprawie prowadzą policjanci VI komisariatu pod nadzorem Prokuratury Rejonowej Łódź – Widzew.

eprasa.pl 8ef3334bed

FOKUS

• **Ceny paliw w dół.** Dziś litr benzyny 95 ma kosztować nie więcej niż 5,99 zł, benzyny 98 – 6,64 zł, a diesla – 7,57 zł

POLITYKA

Pat wokół Trybunału Konstytucyjnego narasta. Kto wygra tę przepychankę?

Kryzys wokół Trybunału Konstytucyjnego narasta. NBP wstrzymał finansowanie, a sędziowie TK rozpatrują wnioski o uchylenie immunitetów jego prezesa i wiceprezesa w sądzie

Katarzyna Kapusta-Gruchlik

Spór o obsadę Trybunału Konstytucyjnego trwa w najlepsze. Narodowy Bank Polski podjął decyzję o niefinansowaniu i nieprzekazywaniu środków dla TK, co marszałek Sejmu Włodzimierz Czarzasty określił jako działanie, które „ma znamiona" zamachu stanu. Kancelaria Prezydenta chce przedstawić swoją propozycję projektu w sprawie Trybunału Konstytucyjnego po rozmowach w Belwederze, a wczorajsze Zgromadzenie Ogólne Sędziów Trybunału Konstytucyjnego musiało się przenieść do budynku warszawskiego Sądu Okręgowego, choć planowo zaczęło się o godzinie 9 w budynku Trybunału.

Wtorkowe Zgromadzenie Ogólne Sędziów Trybunału Konstytucyjnego, zwołane przez sędzię Annę Korwin-Piotrowską, zajmowało się wnioskami o uchylenie immunitetu prezesa TK Bogdana Święczkowskiego oraz Bartłomieja Sochańskiego.

Ten pierwszy pojawił się przed budynkiem Trybunału i zażądał wpuszczenia do środka siedziby, a także, by – jak mówił – „osoby uzurpujące sobie prawo do bycia w Trybunale Konstytucyjnym" opuściły budynek TK.

– Zaprzestańcie przestępczych spotkań, które mają na celu pozbawienie mnie wolności oraz wyrażenie zgody na uchylenie mojego immunitetu – powiedział Święczkowski.



FOT. PAP/PIOTR NOWAK

We wtorek rano Bogdan Święczkowski pojawił się przed siedzibą Trybunału, gdzie zażądał wpuszczenia do siedziby

Sprawa o uchylenie immunitetów została skierowana przez prokuratora generalnego Waldemara Żurka.

Przed wejściem na salę sądową mec. Bartosz Lewandowski pytany przez dziennikarzy, co znajduje się we wnioskach w sprawie immunitetów, odparł, że nie wie, gdyż pełnomocnicy „nie mogli nawet złożyć pisma w budynku Trybunału Konstytucyjnego". – Biuro podawcze jest zamknięte, nas nie wpuszczono zarówno od strony głównej, jak i przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów – mówił mec. Lewandowski. Podkreślił, że w ich ocenie cała ta sytuacja „to nie jest posiedzenie, tylko spotkanie".

Jak informowała rzeczniczka prasowa Prokuratury Generalnej prok. Anna Adamiak, wnioski o uchylenie immunitetu prezesowi TK odnoszą się między innymi do nieuprawnionego wykorzystania materiałów z kontroli operacyjnej i ujawnienia informacji niejawnych w ramach śledztwa dotyczącego systemu Pegasus. Chodzi o czas, gdy Święczkowski był prokuratorem krajowym, czyli lata 2016-2022.

Prokuratura wnioskuje również o zgodę na pociągnięcie Święczkowskiego do odpowiedzialności karnej ws. przekroczenia uprawnień, niedopełnienia obowiązków przez uniemożliwianie sędziom TK wykonywania funkcji i naruszania ich praw pracowniczych oraz delegowania prokuratorów wbrew przepisom w czasie, gdy Święczkowski pełnił funkcję prokuratora krajowego.

Wnioski te zostały skierowane do Trybunału Konstytucyjnego 30 października – po tym jak przedstawiciele grupy wybranej w tej kadencji Sejmu na sędziów TK przekazali informację, że Anna Korwin-Piotrowska, jako najstarszy stażem sędzia, została kierującą Trybunałem Konstytucyjnym i wydała zarządzenie o przerwie w czynnościach prezesa Święczkowskiego i wiceprezesa Sochańskiego. **PAP**

WARSZAWA

Rząd zdecydował o zamrożeniu cen gazu

Katarzyna Kapusta-Gruchlik

Rząd zdecydował o zamrożeniu cen gazu. Jak zapowiedział premier, rząd ma pracować również nad poziomem cen prądu.

– Zdecydowaliśmy o zamrożeniu cen gazu, jeśli chodzi o odbiorców indywidualnych, gospodarstwa domowe i utrzymamy cenę 197,29 zł za megawatogodzinę. Utrzymujemy program Ceny Paliwa Niżej – powiedział premier Donald Tusk przed posiedzeniem Rady Ministrów.

Ustawa zakłada, że w okresie od 1 stycznia do 31 grudnia 2027 r. obowiązywać będzie maksymalna cena gazu dla odbiorców chronionych, w tym gospodarstw domowych. Dotyczyć to będzie również wspólnot i spółdzielni mieszkaniowych, a także podmiotów realizujących ważne zadania z zakresu użyteczności publicznej, takie jak np. szkoły, szpitale, domy opieki, kościoły i noclegownie. **PAP**

BRUKSELA

Szef MON: zielone światło dla stałej bazy USA w Polsce

oprac. Karolina Wrońska

W Pentagonie jest zielone światło dla stałej amerykańskiej bazy w Polsce – powiedział wicepremier Władysław Kosiniak-Kamysz po spotkaniu w Brukseli z podsekretarzem obrony USA Elbridge'em Colbym.

– Dzisiaj zostało przez sekretarza Colby'ego potwierdzone, że wszystko idzie w dobrym kierunku, wszystko jest na jak najlepszej drodze. Jest zielone światło z Pentagonu i wierzę, że to zielone światło też zaświeci bardzo mocno w Białym Domu – powiedział szef resortu obrony.

Jak przekazał Kosiniak-Kamysz, Colby powiedział, że na ukończeniu już jest przegląd obecności wojsk amerykańskich w Europie. – W pierwszych dniach grudnia będzie przekazana do Białego Domu informacja o zakończeniu przeglądu (...). My tu jesteśmy optymistami: dla Polski w tym przeglądzie mogą być tylko dobre i bardzo dobre decyzje – podkreślił Kosiniak-Kamysz. **PAP**

KRÓTKO

Warszawa

Sejmowa komisja etyki ukarała posłów

Sejmowa komisja etyki ukarała naganą posła Konfederacji Konrada Berkowicza za obraźliwą wypowiedź wobec dziennikarki TVP Justyny Dobrosz-Oracz. Sławomir Mentzen otrzymał upomnienie za słowa dotyczące kobiet służących w policji. Obaj politycy nie stawili się na posiedzeniu komisji i nie usprawiedliwili nieobecności. Sprawę posłanki PiS Dominiki Chorosińskiej, która podczas obrad Sejmu wydawała odgłosy szczekania, odroczono ze względu na jej zapowiedzianą absencję. Berkowicz został ukarany za nazwanie Dobrosz-Oracz „kurtyzaną", gdy pytała go, czy służył w wojsku. Dziennikarka zapowiedziała pozew.

Warszawa

Minister rolnictwa przyjął dymisję współpracownika

Szef gabinetu politycznego ministra rolnictwa Michał Zarzecki złożył rezygnację, którą Stefan Krajewski przyjął. Decyzja zapadła po poniedziałkowej publikacji Wirtualnej Polski. Portal podał, że Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa przejął 2,24 mln zł zobowiązań zadłużonego gospodarstwa Zarzeckiego, a osiem tygodni później został on powołany na stanowisko w resorcie. Ministerstwo zapewnia, że restrukturyzacja przebiegła prawidłowo i nie doszło do naruszenia prawa.

Literatura

Wyróżnienie dla Hanny Krall

Hanna Krall, pisarka i reportażystka, autorka m.in. uznawanej za jedną z najważniejszych książek XX wieku „Zdążyć przed Panem Bogiem", została laureatką tegorocznej Nagrody Polskiego PEN Clubu im. Jana Parandowskiego.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Polski nie stać na spór konstytucyjny, dlatego PSL wyszło z inicjatywą resetu konstytucyjnego – dokładnie dlatego, żeby nie tracić szans rozwojowych.

WŁADYSŁAW KOSINIAK-KAMYSZ
wicepremier, lider PSL

eprasa.pl 8ef3334bed

LIMA

Papież Leon nie zdołał złapać różańca rzuconego z tłumu – przedmiot uderzył go w oko

Kazimierz Sikorski

Dobra passa papieża Leona w chwytaniu przedmiotów rzucanych przez tłumy dobiegła końca – gdy Ojciec Święty przybywał na mszę pożegnalną w Peru, jeden z rzuconych w jego stronę przedmiotów (prawdopodobnie różaniec) uderzył go w okolice oka.

Papież, kończąc 11-dniową podróż po Ameryce Południowej, dał się poznać jako osoba o zręcznych dłoniach; podczas jego wizyt wierni często rzucają w jego stronę różne przedmioty.

Zdarzało się mu już łapać pluszowe maskotki czy flagi, a podczas audiencji na Placu św. Piotra w Rzymie zatrzymał się nawet, by przyjąć pizzę podarowaną mu przez grupę osób z Chicago.

Jednak w ostatnim dniu podróży, jadąc papamobile. nie zdołał schwytać przedmiotu rzuconego przez tłum zgromadzony w bazie lotniczej w Limie. Na zdjęciach i nagraniach widać, jak papież przeciera oko po tym, jak w jego stronę rzucono przedmiot – stało się to w momencie, gdy pozdrawiał wiernych w drodze na mszę.

Dziennikarka telewizji peruwiańskiej Fatima Massadolid zapytała papieża, jak odbiera ten gest i czy rozumie, że ludzie w Peru kochają Ojca Świętego i przez różne gesty bliskości pragną tę miłość wyrażać.

„Serdeczność Peruwiańczyków, także tej osoby, która z wielką wiarą chciała po prostu podarować mi różaniec, to coś, co pozostaje w sercu... Może także w oku..." – odpowiedział Leon XIV.

Papież Leon XIV zakończył w poniedziałek podróż apostolską do Ameryki Południowej i ze stolicy Peru – Limy, wrócił do Rzymu. 11-dniowa podróż do Urugwaju, Argentyny i Peru była najdłuższa z dotychczasowych podróży Leona XIV w ciągu półtora roku jego pontyfikatu. Ostatnim punktem podróży była papieska msza w bazie lotniczej w Limie, w której uczestniczyło około 1,5 miliona ludzi.



FOT. X

Podczas przejazdu papamobile w Limie ktoś z tłumu rzucił w kierunku Leona XIV różańcem

PRAGA

Pociągi zderzyły się przed dworcem w Pradze. Wielu rannych

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 46 osób zostało rannych w zderzeniu dwóch pociągów osobowych, do którego doszło we wtorek rano w Pradze. Wypadek na kilka godzin sparaliżował ruch kolejowy w Czechach.

Do kolizji doszło na wiadukcie przed wjazdem na praski dworzec główny. Składy poruszały się wolno i dlatego obrażenia większości poszkodowanych nie są poważne – poinformowała czeska straż pożarna.

Ciężko ranni zostali przewiezieni do praskich szpitali; są wśród nich maszyniści obu pociągów – poinformowało pogotowie ratunkowe.

– Wśród poszkodowanych w zderzeniu pociągów w Pradze nie ma obywateli Polski – przekazał rzecznik MSZ w Warszawie Maciej Wewiór.

Według straży pożarnej nie było potrzeby używania specjalistycznego sprzętu przy wyprowadzaniu pasażerów z pociągów, które się nie wykoleiły. Akcja ratunkowa na miejscu zdarzenia została już zakończona.

Wypadek spowodował wstrzymanie ruchu kolejowego; pociągi dalekobieżne skierowano na inne dworce w mieście. Po trzech godzinach odjazdy i przyjazdy z dworca głównego zostały częściowo wznowione.

W czerwcu 2024 r. w Pardubicach, w środkowych Czechach, w czołowym zderzeniu pociągu osobowego i towarowego zginęły cztery osoby, a 27 odniosło rany. W listopadzie 2025 r. w zderzeniu dwóch składów pasażerskich w pobliżu Czeskich Budziejowic na południu kraju 40 osób zostało rannych. **PAP**

WOJNA W UKRAINIE

Ukraińcy zaatakowali Most Krymski. Przeprawa zamknięta

Kazimierz Sikorski

W nocy z poniedziałku na wtorek wojska ukraińskie zaatakowały m.in. Moskwę oraz most prowadzący na okupowany przez Rosję Krym. Wojsko użyło pocisku manewrującego FP-5 „Flamingo".

Jeden z łuków konstrukcji oraz odcinek jezdni między dwoma filarami całkowicie zniknęły.

„Most krymski. Objęty sankcjami" – napisał na X Władysław Własiuk, pełnomocnik prezydenta Ukrainy ds. sankcji.

Liczący 19 kilometrów długości most łączy rosyjski Kraj Krasnodarski z okupowanym Półwyspem Krymskim, przebiegając nad Cieśniną Kerczeńską. Powstał po zajęciu Krymu przez Rosję w 2014 roku. Część drogową otwarto w 2018 r., a ruch pasażerskich pociągów ruszył w 2019 roku.

Od początku rosyjskiej inwazji most ten był wielokrotnie celem ukraińskich ataków.

Kamera na pocisku zarejestrowała atak

Na nagraniu widać obraz z kamery umieszczonej na pokładzie ukraińskiego pocisku manewrującego „Flamingo" w trakcie lotu w stronę mostu.

Denys Sztilierman, współwłaściciel i główny inżynier Fire Point – producenta pocisku – potwierdził jego użycie na X.

Udostępniając nagranie, napisał: „Dedykujemy to pamięci naszych przyjaciół i kolegów, Andrija i Jurija, bez których nie byłoby to możliwe. Spoczywajcie w pokoju".

Siergiej Aksionow, mianowany przez Moskwę szef władz okupowanego Krymu, przekazał, że siły ukraińskie zaatakowały most, w związku z czym ruch przez przeprawę wstrzymano.



AFP PHOTO / SŁUŻBA BEZPIECZEŃSTWA UKRAINY

Most jest obecnie zamknięty dla ruchu samochodowego i kolejowego, a żegluga przez Cieśninę Kerczeńską została wstrzymana

Rosyjski resort transportu też potwierdził zawieszenie ruchu drogowego i kolejowego. Most Krymski stanowi kluczowy szlak zaopatrzeniowy i transportowy dla rosyjskich sił na okupowanych terytoriach Ukrainy. Ma także ogromne znaczenie symboliczne – inwestycja warta 4 miliardy dolarów była manifestem politycznym mającym utrwalić to, co Putin uważał za jedno ze swoich największych osiągnięć: aneksję Krymu.

Efekt wielu tygodni przygotowań

„Uderzenie w Most Kerczeński było rezultatem siódmego etapu wielotygodniowej operacji opracowanej i koordynowanej przez Służbę Bezpieczeństwa Ukrainy i Sztab Generalny Sił Zbrojnych" – poinformował we wtorek prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski.

„Dziś każdy może zobaczyć skutki uderzenia w główną wojskową przeprawę łączącą terytorium Rosji z naszym ukraińskim Krymem. Jest to rezultat siódmego etapu operacji, która była realizowana przez kilka tygodni, a została opracowana i koordynowana przez Służbę Bezpieczeństwa Ukrainy wspólnie ze Sztabem Generalnym Sił Zbrojnych Ukrainy" – napisał Zełenski w komunikatorze Telegram.

Szef państwa przypomniał, że Rosja codziennie atakuje ukraińską infrastrukturę, w tym mosty w Zaporożu, Dnieprze, Kijowie i obwodzie odeskim. Prezydent podkreślił, że Ukraina wielokrotnie proponowała Rosji podjęcie kroków na rzecz deeskalacji, „lecz po wszystkich tych propozycjach słyszała jedynie stanowcze odmowy".

BERLIN

Wyciek dokumentów dotyczących Deutsche Banku

oprac. Anna Nagel

Ponad 15 mln wewnętrznych dokumentów Deutsche Banku trafiło do ponad 50 redakcji. Ujawniają związki z rosyjskimi oligarchami i podejrzane transakcje otoczenia Epsteina.

Według „Der Spiegel" ujawnione dokumenty mogą stanowić największy znany wyciek danych bankowych na świecie. Materiały przekazane mediom przez sygnalistów pochodzą głównie z działów Deutsche Banku zajmujących się przestępczością finansową oraz klientami i transakcjami wysokiego ryzyka. W śledztwie „Inside Deutsche Bank" brały udział m.in. ZDF, „New York Times", „Financial Times" i „Le Monde".

Dokumenty wskazują, że w 2021 r. bank rozszerzył działalność w Rosji mimo wcześniejszych ostrzeżeń nadzoru i wykrycia podejrzanych przepływów, z których mogli korzystać oligarchowie związani z Władimirem Putinem.

Pod koniec 2020 r. bank obsługiwał co najmniej 46 rosyjskich oligarchów, w tym Romana Abramowicza, a krótko przed inwazją na Ukrainę udzielał wielomilionowych pożyczek Sbierbankowi.

Ujawniono również ponad 3 tys. podejrzanych transakcji Jeffreya Epsteina i jego otoczenia na ok. 580 mln dolarów. Deutsche Bank uznał przyjęcie Epsteina za błąd i zapewnił, że współpracował z organami nadzoru. Od 2019 do 2025 r. miał wydać dodatkowe 7 mld euro na systemy kontroli.

eprasa.pl 8ef3334bed

PRAWO

Druhna Paulina zginęła na S10 pod Toruniem. Rodzina: „Ten wyrok jest nie do przyjęcia!”

26-letnia Paulina, druhna OSP, zginęła tragicznie na drodze ekspresowej S10 rok temu. Sprawcą dramatu był 70-letni kierowca Mercedesa: wyprzedzał „na wariata”, na liczniku miał 125 hm/h i doprowadził do czołowego zderzenia. Sąd w Toruniu wydał bardzo łagodny wyrok w zawieszeniu, który od razu zaskarżyła rodzina kobiety

Małgorzata Oberlan



FOT. KPM PSP TORUŃ



FOT. KPM PSP TORUŃ

26-letnia Paulina siedziała za kierownicą auta marki Kia, Mercedesa prowadził 70-letni kierowca

Do tej tragedii doszło dokładnie 5 października 2025 roku. Wskutek czołowego zderzenia na miejscu zginęła zaledwie 26-letnia Paulina ze wsi Burzyn (powiat tarnowski) w Małopolsce. Niczym nie zawiniła.

Sprawcą śmiertelnego wypadku bez wątpliwości był 70-letni Jerzy W., kierowca Mercedesa – orzekł we wrześniu br. Sąd Rejonowy w Toruniu. Ale dał seniorowi wielki kredyt zaufania: skazał go na rok więzienia w zawieszeniu na trzy lata próby.

26-letnia Paulina, druhna OSP ratująca innych ludzi, miłośniczka górskich wypraw, pracująca w schronisku na Hali Łabowskiej, miała przed sobą całe życie. Była silna i odważna, miała w razie czego solidny fach w rękach (była z wykształceniem budowlańcem), ale bliscy najbardziej zapamiętali jej wielkie serce i pasję do górskich szczytów, pożarnictwa i motoryzacji.

Życie młodej kobiety skończyło się nagle, gdy z naprzeciwka uderzył w nią z impetem rozpędzony do 125 km/h samochód Jerzego W.

Najbliżsi członkowie rodziny Pauliny są teraz zszokowani i oburzeni łagodnym – w ich przekonaniu – wyrokiem dla sprawcy. Jako oskarżyciele posiłkowi w procesie od razu powiedzieli: Nie zgadzamy się! Wnieśli apelację. Co będzie dalej?

Za duża prędkość i wyprzedzanie „na wariata”

Jak doszło do wypadku? To była niedziela, 5.10.2025 r., około godz. 8.30 rano. Droga S10 tuż za rogatkami miasta, odcinek między węzłami Toruń Zachód a Toruń Południe, na terenie gminy Wielka Nieszawka. Pogodnie, bez mgły i deszczu. Paulina siedziała za kierownicą auta marki Kia, a jechali z nią jeszcze znajomi pasażerowie. Prowadziła spokojnie, miała doświadczenie jako kierowca. Krytycznego poranka nie popełniła żadnego błędu, nie złamała żadnego przepisu, absolutnie niczym nie zawiniła. Dlaczego zginęła?

Nieoczekiwanie przed jej autem pojawił się Mercedes. Jego 70-letni kierowca, po pierwsze, jechał za szybko, bo na liczniku miał przynajmniej 125 km/h (dozwolona tutaj prędkość to 100 km/h.). Po drugie, wyprzedzał pojazd jadący przed nim „na wariata” – jak to się potocznie określa. Tak doprowadził do czołowego zderzenia. Biegły sądowy, prokuratura i Sąd Rejonowy w Toruniu nie mieli wątpliwości: to on był jedynym sprawcą wypadku.

– Przyczynami wypadku były: niezachowanie szczególnej ostrożności przy manewrze wyprzedzania, nieupewnienie się, że ma dostatecznie dużo miejsca do jego wykonania, i nieustąpienie pierwszeństwa przejazdu jadącej z naprzeciwka pojazdem Kia Paulinie P. Innymi słowy – złe ocenienie odległości przy manewrze wyprzedzania. Kolejną przyczyną była prędkość, z jaką poruszał się Jerzy W. (125 km/h przy dozwolonej 100 km/h) – przekazuje nam prokurator Joanna Becińska, kierująca Prokuraturą Rejonową Toruń Wschód.

Na miejscu dramatu szybko pojawiły się służby ratunkowe. Lądował śmigłowiec LPR. Dramatyczna walka o życie 26-letniej kobiety skończyła się jednak porażką, mimo dużych wysiłków przy reanimacji. Paulina zmarła.

Pokrzywdzonych w tym wypadku było jednak więcej. Do szpitala trafiło sześć osób, niektóre ciężko ranne. Byli to pasażerowie prowadzonej przez Paulinę Kii, ale też pasażerka innego pojazdu.

– Kierowca Mercedesa został przebadany przez policjantów na zawartość alkoholu w organizmie. Był trzeźwy – przekazała od razu mediom asp. Dominika Bocian.

Dostał wyrok w zawieszeniu. Rodzina wstrząśnięta

– Każdy taki nieumyślnie spowodowany, a tragiczny w skutkach wypadek to najczęściej dramat obu stron: ofiary i sprawcy – podkreśla często prokurator rejonowa Joanna Becińska. Często, bo w rejonie działania tej prokuratury (czyli na S10) do wypadków dochodzi regularnie.

Jerzy W., dziś już 71-letni kierowca, za spowodowanie śmiertelnego wypadku miał proces przed wspomnianym Sądem Rejonowym w Toruniu. Oskarżała go nie tylko prokuratura, ale i oskarżyciele posiłkowi – trzej najbliżsi członkowie rodziny zmarłej Pauliny. Wyrok, który sąd ogłosił 3 września 2026 roku, zszokował rodzinę. Jerzy W. został uznany za winnego zarzucanych mu czynów i skazany na rok więzienia w zawieszeniu na 3 lata próby i 5-letni zakaz prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Orzeczono też częściowe zadośćuczynienie dla rodziny.

Tymczasem za wypadek ze skutkiem śmiertelnym grozi w Polsce kara do 8 lat bezwzględnego więzienia i nawet 15-letni zakaz kierowania. Członkowie rodziny Pauliny dokładnie takiej maksymalnej kary żądają. Od razu zaskarżyli wyrok. A prokuratura? Ona wyrok i karę dla sprawcy zaakceptowała, apelacji nie wniosła.

– Oskarżony ma 71 lat, jest osobą niekaraną. Przyznał się do zarzuconego czynu, wyraził skruchę i przeprosił pokrzywdzonych – zaznacza prokurator rejonowa Joanna Becińska.

Powyższe okoliczności miały także duży wpływ na łaskawość sądu pierwszej instancji. Czy ten, który rozpatrywać będzie apelację, również da Jerzemu W. ogromny kredyt zaufania? Czas pokaże.

– Apelacja oskarżycieli posiłkowych (3 członków rodziny zmarłej) skierowana jest do Sądu Okręgowego w Toruniu, ale za pośrednictwem Sądu Rejonowego w Toruniu. Akta sprawy jeszcze tam się znajdują. Obowiązkiem tego sądu jest zawiadomienie przez pocztę o przyjęciu apelacji: prokuratora, obrońców, pełnomocników, a także strony (oskarżony, oskarżyciel posiłkowy). Po otrzymaniu informacji o zawiadomieniu powyższych podmiotów (tzw. zwrotki) Sąd Rejonowy niezwłocznie przekaże akta z apelacją sądowi odwoławczemu. Wtedy wyznaczymy termin rozprawy odwoławczej – przekazuje nam sędzia Andrzej Walenta, rzecznik Sądu Okręgowego w Toruniu.

W bólu pogrążeni bliscy, przyjaciele, strażacy, schronisko

Paulina pochowana została na cmentarzu parafialnym w swojej rodzinnej wsi Burzyn w Małopolsce. Rozpacz na pogrzebie i po niej trudno opisać. Zostały liczne opisy, wspomnienia 26-latki, kondolencje. Specjalnie żegnali ją strażacy miejscowej OSP, a także schronisko górskie na Hali Łabowskiej.

„Zginęła, pozostawiając po sobie niewyobrażalną pustkę i ból, ale także ogrom dobra, które zdążyła dać innym. Była młodą, silną, odważną i przebojową kobietą. Kochała góry: z pasją zdobywała Koronę Gór Polski, a górskie szlaki były jej drugim domem. Jej serce na zawsze pozostało związane ze Schroniskiem Górskim na Hali Łabowskiej, gdzie pracowała do końca swojego życia, służąc strudzonym turystom z uśmiechem, życzliwością i oddaniem. Obdarzona wieloma talentami i niezwykłą pracowitością. Z wykształcenia budowlaniec, z pasji i umiejętności hydraulik, pracownik mieszalni lakierów, prawdziwa złota rączka. Fascynowała ją motoryzacja, była miłośniczką dwóch kółek i wszystkiego, co dawało poczucie wolności” – tak opisują Paulinę bliscy i znajomi we wspomnieniu (na portalu pomnikpemięci.pl).

Jak podkreślają, Paulina była osobą o ogromnym sercu. „Żyła według zasady: »Bogu na chwałę, ludziom na pożytek«, realizując ją jako członkini OSP – zawsze gotowa nieść pomoc innym, bez względu na porę i okoliczności. Była ukochaną córką, siostrą, ciocią, matką chrzestną. Podporą rodziny, najukochańszą, niezastąpioną. Kobietą o złotym sercu, której dobroć, siła i obecność na zawsze pozostaną w pamięci i sercach tych, którzy mieli szczęście ją znać” – kończą bliscy Pauliny.

©℗

„Droga śmierci”

26-letnia druhna OSP to już kolejna ofiara na trasie ekspresowej S10 na terenie Kujawsko-Pomorskiego. Droga generalnie łączy Szczecin z Warszawą, więc biegnie przez trzy województwa. Tam, gdzie zginęła Paulina, nazywana jest „drogą śmiercią”. Szczególnie wiele tragedii wydarzyło się na odcinku między Toruniem a Bydgoszczą. Dziś droga ta jest rozbudowywana, co ma poprawić bezpieczeństwo na niej. Kierowcy przekraczający prędkość i ryzykujący przy wyprzedzaniu będą jednak zagrożeniem w każdych okolicznościach.

eprasa.pl 8ef3334bed

ŚWIĄTECZNE GWIAZDECZKI

Patrzcie na te buzialki! Tak się zaczyna magia świąt

Po raz kolejny tworzymy wyjątkową galerię zdjęć dzieci. Zawsze jest pełna ciepła, uśmiechów i dobrej energii. Zresztą, sami zobaczcie!

Boże Narodzenie to czas wyjątkowy. Pachnie piernikami, rozbrzmiewa kolędami i przynosi mnóstwo radości. A najpiękniejszy jest wtedy, gdy patrzymy na niego oczami dzieci, które potrafią cieszyć się z najdrobniejszych rzeczy, z niecierpliwością wypatrywać pierwszej gwiazdki i sprawiać, że nawet zwyczajny dzień staje się magiczny. Choć do świąt zostało jeszcze trochę czasu, w naszej redakcji już nie możemy się ich doczekać. - Dlatego rozpoczęliśmy zbieranie zgłoszeń do akcji Świąteczne Gwiazdeczki. Dziś prezentujemy Wam pierwsze zdjęcia, które już do nas dotarły - wyjaśnia Katarzyna Adamczyk, opiekująca się plebiscytem Świąteczne Gwiazdeczki. To akcja, na którą co roku czekają rodzice i dziadkowie z całego naszego województwa. - Przesyłają zdjęcia pełne uśmiechów, radości i magicznej energii. Do akcji wciąż można dołączyć, dlatego zapraszamy do przesyłania fotografii najmłodszych mieszkańców regionu - zachęca dziennikarka. To właśnie te wybrane zdjęcia już po raz kolejny rozświetlą świąteczne wydanie naszej gazety. A to nie koniec niespodzianek, bo na laureatów akcji, jak zwykle, czeka mnóstwo atrakcyjnych nagród. Są to: zabawki, książki, sesje zdjęciowe, vouchery prezentowe, a nawet wyjazdy krajowe i zagraniczne. A w wielkim finale nagrodą główną będzie aż 40 tysięcy złotych na spełnienie dziecięcych marzeń!

Więcej o naszej akcji na: dzienniklodzki.pl/gwiazdeczki

MALUSZKI do lat 2



Stanisław Jałkiewicz, powiat zgierski



Mia Kuras, powiat łaski



Nikodem Krawczyk, powiat radomszczański



Franciszek Galiński, Łódź



Tymoteusz Dąbrowski, Piotrków Trybunalski



Igor Krajcer, powiat wieluński



Maria Kubiak, powiat poddębicki



Pola Napieraj, powiat bełchatowski



Iga Nowak, powiat sieradzki



Leon Morawski, powiat brzeziński

DZIEWCZYNKI i CHŁOPCY od lat 2



Michalina Rojewska, powiat łęczycki



Marcelina Cholajda, powiat sieradzki



Igor i Oskar Matysiak, powiat radomszczański



Wojciech Krajcer, powiat wieluński



Ida Jatczak-Molvik, Łódź



Amelia Mielczarek, powiat bełchatowski



Milan Zięba, powiat opoczyński



Natan Lemański, powiat kutnowski



Nikola Telega, powiat pabianicki



Franek Ciołkowski, Piotrków Trybunalski

eprasa.pl 8ef3334bed

SPOŁECZEŃSTWO

36. odmowa. Dorosłe dzieci z autyzmem wciąż poza systemem

Małgorzata Oberlan

Ewa Sękowska spod Kowalewa Pomorskiego to mama dorosłego już Rafała z autyzmem. Właśnie odebrała 36. już odmowę (tak!) przyjęcia jej syna do Środowiskowego Domu Samopomocy. Kolejny rok czeka w kolejce. Jest jednym z tysięcy rodziców w Polsce, o których dzieciach mówi się „niewidzialne" i „poza systemem".

Dopóki dziecko ze spektrum autyzmu i sprzężonymi z nim schorzeniami obejmuje szkolna edukacja, dopóty jest ono w systemie. Gdy obowiązek szkolny się kończy, kończy się de facto wszystko. Każdą terapię i rehabilitację rodzice muszą wywalczyć. Często sami zbierają na to pieniądze, za pośrednictwem różnych fundacji.

Dostanie się takiego pełnoletniego dziecka do Środowiskowego Domu Samopomocy czy innej dziennej placówki opiekuńczej (publicznej) to przynajmniej gwarancja fachowego wsparcia i terapii na co dzień. Zarazem też znaczące odciążenie dla rodziców, zwykle dla matek, które rezygnują z pracy i latami zajmują się takimi dziećmi.

Kolejny rok w kolejce Ewy Sękowskiej i jej syna

W takiej sytuacji jest Ewa Sękowska spod Kowalewa Pomorskiego, mama dorosłego już Rafała. Urodził się z autyzmem i sprzężonymi z nim licznymi schorzeniami. Opiece nad nim poświęciła się matka, a na ojca spadł ciężar utrzymania rodziny.

Koniec edukacji i dla Rafała Sękowskiego oznaczał „wypadnięcie z systemu". Dwa lata temu opisywaliśmy, jak pani Ewa nocami – gdy syn zaśnie – dzierga maskotki. Prezentuje je w mediach społecznościowych i sprzedaje. Cały dochód trafia na subkonto Rafała w Fundacji Avalon („Rafał Sękowski"). Matka przeznacza je na opłacenie terapii i rehabilitacji. Od pewnego czasu tworzy nie tylko maskotki, ale i piękne prace malarskie.

– W ciągu dnia Rafał jest bardzo aktywny, wymaga ciągłej uwagi i opieki. Ze względu na złożoność jego niepełnosprawności wciąż nie ma dla niego miejsca w żadnym dziennym Środowiskowym Domu Samopomocy, gdzie miałby zapewnioną ciągłość terapii i rehabilitacji. Więc po zakończeniu szkoły od kilku lat siedzi w domu – opowiada Ewa Sękowska.

Jedyną szansą na usprawnianie Rafała są odpłatne zajęcia w ramach Specjalistycznych Usług Opiekuńczych. Z tej formy korzysta już od ponad 10 lat. Już dwa lata temu koszt terapii wynosił ponad 800 zł miesięcznie. Do tego Rafał wymaga środków pomocniczych i zakupu sprzętów do rehabilitacji.

W październiku pani Ewa odebrała pismo z Powiatowego Centrum Rodzinie w Golubiu-Dobrzyniu, które jest już 36. odmową przyjęcia Rafała do Środowiskowego Domu Samopomocy w tym mieście. „Ze względu na brak miejsc Pan Rafał zostaje wpisany na listę oczekujących na pozycję numer 5" – informują w piśmie urzędnicy.

W kolejce do tej placówki Ewa Sękowska z synem „stoi" od 2023 roku. Co miesiąc składa wniosek i co miesiąc dostaje odmowę, jak na razie. Stąd już 36 takich odpowiedzi. Ale matka się nie poddaje; nie zamierza odpuszczać.

– Cóż, teraz Rafał nadal korzysta ze specjalistycznych usług opiekuńczych z opieki społecznej i to jest jedyna dostępna dla niego rehabilitacja. Ale ze względu na duże koszty dopłat możemy korzystać z niewielkiej części tej rehabilitacji – mówi Ewa Sękowska.

Wnioski do domu samopomocy składać będzie dalej. Dostanie się jej syna do takiej placówki to, jak podkreśla, najlepsze rozwiązanie na ten czas życia Rafała i jej samej.

Gdy rodzice się starzeją... „Co się stanie z naszymi dziećmi, gdy odejdziemy?"

Gdy „niewidzialne, dorosłe dzieci" dobijają do czterdziestki, ich rodzice najczęściej osiągają już standardowy wiek emerytalny. Pytanie, które nie daje im spać, to: co stanie się z ich dziećmi, gdy oni odejdą.

Wizja tego, że ich autystyczny syn czy córka trafią do wielkiego Domu Pomocy Społecznej (pobyt stały, całodobowy), najczęściej nieprzystosowanego do specjalnych potrzeb osób z głębokim autyzmem, przeraża tysiące rodziców. Na prywatne placówki tego typu stać nielicznych.

Od 2022 roku postulatem stowarzyszeń i fundacji pomagających osobom z autyzmem jest systemowe wsparcie małych wspólnot mieszkaniowych dla takich osób. Takich, gdzie osoba niepełnosprawna intelektualnie będzie w kameralnym miejscu pod troskliwą opieką wysokospecjalistycznej kadry.

Niestety, ten postulat wciąż jest niezrealizowany. Bo, owszem, ostatnie lata to czas zmian w tej materii, ale „małe domy dla autystyków" wciąż wspierane są projektami i grantami, czyli czasowo, a nie ustawowo. A takiej stabilności właśnie oczekiwaliby rodzice i pozarządowe organizacje.

Ogromnym wysiłkiem rodziców i fundacji takie domy jednak w Polsce powstają. Na wkłady własne pieniądze zbierają zazwyczaj sami – najróżniejszymi sposobami. Liczyć już mogą jednak na solidne wsparcie unijne i skromniejsze, ale zawsze, z PFRON-u.

Niedługo budowa takiego domu – formalnie Ośrodka Wsparcia dla osób z autyzmem i innymi niepełnosprawnościami – rozpocznie się na terenie przy ulicy Skłodowskiej-Curie w Toruniu. Przygotowuje tę niezwykłą inwestycję Autyzm Polska Fundacja Pomocy Osobom Autystycznym. Motorem stali się państwo Mendelewscy, rodzice ponad 40-letniej Pauliny z głębokim autyzmem.

Ten projekt ma już bardzo mocne filary. Samorząd Torunia przekazał fundacji grunt pod budowę tego domu dla „niewidzialnych, dorosłych dzieci". Natomiast samorząd województwa kujawsko-pomorskiego wsparł realizację projektu 10 milionami złotych dofinansowania ze środków Funduszy Europejskich dla Kujaw i Pomorza. Całkowita wartość budowy ośrodka wsparcia dla osób z autyzmem i innymi niepełnosprawnościami została oszacowana na 17 mln zł. Fundacja zgromadziła już (poprzez liczne inicjatywy, np. koncerty i aukcje dzieł sztuki oraz zbiórki) milion złotych. Poniosła już też znaczne nakłady na przygotowanie przedsięwzięcia, w tym opracowanie dokumentacji projektowej.

Ten dom będzie pierwszym tego typu w Kujawsko-Pomorskiem.

Ewa Sękowska przekazała sporo swoich prac artystycznych na licytację wspomnianej Fundacji. Na budowę domu patrzy na razie i z nadzieją, i wyczekująco. Sama jeszcze nie jest w tym wieku, by pytać „Co się stanie...". Obawia się jednak, że jeśli państwo w przyszłości nie wesprze finansowo utrzymania takich wspólnot mieszkaniowych, będą to miejsca poza finansowym zasięgiem rodzin takich jak jej, czyli standardowych.

Posłanka Iwona Hartwich „Tacy rodzice potrzebują pomocy państwa"

Iwona Hartwich, posłanka z Torunia (KO) od lat działa na rzecz osób z niepełnosprawnościami. Problemy ich rodzin zna od podszewki.

– Jest jeszcze wiele do zrobienia dla tego środowiska. Brakuje mieszkań wspomaganych, brakuje miejsc w DPS-ach i Zakładów Aktywności Zawodowej w mniejszych miejscowościach. Owszem, rodzice biorą sprawy w swoje ręce (jak w Toruniu-red.), ale potrzebują bezwzględnie pomocy ze strony państwa – podkreśla Hartwich.

Przykład z 12 października. W biurze posłanki pojawili się rodzice z Rypina, którzy drżą o przyszłość swoich dzieci z różnymi niepełnosprawnościami po zakończeniu ich edukacji. Co mogła zrobić? – W sposób rzetelny udzieliłam im kilku rad i wskazówek, od czego trzeba zacząć – mówi.

Kolejnymi tematami, którymi państwo pilnie musi się zająć, są w jej ocenie: zabezpieczenie rodzica po śmierci dziecka oraz możliwość pracy na tzw. starym świadczeniu pielęgnacyjnym.

– Sytuacja finansowa osób z niepełnosprawnościami poprawiła się w Polsce. Przypomnę, że mamy wyższą rentę socjalną dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji: wynosiła 1420 zł, a obecnie to 4000 zł (to mój osobisty sukces). Mamy również świadczenie wspierające dla szerszej grupy osób. Jednak rodziny, w których są osoby z niepełnosprawnościami, potrzebują ciągłego wsparcia. I państwo musi stanąć tutaj na wysokości zdania – podkreśla Iwona Hartwich. ©℗

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 883-402-202

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

AUTA uszkodzone - Złomowanie, 604-542-022

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

0 - 2h. Pożyczka lombardowa, 42-658-86-44

Praca

ZATRUDNIĘ

DO sprzątania posesji 502-171-984.

Zdrowie

ZABIEGI

BUSKO-ZDRÓJ, Pensjonat Sanato Pobyty lecznicze i wypoczynkowe w promocyjnych cenach. Zadzwoń już dziś: 41-378-19-48 lub 696 -958- 319 www.santo.com.pl

Usługi

INSTALACYJNE

Pogotowie kanalizacyjne, hydraulik, 511-333-094

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew, rębak, karczowanie, Rozbiórki, koparki, podnośnik, 502-061-012, 513-149-330

ZAKŁADANIE trawników, koszenie, hydrosiew, karczowanie działek, 502-061-012, 513-149-330

AUTOREKLAMA Q604983220A

BIURO OGŁOSZEŃ

ŁÓDŹ, ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 502 499 127

Ogłoszenia telefoniczne: 800-472-852, 42 647-28-52

REKLAMA 0011614176

ZARZĄD NIERUCHOMOŚCI WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO działający w imieniu WOJEWÓDZTWA ŁÓDZKIEGO

informuje,

że zmianie ulega miejsce składania dokumentów oraz miejsce przeprowadzenia przetargu ustnego nieograniczonego na sprzedaż nieruchomości położonej w Łodzi, przy ul. Piłsudskiego 133B, zaplanowanego na dzień 1 grudnia 2026 r.

Wskazane w ogłoszeniu i warunkach przetargu dokumenty i oświadczenia należy składać w siedzibie Zarządu Nieruchomości Województwa Łódzkiego, przy ul. Kamińskiego 7/9 w Łodzi.

Przetarg odbędzie się w siedzibie Zarządu Nieruchomości Województwa Łódzkiego, przy ul. Kamińskiego 7/9 w Łodzi, w pokoju 208.

Pozostałe warunki przetargu, w tym termin wpłaty wadium, składania dokumentów i oświadczeń oraz przetargu pozostają bez zmian.

eprasa.pl 8ef3334bed

NOWA SÓL

Sny o miedzi

Na ziemię, która skrywa żyłę złota – a raczej miedzi – padał deszcz. Strasznie lało. Niemal jak w opowiadaniu Zygmunta Haupta, w którym dziewczyna mówi chłopakowi, że to już ostatni raz i że powinni przejść z powrotem na „pan" i „pani". Nie myślałem jednak o literaturze, tylko o tym, że mam napisać reportaż o snach, wizjach, marzeniach mieszkańców Nowej Soli, które mogłyby się ziścić po powstaniu kopalni. Potencjalnym powstaniu

Mateusz Pojnar

Dlatego poszedłem na teren starej „Odry" albo – jak mawia młodzież – na zegar. Nazywają tak to miejsce od stojącej tam wieży z zegarem. Kiedyś była tu ogromna fabryka nici. Teraz trwały ostatnie przygotowania przed imprezą. Chciałem zacząć od młodzieży, bo to młodzi mogą w przyszłości najbardziej skorzystać z powstania kopalni miedzi i srebra. Potencjalnie.

Problemem w mieście jest to, że młodzi stąd wyjeżdżają. Osiadają we Wrocławiu, Poznaniu, Zielonej Górze. Budują swoją przyszłość w większych ośrodkach.

Przez pogodę była tam jedynie garstka ludzi. Sprzedający frytki, burgery i kebaby musieli co jakiś czas zasłaniać stoiska plandekami, żeby jedzenie nie odpłynęło im razem z deszczem. Starszy facet siedział pod parasolem, pił piwo i palił papierosy. Jednego za drugim. Trzech wyrostków – na oko po 15 lat – kręciło się wokół boksera, maszyny sprawdzającej siłę uderzenia. Zaczęli uderzać, a ten, który wygrał, bardzo się z tego cieszył.

Za mną usiadło dwóch chłopaków. Gdy położyli plecak na stole, usłyszałem brzdęk butelek. Jeden z nich się zaczerwienił.

Ale miało być o miedzi. W Nowej Soli istnieje młodzieżowa rada miejska, która ma podpowiadać urzędnikom i radnym, czego oczekują młodzi. Jej szefem jest Jakub Ulita.

- Kopalnia? Szczerze mówiąc za bardzo nie zagłębiałem się w temat – uśmiecha się przewodniczący. – Jak zawsze może to pójść w dwie strony: w pozytywną, ale i negatywną, bo kopalnia kojarzy się z ingerencją w naturę. Mam obawy o środowisko. Ale to nasza szansa na to, by stać się bogatym regionem. Nie chciałbym tam jednak pracować. Jestem już ukierunkowany na architekturę. Kopalnia nie przebija się w naszych rozmowach z koleżankami i kolegami.

Perkusista zagrał, a młodzi zaczęli się bawić. Nie chciałem im truć. Wrócę tu za parę dni – pomyślałem.

Mają u was wydobywać miedź

Kanadyjska spółka Lumina Metals póki co wierci dziury w ziemi i pracuje nad uzyskaniem koncesji wydobywczej. Prezes Jordan Pandoff mówił mi, że kolejne odwierty mają przybliżyć ich do budowy kopalni. Równolegle prowadzą badania środowiskowe. Pandoff zapewniał, że „mocno zwracają uwagę na ochronę środowiska". Zapowiadał, że to ma być „zielona kopalnia".

- Modelujemy, jak w przyszłości będzie wyglądała: gdzie będą poszczególne elementy i szyby. Zaplanujemy je na podstawie odwiertów – tłumaczył.

Wcześniej wakacje spędzałem nad Bałtykiem. I tam temat kopalni „Nowa Sól" żył swoim życiem.

- Słyszałem, słyszałem – powiedział wujek, gdy przechadzaliśmy się po plaży.

Zapytałem, co usłyszał, bo mentalnie byłem z dala od nowosolskich spraw.

- No jak to?! – zdziwił się. – Mają przecież budować u was kopalnię. Widziałem informacje w telewizji, czytałem w internecie. Gdy już wybudują, będziecie lubuskimi szejkami.

Odpowiedziałem, że droga jeszcze daleka.

Wieczorem w centrum Gdańska na koncercie jazzowym poznałem przemiłego faceta spod Warszawy. Od słowa do słowa wyszło, że jestem z Nowej Soli.

- Znam to miasto! – zareagował z ożywieniem. – Mają u was wydobywać miedź!

Biuro już powstało

Prezes Luminy wyliczał, że w regionie jest 10 mln ton miedzi i miliard uncji srebra. Opowiadał mi o harmonogramie dalszych prac.

- Zaczęlibyśmy budowę zaraz po otrzymaniu koncesji wydobywczej, czyli w 2030 r. – mówił. – Sama budowa potrwa cztery-pięć lat. Przed nami mnóstwo pracy, ale pierwsza produkcja byłaby już w 2035.

Spółka bada to, co pod ziemią, w pięciu lubuskich gminach. 53 proc. złoża jest na terenie gminy wiejskiej Nowa Sól, ale siedziba kopalni ma być w mieście. Zresztą powstało tu już biuro Luminy.

Z raportu EY wynika, że w fazie inwestycyjnej projekt będzie średniorocznie generował ok. 19 tys. miejsc pracy (bezpośrednich, pośrednich i w branżach wspierających) i 1,97 mld zł dodatkowej wartości do regionalnego PKB w obszarze zielonogórskim. Po uruchomieniu wydobycia te liczby mają wzrosnąć do: średniorocznie 38,6 tys. miejsc pracy (w tym ok. 3650 osób zatrudnionych bezpośrednio przy kopalni) i ok. 10,85 mld rocznej wartości dodanej dla gospodarki regionu.

Aneta Koszela jest księgową, prowadzi firmę w Nowej Soli. Politycy i samorządowcy powtarzają, że niedługo mieszkańcy powiatu staną się bogaci. Kto jak kto, ale księgowa potrafi świetnie liczyć, więc pytam ją, co to tak naprawdę może oznaczać. Mówi, że w gminach, w których będzie prowadzone wydobycie, wzrosną dochody z podatków od nieruchomości i opłaty eksploatacyjnej. Więcej kasy popłynie z kieszeni mieszkańców w ramach podatku PIT od wynagrodzeń. No i podatek CIT od spółek i firm.

- Inwestycja stanie się potężnym motorem napędowym dla gospodarki – tłumaczy. – Rynek mieszkaniowy powinien ruszyć z kopyta, będzie popyt na działki budowlane, powstaną hotele pracownicze, sklepy, do tego gastronomia, serwisy samochodowe; dodajmy transport pracowniczy, firmy budowlane, logistykę, magazyny, szkoły, przedszkola. Czyli dwu-, a może i trzykrotnie wzrośnie zapotrzebowanie dosłownie na wszystko. Regiony, w których powstawały tego typu kopalnie, stały się najbogatsze w Polsce. Gospodarczo każda branża może na tym skorzystać. Z drugiej strony ważne jest, by administracja publiczna wzięła za to odpowiedzialność: od szczebla rządowego, przez różne urzędy, aż po samorządowców. Księgowej marzy się, by w mieście rozwinęła się kultura.

Lumina Metals zapewnia, że nie będzie żadnego zbiornika odpadów w stylu Żelaznego Mostu. Tylko się cieszyć, że nie zdewastuje przyrody

PAWEŁ KOPEĆ
historyk, nauczyciel

Może powstałby mały teatr zawodowy?

- Cieszyłabym się z filharmonii – uśmiecha się. – Staramy się w rodzinie kłaść nacisk na uczestnictwo w życiu kulturalnym, ale żeby w nim uczestniczyć, najczęściej trzeba pojechać do Zielonej Góry, Wrocławia, Poznania. Kolejna sprawa to restauracje – w mieście jest mnóstwo kebabów, ale mieszkańcy chcieliby czasem zjeść coś innego. Przydałoby się więcej kawiarni i miejsc, które są otwarte dłużej, gdzie można spędzić wieczór z przyjaciółmi.

Przychodzi jej do głowy remont stadionu, na którym można byłoby organizować profesjonalne zawody lekkoatletyczne.

Paweł Kopeć jest historykiem, uczy w „Elektryku". Chciałby, żeby kopalnia powstała.

- Lumina Metals zapewnia, że ma być nowoczesna i nie będzie żadnego zbiornika odpadów w stylu Żelaznego Mostu. Tylko się cieszyć, że nie zdewastuje przyrody – zaznacza. – Ale od lat mówi się o konkretnych datach, a one wciąż są przesuwane. Może dlatego, że kolejne rządy z różnych opcji nie wspierały dostatecznie tej inwestycji? Może warto jakoś obniżyć podatek od wydobycia, żeby mieć nowosolskie zagłębie miedziowe? Jeśli KGHM nie był do tej pory zainteresowany budową kopalni, to niech ją wybudują Kanadyjczycy. Warto skorzystać z tego, co kryje ziemia pod naszymi stopami. Powinna wygrać gospodarka i progresywne myślenie.

Kopeć przewiduje, że jeśli kopalnia powstanie, przyjedzie mnóstwo nowych mieszkańców, którzy będą myśleli o kupnie mieszkania, założeniu rodziny. I że pojawi się więcej uczniów.

- Wtedy nie stracimy roboty – żartuje. – Podczas wizyty w naszej szkole Kanadyjczycy powiedzieli, że liczą na współpracę ze szkolnictwem zawodowym, a jesteśmy prężną placówką. Korzyści byłyby obopólne. Może nowe kierunki: technik górnictwa, robót podziemnych? Pytasz o przypuszczenia, więc fantazjuję.

Lista marzeń jest długa

- Czy wierzę, że kopalnia powstanie? Tak, od wielu lat już o tym mówią – mówi Anna, pracownica jednego ze sklepów w dzielnicy Zatorze. Rozmawiamy, bo akurat nie ma klientów.

Ekspedientka dodaje, że w pierwszej kolejności Lumina powinna zatrudniać tutejszych. Przewiduje, że miasto stanie się dużo większe.

- Wieś Rudno można byłoby dołączyć do Nowej Soli. W kopalniach jest duża kasa, a życie jest drogie. Będą zupełnie inne możliwości – zauważa. - Dobrze by było, gdybyśmy nie musieli ciułać przez 12 miesięcy, by odłożyć na wakacje. Może to nie oznaczałoby wielkiego bogactwa, ale na pewno godne życie.

– Przydałaby się galeria handlowa z prawdziwego zdarzenia. Nie ma gdzie się ubrać, brakuje porządniejszych sklepów - mówi. Kolejne marzenie na liście: kąpielisko. Wie nawet, gdzie mogłoby powstać.

Pytam, czy rozważałaby zatrudnienie się w kopalni, np. w administracji. - A czemu nie? – dziwi ją moje pytanie. – Nie zastanawiałabym się dwa razy. Handel to ciężka praca, a ludziom się wydaje, że stoimy i nic nie robimy.

Joanna i Marcin Dysiewiczowie są młodym małżeństwem. Ich syn Adaś ma dziewięć lat.

- Może macie w domu małego górnika, a jeszcze o tym nie wiecie? – zagajam.

- Siedzi czasem w ciemnym pokoju przy komputerze i gra w Minecrafta, więc może nieświadomie przyzwyczaja się do ciemności podziemi – śmieje się Marcin.

- A w grze posługuje się kilofem, czyli powoli ćwiczy – żartuje mama chłopca.

Małżeństwo uważa, że kopalnia jest szansą dla pokolenia mieszkańców, które dopiero dorasta.

- Ludzie nadal będą mogli próbować realizować się w różnych miejscach pracy, ale jednocześnie, gdyby coś nie wyszło, pojawi się możliwość znalezienia etatu w kopalni. Taki spokój swego czasu wprowadziła u nas strefa ekonomiczna – zwraca uwagę Marcin.

- Jeśli przyjadą tu pracownicy z dziećmi, potrzebne będą nowe żłobki i przedszkola. Być może pokoleniu naszego syna będzie żyło się najlepiej w historii Nowej Soli – dodaje Marcin.

Co mają wspólnego kultura i kopalnia?

Konrad Gramont jest aktorem nowosolskiego teatru niezależnego Terminus A Quo. Prowadzi Fundację Panopticum, która działa w sferze kultury i prowadzi warsztaty dla młodzieży.

Kultura i kopalnia – oba słowa zaczynają się na tę samą literę i pozornie wydaje się, że tylko tyle mają ze sobą wspólnego. Ale Gramont zaznacza, że kopalnia mogłaby przeznaczać fundusze na przedsięwzięcia kulturalne. Przecież po pracy część ludzkości szuka wytchnienia w sztuce.

- Chodzi o granty nie tylko dla organizacji pozarządowych, ale też grup nieformalnych, które chciałyby realizować swoje małe marzenia za nieduże pieniądze – podkreśla. – Oddolnie staramy się robić, co możemy. Samej fundacji dzięki zewnętrznym środkom udało się zorganizować ponad sto działań w ciągu czterech lat. Przydałby się w mieście młodzieżowy dom kultury, miejsce, z którym młodzi by się utożsamiali.

W Panopticum marzą i o tym, by w Nowej Soli powstała mała szkoła artystyczna.

- Może pojawi się szansa powrotu większych imprez, które kiedyś były w mieście – zaznacza Gramont. – Mieliśmy masę festiwali: Solówkę, Spring Rock Festival, turnieje literackie, kon-

eprasa.pl 8ef3334bed

OGŁOSZENIA

Dziennik ŁÓDZKI

dodatek bezpłatny

Środa, 18.11.2026
Nr 1549

Oddam za darmo

STODOŁĘ za rozbiórkę, 660-333-894

Potrzebuje

BEZ opłat odbiorę graty z likwidacji domu, garażu, strychu, 517-427-930

MEBLE pokojowe, kuchenne, sprzęt AGD i RTV - nieodpłatnie, 661-027-265

ROWER z PRL-u Wigry, Jubilat, Flaming, kolarkę i inne, 608-097-274

SILNIK do starego motocykla, motoroweru, 517-427-930

Hobby

MUZYKA

BĘBEN 16'' 40cm + pałka + pas sprzedam - 450zł, 886-299-530

ANTYKI

MEBLE obrazy porcelanę szkło lampy szable bagnety medale odznaczenia starocie kupię, 608-207-652

PRL - Zabawki, autka, żołnierzyki, kolejki, komiksy, płyty, znaczki, monety, banknoty kupię, 608-207-652

Domy

SPRZEDAM

DOMY drewniane z bali, szkieletowe - rekreac. i mieszkalne, od podstaw. Producent, tanio, 509-435-261

Mieszkania

BLOKI SPRZEDAM

2-POKOJOWE mieszkanie, ok. Manufaktury, 519-770-149

SPRZEDAM mieszkanie M3, powierzchnia 50 m^2, Łódź Chojny, ul. Gospodarcza, 512-562-065, 504-462-550

AUTOPROMOCJA 0011033610

OGŁOSZENIA DROBNE na TELEFON
800 472 852
42 647 28 52

STARE BUD. SPRZEDAM

POKÓJ w centrum, 784-180-604

DO WYNAJĘCIA

13 i 30 m, media Górna, 786-080-382

2-POKOJOWE w Centrum ok. 40m^2, II piętro, bez windy, w kamienicy, ładne, przytulne, ciepłe, umeblowane, wyposażone, (kaucja), 602-402-402

M2 z aneksem kuchennym i łazienką, samodzielne 1400zł z opłatami + energia, 727-906-066

M3, Bałuty, 604-143-121

Mieszkanie Górna 665-600-247

Pokoje Piękna 665-600-247

CHATA DLA ŻAKA - DO WYNAJĘCIA

M3, Bałuty, 604-143-121

Sprzęt domowy

MEBLE

STÓŁ + krzesła - 200 zł, komoda, szafa, witryna po 130 zł/szt, ławostół, fotele po 50 - 70 zł/szt., 785-971-061

WERSALKA, sofa, fotel 1-2 osobowy, rozkładany po 120 - 150 zł/ szt., szafki kuchenne po 30 - 50 zł/szt., kanapa rogowa - 200 zł, 785-971-061

DYWANY

DYWANY różne, chodniki, 785-971-061

Budowlane

MATERIAŁY

KRUSZYWA drogowe z dostawą, 605-231-441

PŁYTY drogowe, 501-529-844

WYPOŻYCZĘ rusztowanie elewacyjne 400 m - tanio, 501-529-844

Handlowe

BRAMĘ wjazdową z furtką, drzwi aluminiowe sklepowe bez szyb sprzedam, 501-322-060

Drewno kominkowe, 502-061-012, 513-149-330

SKUP złomu, druki, met. kol. Dojazd. Gotówka, 505-854-654

ZESTAW kontenerów mieszkalnych - 5 sztuk, 501-529-844

Rolnicze

RÓŻNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.200 zł/ tona, 500-669-621

USŁUGOWY zbiór kamieni polnych - maszynowo, 605-231-441

WAPNO nawozowe - sprzedaż, dostawa, rozsiew, 605-231-441

Zamienię

KRATA na okno lub drzwi i kompresor na rower, akumulator, 880-354-990

PRALKA automatyczna, kuchnia gaz., lodówka, zamrażarka, grzejnik elektryczny, drobne AGD na inną rzecz, 785-971-061

Usługi

BUDOWLANE

BUDOWA domów drewnianych z bali, szkieletowych, rekreac., mieszk. Producent, tanio, 509-435-261

CIESIELSTWO - więźby od 10zł, 796-184-162

DACHY blachodachówka 8zł, ceramika 12zł, papy termo 8zł, 796-184-162

Dachy, rynny 601-277-130

GŁADŹ, mal. glazura, 510-322-848

KOPARKO-ŁADOWARKA 2 CX - wąskie wjazdy, 501-529-844

MALUJĘ i nie tylko, 506-177-580

PAPY termozgrzew. 8zł, 796-184-162

PŁYTKI, zabudowy, remonty, malowanie - krótkie terminy, 501-529-844

MONTAŻOWE

Żaluzje. Rolety. Moskitiery. Producent. Tanio. Solidnie, 509-190-833

INSTALACYJNE

Elektroinstalacje, awarie, pomiary. Tanio, solidnie. Tel: 509-275-480

ELEKTRYK, 693-741-682

Gaz montaż, naprawa, szczelność, uprawnienia, 513-782-398

HYDRAULIKA tanio, 788-289-668

Hydraulika, naprawy, 509-721-995

Przepychanie kanalizacji, 509-721-995

PORZĄDKOWE

Mycie okien, 518-926-402

PLUSKWY karaluchy prusaki mrówki likwidujemy profesjonalnie, 730-770-870

SPRZĄTANIE komórek, garaży, mieszkań i po zmarłych, 576-187-032

WYWÓZ śmieci po budowach, gruzu, złomu itp, 576-187-032

AGD NAPRAWY

Automatyczne pralki - dojazd gratis, 42-674-14-67, 501-076-336

AGD, kuchnie, pralki, itp., 514-335-326

RTV NAPRAWY

RTV, LCD - dojazd gratis, 889-153-215

TELE -audiovideo naprawa, 602-687-803

ANTENY

24h anteny serwis, nc+, Polsat, Cyfra +, naziemna, 506-592-529

ANTENY taniutko, 733-955-881

KRAWIECKIE

PRZYJMĘ przeszycia, 502-428-917

OGRODNICZE

CIĘCIE drzew - rębak, 789-605-290

Cięcie drzew owocowych. Fachowo, 605-307-582

TRANSPORT

Rutkowski przeprowadzki, 501-781-201

Praca

ZATRUDNIĘ

DO ochrony z I i II st. niep. umowa o pracę + Premia, dobre warunki, 531-883-053

DO sprzątania posesji, mycia klatek i okien, 601-551-945

DO sprzątania posesji, niepełny etat, 888-285-529

Do szycia produkcji, wzorów i prasowania, 602-371-680

EMERYTA na parking, Widzew, 575-670-505

KIEROWCĘ C+E karta kierowcy, kraj, stała trasa, weekendy w domu, 502-117-003, 501-470-150

MĘŻCZYZNĘ do sprzątania, od rana, pół etatu, 502-145-900

PANIĄ do sprzątania mieszkania, 887-198-818

PARKING, ul. Turoszowska 24 - przedemeryta i emeryta. Zgłoszenia osobiste

POMOC do domu Górna, 786-080-382

PRACOWNIKA do remontów z doświadczeniem, 501-529-844

W stolarstwie, 608-502-044

ZPCH AJG zatrudni osoby do sprzątania z grupą i na zlecenie, Zgierz, 515-087-318

ZPCH AJG zatrudni pracownika kwalifikowanego z bronią, umowa zlecenie, Zgierz, 515-087-318

Medycyna

STOMATOLOGIA

BEZPŁATNE protezy zębowe - w ramach NFZ. Zgierz, ul. Promienistych 2, 42-717-17-04, 510-231-468

Z kuponem rabatowym zawsze taniej!

Kupon prosimy realizować w dniach 18 - 24 listopada 2026 roku

REKLAMA 0011605832

ARTYKUŁY BHP I PPOŻ.
Łódź, ul. Przędzalniana 14
Tel. (42) 676-20-14, 676-72-54
sklep czynny pn. - pt.: 8.00 - 16.00
www.bhp-ppoz.com biuro@bhp-ppoz.com

OFERUJEMY:
- sprzęt ochrony osobistej
- odzież roboczą i ochronną
- obuwie robocze i ochronne
- rękawice robocze i ochronne
- gaśnice, agregaty p. poż., koce
- armaturę hydrantową (szafki, węże, nasady, prądownice, zawory)

PEŁNE ROZMIARY UBRAŃ I BUTÓW
ubrania, spodnie, fartuchy, kombinezony:
- antyelektrostatyczne, trudnopalne
- kwasoodporne, dla spawacza

WYGODNY PARKING, PRZYMIERZALNIA
- instrukcje bhp i ochrony p. poż.
- znaki ewakuacyjne, bhp i p. poż.
- znaki oraz tablice budowlane, ADR
- znaki energetyczne i informacyjne
- apteczki z wyposażeniem,
- środki czystości, czyściwa, papiery sanitarne

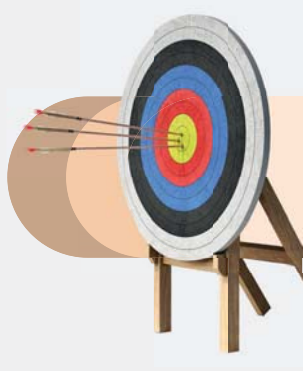
POLECAMY GAŚNICE!
• do pojazdów
• do budynków
• do domu
• do firm
• specjalistyczne

Artykuły wysyłamy również paczkami lub kurierem

Z TYM KUPONEM
5% TANIEJ
MOŻNA PŁACIĆ KARTĄ

AUTOREKLAMA

strefa BIZNESU.pl



Know-how w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl

REKLAMA 0011603794



BOTANIC PARK

Nowe mieszkania
w Łodzi
ul. Konstantynowska 64 C

Powierzchnie
od 29 m^2 do 105 m^2

GETMAR
Firma Budowlana

tel. 785 400 542, 601 858 400
mieszkania@getmar.com.pl

www.botanicpark.pl

eprasa.pl 8ef3334bed

SUKCES

Stół do gry kupiła dwa tygodnie przed mistrzostwami świata. I zdobyła brązowy medal

Agnieszka Żmudzka z Białegostoku zdobyła brązowy medal mistrzostw świata w foot table. Na co dzień pracuje na pełny etat, a mimo to trenuje nawet 15–20 godzin tygodniowo. Rozmawiamy z nią o sporcie, który można uprawiać na niewielkim stoliku, rywalizacji z Brazylijkami i o tym, jak spełnić marzenie o medalu w zupełnie nowej dyscyplinie sportu

Agnieszka Domanowska

Foot table brzmi trochę jak połączenie kilku sportów. Co właściwie kryje się pod tą nazwą?

Myślę, że inspiracją mógł być teqball. To sport młody, ale trochę starszy od foot table. Wymyślili go Węgrzy, którzy na osiedlowym betonowym stole do ping-ponga grali w piłkę nożną. Później opracowali krzywiznę stołu, żeby piłka lepiej odbijała się w stronę rywala i gra była płynniejsza. Z teqballem jest jednak taki problem, że stół jest ogromny i opatentowany, więc nie jest łatwo dostępny. Przeciętny polski Kowalski czy Brazylijczyk z biedniejszego osiedla nie może sobie pozwolić na treningi.

Teqball początkowo był bardzo popularny w Brazylii. Mieli tam nawet kilku mistrzów świata w pierwszych latach istnienia tego sportu. Później jego rozwój trochę wyhamował i myślę, że właśnie wtedy pojawił się foot table z mniejszym stolikiem, o wymiarach metr na metr, który nie jest licencjonowany. Można wziąć stolik z kawiarni albo zwykły ogrodowy i grać.

Czyli to wersja dla mniej zamożnych?

Zdecydowanie. I myślę, że nie ma w tym nic obraźliwego. Sport będzie się rozwijał wtedy, kiedy będzie łatwo dostępny. Stąd fenomen piłki nożnej. Dziecko, które ledwo chodzi, może toczyć piłkę przed sobą, wtoczyć ją do bramki i cieszyć się, że strzeliło gola.

Myślę, że foot table może się kiedyś bardzo fajnie rozwinąć. Oficjalny stół kosztuje teraz około 400 euro. Dla porównania – najtańszy, naprawdę słabej jakości oficjalny stół do teqballa kosztuje około 1000 euro, a lepszy nawet 2,5 tys. euro. To ogromna różnica.

Jak wygląda mecz w foot table?



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Agnieszka Żmudzka z Białegostoku z brązem przywiezionym z mistrzostw świata foot table, które odbyły się w pierwszych dniach października we Włoszech

Stolik ma metr na metr i ścięte rogi, chyba głównie ze względów bezpieczeństwa, żeby się na nie nie nadziać. W ten sposób powstaje ośmiokąt. Zasada jest prosta: piłka musi trafić w stół dokładnie raz. Nie można jej zgasić na stole i zostawić. Dwa odbicia od stołu oznaczają punkt dla przeciwnika. Najczęściej trzeba więc uderzyć w stół albo bardzo umiejętnie skrócić zagranie, tak, żeby piłka odbiła się raz i spadła na ziemię. Kiedy spadnie na ziemię, akcja się kończy.

A po co są ściany?

Ściany normalnie „uczestniczą" w grze. Odbicie od nich niczego nie zmienia, a właściwie może pomóc. I właśnie dzięki nim wymiany są dłuższe i ciekawsze.

Początkowo gra była bez ścian. Na TikToku można zobaczyć filmiki, na których zawodnicy po mocnym uderzeniu biegają za piłką nawet kilkanaście metrówod stołu. Wprowadzono więc klatkę, oktagon. Tutaj inspiracją był squash.

W oktagonie jest jeszcze ciekawiej, bo piłka odbita od ściany czasami wraca dokładnie tam, gdzie stał obrońca. Może wtedy od razu kontynuować grę.

I nie można używać rąk?

Nie. Mamy maksymalnie trzy kontakty z piłką i można odbijać ją wszystkim poza ręką. Bark jest jeszcze w porządku, wszystko poniżej to już zagranie ręką. Najczęściej uderza się lepszą nogą, czyli prawą, jeśli ktoś jest prawonożny. Dużo łatwiej przebić głową i klatką piersiową, szczególnie w defensywie.

Najfajniejsze jest to, że zaczynamy z konkretnego punktu, z linii serwisowej, ale później nie ma czegoś takiego jak moja połowa czy połowa rywala. Można biegać wokół stołu. Trzeba więc dynamicznie się poruszać i cały czas obserwować, jak zachowuje się rywal. W deblu dochodzi jeszcze wy-

eprasa.pl 8ef3334bed

MISTRZOWIE SMAKU 2026



FOT. GETTY

PARTNERZY PLEBISCYTU

Stowarzyszenie Polskich Kucharzy

Stowarzyszenie Kelnerów Polskich SKP

Polish Bartenders Association IBA member

POLAGRA food • horeca • foodtech

eprasa.pl 8ef3334bed

FINAŁ PLEBISCYTU

Oto Mistrzowie Smaku 2026. Nagrodziliśmy ich na gali w Poznaniu

Zwycięzców plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026 uhonorowaliśmy w trakcie Targów POLAGRA, które odbywają się na Międzynarodowych Targach Poznańskich. 23 września swoje nagrody odebrali laureaci z całego kraju.

oprac. kk









Plebiscyt Mistrzowie Smaku to jedno z najważniejszych i najbardziej uznawanych wydarzeń w polskim świecie gastronomii. Organizator, Polska Press Grupa, wyłania i honoruje czołowych przedstawicieli tej branży.

Mistrzowie Smaku byli wybierani w kilku etapach. Najpierw Czytelnicy dzienników regionalnych należących do Polska Press Grupy oraz serwisów internetowych głosowali na swoje ulubione lokale i profesjonalistów z branży gastronomicznej w poszczególnych województwach. W kolejnym etapie uczestniczyli zwycięzcy, którzy uzyskali najwyższą liczbę głosów w swoich województwach. Wyłoniono triumfatorów w różnych kategoriach na poziomie ogólnokrajowym. I to właśnie oni otrzymali wyróżnienia podczas uroczystej gali rozdania nagród, która odbyła się w trakcie wydarzenia o najdłuższej tradycji biznesowej w Polsce i jednego z kluczowych wydarzeń branży spożywczej i sektora HoReCa – Targów POLAGRA na Międzynarodowych Targach Poznańskich.

Oto laureaci rankingu ogólnopolskiego

Kucharz Roku: I miejsce: Wojciech Mika - Villa Róż, Zakrzów (woj. małopolskie), II miejsce: Magdalena Tymeczko - Atelier Pychotka, Chełmsko (woj. lubuskie), III miejsce: Artur Obiedziński - Restauracja Chatka Obiadka, Skawina (woj. małopolskie).

Kelner Roku: I miejsce: Błażej Gębski - Restauracja Neo, Międzyrzecz (woj. lubuskie), II miejsce: Gabriela Kawęcka - Da Grasso, Międzyrzec Podlaski (woj. lubelskie), III miejsce: Maciej Imalski - Zajazd Staropolski Restauracja hotelu Gromada, Toruń (woj. kujawsko-pomorskie).

Barman/Barista Roku: I miejsce: Samuel Miśkowiec - X-DRINK, Myślenice (woj. małopolskie), II miejsce: Natalia Poniewska - AVA 3.0, Bydgoszcz (woj. kujawsko-pomorskie), III miejsce: Olaf Stubba - Matko i Córko, Gdańsk (woj. pomorskie).

Mistrz Słodkości Roku: I miejsce: Edyta Pałka - Szajnowe szkolenia tortowe, Rybnik (woj. śląskie), II miejsce: Konrad Ruczyński - Słodki Stół Pracownia cukiernicza, Lubawa (woj. warmińsko-mazurskie), III miejsce: Klaudia Rak - Słodkie Cudeńka, Żytno (woj. łódzkie).

Menedżer Gastronomii Roku: I miejsce: Jakub Balcerzak - Surowiec, Wrocław (woj. dolnośląskie), II miejsce: Lakhvir Singh - Restauracja Kwiat Peonii, Poznań (woj. wielkopolskie), III miejsce: Wioleta Pietrzak - Hotel Korona Spa & Wellness, Zemborzyce Tereszyńskie (woj. lubelskie).

Restauracja Roku: I miejsce: Miłość Na Talerzu - Kościan, 3 Maja 1A (woj. wielkopolskie), II miejsce: BEEF and Pepper - Warszawa, Nowogrodzka 47A (woj. mazowieckie), III miejsce: ArtFolwark - Wojnowo, Wojnowo 2 (woj. wielkopolskie).

Bar/Bistro/Jadłodajnia Roku: I miejsce: Bar na Rojnej - Łódź, Rojna 52/B (woj. łódzkie), II miejsce: Bistro u Zośki - Żmigród, Kolejowa 9A (woj. dolnośląskie), III miejsce: Bistro Gadka Szmatka - Wolbrom, Leśna 2 (woj. małopolskie).

Kawiarnia/Cukiernia Roku: I miejsce: R&S Kawiarnia Rozkoszne Smaki - Ustka, Wczasowa 27 (woj. pomorskie), II miejsce: Ani-Babki - Wrocław, Horbaczewskiego 4-6 (woj. dolnośląskie), III miejsce: Filiżanka - Sosnowiec, Małachowskiego 7/1 (woj. śląskie).

Pizza Roku: I miejsce: Da Grasso - Brodnica, Kościelna 4 (woj. kujawsko-pomorskie), II miejsce: Pizzeria Kociak - Rogoźno, os. Przemysława II 3A (woj. wielkopolskie), III miejsce: Pizzeria Pilizza - Nowe Miasto nad Pilicą, Warszawska 51 (woj. mazowieckie).

Lody Roku: I miejsce: Lodziarnia Gelatopiu - Rybnik, Rynek 12 (woj. śląskie), II miejsce: Marinero Caffe - Mrzeżyno, Portowa 14 (woj. zachodniopomorskie), III miejsce: Smak Dzieciństwa Lody Domowe - Strzelin, Sienkiewicza 46 (woj. dolnośląskie).

Burger Roku: I miejsce: Sigma Burger - Piaseczno, Nadarzyńska 60 (woj. mazowieckie), II miejsce: Burgerownia PasiBrzuch - Słubice, Mickiewicza 1A (woj. lubuskie), III miejsce: Chaps - Włocławek, Chopina 10/12 (woj. kujawsko-pomorskie).

Kebab Roku: I miejsce: Kapitan Burger - Police, Bankowa 11Ab/6 (woj. zachodniopomorskie), II miejsce: INDIA KEBAB - Łódź, Rojna 41 Lokal 20 , 91-134 Łódź (woj. łódzkie), III miejsce: Kraft Kebap - Morawin, Morawin 2A (woj. wielkopolskie).

Były podziękowania

- Chciałbym przede wszystkim podziękować wszystkim, którzy na mnie głosowali, moim przyjaciołom. Naprawdę nie spodziewałem się, że wygram - powiedział Wojciech Mika, laureat I miejsca w kategorii Kucharz Roku rankingu ogólnopolskiego. - Jest to moja pierwsza wygrana, a w zawodzie jestem 18 lat i bardzo się z tego cieszę. W zawodzie kucharza najważniejszy jest spokój, opanowanie nerwów i stresu.

Relację z gali przeczytasz i zobaczysz mnóstwo zdjęć z tego wydarzenia na stronie stronakuchni.pl/gala

eprasa.pl 8ef3334bed

KUCHARZ ROKU MIEJSCE I

Cezary Nowacki



Zaczęło się dawno temu, właściwie już w dzieciństwie. Gotowanie przyszło do niego naturalnie. Chciał jeść to, co naprawdę mu smakuje, więc zamiast czekać, aż ktoś przygotuje mu posiłek, sam nauczył się gotować. Potem przyszły lata nauki. Dziś jest przekonany, że w tym zawodzie najlepszym sprzymierzeńcem i nauczycielem zarazem jest praktyka. - Staram się nie ograniczać do jednej kuchni czy jednego dania. Nawet gdy czegoś na początku nie umiem, nie poddaję się. Metodą prób i błędów dochodzę do rozwiązania, a potem je ulepszam. To jest moja metoda. Nigdy też nie trzymam się kurczowo przepisów. Składniki różnią się od siebie, a moim zadaniem jest wyczuć te różnice i gotować z tego, co mam. Przepis traktuję bardziej jak wskazówkę, nie jestem mu ślepo posłuszny - przekazuje Cezary Nowacki (Restauracja Ciao, Łódź). Największą satysfakcję daje mu to, że każdego dnia może robić to, co naprawdę lubi, i realizować swoją pasję.

MIEJSCE II

Damian Drogosz



Damian Drogosz (Gidlanka - Obiady Jak u Babci, Gidle) od 17 lat wykonuje zawód kucharza. - Moja przygoda z gastronomią zaczęła się w Anglii, na początku na zmywaku i stopniowo wypracowywane doświadczenie w kuchni. To dzięki ciężkiej pracy wiem, do czego jestem stworzony - opowiada Damian Drogosz. Najbardziej lubi, gdy ludzie doceniają trud włożony w każde danie, które serwuje i podaje z uczuciem. - I gdy smakuje im to, co robię - podkreśla. Docenienie w plebiscycie Mistrzowie Smaku jest dla niego wyróżnieniem i wyrazem zaufania. - To również doświadczenie, w którym wcześniej nie miałem przyjemności brać udziału - dodaje.

MIEJSCE III

Beata Miklaszewska



- Moja przygoda z gastronomią trwa od zawsze - mówi Beata Miklaszewska (Buena Comida, Stryków). Od dziecka lubiła pomagać mamie w kuchni. - Wybór szkoły gastronomicznej też nie był przypadkowy, ponieważ zawsze wiedziałam, co chcę robić w życiu - podkreśla. Największą satysfakcję sprawia jej, kiedy przyrządzone przez nią dania smakują gościom. - Cenię sobie każdą opinię pozytywną, jak i tę mniej przychylną. Motywuje mnie to do dalszego doskonalenia swoich umiejętności - przyznaje Beata Miklaszewska. Poza pracą jest żoną i mamą trójki dzieci. W wolnym czasie lubi podróżować i poznawać nowe smaki.

KELNER ROKU MIEJSCE I

Monika Madej



Zwyciężczynią kategorii Kelner Roku została Monika Madej (Bar Orientalny Ha Tinh, Opoczno). Największą satysfakcję w pracy daje jej przede wszystkim zadowolenie klientów i ich pozytywne opinie. Dodają jej pewności siebie, co przekłada się na lepszą komunikację z gośćmi. Każde spotkanie z klientem zapada jej w pamięć. Szczególnie cieszą ją sytuacje, gdy podczas jej dnia wolnego klienci pytają o nią współpracowników. - Dowodzi to tego, że moja praca sprawia uśmiech na twarzach naszych klientów - uważa. Nasza Kelnerka Roku chciałaby, aby osoby odwiedzające restaurację wiedziały, że zawsze zostaną miło obsłużone, z chęcią, a nie z przymusu, i mogą liczyć na dobrą poradę dotyczącą wyboru dań. Nominacja i finalne zwycięstwo w plebiscycie było dla niej zaskoczeniem. Odbiera to, jako wyraz docenienia jej pracy zarówno przez kolegów i koleżanki z zespołu, jak i przez klientów.

MIEJSCE II

Agnieszka Lichosik



Agnieszka Lichosik (Restauracja Hotel Pod Ratuszem, Wieluń) chciałaby, aby goście zapamiętali ją jako osobę uśmiechniętą, życzliwą i profesjonalną. Zależy jej, aby czuli, że są mile widziani i że ktoś naprawdę zadbał o ich komfort. - Mam nadzieję, że po spotkaniu ze mną będą wspominać nie tylko smaczne jedzenie, ale również ciepłą atmosferę, serdeczną obsługę i poczucie, że ich wyjątkowe chwile były w dobrych rękach - podkreśla. Świadomość, że dzięki jej pracy ktoś miło spędził czas, czuł się zaopiekowany i wyszedł z restauracji z dobrymi wspomnieniami, jest dla niej największą nagrodą.

MIEJSCE III

M. Mroziak-Leszczyńska



W pracy kelnerki największą satysfakcję daje jej uśmiech i zadowolenie gościa. Małgorzata Mroziak-Leszczyńska (Hotel&Restauracja Lemoniada, Lućmierz) do każdej osoby podchodzi tak samo, dbając o to, by obsługa była miła, sympatyczna i uprzejma. Szczególnie cieszą ją dobre opinie klientów. Jeszcze większym wyróżnieniem jest dla niej sytuacja, gdy goście organizujący kolejną imprezę chcą, aby to właśnie ona ponownie ich obsługiwała.

To najlepszy dowód, że jej podejście do pracy jest doceniane.

BARMAN/BARISTA ROKU MIEJSCE I

Mateusz Mróz



- Moja przygoda z barmaństwem zaczęła się ponad osiem lat temu. Początkowo nie zakładałem, że właśnie z tym zawodem zwiążę swoją przyszłość, ale szybko wciągnęły mnie możliwości tworzenia smaków i atmosfera pracy za barem. Doświadczenie zdobywałem w barach i restauracjach, uczestniczyłem też w szkoleniach, warsztatach oraz zawodach barmańskich - opowiada Mateusz Mróz. Kolejnym krokiem było stworzenie własnej marki „Coś Pan Miesza". - Chciałem pracować na własnych zasadach i mieć wpływ na każdy szczegół - od smaku koktajlu po sposób przyjęcia gościa - wyjaśnia barman. Dziś z mobilnym barem towarzyszy ludziom podczas wesel, przyjęć i wydarzeń firmowych. - Każda realizacja daje mi nowe doświadczenia i pomysły - podkreśla. A największą satysfakcję daje mu zaufanie gości i słowa: „Dokładnie o coś takiego mi chodziło".

MIEJSCE II

Stanisław Jachimczak



Stanisław Jachimczak (Przechowalnia, Łódź) podkreśla, że w tej pracy najważniejsi są ludzie. To właśnie kontakt zarówno z nowymi osobami, jak i stałymi bywalcami daje mu największą satysfakcję i sprawia, że wciąż chce się rozwijać oraz spełniać w tym, co kocha robić. Za barem można go spotkać od około czterech lat. - Jest to praca, która opiera się przede wszystkim na kontakcie z innymi ludźmi. To, że goście czują się zaopiekowani, daje mi najwięcej radości. Cieszy mnie także fakt, że ten zawód stwarza szerokie możliwości rozwoju - komentuje laureat.

MIEJSCE III

Jędrzej Olejniczak



Co jest jego specjalnością? Po co goście przychodzą do niego najczęściej? Odpowiedź jest prosta: po uśmiech i mnóstwo pozytywnej energii, którą emanuje nasz laureat.

Jędrzej Olejniczak (Pub Biblioteka, Łódź) zamyka podium w kategorii Barman/Barista Roku w tegorocznej edycji plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026. Jego podejście do tworzenia koktajli łączy fachową wiedzę, znajomość sztuki oraz to, co zdaniem wielu w tym zawodzie jest tak samo istotne - twórczy pierwiastek i kreatywność. Dzięki temu goście wracają. Po smak i po atmosferę.

eprasa.pl 8ef3334bed

MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU MIEJSCE I

Agnieszka Sadach



- Moja przygoda z tortami rozpoczęła się około czterech lat temu. Wszystko zaczęło się od tortów przygotowywanych dla moich dzieci, a później także dla rodziny, znajomych i przyjaciół. Z czasem coraz bardziej mnie to wciągało. Zaczęłam poświęcać tej pasji coraz więcej czasu, rozwijać swoje umiejętności i podejmować coraz trudniejsze wyzwania. Dziś tworzenie tortów jest dla mnie czymś wyjątkowym – połączeniem kreatywności, pasji i ogromnej satysfakcji - opowiada Agnieszka Sadach (Rawa Mazowiecka). Najbardziej ceni możliwość tworzenia czegoś od podstaw i sprawiania ludziom radości. Wierzy, że najlepsze słodkości powstają z pasji, serca i dbałości o każdy detal. Zależy jej na tym, aby jej torty nie tylko pięknie wyglądały, ale przede wszystkim zachwycały smakiem. Uwielbia również trudne i nietypowe wyzwania. To właśnie one najbardziej pobudzają jej kreatywność i motywują ją do dalszego rozwoju.

MIEJSCE II

Małgorzata Świercz



Doskonałe drugie miejsce w kategorii Mistrz Słodkości Roku w tegorocznej edycji plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026 jest dla niej powodem do dużej dumy i jeszcze większej radości. Choć rywalizacja była spora, to finalnie udało się dzięki głosom swoich sympatyków zdobyć zaszczytne miejsce. Za ten sukces Małgorzata Świercz (Słodka Chatka, Buczek) pozostaje wdzięczna wszystkim, którzy ją wspierali. To naprawdę wiele dla niej znaczy.

Wszystko, co robi, robi z pasji do wypieków i z serca do pysznego smaku. Pieczenie to dla niej znacznie więcej niż tylko praca.

MIEJSCE III

Klaudia Rak



- Pracuję w gastronomii już od 15 lat. Przygoda z cukiernictwem również trwa od tego czasu. Zaczęło się od jednego tortu dla brata i tak się rozwinęło - mówi Klaudia Rak (Słodkie Cudeńka, Żytno). Dziś największą nagrodą jest dla niej zadowolenie odbiorców, a szczególnie uśmiech dzieci. W swojej pracy ceni możliwość sprawiania innym radości. Cukiernictwo stało się dla niej także dodatkowym doświadczeniem w życiu i niesamowitą przygodą.

Poza pracą zawodową znajduje również czas na swoje zainteresowania. Lubi czytać książki i jeździć na rolkach.

MENEDŻER GASTRONOMII ROKU MIEJSCE I

Adam Zdziarski



Adam Zdziarski związany jest z Osadą Rybacką Sereczyn w Pabianicach od 10 lat. Jak przyznaje, miała być to praca dorywcza, a przerodziła się w pełny etat i pracę, którą naprawdę lubi. A co ceni w niej najbardziej? - Zdecydowanie ludzi, mam świetnego szefa, zgrany zespół, z nimi nawet środek sezonu i mnóstwo obowiązków dookoła jakoś przyjemniej się znosi. To oni sprawiają, że gastronomia funkcjonuje, jak należy. I to często dzięki nim chce mi się do tej pracy przychodzić - wyznaje nasz Menedżer Gastronomii Roku.

Adam Zdziarski udowadnia, że skuteczne zarządzanie w gastronomii wymaga nie tylko doświadczenia, ale także umiejętności budowania zgranego zespołu i troski o każdy detal. To właśnie zaangażowanie, profesjonalizm oraz konsekwencja w dążeniu do wysokiej jakości sprawiły, że pan Adam zdobył uznanie klientów i zwyciężył w tegorocznej edycji plebiscytu.

MIEJSCE II

Tomasz Wysocki



- Pomimo że stosunkowo niedawno objąłem opieką restaurację, mój zawód jest moją pasją. Było to spełnienie moich marzeń - podkreśla Tomasz Wysocki (Marbella Restauracja, Koluszki). Największą satysfakcję daje mu zadowolenie klientów. Każda pozytywna opinia daje mu „wiatr w żagle" i sprawia, że z jeszcze większą chęcią pracuje nie tylko on, ale również cały zespół. O zajęciu 2. miejsca w naszej akcji mówi: - To wyróżnienie jest niesamowitą nagrodą za ciężką pracę. A poza restauracją? Jak sam podkreśla, jest zupełnie zwykłym mężczyzną. Jego pasją jest nieustanna nauka i pogłębianie wiedzy zdobytej podczas doktoratu.

MIEJSCE III

Piotr Kluczny



To, co miało być sposobem na zarobek podczas wakacji, przerodziło się w zawodową drogę trwającą już 19 lat. Piotr Kluczny (Pierogarnia Stary Młyn, Łódź) przygodę z gastronomią rozpoczął od rozwożenia jedzenia w małej pizzerii w rodzinnym mieście. Jednak, jak sam mówi, „gastro wciąga jak Jumanji" i w jego przypadku rzeczywiście tak się stało. Dziś dużą częścią jego pracy są ludzie. - Bardzo lubię rozmawiać z pracownikami, rozwijać ich i wpływać na ich status społeczno-finansowy. Cieszą mnie ich postępy, a kiedy ktoś osiąga wyniki, czuję dumę. Wyniki lokalu mnie napędzają. Cieszą mnie także goście, którzy doceniają naszą pracę - podkreśla.

RESTAURACJA ROKU MIEJSCE I

Pierogarnia Stary Młyn



Pierogarnia Stary Młyn (Łódź, Piotrkowska 37) zajmuje wspaniałe pierwsze miejsce w kategorii Restauracja Roku w tegorocznej edycji plebiscytu Mistrzowie Smaku.

W tym lokalu króluje smak, do którego chce się wracać. To także miejsce, z którego po prostu nie chce się wychodzić.

Łączą najlepsze tradycje polskiej kuchni z recepturami dopracowywanymi przez lata tak, by każda wizyta dawała poczucie znajomości, jakości i domowego ciepła. Krótko mówiąc: ma być jak u mamy! Opierają się na sprawdzonych fundamentach: ręcznie lepionych pierogach, świeżych składnikach najwyższej jakości i atmosferze sprzyjającej wspólnym chwilom. A wszystko to w Pierogarni Stary Młyn serwują z tą samą pasją i dbałością o detale, niezależnie od lokalizacji.

MIEJSCE II

Restauracja Dobre Smaki

Starannie przygotowywane dania, dobrej jakości składniki i obfite porcje sprawiają, że można tu liczyć na prawdziwie sycący, domowy posiłek. Restauracja Dobre Smaki (Uniejów, Sienkiewicza 75) to restauracja, w której króluje tradycyjna polska kuchnia. Ważną częścią tego miejsca jest również życzliwa obsługa i gościnna atmosfera, dzięki którym przy wspólnym stole można poczuć się swobodnie. Dogodna lokalizacja w pobliżu uniejowskich atrakcji sprawia, że restaurację odwiedzają zarówno mieszkańcy, jak i turyści poznający okolicę.

MIEJSCE III

Tenko Sushi&Burgers

Tenko Sushi&Burgers (Sieradz, Rynek 12) to miejsce stworzone z pasji do sushi, w którym dużą wagę przykłada się do jakości wykorzystywanych produktów. To właśnie zamiłowanie do dobrego jedzenia i dbałość o jego przygotowanie tworzą charakter restauracji. Sercem menu jest sushi, które zachwyca różnorodnością i pozwala odkrywać wiele ciekawych połączeń smakowych.

Potwierdzeniem uznania dla lokalu jest 3. miejsce w kategorii Restauracja Roku. To wyróżnienie pokazuje, że pasja, z jaką tworzona jest Tenko Sushi&Burgers, została zauważona i doceniona.

eprasa.pl 8ef3334bed

BAR/BISTRO/JADŁODAJNIA ROKU MIEJSCE I

Kardamon

„Brakuje nam słów, żeby opisać, jak bardzo się cieszymy! Ale ta wygrana nie jest tylko nasza. Jest nasza wspólna. Dziękujemy naszym Gościom za zaufanie i za to, że każdego dnia wybieracie Kardamon" - dowiadujemy się z mediów społecznościowych nagrodzonego Kardamonu (Zelów, Poznańska 8D).

Za tym tytułem stoją ludzie, którzy każdego dnia wkładają w swoją pracę mnóstwo serca. Dla załogi zwycięskiego lokalu najważniejszy tytuł przyznają im goście każdego dnia, kiedy wracają do nich na kolejny obiad, imprezę czy spotkanie.

W Kardamonie króluje smak, tutaj jest zawsze pysznie, domowo, a co najważniejsze - z sercem i prawdziwą pasją.

Nie można zapominać o serdecznej atmosferze, zawsze przyjaznej i uśmiechniętej obsłudze. To wszystko sprawia, że zdaniem gości, są numerem jeden w regionie.

MIEJSCE II

Bar na Rojnej

„Obficie, smacznie, niedrogo. Obsługa uśmiechnięta, miła, zawsze gotowa podpowiedzieć i doradzić w kwestii wyboru dania" - to tylko jedna z wielu bardzo pochlebnych opinii o naszym wyróżnionym lokalu. Zadowoleni goście zwracają uwagę przede wszystkim na smak, który jest podstawą w Barze na Rojnej (Łódź, Rojna 52/B).

Kolejny często pojawiający się głos wśród komentarzy o lokalu dotyczy wielkości porcji, cen oraz atmosfery. Bo, zdaniem gości, jest tutaj swojsko, po prostu domowo. To właśnie połączenie smacznej kuchni, uczciwych porcji i serdecznej obsługi sprawia, że wielu klientów regularnie wraca.

MIEJSCE III

Bistro Natanek

Bistro Natanek Obiady Domowe w Żychlinie to miejsce, które stawia na dobrze znane smaki polskiej kuchni domowej. Dania przygotowywane są z naturalnych produktów pozyskiwanych od lokalnych przedsiębiorców, a znakiem rozpoznawczym lokalu są duże porcje, przystępne ceny i miła obsługa. Wśród specjalności bistra szczególne miejsce zajmują placek po zbójnicku, kotlet Gajowego oraz ręcznie lepione pierogi. To propozycje dla tych, którzy cenią tradycyjne, konkretne i sycące obiady. Bistro mieści się przy ul. Sienkiewicza 66 w Żychlinie. Oprócz oferty obiadowej zajmuje się również organizacją imprez okolicznościowych.

PIZZA ROKU MIEJSCE I

Trattoria Pizza & Pasta

Trattoria Pizza Pasta to miejsce stworzone z myślą o miłośnikach włoskiej kuchni i swobodnej, rodzinnej atmosfery. W menu królują klasyczne pizze oraz aromatyczne makarony. Świeże składniki, starannie dobrane receptury i dbałość o każdy szczegół sprawiają, że wizyta w restauracji może zamienić się w małą kulinarną podróż do Włoch.

To miejsce zarówno na szybki lunch, jak i spokojną kolację czy spotkanie z rodziną i przyjaciółmi. Dobre jedzenie łączy się tu z przyjaznym klimatem, a włoskie inspiracje są obecne w serwowanych daniach. - Każdego dnia staramy się, żeby nasza pizza smakowała tak, jak we włoskiej trattorii, a każdy, kto do nas zagląda, wychodził z uśmiechem - podkreślają. Trattoria Pizza Pasta zaprasza tych, którzy cenią klasyczne smaki i lubią dzielić się dobrym jedzeniem w miłym towarzystwie.

MIEJSCE II

Porticello

Porticello - Pizza Neapolitańska (Piotrków Trybunalski, Rzemieślnicza 24) to miejsce stworzone z myślą o miłośnikach włoskich smaków i niespiesznych spotkań. Główną bohaterką jest tutaj pizza neapolitańska, przygotowywana ze świeżych, oryginalnych włoskich produktów oraz ciasta, które dojrzewa przez wiele godzin. W menu znalazły się zarówno włoskie klasyki, takie jak Marinara czy Margherita, jak i bardziej wyraziste kompozycje. Są wśród nich m.in. Diavola Dolce łącząca pikantne i słodkie nuty, Nduja Piccante dla fanów ostrzejszych smaków czy kremowa Bianca Truflowa.

MIEJSCE III

Pizzeria Bianco

W Skierniewicach, przy ulicy Senatorskiej 5, znajduje się miejsce doskonale znane miłośnikom włoskich smaków. Pizzeria Bianco od lat przyciąga gości nie tylko aromatem świeżo wypiekanej pizzy, ale także atmosferą, która sprawia, że chce się tam wracać. Sercem lokalu jest piec opalany drewnem, w którym powstają pizze przygotowywane według sprawdzonych receptur. To właśnie on nadaje im charakterystyczny smak i aromat. Pizzeria Bianco zbudowała swoją renomę na połączeniu jakości, tradycji i gościnności, dzięki czemu od lat cieszy się uznaniem klientów.



KAWIARNIA/CUKIERNIA ROKU MIEJSCE I

Cukiernia Ogińskiego

„To dla nas ogromne wyróżnienie oraz dowód zaufania. Rozpoczynamy rywalizację na szczeblu wojewódzkim, reprezentując nasz powiat. Zachęcamy do dalszego wspierania naszej kandydatury i oddawania głosów" - informowali swoich obserwujących w mediach społecznościowych tuż po zakończeniu pierwszego etapu głosowania. Jak widać, goście wzięli sobie ten apel do serca i chętnie oddawali głosy na swoją ulubioną kawiarnię.

Cukiernia Ogińskiego (Zduńska Wola, Łaska 45A) słynie nie tylko z aromatycznej kawy, ale także z wyśmienitych wypieków. Stawiają na jakość, świeże składniki i produkty sezonowe, dzięki którym ich oferta nieustannie zachwyca klientów. Wśród słodkości każdy znajdzie coś dla siebie. Nic więc dziwnego, że miejsce cieszy się uznaniem mieszkańców, a liczne głosy oddane w plebiscycie są najlepszym potwierdzeniem zaufania, jakim obdarzają je goście.

MIEJSCE II

FolkCoffee

Kolorowa, wyrazista, zakorzeniona w tradycji i stworzona dla tych, którzy lubią smakować życie po swojemu - taka właśnie jest nasza wyróżniona kawiarnia.

FolkCoffee (Nieborów, al. Legionów Polskich 20) to miejsce, które powstało z prawdziwej miłości do kawy. I nie jest to hasło reklamowe, a prawdziwy początek tego miejsca. Tutaj o kawie wiedzą wszystko i wybierają takie ziarna, które łączą w sobie to, co najlepsze. Kawa z serca łowickiego regionu uwodzi smakiem, aromatem i mocą. A przy tym jest lokalnym skarbem, co doceniają klienci.



eprasa.pl 8ef3334bed

KEBAB ROKU MIEJSCE I

The kebaby eksperci z Pakistanu & Am Am Kebab

Pierwsze miejsce w kategorii Kebab Roku zajęły Am Am Kebab (Sieradz, ul. Sienkiewicza 3) oraz The Kebaby Eksperci z Pakistanu (Widawa, ul. Wieluńska 1), lokal słynący w okolicy z wysokiej jakości i wyjątkowego smaku serwowanych dań. W punkcie przy ul. Wieluńskiej 1 każdy kebab przygotowywany jest z pasją, a przy tym szybko, świeżo i bez oszczędzania na składnikach. Wizytówką lokalu jest kraftowe mięso, ręcznie przygotowywane, idealnie przyprawione i soczyste. Zdaniem gości to właśnie ono sprawia, że jakość dań można wyczuć już od pierwszego kęsa. To swoisty smak Pakistanu zamknięty w aromatycznym mięsie, świeżych warzywach i wyjątkowych dodatkach. Wszystko to można znaleźć w bułce, picie, tortilli lub w wersji talerzowej. Menu jest bardzo bogate. Choć królują w nim kebaby, także miłośnicy burgerów i dań z kurczaka bez trudu znajdą coś dla siebie.

Am Am Kebab to miejsce, w którym goście nie są tylko klientami, ale najważniejszą częścią całej działalności. To właśnie z myślą o nich powstaje menu, pojawiają się nowe propozycje i promocje. Załoga uważnie słucha swoich klientów i stara się odpowiadać na ich oczekiwania, nieustannie udoskonalając ofertę.

Znakiem rozpoznawczym lokalu są kebaby przygotowywane bez kompromisów. W każdej porcji nie brakuje soczystego mięsa, świeżych dodatków i chrupiącego pieczywa. Tutaj liczy się jakość składników, solidne porcje i smak, który sprawia, że goście chętnie wracają po więcej.

MIEJSCE III

INDIA KEBAB



INDIA KEBAB działa w Łodzi od czerwca 2019 roku. Lokal przy ul. Rojnej 41 wyróżnia się wyraźnym indyjskim charakterem, który widać przede wszystkim w podejściu do przygotowywania potraw. Sercem INDIA KEBAB są ludzie. O każdy szczegół i codzienne funkcjonowanie lokalu dba właściciel Joginder Singh oraz jego żona Paulina Singh. Dania przygotowują doświadczeni kucharze pochodzący z Indii, którzy wykorzystują swoją wiedzę kulinarną, dbając o smak, odpowiednie przyprawienie i sposób przygotowania potraw. To właśnie ten indyjski akcent nadaje lokalowi jego charakter.

BURGER ROKU MIEJSCE I

Na Gastro GRILL & CHILL



NaGastro GRILL & CHILL (Opoczno, Westerplatte 13A) zostało stworzone dla miłośników rzemieślniczego jedzenia i wyrazistych smaków. Lokal stawia na wysokiej jakości składniki, pasję do mięsa i dania przygotowywane z dbałością o każdy szczegół. - Absolutnymi królami naszego menu są kultowe Smash Burgery. To na nich się skupiamy i to one podbijają podniebienia – cieniowane mięso ze 100% wyselekcjonowanej wołowiny, mocno dociśnięte i idealnie karmelizowane na brzegach, które zamyka w środku maksymalną soczystość. Dla osób, które lubią czasem uciec od prostoty i poszukać nowych wrażeń, przygotowaliśmy ciekawą strefę specjal – znajdziesz tam bogatsze, bardziej zaskakujące kompozycje smakowe - opowiada Patryk Kopinski. Podstawą burgerów są puszyste bułki, świeże dodatki oraz autorskie sosy przygotowywane od podstaw według własnych receptur.

MIEJSCE II

Cochise Burger

W Cochise Burger w Zduńskiej Woli (ul. Getta Żydowskiego 34) liczą się jakość, świeże składniki i przede wszystkim konkretny smak. Menu jest różnorodne, a podstawą wielu propozycji jest 100-procentowa wołowina. Klasyczny Cochise łączy ją m.in. z serem i kiszonym ogórkiem, a Tomahawk wyróżnia się dodatkiem papryczek jalapeño. Dla naprawdę głodnych przygotowano Wranglera z podwójną porcją wołowiny i sera. Są też mniej oczywiste połączenia. W karcie znalazły się również burgery z kurczakiem i opcja wegetariańska, a także propozycje z panierowanym serem.

MIEJSCE III

Burgerszał



Burgerszał (Sokolniki-Las, Las Sokolnickiego 66) to miejsce, w którym burger ma być konkretny, soczysty i przede wszystkim pełen charakteru. Lokal nie próbuje udawać eleganckiej restauracji. Stawia na porządne jedzenie, luźną atmosferę i solidne porcje, po których naprawdę można poczuć, że zjadło się burgera. - Naszą specjalnością są soczyste smash burgery, przygotowywane na miejscu, z dobrze wypieczonym mięsem, ciągnącym serem i dodatkami, które mają robić robotę. Jednym z naszych znaków rozpoznawczych jest Monster Smash – konkretny burger dla tych, którzy nie boją się dużych porcji i mocnych smaków - mówią właściciele.



LODY ROKU MIEJSCE I

Lodziarnia Cukierkowa

I miejsce w kategorii Lody Roku zajęła Lodziarnia Cukierkowa (Łódź, Traktorowa 78B). To kolorowe i przyjazne miejsce stworzone z miłości do prawdziwych lodów rzemieślniczych. Powstają one z dbałością o smak, jakość wykorzystywanych składników i receptury. Liczy się tu nie tylko to, co trafia do lodowego pucharka czy wafelka, ale również sposób podania.

Jasne, przytulne wnętrze pełne słodkiego charakteru tworzy przestrzeń, w której można zatrzymać się na chwilę przyjemności. To miejsce zarówno na szybkie lody podczas spaceru, jak i na wspólny czas z rodziną, dziećmi czy przyjaciółmi.

W Lodziarni Cukierkowej ważna jest także atmosfera. Wizyta ma kojarzyć się z małą, słodką przyjemnością, do której chce się wracać. Rzemieślnicze lody, prawdziwy smak i odrobina słodkiej magii tworzą charakter tego miejsca.



MIEJSCE II

Lodożercy z Lelewela



Lodożercy z Lelewela zlokalizowanie w Skierniewicach przy ulicy Lelewela 15 to ulubiona lodziarnia wielu mieszkańców regionu. Czym zaskarbili sobie serca klientów? Przede wszystkim wyjątkowym smakiem. A ten zawdzięczają domowej recepturze i pasji, którą załoga wkłada w każdy deser, który tworzą z sercem dla gości.

Kolejną ważną składową jest różnorodność i bogactwo smaków, które potrafią zaskoczyć nawet największych smakoszy. Ważny jest także dobór składników, a te w nagrodzonej lodziarni są prawdziwie naturalne - bez zbędnej chemii!

eprasa.pl 8ef3334bed

LAUREACI PLEBISCYTU MISTRZOWIE SMAKU 2026

KUCHARZ ROKU

Łódź	**Cezary Nowacki**, Restauracja Ciao, Łódź
Piotrków Trybunalski i powiat piotrkowski	**Łukasz Wawrzykowski**, Sala Bankietowa Relax, Gorzkowice
Skierniewice i powiat skierniewicki	**Edyta Madej**, Bistro Smak Retro, Skierniewice
powiat bełchatowski	**Maria Kaczmarek**, U Marysieńki, Bełchatów
powiat brzeziński	**Anna Stasio**, Kriada Karczma, Strzelna
powiat kutnowski i powiat łowicki	**Bartłomiej Kotlarski**, Restauracja Cafe Brama, Łowicz
powiat łódzki wschodni	**Łukasz Stawiany**, Kriada, Koluszki
powiat opoczyński	**Patryk Kopiński**, Na Gastro GRILL & CHILL, Opoczno
powiat pabianicki	**Jakub Bohdanowicz**, Bugajova, Pabianice
powiat pajęczański	**Monika Kucharska**, Zespół Szkolno-Przedszkolny Jana Pawła II, Rząśnia
powiat poddębicki	**Zofia Przygodzka**, Perła Dalików, Dalików
powiat radomszczański	**Damian Drogosz**, Gidlanka - Obiady Jak u Babci, Gidle
powiat rawski	**Małgorzata Jagodzińska**, Restauracja Kwadrans, Rawa Mazowiecka
powiat sieradzki	**Nina Kmiecik**, Nina Gotuje, Sieradz
powiat tomaszowski	**Katarzyna Dróżdż**, Restauracja Alchemik, Tomaszów Mazowiecki
powiat wieluński i powiat wieruszowski	**Przemysław Mączniański**, Kolorowe Gary, Wieluń
powiat zduńskowolski	**Jakub Wiśniewski**, Restauracja Fabryczna, Zduńska Wola
powiat zgierski	**Beata Miklaszewska**, Buena Comida, Stryków

KELNER ROKU

Łódź	**Sylwia Pawlisiak**, SMAK INDII, Łódź
Piotrków Trybunalski i powiat piotrkowski	**Magdalena Gajdzicka**, Pizzeria Tina, Piotrków Trybunalski
powiat bełchatowski	**Agnieszka Bryk**, Plac16 od chleba do wina, Bełchatów
powiat brzeziński	**Paulina Chmielewska**, Kriada Karczma, Strzelna
powiat kutnowski i powiat łowicki	**Michał Okrasiński**, Maiki Sushi, Kutno
powiat łaski	**Amelia Radzioch**, Grande Pizza, Łask
powiat łęczycki	**Anna Sviatiuk**, Quattro Bistro i Restauracja, Łęczyca
powiat łódzki wschodni	**Wojciech Wojdera**, Kriada Beach Bar, Lisowice
powiat opoczyński	**Monika Madej**, Bar Orientalny Ha Tinh, Opoczno
powiat pabianicki	**Martyna Rachwalik**, Restauracja Łódzka, Konstantynów Łódzki
powiat poddębicki	**Michał Jagieła**, Restauracja i pijalnia wód, Uniejów
powiat radomszczański	**Jagoda Gołka**, Pizzeria Bazylia, Kodrąb
powiat sieradzki	**Piotr Jasiak**, Tuxedo Banquet Center, Drzązna
powiat tomaszowski	**Julia Soból**, Restauracja Molo, Smardzewice
powiat wieluński i powiat wieruszowski	**Agnieszka Lichosik**, RestauracjaHotel Pod Ratuszem, Wieluń
powiat zduńskowolski	**Katarzyna Wiśniewska Opalińska**, Tawerna Włoska Beppe, Zduńska Wola
powiat zgierski	**Małgorzata Mroziak-Leszczyńska**, Hotel&Restauracja Lemoniada, Lućmierz

RESTAURACJA ROKU

Łódź	**Pierogarnia Stary Młyn**, Łódź, Piotrkowska 37
Piotrków Trybunalski i powiat piotrkowski	**UmaUshi Sushi**, Piotrków Trybunalski, Belzacka 66
Skierniewice i powiat skierniewicki	**Bistro Smak Retro**, Skierniewice, Jagiellońska 15
powiat bełchatowski	**U Marysieńki**, Bełchatów, Leśniewskiego 12
powiat łowicki	**Zajazd Non-Stop**, Zabostów Duży, Zabostów Duży 48
powiat łódzki wschodni	**Marbella Restauracja**, Koluszki, Brzezińska 11
powiat opoczyński	**Na Gastro GRILL & CHILL**, Opoczno, Westerplatte 13A
powiat pabianicki	**Restauracja Łódzka**, Konstantynów Łódzki, Łódzka 27/29
powiat poddębicki	**Restauracja Dobre Smaki**, Uniejów, Sienkiewicza 75
powiat radomszczański	**Gidlanka - obiady jak u babci**, Gidle, pl. Dominikański 7
powiat sieradzki	**Tenko Sushi&Burgers**, Sieradz, Rynek 12
powiat wieluński	**Zajazd Boryna**, Wieluń, Zajazd 2
powiat wieruszowski	**Ciao di Michelle**, Czastary, Wolności 12
powiat zgierski	**Pyza w sosie przy szosie**, Sierpów, Sierpów 1A

BAR/BISTRO/JADŁODAJNIA ROKU

Łódź	**Bar na Rojnej**, Łódź, Rojna 52/B
Piotrków Trybunalski i powiat piotrkowski	**Bistro Kotlecik**, Piotrków Trybunalski, 1-go Maja 21B
powiat bełchatowski	**Kardamon**, Zelów, Poznańska 8D
powiat kutnowski	**Bistro Natanek**, Żychlin, Sienkiewicza 66
powiat radomszczański	**Bar pod Różą**, Krzętów, Stodolna 11
powiat tomaszowski	**Brzustówka Bistro**, Tomaszów Mazowiecki, Wodna 30
powiat wieluński	**Kolorowe Gary**, Wieluń, Pańska 4

KAWIARNIA/CUKIERNIA ROKU

Łódź	**Caffe Słodko czy Wytrawnie**, Łódź, Piotrkowska 101
Piotrków Trybunalski i powiat piotrkowski	**Kawiarnia Ekspresja**, Piotrków Trybunalski, Słowackiego 30 B
powiat łowicki	**FolkCoffee**, Nieborów, al. Legionów Polskich 20
powiat pabianicki	**Cukiernia Kawiarka**, Pabianice, Zamkowa 31
powiat sieradzki	**La Vie Kawiarnia francuska**, Sieradz, Kościuszki 4
powiat zduńskowolski	**Cukiernia Ogińskiego**, Zduńska Wola, Łaska 45A

LODY ROKU

Łódź	**Lodziarnia Cukierkowa**, Łódź, Traktorowa 78B
Region 4	**Wytwórnia lodów rzemieślniczych Sławomir Kłak**, Łask, pl. 11 Listopada 5
Skierniewice i powiat skierniewicki	**Lodożercy z Lelewela**, Skierniewice, Lelewela 15

PIZZA ROKU

Łódź	**Trattoria Pizza & Pasta**, Łódź, Liściasta 56A
Skierniewice i powiat skierniewicki	**Pizzeria Bianco**, Skierniewice, Senatorska 5
Region 3	**Pizzeria 105**, Rawa Mazowiecka, 1-go Maja 14
Region 5	**Porticello - Pizza Neapolitańska**, Piotrków Trybunalski, Rzemieślnicza 24

BARMAN/BARISTA ROKU

1. miejsce	**Mateusz Mróz**, Coś Pan Miesza, Radomsko
2. miejsce	**Stanisław Jachimczak**, Przechowalnia, Łódź
3. miejsce	**Jędrzej Olejniczak**, Pub Biblioteka, Łódź

MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU

1. miejsce	**Agnieszka Sadach**, Rawa Mazowiecka
2. miejsce	**Małgorzata Świercz**, Słodka Chatka, Buczek
3. miejsce	**Klaudia Rak**, Słodkie Cudeńka, Żytno

MENEDŻER GASTRONOMII ROKU

1. miejsce	**Adam Zdziarski**, Osada Rybacka Sereczyn, Pabianice
2. miejsce	**Tomasz Wysocki**, Marbella Restauracja, Koluszki
3. miejsce	**Piotr Kluczny**, Pierogarnia Stary Młyn, Łódź

BURGER ROKU

1. miejsce	**Na Gastro GRILL & CHILL**, Opoczno, Westerplatte 13A
2. miejsce	**Cochise Burger**, Zduńska Wola, Getta Żydowskiego 34
3. miejsce	**Burgerszał**, Sokolniki-Las, Las Sokolnickiego 66

KEBAB ROKU

1. miejsce	**Am Am Kebab**, Sieradz, Sienkiewicza 3
1. miejsce	**The kebaby eksperci z Pakistanu**, Widawa, Wieluńska 1
3. miejsce	**INDIA KEBAB**, Łódź, Rojna 41 Lokal 20 , 91-134 Łódź

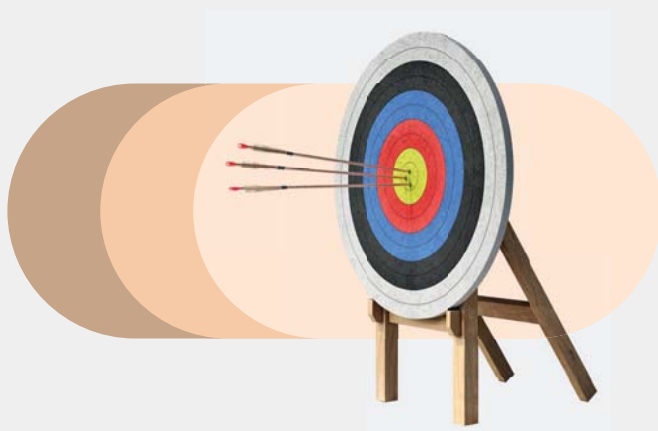
AUTOREKLAMA

Polecamy →

strefa BIZNESU.pl

Know-how
w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl



eprasa.pl 8ef3334bed

AUTOREKLAMA

Wszystkie smaki kuchni

stronakuchni.pl



Strona Kuchni

eprasa.pl 8ef3334bed

miana podań. Nie mogę zagrać piłki dwa razy z rzędu. Trochę jak w siatkówce.

Pani przygoda z foot table zaczęła się właściwie od teqballe'a?

Tak. Foot table jest bardzo młody. O pierwszym graniu mówi się od 2017 roku, a pierwsze mistrzostwa świata odbyły się dopiero rok temu. W tym roku rozegrano drugą edycję. Ja od kilku lat gram w teqball. W tym roku mistrzostwa Europy odbyły się w San Marino. Zaczęto więc rozwijać ten sport w Europie. Kupiłam stół za niecałe 400 euro i zaczęłam trenować.

Ile miała pani czasu na przygotowania do mistrzostw świata?

Stół przyszedł dosłownie dwa tygodnie przed turniejem.

Dwa tygodnie?

Tak. Absolutnie nie wystarczyło to do dobrego przygotowania. Rywale byli bardziej doświadczeni. Ale oni też nie mieli jak trenować. We Włoszech foot table rozwijają od ponad roku. W Rimini działa normalny klub, organizują regularne turnieje i trenuje tam około 20 mężczyzn. Mają więc już fajną rywalizację.

A w Polsce?

W tej chwili regularnie trenują cztery osoby. W tym dwie kobiety.

Gdzie w takim razie można trenować?

W Warszawie albo na przedmieściach Warszawy. Mamy już własny stół, a w czerwcu przywieźliśmy drugi. Inni Polacy z reprezentacji byli we Włoszech samochodem, więc zabraliśmy go do bagażnika. Dzięki temu mamy już na czym trenować.

A jak wyglądały same mistrzostwa świata w Rzymie?

To były dopiero drugie mistrzostwa świata. Pierwsze odbyły się rok wcześniej w São Paulo. O tym, że tegoroczne będą w październiku w Rzymie, dowiedzieliśmy się krótko po mistrzostwach Europy, w połowie czerwca. Wiedzieliśmy więc, że to blisko – zarówno geograficznie, jak i finansowo. Mieliśmy już dwa stoły, więc mogliśmy naprawdę fajnie trenować.

W naszej hali wymyśliliśmy nawet, jak wykorzystać ściany. Dostawiliśmy postawione na pół stoły do ping-ponga, żeby imitowały kolejną ścianę. To zupełnie inna gra, kiedy widzę, że piłka leci wysoko za mnie. Nie muszę za nią gonić – obracam się o 180 stopni i czekam, aż odbije się od ściany.

Na mistrzostwa świata w Rzymie przyjechali reprezentanci ponad 40 krajów – w sumie prawie 150 uczestników. Była Ameryka Południowa, przedstawiciel Ameryki Północnej, sporo zawodników z Europy. Z Afryki przyjechał Marokańczyk, z Azji – Japończycy i zawodnicy ze Zjednoczonych Emiratów Arabskich. Był też Hongkong. To już naprawdę fajna skala wydarzenia.

Jak wyglądała pani droga do brązowego medalu?

W grupie były cztery kobiety. Do dalszych rozgrywek przechodziły trzy, a z jednej grupy nawet najlepsza czwarta, bo chodziło o to, żeby z 20 uczestniczek zostało 16.

Wyjście z pierwszego miejsca dawało łatwiejszą drabinkę. Udało mi się to dzięki świetnemu meczowi z Węgierką, która jest bardzo dobra. Prowadziła ze mną 13:9, a gra się do 14. Udało mi się wybronić wszystkie piłki i zakończyć mecz wynikiem 14:13.

To był moment, który ustawił pani cały turniej?

Tak. Dzięki temu później miałam łatwiejszą drogę. W 1/8 finału pokonałam Szwedkę 14:12.

W ćwierćfinale, dosłownie ledwo, 16:15 wygrałam z Hiszpanką. Gdybym nie odrobiła straty w meczu z Węgierką, już w ćwierćfinale trafiłabym na Kolumbijkę. Tam praktycznie nie miałabym szans.

A półfinał?

Tutaj trafiłam na Brazylijkę, która była już na zupełnie innym poziomie. Przegrałam 6:12 i 5:12. To było dość jednostronne spotkanie. Ona potrafi prawie za każdym razem wystawić sobie piłkę nad stół, spojrzeć, gdzie stoję, i uderzyć w inną stronę. Większość Europejek dopiero walczy o dobrą wystawę i dopiero z tego, co uda się wystawić, podejmuje decyzję, co zrobić z piłką.

Mimo wszystko brązowy medal to ogromny sukces. Jest satysfakcja?

Oczywiście. Zwłaszcza kiedy zdaję sobie sprawę, ile miałam po drodze trudnych meczów. Dwa wygrałam dosłownie jednym punktem. Kiedy ma się piłkę w górze i pojawia się ryzyko, że chybionym atakiem sprezentuję przeciwniczce zwycięstwo, pojawia się pokusa, żeby oddać łatwą piłkę. Na szczęście dwa razy tego nie zrobiłam. Szczególnie dumna jestem z ćwierćfinału, czyli meczu o wejście do strefy medalowej. Grałyśmy w największym upale, obie od rana grałyśmy miksta. Widać było, że obie jesteśmy zestresowane i spięte. Cieszę się, że udało mi się wygrać, tym bardziej że to głównie ona miała dwupunktową przewagę. Udało mi się ją zniwelować i przy 15:15 zakończyć mecz własnym dobrym atakiem, a nie po prostu błędem rywalki.

Ile trzeba trenować, żeby osiągnąć taki poziom?

W tej chwili trenuję codziennie. Od wiosny do jesieni mam codzienne treningi z piłką. Zimą to raczej cztery razy w tygodniu hala, a reszta to siłownia i akrobatyka w parku trampolin.

Latem, jeśli jest pogoda, korzystam z boiska pod domem, gdzie można trenować ze ścianą. Do tego dochodzą podstawy zabawy z piłką, freestyle football. Trenuję bardzo dużo – około 15–20 godzin tygodniowo.

I jednocześnie pracuje pani na pełny etat.

Tak. Normalnie pracuję na pełny etat w biurze, więc nie mam za dużo życia prywatnego. Ale tak sobie w tej chwili wybrałam. Moim marzeniem był medal na mistrzostwach świata w teqballu. Jeszcze do tego nie doszłam. Natomiast w tym roku pojawił się nowy sport i niespodziewanie spełniłam swoje marzenie o medalu na mistrzostwach świata – tylko nie w tej dyscyplinie, w której zakładałam.

Czyli brąz w foot table nie zmienia głównego celu?

Nie. Za chwilę mamy mistrzostwa Polski w teqballu. Muszę je wygrać, żeby pojechać na mistrzostwa świata. W teqballu jest jednak trudniej, bo wiele zawodniczek trenuje już sześć, siedem lat, a ja dopiero trzy. Jeszcze doganiam światową czołówkę.

Skąd w ogóle wziął się u pani ten pociąg do „dziwnych sportów"?

Przygodę z teqballem zaczęłam dzięki klubowi Czyżew Teq Club, który w czerwcu 2022 roku zorganizował w Białymstoku turniej teqballa. Dzięki temu do dziś trwa moja przygoda z takimi „dziwnymi sportami". Barwy Czyżewa reprezentowałam do października 2025 roku. Przez kilka sezonów byłam też piłkarką Włókniarza Białystok. Ostatni mecz w ich barwach rozegrałam w czerwcu 2025 roku, więc całkiem niedawno. Oba kluby – Włókniarz i Czyżew – przyczyniły się do mojego rozwoju piłkarskiego i ogólnosportowego.

Rozmawiała:
Agnieszka Domanowska



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Gra w foot table jest bardzo dynamiczna



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Polska reprezentacja na mistrzostwach świata w Rzymie

Stolik ma metr na metr i ścięte rogi. W ten sposób powstaje ośmiokąt. Zasada jest prosta: piłka musi trafić w stół dokładnie raz. Dwa odbicia od stołu oznaczają punkt dla przeciwnika. Piłkę można odbijać wszystkim poza ręką. Bark jest jeszcze w porządku, wszystko poniżej to już zagranie ręką. Najczęściej uderza się lepszą nogą, czyli prawą, jeśli ktoś jest prawonożny. Dużo łatwiej przebić głową i klatką piersiową

eprasa.pl 8ef3334bed

MOTORYZACJA

Motoryzacja

OSOBOWE SPRZEDAM

SUZUKI swift, 2010r., 55 tys. km, czerwony, stan dobry, I właściciel, 662-010-924

OSOBOWE KUPIĘ

AUTO każde kupię, 603-471-335

1 - 001 absolutnie autoskup wszystkie, 533-232-606



1 - 10 h autoskup - wszystkie marki osobowe dostawcze, 533-232-606

12h autoskup, 664-040-076

AUTOSKUP - każdą markę. Najlepsze ceny!! Zadzwoń i Sprawdź!!!, 503-747-835

BMW auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

CITROEN auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

FIAT auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

FORD auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

KABRIOLET zadbany, np. Fiat, Opel, VW, Renault, Peugeot, inne, 608-097-274

MERCEDES auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

NISSAN auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

OPEL auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

PEUGEOT auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

RENAULT auto stan obojętny kupię, odbiór, zwrot ubezpieczenia OC, 577-985-154

SKODA auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

TOYOTA auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

VW auto kupię w każdym stanie, najlepsza cena, zwrot OC, 603-471-335

OSOBOWE ZAMIENIĘ

HONDA CRV 160 KM, 1,6, 2017r., 130 tys. km, automat na audi Q35, volvo, 880-354-990

ROLNICZE KUPIĘ

1 - 001 skup ciągników i maszyn rolniczych, 533-232-606

ZABYTKOWE KUPIĘ

AUTO z PRL-u, fiata 125p, 126p, wołgę, moskwicza, ładę, 608-097-274

FIATA Cinquecento, 126 p., Uno od I właściciela, zadbane, 608-097-274

KABRIOLET zadbany VW, Mercedes, Fiat, inne, 608-097-274

KUPIĘ silnik do wartburga, syreny, trabanta i inne stare części, koła do żuka, 660-130-031

MOTOR, motorynkę - również uszkodzone, części kupi osoba prywatna, 517-427-930

MOTORYNKĘ, WSK, WFM, SHL, Junaka, Osę, Komara, CZ i inne, 608-097-274

PRZYCZEPKĘ campingową Niewiadów N126, 132 zadbaną, 608-097-274

PRZYCZEPKĘ towarową N250 do fiata 126p zadbaną, 608-097-274

ROWER z PRL-u Wigry, Jubilat, Flaming, kolarkę i inne kupię, 608-097-274

SILNIK zabytkowy do roweru - Maw Gnom, Dongo, inne, 608-097-274

STARY samochód kupi osoba prywatna, 660-130-031

SYRENĘ - części lub inne stare auto - kupi osoba prywatna, 517-427-930

ZASTAWĘ, Zaporożca, Wołgę, Trabanta, Wartburga, inne kupię, 608-097-274

CIĘŻAROWE, DOSTAWCZE SPRZEDAM

FIAT ducato, 2012r., 605-368-201

CZĘŚCI WYPOSAŻENIE SPRZEDAM

HYUNDAI - alufelgi + koło zapasowe (185/65 R14), 5 śrub, niedrogo sprzedam, 505-243-344

AUTOREKLAMA

motofakty.pl

Motoryzacja
na wysokich obrotach

motofakty.pl

KUPON NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

Dziennik Łódzki

Zaznacz odpowiednią rubrykę

❑ oddam za darmo	❑ potrzebuję	❑ hobby	❑ odzież
❑ sprzęt domowy	❑ rolnicze	❑ rozmaite	
❑ art. dziecięce	❑ zamienię	❑ życzenia	

❑ sprzedam ❑ kupię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku.
2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.
3. Kupon oryginalny prosimy przekazać osobiście lub przesłać pocztą na adres: Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19.
4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).
5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

Regulamin

W ramach promocji ogłoszeń niekomercyjnych od osób prywatnych (bezpłatnie) przyjmujemy następujące ogłoszenia drobne:*

1. Do poniedziałkowego tygodnika „PRACA" ogłoszenia w rubryce szukam pracy - limit miejsca.

2. Do środowego dodatku ogłoszenia w rubrykach:

a) oddam za darmo:
wszystko oprócz: telefonów komórkowych, akcesoriów do nich i aktywacji oraz leków psychotropowych

b) potrzebuję:
wszystko do domu oprócz: telefonów i aktywacji oraz artykułów mogących służyć działalności gospodarczej

c) hobby:
- filatelistyka, numizmatyka, instrumenty muzyczne do 500 zł;
- antyki - pojedyncze przedmioty - sprzedaż do 500 zł;
- płyty analogowe, książki i czasopisma;
- rośliny i zwierzęta oferowane bezpłatnie

d) sprzęt domowy:
meble, dywany i wykładziny kupno i sprzedaż do 200 zł, armatura łazienkowa i kuchenna, w tym: wanny, umywalki, zlewozmywaki, termy, muszle itp.

e) rozmaite:
- art. dziecięce: wózki, odzież, zabawki;
- odzież: wszystko oprócz futer i kożuchów

f) rolnicze:
wszystko oprócz maszyn rolniczych

g) zamiany:
wszystko oprócz nieruchomości

h) życzenia: drobne

3. Do środowego dodatku ogłoszenia dotyczące:

a) sprzedaży:
samochodów osobowych, vanów, terenowych, samochodów retro, motocykli, maszyn rolniczych do 3.000 zł

b) kupna i zamiany:
samochodów osobowych, samochodów retro, motocykli i maszyn rolniczych

c) sprzedaży i kupna:
części i akcesoriów sam. osobowych

Oprócz skupu i sprzedaży aut lub ogłoszeń i ich ilości (max. 5 ogłoszeń) mogących służyć działalności gospodarczej.

***Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru.**
Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.
Czas oczekiwania na publikację ogłoszenia bezpłatnego do trzech tygodni.

KUPON NA OGŁOSZENIE BEZPŁATNE

Dziennik Łódzki

Zaznacz odpowiednią rubrykę

❑ osobowe	❑ zabytkowe	❑ części akcesoria
❑ rolnicze	❑ motocykle	❑ moto – inne

❑ sprzedam ❑ kupię ❑ zamienię

Treść ogłoszenia do max. 2 linii (60 znaków) - w tym odstępy między słowami

1. Zlecenie ogłoszeń drobnych bezpłatnych, według zasad publikowanych w środę na łamach naszego dodatku.
2. Wypełnienie kuponu pozwoli prawidłowo zredagować ogłoszenie.
3. Kupon oryginalny prosimy przekazać osobiście lub przesłać pocztą na adres: Biuro Ogłoszeń, 90-532 Łódź, ul. ks. Skorupki 17/19.
4. Warunkiem przyjęcia bezpłatnego ogłoszenia jest podanie ceny towaru (rubryka sprzedam).
5. Redakcja ma prawo odmówić przyjęcia ogłoszenia bez podania przyczyny.

UWAGA!!! - przed złożeniem zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej należy zapoznać się z treścią Zasad Ogólnych oraz Zasad Szczególnych umieszczania ogłoszeń (w tym ogłoszeń drobnych) obowiązujących w przedsiębiorstwie Polska Press Sp. z o.o. w Warszawie, dostępnych w Internecie pod adresem www.reklama.polskapress.pl (dalej łącznie jako Zasady).

UWAGA!!! – złożenie zlecenia publikacji ogłoszenia w sposób opisany powyżej oznacza akceptację Zasad przez osobę składającą zlecenie.

Informacja dotycząca przetwarzania danych osobowych osoby zlecającej publikację ogłoszenia, w tym informacja o Administratorze tych danych, znajduje się na niniejszym druku.

SKRÓCONA NOTA INFORMACYJNA

Kto przetwarza Państwa dane osobowe?
Administratorem Państwa danych osobowych jest spółka Polska Press Sp. z o.o. z siedzibą w Warszawie (02 – 672) przy ul. Domaniewskiej 45 (dalej: „my"), wpisana do rejestru przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla m. st. Warszawy XIII Wydział Gospodarczy po numerem KRS 0000002408. Nasze pozostałe dane kontaktowe to e-mail: rodo.zgloszenia@polskapress.pl.

Inspektor Ochrony Danych
We wszelkich kwestiach dotyczących ochrony danych osobowych mogą się Państwo kontaktować z wyznaczonym przez nas inspektorem ochrony danych. Kontakt ten może nastąpić na adres e-mail: iod@polskapress.pl.

W jakim celu są nam potrzebne Państwa dane osobowe?
Państwa dane osobowe są nam potrzebne, by:
- zawrzeć i wykonać umowę (jeśli dojdzie do zawarcia umowy),
- dokonać rozliczeń finansowych wynikających z tej umowy, w tym wypełnić ciążące na nas obowiązki podatkowe i rachunkowe,
- badać Państwa satysfakcję i opinię,
- móc w razie potrzeby wykazać zasadność naszych roszczeń, zrealizować nasze prawa lub obronić się przed roszczeniami, korzystać z naszych uprawnień,
- rozwijać i monitorować naszą działalność biznesową, m.in. poprzez wykonywanie wewnętrznych analiz i statystyk,
- prowadzić działania marketingowe z zakresu marketingu bezpośredniego naszego i podmiotów trzecich polegające na informowaniu o różnych wydarzeniach (eventach), wysyłaniu spersonalizowanych ofert i treści w zakresie dotyczącym działalności i oferowanych przez nas lub naszych partnerów produktów i usług.

Jeśli wyrażą Państwo dodatkową i dobrowolną zgodę wówczas będziemy mogli również:
- przetwarzać Państwa dane w celu przedstawienia Państwu informacji handlowych i marketingowych na temat naszych towarów lub usług lub towarów i usług naszych partnerów za pomocą telekomunikacyjnych urządzeń końcowych oraz automatycznych systemów wywołujących lub za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej.

Jeśli cofną Państwo zgodę na przetwarzanie danych w celach marketingowych lub wyrażą Państwo sprzeciw w tym zakresie wówczas będziemy przetwarzać Państwa dane przez dalsze 3 miesiące na tzw. liście Robinsonów tj. liście osób, które nie życzą sobie dalszych kontaktów marketingowych z naszej strony.

Jakie prawa Państwu przysługują?
Posiadają Państwo prawo do:
- żądania od nas dostępu do swoich danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia („prawo do bycia zapomnianym") lub ograniczenia przetwarzania,
- wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych na potrzeby marketingu bezpośredniego, które powoduje zaprzestanie przetwarzania przez nas Państwa danych w celach marketingu bezpośredniego,
- wniesienia sprzeciwu – z przyczyn związanych z Państwa szczególną sytuacją – w przypadku przetwarzania danych osobowych na podstawie prawnie uzasadnionego interesu. Jednakże w takiej sytuacji będziemy dalej przetwarzać Państwa dane osobowe w niezbędnym zakresie, jeżeli po naszej stronie będzie istniał ku temu uzasadniony powód,
- przenoszenia danych przetwarzanych w związku z wykonaniem umowy lub na podstawie Państwa zgody.

Jeśli podstawą przetwarzania przez nas danych osobowych jest Państwa zgoda, wówczas posiadają Państwo prawo do cofnięcia tej zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie zgody nie wpływa jednak na zgodność z prawem przetwarzania przez nas danych osobowych, którego dokonaliśmy na podstawie zgody przed jej cofnięciem.

Wszystkie powyżej wymienione uprawnienia mogą Państwo wykonać poprzez zwrócenie się na adres kontaktowy: rodo.zgloszenia@polskapress.pl albo pisemnie na nasz adres: Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa.

Jeżeli nasze wyjaśnienia i działania okażą się niewystarczające lub wadliwe, mogą Państwo w każdej chwili wnieść skargę do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Pełna wersja Noty
Niniejsza Nota nie przedstawia wszystkich informacji na temat przetwarzania przez nas Państwa danych osobowych. Pełna wersja Noty dostępna jest na naszej stronie internetowej www.prywatnosc.polskapress.pl, a także w naszej siedzibie oraz w Biurach Ogłoszeń.

Prześlemy Państwu pełną wersję noty na Państwa adres mailowy, jeżeli wyrażą Państwo takie życzenie i podadzą nam swój adres e-mail w tym celu.

OGŁOSZENIA NA TELEFON - PŁATNE

800 472 852
42 647 28 52

Kierownik działu ogłoszeń
Magdalena Śliwińska: magdalena.sliwinska@polskapress.pl

BIURO REKLAMY I OGŁOSZEŃ:

ŁÓDŹ

ul. ks. Skorupki 17/19, tel. 42 66-59-455

eprasa.pl 8ef3334bed



FOT. PAP/PIOTR NOWAK

Młodzież w Nowej Soli chodzi „na zegar". To część zabudowań dawnej fabryki nici

certy trzy razy w tygodniu. Warto byłoby do tego wrócić.

A sport? Prezes miejscowej Astry Grzegorz Boruszewski podkreśla, że bogatszy region mógłby łatwiej sfinansować budowę lub przebudowę infrastruktury sportowej. Hala? Jest świetna, ale nie spełnia standardów najwyższej klasy rozgrywkowej, tym bardziej europejskich. Stadion? Powiedzieć, że wymaga remontu, to nic nie powiedzieć. Do niedawna mieszkańcy mogli chodzić na mecze pierwszej ligi – zaplecza siatkarskiej ekstraklasy. Astra zrezygnowała jednak z gry na tym szczeblu. Powód? Pieniądze. Kasa z kopalni mogłaby być dla klubów wielką szansą.

- Ale to nieprawda, że nam cokolwiek się należy – mówi Boruszewski. – Chcemy, żeby biznes widział w nas partnera, a nie tylko koszt. Jeżeli dostaniemy coś za darmo, może się to skończyć tak jak w innych miastach, gdzie były kluby, które zniknęły z rynku, bo właśnie tak myślały: że im się wszystko należy. Będziemy przygotowywać się do każdego scenariusza biznesowego, który się wydarzy.

Z hali sportowej idę do kawiarni. Dawid Matejko prowadzi w centrum Cafe Wanilię. Ale centrum obumiera – to kolejny problem Nowej Soli. Standardem są kartki na szybach z napisem „do wynajęcia" lub „na sprzedaż". Przedsiębiorcy liczą, że jeśli ludzie zarabialiby lepiej, mogłaby się wytworzyć kultura częstszego chodzenia do lokali gastronomicznych.

Tyle że w sercu miasta nie ma rynku, tylko coś w rodzaju minideptaka – to i tak za duże słowo. Część mieszkańców zazdrości centralnego placu pobliskiemu Bytomiowi Odrzańskiemu. - Była próba zamknięcia pl. Wyzwolenia i stworzenia deptaka – przypomina Matejko. – Dla mnie jako przedsiębiorcy to byłoby najlepsze rozwiązanie. Ale patrząc szerzej myślę, że to nie zdałoby egzaminu. W centrum jest bardzo duży ruch aut. Od zawsze życie miało skupiać się bardziej wokół Odry, a nie rynku.

Właściciel kawiarni zwraca uwagę, że w Nowej Soli nie ma szkoły wyższej – nie ma więc życia studenckiego. Chciałby, żeby powstała uczelnia górnicza albo filia jakiegoś uniwersytetu. Studenci za dnia by się uczyli, a wieczorem... wiadomo.

Matejko rozmawia z turystami, którzy przyjeżdżają do miasta. - Pytają, gdzie jest rynek – śmieje się. – Słyszałem od gości, że dla nich przyjazd do Nowej Soli jest sentymentalny, bo zapamiętali, że kiedyś, gdy jechali nad morze, byliśmy najbardziej obskurną miejscowością, jaką mijali. Po latach są zaskoczeni, jak tu jest pięknie.

Ludzie będą wracać?

Andrzej Dela jest społecznikiem związanym z rzeką. Czasami myślę, że on i Odra to jedno, że stanowią jeden organizm. Jego rejsy za jeden uśmiech obrosły legendą. Dela to emerytowany górnik. Płyniemy jego Adelą po rzece i rozmawiamy.

Górnikiem w kopalni w Polkowicach został w 1973 r. Miał 20 lat. Pracował tam aż do emerytury – najpierw na głębokości 750 m, potem 850, a pod koniec na 950 m.

Zwraca uwagę, że w Polsce w kontekście takich inwestycji są ostre restrykcje środowiskowe i politycy muszą dopilnować, by były przestrzegane. Dodaje, że w ciągu kilkudziesięciu lat technologia wydobycia się rozwinęła, więc jeśli to ma być nowoczesna kopalnia, potrzebni będą fachowcy.

Podkreśla, że Polkowice i Lubin są przykładami tego, jak może zmienić się region, gdy powstanie kopalnia.

O potencjalnym wpływie kopalni na życie społeczne w mieście rozmawiały już w swoim gronie tutejsze organizacje pozarządowe. Jarosław Wolak jest prezesem Nowosolskiej Paczki pomagającej chorym i potrzebującym.

- To inwestycja z ogromnym potencjałem, oznacza jednak dużą ingerencję w przyrodę – podkreśla. – Będzie miała wpływ praktycznie na każdy aspekt życia. Tysiące nowych pracowników, a tych ludzi trzeba gdzieś pomieścić. Z tym się wiążą mieszkania, ochrona zdrowia, drogi. Trzeba do tego podejść z głową.

Wolak pochodzi z Lubina, więc wie, jaki wpływ na jego rodzinną miejscowość ma KGHM. Ocenia, że kombinat dobrze wplótł się w życie miasta.

- Jeżeli kopalnia Lumina Metals wplecie się tak w społeczność Nowej Soli, to być może publicznych zbiórek charytatywnych będzie mniej. Chciałbym, żeby w mniejszym stopniu były potrzebne, bo ludzie staną się zamożniejsi i będzie dużo możliwości bezpośredniego sponsoringu inicjatyw. Marzy mi się system, który opiekuje się potrzebującymi i można zwrócić się bezpośrednio po pomoc do kopalni czy firmy, która z nią współpracuje – mówi. – Mogłyby powstać fundacje celowe, bo mówimy o potężnych pieniądzach. Potrzebny jest kontrakt społeczny, w którym inwestor gwarantuje wsparcie w różnych obszarach. Żebyśmy nie byli pionkami, tylko mieli prawo głosu. Wtedy przyszłość maluje się w jasnych barwach. Bo mieszkańcy boją się, że przyjdą, wydobędą to, co mają wydobyć – i koniec.

Wolak przez dwadzieścia lat mieszkał i pracował za granicą, głównie w Londynie. Według niego kopalnia może sprawić, że ludzie będą wracać z emigracji ekonomicznej.

- Tym bardziej że jeżeli dziś myślisz o wyjeździe na stałe do Anglii, to nie masz już takich benefitów jak dwie dekady temu – zwraca uwagę. – Wtedy życie tam było tanie, człowiek zarobił i odłożył. Teraz jest inaczej.

A może zostanę górnikiem?

W PRL-u głównymi pracodawcami w Nowej Soli były dwa potężne konsorcja: Dolnośląskie Zakłady Metalurgiczne Dozamet i Nowosolska Fabryka Nici Odra. Nie przetrwały jednak zmian gospodarczych po 1989 r. Później w mieście królowała produkcja krasnali, ale w latach 90. bezrobocie było ogromne. Jeszcze na początku XXI w. sięgało 40 proc. Szarość i marazm. To zmieniło się w momencie, gdy powstały fabryki w strefie ekonomicznej. Dziś w skali całego powiatu stopa bezrobocia pozostaje na poziomie 8 proc.

Istnieje obawa, że w przyszłości pracownicy będą chcieli masowo przenieść się ze strefy do kopalni. Adam pracuje w jednej z fabryk. Podkreśla, że ten temat przewija się w rozmowach podczas przerw w pracy. Mówi, że sam rozważyłby zostanie górnikiem. - Gdy człowiek – strzelam – dostanie pensję wyższą o 30-40 proc., to raczej tam pójdzie. Liczę, że firmy zmienią podejście i zaczną podnosić pensje, by sobie z tym poradzić – zaznacza. - Ale jak starsi odejdą, to kto będzie uczyć młodych?

Marek też pracował w strefie. - Dla fabryk nadchodzą ciężkie czasy, tym bardziej że praca tam nie jest łatwa. Człowiek giba przy maszynie osiem godzin – podkreśla. - Ale ja nie zdecydowałbym się zostać górnikiem. Ziomek pracuje w kopalni i mówi, że to straszna robota. Generalnie jest strach.

Prof. Stanisław Speczik, dyrektor działu eksploracji Lumina Metals, mówił mi, że spółka deklaruje otwartość, jeśli chodzi o współpracę z lokalnymi firmami. - Mieliśmy spotkania, na których wyjaśniałem przedsiębiorcom, że chcemy zająć się wyłącznie produkcją koncentratu, ale całą obsługę – zaopatrzenie, dostawy, przeróbki, naprawa maszyn, produkcja sprzętu – mogą robić lokalne firmy – zapewniał. - Po co mamy to przywozić z zagranicy? Możemy nawet czerpać prąd od lokalnych producentów wiatraków, bo to najtańsza energia. Chcielibyśmy też, żeby część odpadów przedsiębiorcy przerabiali na użyteczne nawozy czy piaski.

***

Po kilku dniach wreszcie wróciłem na starą „Odrę". Pogoda już zupełnie inna – niebo niebieskie, bez jednej chmury. 23-letnia Anna czeka na koleżanki. Mruży oczy, bo nie wzięła okularów przeciwsłonecznych.

Mieszka w jednej z okolicznych wsi. Regularnie odwiedza przyjaciółkę w Lubinie, więc wie, jak wygląda życie z kopalnią po sąsiedzku.

- Tam są darmowe autobusy, szybciej dostaniesz się do lekarza – opowiada. – Wejście do zoo też jest za darmo, tak jak wiele innych rzeczy.

Zofia Skoczeń właśnie zaczęła naukę w „Ogólniaku". Mówi, że dzięki kopalni urząd miasta mógłby wprowadzić bezpłatne parkingi na terenie Nowej Soli.

- Ale nie wydaje mi się, żeby inwestycja odmieniła region nie do poznania – ocenia nastolatka. - Jeśli chodzi o młodych, na większą skalę nie zmieni ich decyzji o tym, czy wyjechać, czy tu pozostać.

Anna myśli inaczej niż Zofia. Uważa, że kopalnia może zmienić perspektywę młodych ludzi. Wylicza dobre zarobki, dodatki, pakiety socjalne. Jej wujek pracuje w hucie w Głogowie i niedawno skasował dużą premię. Według niej to wszystko sprawi, że młodzież przestanie wyjeżdżać.

- Ale praca w kopalni to też ryzyko – zwraca uwagę. – Dodatkowo w Lubinie są szkody, pękają ściany, sufity. Jest hałas, a wstrząsy czasem są takie, że obrazy spadają.

23-latka marzy o darmowym transporcie w regionie i o tym, by siatka połączeń się rozrosła. Mówi, że dla lubińskich seniorów jazda autobusem tam i z powrotem jest formą spędzania wolnego czasu. Przemierzają miasto i plotkują.

Ostatnio zapytała siostrzenicę, czego oczekiwałaby w związku z kopalnią. Dziewczynka chodzi do podstawówki i powiedziała całkiem serio, że chce, by w szkolnej toalecie zawsze było mydło, bo czasem go brakuje.

eprasa.pl 8ef3334bed

HISTORIA

Reinhold Messner filozofuje na szczycie Lhotse

16 października 1986 r. włoski himalaista Reinhold Andreas Messner wszedł na szczyt Lhotse. To był ostatni z ośmiotysięczników, by zdobyć Koronę Himalajów i Karakorum

Mariusz Grabowski



FOT. CC

Dziś 82-letni Reinhold Messner mieszka z rodziną w swoim Zamku Juval

Messner wspiął się na ten szczyt na pograniczu Nepalu i Chin, zdobywając ostatni z brakujących ośmiotysięczników. Uczyniło go to pierwszym człowiekiem w historii, który zdobył Koronę Himalajów i Karakorum.

Wejść na 8516 m

Tamtego dnia Messner miał 42 lata i był u szczytu formy i powodzenia. Jego metoda zdobywania szczytów solo oraz bez dodatkowego tlenu z butli, wytworzyła wokół niego prawdziwą legendę herosa wspinaczki. Ale akurat przekonanie, że zawsze wspina się sam, nie było do końca prawdą .

Na Lhotse wszedł bowiem razem z Niemcem Hansem Kammerlanderem, podobnie jak to było w przypadku sześciu innych ośmiotysięczników. Dopiero po Lhotse ich drogi rozeszły się ostatecznie.

Lhotse, szczyt, na który weszli razem w 1986 r., ma wysokość 8 516 m n.p.m. i jest czwartym co do wysokości szczytem Ziemi. Natura umieściła go w środkowej części Himalajów Wysokich. Jego południowa ściana, licząca ponad 3 tys. m, jest jednym z największych urwisk ścianowych w Himalajach. Na tejże ścianie 13 lat później zginął polski himalaista Jerzy Kukuczka.

Jaki cel wypraw

Messner nie był pierwszym zdobywcą Lhotse – przed nim pojawiła się na tym szczycie armia himalaistów. Pierwsi zjawili się Ernst Reiss i Fritz Luchsinger w maju 1956 r., a potem kolejni, głównie Niemcy i Austriacy. Ale byli też Polacy – 4 października 1979 r. na Lhotse weszli Andrzej Czok, Jerzy Kukuczka, Zygmunt Andrzej Heinrich i Janusz Skorek. Ostatni z Polaków – Piotr Krzyżowski – zdobył ten szczyt 21 maja 2024 r. Bez użycia tlenu z butli i bez wsparcia Szerpów.

Messnerowi Lhotse potrzebna była raczej do ukoronowania kariery. Spełniła bowiem jego sny o zdobyciu Korony Himalajów i Karakorum, czyli wszystkich 14 ośmiotysięczników świata. Czasem myli się tę Koronę z Koroną Ziemi, którą stanowią najwyższe szczyty górskie poszczególnych kontynentów.

Dla porządku wymieńmy owe 14 ośmiotysięczników: Mount Everest – 8848 m n.p.m.; K2 – 8611 m; Kanczendzonga – 8586 m; Lhotse – 8516 m; Makalu – 8463 m; Czo Oju – 8201 m; Dhaulagiri I – 8167 m; Manaslu – 8156 m; Nanga Parbat – 8126 m; Annapurna I – 8091 m; Gaszerbrum I – 8068 m; Broad Peak – 8047 m; Gaszerbrum II – 8035 m oraz Sziszapangma – 8027 m.

Stojąc w przestworzach

W „Wędruję, aby żyć. Listy z Himalajów", jednej ze swoich blisko 50 książek (jedna z nich, „Naga Góra. Nanga Parbat – brat, śmierć i samotność", powstała po śmierci jego młodszego brata Günthera, który zginął pod lawiną w 1970 r.), Messner opisał także zdobywanie Lhotse. „Miałem szczęście – czytamy w niej – przeżyć więcej niż pięćdziesiąt ekspedycji himalajskich. Wyostrzyło się przy tym moje spojrzenie na proces przemiany zachodzący we wspinaniu".

O tamtej wyprawie sporo jest także w tomie „Moje życie na krawędzi, autobiografia w rozmowie z Thomasem Hüetlinem". To tam znajdujemy wspomnienie o tym, co myślał, stawiając stopę na ostatnim 14. zdobytym ośmiotysięczniku.

Co zatem przychodzi do głowy himalaiście na takiej niebosiężnej wysokości? Ot, choćby taka myśl: „Wszystkie pustynie tego świata ostatecznie zawsze znajdują się tylko w nas samych". Albo „W niepowodzeniu bowiem dowiadujemy się o naszej granicy. Dlatego jest ono mocniejszym doznaniem niż sukces. Wejście na wierzchołek znaczy osiągnąć to i nic więcej. Po tym fakcie cel znika. W przypadku niepowodzenia cel pozostaje".

Ułatwili sobie?

Czy te górnolotne myśli oddają klimat zdobywania Lhotse? W niewielkim stopniu, są to raczej przemyślenia pisane w zaciszu gabinetów, już po fakcie. Wyprawa odbywała się bowiem w ekstremalnie trudnych warunkach pogodowych – Messner i Kammerlander szczyt osiągnęli w trakcie potężnej lodowatej śnieżycy. Do tego w piekielnych temperaturach, powyżej 6000 m nocami słupki rtęci spadają tam do poziomu -30°C.

Co ciekawe, jak sam Messner przyznawał wielokrotnie w wywiadach, jesienią 1986 r. działał pod presją czasu oraz uciekającego okna pogodowego. Aby zdążyć przed nadejściem zimy, zdecydowali się z Kammerlanderem na nietypowy krok logistyczny – przelot śmigłowcem bezpośrednio z bazy pod Makalu do bazy pod Lhotse. Wzbudziło to w środowisku himalaistów sporo uwag i dość nieprzychylnych im komentarzy.

Dwa lata później, w 1988 r. na Olimpiadzie w Calgary, Messner został odznaczony srebrnym medalem olimpijskim (razem ze swym wieloletnim rywalem Jerzym Kukuczką) „za zasługi sportowe", ale odmówił przyjęcia odznaczenia.

Sprawa ambicji

Wróćmy jeszcze na chwilę do sprawy śmierci Günthera Messnera na Nanga Parbat. Bracia osiągnęli wówczas wierzchołek dziewiątej góry świata, jednak podczas zejścia, w czasie szalejącej przez kilka dni burzy, lawina porwała Günthera. Reinhold był wycieńczony i poobijany, a już po zejściu z Nanga Parbat lekarze amputowali mu siedem palców.

Przez kolejne 35 lat nie ustawał w poszukiwaniu ciała brata, odpierając ataki na swoją osobę ze strony dawnych współtowarzyszy wyprawy, jakoby wysłał Günthera na pewną śmierć trudniejszą trasą. Max von Kienlin, uczestnik tamtej ekspedycji, tak pisał w „Śmierci na Nanga Parbat", książkowej relacji z wyprawy: „Sposób, w jaki – zgodnie z jego własnymi relacjami – podczas zejścia w dolinę Diamir pozostawił go (Günthera) o prawie dwie godziny w tyle (co z wliczeniem powrotu w miejsce wypadku oznacza blisko cztery godziny!), uważam za jeszcze bardziej obciążający, a wręcz nieodpowiedzialny".

Sprawa wyjaśniła się dopiero w 2005 r., kiedy za sprawą wysokich temperatur odnaleziono wytopione spod śniegu ciało Günthera. Potwierdziły to badania DNA. Fakt, że szczątki odnaleziono po stronie lodowca Diamir, świadczy o tym, że Reinhold od początku mówił prawdę o tym, że bracia schodzili razem.

Polityk i muzealnik

Po wycofaniu się z czynnego alpinizmu w latach 90. Messner zajął się działalnością społeczną oraz politykowaniem. W latach 1999-2004 był posłem do Parlamentu Europejskiego V kadencji z ramienia Federacji Zielonych. Należał do grupy Zielonych i Wolnego Sojuszu Europejskiego. Pracował m.in. w Komisji Spraw Zagranicznych, Praw Człowieka, Wspólnego Bezpieczeństwa i Polityki Obronnej. Nie ukrywa swojej zamożności: w 2006 r. rozpoczęło działalność koordynowane przezeń muzeum górskie w Południowym Tyrolu – Messner Mountain Museum.

Jego celem jest – jak czytamy w statucie – „przybliżenie odwiedzającym historii i charakteru alpinizmu, a także nauki na temat gór i lodowców". Muzeum posiada sześć oddziałów, z których główny mieści się w Zamku Sigmundskron, w okolicy Bolzano. Z kolei piąty oddział ma siedzibę w innym malowniczym miejscu – na Zamku Bruneck. Prezentowane są zbiory dotyczące góralszczyzny, czyli ludzi żyjących na obszarach górskich na całym świecie.

„Jeszcze żyję"

W 2023 r., w związku z przyjęciem nowej lokalizacji szczytu Annapurny, autorzy Księgi rekordów Guinnessa uznali, że Koronę Himalajów i Karakorum jako pierwszy zdobył nie Reinhold Messner, lecz Amerykanin Ed Viesturs. Himalaista oraz Hans Kammerlander zgodnie skrytykowali tę decyzję, choć bez większego skutku.

Dziś 82-letni Reinhold Messner mieszka z rodziną w swoim Zamku Juval (jeden z oddziałów Messner Mountain Museum) i prowadzi, jak sam mawia, „spokojne rolnicze życie". Poza odczytami i prelekcjami, z którymi jeździ po całym świecie, hoduje jaki i prowadzi winnicę. Zbiera też statuetki Buddy, młynki modlitewne, a także animistyczne maski.

Co uważa za swój największy sukces? „Górskich wypraw zrobiłem około 30 i zaledwie połowa z nich zakończyła się sukcesem, ale z perspektywy czasu muszę przyznać, że właśnie porażki nauczyły mnie najwięcej. A największym moim sukcesem jest to, że jeszcze żyję" – powiedział w wywiadzie, który został zarejestrowany podczas XI Dni Lajtowych z Polskim Klubem Alpejskim w listopadzie 2010 r. w Nosalowym Dworze w Zakopanem.

eprasa.pl 8ef3334bed

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Grypa czy przeziębienie?Rozpoznasz je bez trudu po objawach; Uzdrowiskowa perełka niedaleko Nałęczowa

PROFILAKTYKA

Nieleczona cukrzyca sieje spustoszenie w całym organizmie. Ludzie często nie wiedzą, że chorują

Cukrzycę uznaje się za chorobę cywilizacyjną, czyli rozwijającą się pod wpływem współczesnego stylu życia. W Polsce choruje na nią około 3 milionów osób, choć aż jedna trzecia z nich nie zdaje sobie z tego sprawy

Monika Żurawska

Cukrzyca jest chorobą metaboliczną, której przyczyną jest zaburzenie wydzielania lub działania insuliny, tj. hormonu produkowanego przez trzustkę. Najczęstsze objawy cukrzycy to zbyt wysoki poziom glukozy we krwi, wzmożone pragnienie, nadwaga i trudno gojące się rany. Jednak pierwsze objawy cukrzycy nie są charakterystyczne. Dlatego wiele osób dowiaduje się o chorobie dopiero wtedy, kiedy poważnie zaczyna szwankować zdrowie.



FOT. 123RF

Cukrzyca dotyka w sumie około 6 procent populacji, a według informacji Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej do 2030 roku ten wskaźnik może wzrosnąć do 10 procent

Mechanizm działania choroby

Cukrzyca to choroba wyniszczająca – jeśli nie kontroluje się poziomu glukozy we krwi, cukier ten sieje spustoszenie w organizmie. Mechanizm uszkodzeń polega na reakcjach glikacji, czyli przyłączania się glukozy do budujących białka aminokwasów albo kwasów tłuszczowych w lipidach. Powstające wtedy struktury powodują degenerację w obrębie komórek i tkanek, a powstałe szkody są nieodwracalne. Cukier niszczy białka podtrzymujące strukturę skóry (takie jak kolagen i elastyna), co powoduje szybsze starzenie się i wiotczenie skóry.

Wymienione procesy leżą u podstaw rozwoju wielu współczesnych chorób, m.in. neurodegeneracyjnych, układu sercowo-naczyniowego czy raka. Cukrzycy towarzyszy zwiększone ryzyko rozwoju schorzeń układu krążenia, degeneracji narządu wzroku, infekcji skóry i dziąseł, neuropatii, problemów ze słuchem, zaburzeń psychicznych, męskiej impotencji, a w skrajnych przypadkach mogą pojawić się komplikacje w obrębie stóp, zakończone zakażeniem i koniecznością amputacji.

Cukrzyca może być przyczyną uszkodzenia nerek, naczyń krwionośnych, a nawet serca. Powodem zapadania na tę chorobę jest odporność na działanie insuliny.

Najważniejsze dwa rodzaje choroby to cukrzyca typu 1, zwana również dziecięcą 1, i cukrzyca typu 2, która dotyka osoby starsze i jest ściśle związana z niewłaściwie prowadzonym stylem życia.

Cukrzyca typu 1

Ten rodzaj cukrzycy dotyka głównie ludzi przed 35. rokiem życia, w tym także dzieci. Potocznie określany jest mianem „cukrzycy młodego wieku". Przyczyna tej choroby to upośledzone działanie układu immunologicznego (odpornościowego), który wytwarza przeciwciała względem prawidłowych komórek beta trzustki. Te regulują odpowiedni poziom insuliny w organizmie.

Niestety, człowiek nie jest w stanie zapobiec wystąpieniu tego typu cukrzycy. Może jednak walczyć z chorobą, stosując, np. dietę niskowęglowodanową, prowadząc aktywny tryb życia, angażujący do wysiłku partie ciała, w które w danym czasie nie otrzymuje zastrzyków z insuliną, zewnętrzne przyjmowanie insuliny i innych leków wspomagających.

Cukrzyca typu 2

Dla odmiany ten typ cukrzycy nazywany jest potocznie „cukrzycą starczą", ponieważ najczęściej występuje u osób między 45. a 60. rokiem życia, a także w podeszłym wieku. Jednak obecnie ze względu na siedzący tryb życia oraz nieprawidłową dietę diagnozowana jest coraz częściej u młodych osób, a nawet dzieci. Na cukrzycę typu 2 może składać się jeden z dwóch czynników.

Pierwszym, zależnym od nas samych, jest otyłość (zwłaszcza otyłość brzuszna), która wpływa na insulinooporność. Ta zapasowa tkanka w jamie brzusznej, nazywana tłuszczem trzewnym, jest najbardziej niebezpieczna dla naszego metabolizmu, ponieważ stale wytwarza związki o działaniu prozapalnym.

Dodatkowo takie „zapasy" w organizmie oznaczają, że trzustka u osób z nadwagą lub otyłych jest przeciążona. Musi produkować często przez wiele lat ponadprzeciętne ilości insuliny, aby zachować odpowiednie stężenie glukozy we krwi. Po długim czasie takiego stanu rzeczy komórki beta trzustki odpowiedzialne za ten proces ulegają wyczerpaniu i osobie chorej pozostaje jedynie sztuczne ingerowanie w poziom glukozy w organizmie.

Drugi czynnik, niezależny od stylu życia konkretnej osoby, to genetyczne uwarunkowanie zaburzenia produkcji lub wydzielania insuliny. W tym przypadku dziedziczy się skłonność do zachorowania na cukrzycę i wszelkie zewnętrzne ingerencję nie pomogą całkowicie temu zapobiec.

Na czym polega leczenie cukrzycy?

● Osoby chore na cukrzycę typu 1 muszą przyjmować insulinę do końca życia. W typie 2. częściej podaje się leki doustne, możliwe (i zalecane) jest przy tym uzyskanie lepszej kontroli nad chorobą dzięki utracie nadmiaru tkanki tłuszczowej (ok. 90 proc. chorych ma nadwagę lub cierpi na otyłość) oraz zmianie stylu życia.

● Koniecznym warunkiem skutecznego leczenia jest zmiana jadłospisu i zwiększenie poziomu aktywności fizycznej. Zaleca się regularny ruch oraz dietę niskoglikemiczną, czyli opartą na żywności o niskim indeksie glikemicznym. Wskaźnik ten jest miarą szybkości, z jaką rośnie poziom cukru we krwi po spożyciu danego produktu. Najniższe wartości charakteryzują naturalne, nieprzetworzone pokarmy roślinne, zwłaszcza warzywa.

● Chorym zaleca się wybieranie nieoczyszczonych ziaren zbóż, a więc pełnoziarnistego pieczywa, kasz, naturalnych płatków, a także nasion roślin strączkowych, orzechów i pestek. Ponieważ jednak to węglowodany w największej mierze wpływają na poziom cukru we krwi, ich spożycie z przetworów skrobiowych i owoców (a zwłaszcza ze słodyczy, które są niezalecane) powinno podlegać ścisłej kontroli.

● Aby obniżyć indeks glikemiczny posiłków, produkty zawierające węglowodany łączy się z chudymi źródłami białka i zdrowymi tłuszczami roślinnymi. Korzystne jest ograniczenie produktów zwierzęcych, ruch po posiłku i spożywanie superproduktów bogatych w antyoksydanty, takich jak przyprawy korzenne czy naturalna kawa.

Te badania wykonuje się przy podejrzeniu cukrzycy:

- stężenie cukru we krwi na czczo – jest to laboratoryjny pomiar poziomu glukozy w krwi żylnej po min. 8 godzinach od ostatniego posiłku,
- tolerancję glukozy – test tolerancji glukozy (inaczej doustnego obciążenia glukozą) to dwukrotny pomiar stężenia glukozy we krwi żylnej, pobranej na czczo oraz 2 godziny po spożyciu roztworu zawierającego 75 g glukozy,
- poziom glukozy i acetonu w moczu – to orientacyjne badanie obecności w moczu glukozy i ciał ketonowych za pomocą testów paskowych, stosowane najczęściej u kobiet w ciąży i osób z cukrzycą typu 1. Pozwala ocenić ryzyko powikłań spowodowanych bardzo wysokim stężeniem glukozy we krwi,
- stężenie peptydu C we krwi – badanie na czczo dla osób niestosujących leczenia cukrzycy, określające zdolność trzustki do produkcji insuliny,
- stężenie określonych przeciwciał uznawanych za czynniki rozwoju cukrzycy – oznaczenie antyciał takich jak ICA, anty-GAD, IAA, IA2beta i Zn8.

eprasa.pl 8ef3334bed

SANATORIA

Jesienny turnus w uzdrowisku? Świetny pomysł

Nie trzeba nawet mieć skierowania na turnus od NFZ. Każdy może korzystać z leczniczego mikroklimatu uzdrowisk, pić tamtejsze wody mineralne, spacerować po okolicy. Oto 13 uzdrowisk, które polecamy jesienią

Poleca Emil Hoff



FOT. KARINA TROJOK

Większość polskich uzdrowisk to miejsca otoczone lasami, jeziorami czy górami. Jesienią wyglądają jak malowane; można w nich też wypoczywać bez tłumu i zgiełku

1. Kudowa-Zdrój: brama do Gór Stołowych

Kudowa-Zdrój to świetne miejsce na rodzinną wycieczkę z dziećmi, a to za sprawą dodatkowych atrakcji, które mogą spodobać się młodszym turystom i kuracjuszom. Silne wrażenie robi słynna Kaplica Czaszek, warto też wybrać się na spacer po Parku Zdrojowym na Górze Parkowej i do najciekawszych zakamarków okolicy Szlakiem Ginących Zawodów. Kudowa to też dobra baza do wycieczek w Góry Stołowe. Jesienią Błędne Skały czy Szczeliniec Wielki z tzw. Skalnym Miastem wyglądają obłędnie i rozciągają się z nich naprawdę magiczne widoki.

2. Gołdap: relaks w polskiej tajdze

Gołdap otaczają gęste lasy, w tym piękna Puszcza Romincka, nazywana „polską tajgą". Większość drzew jest wprawdzie iglasta, ale puszcza ma też dużą domieszkę dębów, klonów, lip i brzóz, które jesienią mienią się kolorami. Gołdap to świetna baza wypadowa do rowerowych wycieczek, np. Szlakiem Rominckich Jeleni, a poszukiwacze niesamowitych wrażeń mogą odwiedzić zagubione wśród lasów opuszczone wiadukty w Stańczykach.

W samej Gołdapi można skorzystać z nowoczesnych tężni solankowych. Tutejsze Sanatorium Uzdrowiskowe „Wital" znalazło się w moim rankingu najlepszych sanatoriów nad jeziorami.

3. Dąbki: tam nasycisz się jodem

Jesienne sztormy sprawiają, że właśnie o tej porze roku w powietrzu nad morzem jest wyjątkowo dużo jodu (nie wspominając o bursztynie osadzanym przez fale na plażach). Dobrym miejscem, by nasycić się tym jesiennym jodem, są Dąbki, urocza i spokojna wieś uzdrowiskowa, położona jednocześnie nad Bałtykiem i Jeziorem Bukowo, z szeroką plażą ciągnącą się na północ do Darłowa i na południe do Mielna, z punktem widokowym nad Kanałem Szczuczym po drodze.

Tutejszy zakład Bursztyn Medical SPA & Wellness zajął wysokie 3. miejsce w moim rankingu najlepszych sanatoriów nad morzem.

4. Duszniki-Zdrój: idealne na wakacje smogowe

W sezonie grzewczym nadal w wielu miejscach Polski odczuwa się pogorszenie jakości powietrza. Na popularności zyskują tzw. wakacje smogowe, czyli wycieczki z takich właśnie miejsc na tereny słynące z czystego powietrza. Wyjątkowo dobre powietrze mają Duszniki-Zdrój, co czyni je świetnym kierunkiem na jesienne wakacje smogowe – lub choćby tylko „weekend smogowy". W Dusznikach można podziwiać ruiny zamku, renesansowy rynek, piękny park zdrojowy z amfiteatrem. Czystym powietrzem nacieszycie się do woli na szlakach turystycznych, wiodących w Góry Stołowe, Orlickie i Bystrzyckie. Przez Duszniki przebiega Główny Szlak Sudecki, turyści bardzo też cenią trasę do schroniska PTTK „Jagodna".

5. Polańczyk: relaks u bram Bieszczadów

Polańczyk jest malowniczo położony nad Jeziorem Solińskim. Jest tu więc właściwie wszystko: jezioro z zaporą, na której koronę można wejść, piękne, gęste lasy, a nawet nowoczesna kolejka gondolowa, która zabierze was na szczyt Góry Jawor, z którego rozciągają się zapierające dech w piersiach widoki (z wagonika kolejki zresztą też). W okolicy nie brakuje tras pieszych i rowerowych. By cieszyć oczy jesiennymi pejzażami, szczególnie warto wybrać się na punkty widokowe, np. na Horbie i Kubajce. Poza tym Polańczyk to też dobra baza do wypadu w Bieszczady, na tamtejsze połoniny, które właśnie jesienią są najpiękniejsze.

A jeśli wolicie się zrelaksować i podleczyć, w Polańczyku macie wyjątkowo duży wybór sanatoriów cieszących się uznaniem kuracjuszy. „Plon", „Solinka", „Dedal" i „AMER-POL" znalazły się w moim rankingu najlepszych sanatoriów na NFZ nad jeziorami.

6. Nałęczów: jesienią wzmocnisz tu swoje serce

Nałęczów to przeurocze miasto-ogród i uzdrowisko z długimi tradycjami, którego mikroklimat i wody mineralne wykorzystuje się w leczeniu różnego rodzaju schorzeń kardiologicznych. Tutejszy park zdrojowy słynie z urody i historii – przechadzali się tu znamienici goście Nałęczowa z minionych epok, w tym Bolesław Prus i Stefan Żeromski (obaj mają w uzdrowisku dedykowane sobie muzea). Atrakcje czekają też poza centrum miasta – Nałęczów otaczają unikalne wąwozy lessowe, które jesienią prezentują się naprawdę wyjątkowo.

Kolejowy Szpital Uzdrowiskowy w Nałęczowie oraz tutejsze Sanatorium Uzdrowiskowe Rolnik znalazły się w moim rankingu najlepszych sanatoriów w lasach i puszczach.

7. Goczałkowice-Zdrój: weekend na kolorowo

Goczałkowice-Zdrój to wyjątkowo malownicza miejscowość, niezależnie od pory roku. Zachwyca zabytkowa zabudowa uzdrowiskowa z XIX w. z elementami muru pruskiego i neobaroku, otoczona rozległym parkiem zdrojowym. Jesienią jest tu szczególnie kolorowo, zwłaszcza w rozległych Ogrodach Kapias. To też dobre miejsce dla osób, które najlepiej wypoczywają nad wodą – Goczałkowice leżą nad Zbiornikiem Goczałkowickim, a także jeziorem Łąka i licznymi stawami rybnymi.

Infrastruktura uzdrowiskowa nie pozostawia wiele do życzenia. Zespół Sanatoryjno-Szpitalny Rehabilitacji Narządu Ruchu „Gwarek" zajął 1. miejsce w moim rankingu najlepszych sanatoriów na NFZ nad jeziorami.

8. Szczawnica: jesienne wczasy dla aktywnych

Szczawnica jest nie tylko piękna – dobrze zachowała się tu dawna zabudowa uzdrowiskowa – ale też wyjątkowo dobrze nadaje się na bazę wypadową do wycieczek w Pieniny i Beskid Sądecki. Jeśli lubicie wypoczywać aktywnie w górach, Szczawnica to uzdrowisko w sam raz dla was. Względnie łatwe szlaki wiodą do przepięknych zakątków, w tym np. na Szafranówkę, Bryjkarkę i Bereśnik.

9. Muszyna: niezwykłe ogrody w jesiennej szacie

Muszyna słynie ze swoich ogrodów: sensorycznego, który działa na wszystkie zmysły, i tematycznych, w których podziwiać można niezwykłe aranżacje nawiązujące do obcych kultur, np. greckiej czy chińskiej. Ogrody Muszyny warto zobaczyć o każdej porze roku, również jesienią, zwłaszcza że cała Dolina Popradu wygląda o tej porze roku spektakularnie za sprawą kolorowych liści.

Działające w Muszynie Sanatorium Rehabilitacji Uzdrowiskowej REVITA i Sanatorium Korona trafiły do mojego rankingu najlepszych sanatoriów na NFZ w lasach i puszczach.

10. Supraśl: miejsce pachnące żywicą

Supraśl to wyjątkowo nastrojowa miejscowość, na co niemały wpływ ma zapewne fakt, że punktem centralnym jest tu warowny Monastyr Zwiastowania Przenajświętszej Bogurodzicy z unikatowym muzeum ikon. Jesienią wyjątkowo pięknie jest w zadbanym Parku Saskim, atrakcją są też gęste żywiczne lasy Puszczy Knyszyńskiej – pozyskiwaną z nich żywicę wykorzystuje się do produkcji olejków eterycznych. Zdecydowanie warto wybrać się tam na wycieczkę.

11. Rabka-Zdrój: tu zadbasz o zdrowie dzieci

Mikroklimat Rabki-Zdroju oraz tutejsze wody lecznicze służą każdemu, ale szczególnie dzieciom. Mają pozytywny wpływ na układ oddechowy i krążenia, co ma szczególne znaczenie w sezonie przeziębień i infekcji. Dlatego Rabka-Zdrój wyjątkowo dobrze nadaje się na jesienną wycieczkę z dziećmi. Możecie tu wzmocnić zdrowie i poprawić kondycję w czasie spacerów lub rowerowych wycieczek po okolicznych pasmach górskich: Gorcach, Paśmie Babiogórskim czy Beskidzie Wyspowym.

Sanatorium Holmed w Supraślu znalazło się w moim rankingu najlepszych sanatoriów w lasach i puszczach.

12. Świeradów-Zdrój: ścieżka w koronach drzew

Świeradów w jesiennej szacie możesz podziwiać w unikalny sposób: z trasy Sky Walk, czyli niesamowitej ścieżki w koronach drzew, prowadzącej spiralą na szczyt wieży widokowej, jednej z najwyższych w Polsce. Już ta atrakcja wystarcza, by warto było zaplanować weekend w tej miejscowości: takiego jesiennego spaceru nie odbędziecie w żadnym z wielkich miast.

Do tego w okolicy nie brakuje malowniczych szlaków spacerowych i tras rowerowych, można też wjechać kolejką gondolową na Stóg Izerski i znowu cieszyć się pięknymi widokami.

13. Augustów: jesień pośród jezior

Uroczy Augustów otacza aż 9 jezior, jeśli więc lubicie podziwiać mieniące się kolorami drzewa, odbijające się w tafli wody, w Augustowie nacieszycie oczy i zrobicie prześliczne zdjęcia. Warto wybrać się na spacer np. na molo nad jeziorem Necko. Jest gigantyczne, pod względem powierzchni drugie w Polsce, wliczając mola nad Bałtykiem.

Augustów otacza Puszcza Augustowska z jej licznymi szlakami turystycznymi i słynną Doliną Rospudy. W samym mieście nie brakuje uznanych zakładów leczniczych. Dwa z nich znalazły się w moim rankingu najlepszych polskich sanatoriów nad jeziorami: Pałac na Wodzie Falkowski Medical & SPA oraz Sanatorium Uzdrowiskowe Augustów Medical SPA BiaVita, które zajęło pierwsze miejsce na tej liście.

eprasa.pl 8ef3334bed

CHOROBY WIRUSOWE



FOT. GETTY IMAGES

Zakażenie RSV może mieć poważne konsekwencje, szczególnie u osób starszych

Wirus RSV w natarciu. Seniorzy powinni mieć się na baczności

Katar, kaszel i osłabienie często sprawiają, że infekcję RSV można pomylić z przeziębieniem. U osób starszych to się może źle skończyć.

oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk

RSV to jeden z najczęściej występujących patogenów atakujących układ oddechowy. Choć jego nazwa może niewiele mówić przeciętnemu pacjentowi, z wirusem tym większość z nas zetknęła się już niejednokrotnie. Zakażenie najczęściej pojawia się w sezonie jesienno-zimowym i rozprzestrzenia się przede wszystkim drogą kropelkową, czyli podczas kaszlu, kichania czy nawet rozmowy z osobą zakażoną.

Do infekcji może dojść również przez dotykanie zanieczyszczonych powierzchni, a następnie przeniesienie wirusa w okolice nosa, ust lub oczu. Pierwsze objawy przypominają typowe przeziębienie: pojawiają się katar, kaszel, ból gardła, gorączka i ogólne osłabienie. To właśnie dlatego RSV bywa bagatelizowany, szczególnie przez osoby dorosłe. Warto jednak pamiętać, że przechorowanie nie zapewnia trwałej odporności, a ponowne zakażenie jest możliwe.

– W przypadku większości zdrowych dorosłych infekcja kończy się bez poważniejszych konsekwencji. Sytuacja wygląda jednak inaczej, gdy wirus dociera do dolnych dróg oddechowych i zaczyna atakować oskrzela oraz płuca. Może wówczas doprowadzić do zapalenia płuc, a u osób z chorobami przewlekłymi również do zaostrzenia dotychczasowych dolegliwości – tłumaczy prof. Adam Antczak, przewodniczący Rady Naukowej Ogólnopolskiego Programu Zwalczania Chorób Infekcyjnych.

Ryzyko rośnie z wiekiem

To, co dla młodszej, zdrowej osoby może oznaczać kilka dni gorszego samopoczucia, dla seniora może stać się początkiem poważnych problemów zdrowotnych. Wraz z wiekiem układ odpornościowy stopniowo traci swoją sprawność, przez co organizm ma większe trudności z odpowiedzią na infekcję.

Dodatkowym obciążeniem są często choroby współistniejące, takie jak nadciśnienie, niewydolność serca, cukrzyca, astma czy przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP). W takich przypadkach RSV może nie tylko wywołać zapalenie płuc, ale również doprowadzić do zaostrzenia istniejących schorzeń, niewydolności oddechowej, a nawet konieczności hospitalizacji. Według Europejskiej Agencji Leków każdego roku w Europie zakażenie RSV dotyka około jednej na dwadzieścia osób starszych.

Darmowa szczepionka dla seniorów

Aktualnie w Polsce osoby, które ukończyły 65 lat, mogą otrzymać szczepionkę przeciw RSV bezpłatnie. Z kolei seniorzy w wieku 60-64 lat mogą skorzystać z 50-procentowej refundacji.

Co ważne, szczepienie nie musi być powtarzane co roku – jak przy grypie.

– U pacjentów po ciężkim zakażeniu RSV może utrzymywać się zwiększone ryzyko poważnych incydentów sercowo-naczyniowych, takich jak zawał serca czy udar mózgu. Szczególnie istotny jest pierwszy miesiąc po infekcji, choć podwyższone ryzyko może utrzymywać się dłużej. W przypadku seniorów profilaktyka RSV nie dotyczy wyłącznie ochrony przed kaszlem czy zapaleniem płuc. Chodzi również o ograniczenie ryzyka poważnych następstw, które mogą wpłynąć na dalsze zdrowie, sprawność i samodzielność – podkreśla prof. Aneta Nitsch-Osuch, kierownik Zakładu Medycyny Społecznej Zdrowia Publicznego i Wydziału Lekarskiego Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.

Warto się zaszczepić

Skoro zakażenie RSV może mieć tak poważne konsekwencje, szczególnie u osób starszych, warto zastanowić się, jak skutecznie ograniczyć ryzyko ciężkiego przebiegu choroby. Jednym z najważniejszych narzędzi profilaktycznych są dostępne już szczepienia ochronne. Szczególnie zaleca się je osobom po 60. roku życia, a także pacjentom z chorobami przewlekłymi i obniżoną odpornością.

Co ważne, szczepienie nie musi być powtarzane co roku, tak jak w przypadku grypy. Istotną zachętą dla pacjentów jest również możliwość skorzystania z refundacji. Aktualnie w Polsce osoby, które ukończyły 65 lat, mogą otrzymać szczepionkę przeciw RSV bezpłatnie. Z kolei seniorzy w wieku 60-64 lat mogą skorzystać z 50-procentowej refundacji. Szczepienie można zrealizować po uzyskaniu recepty i kwalifikacji medycznej, między innymi w przychodni lub aptecznym punkcie szczepień.

PROFILAKTYKA

Ten lek seniorzy mogą dostać w aptece za darmo. Zapobiega niedoborom witaminy D

oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk

Witamina D3 to składnik diety niezbędny do prawidłowego funkcjonowania całego organizmu. Jesienią i zimą szczególnego znaczenia nabiera jej suplementacja.

Witamina D odgrywa ważną rolę w prawidłowym funkcjonowaniu układu immunologicznego, reguluje gospodarkę wapniowo-fosforanową, wspiera pracę serca i układu krwionośnego, a także przyczynia się do utrzymania prawidłowego ciśnienia tętniczego. Ale na tym nie koniec. Sugeruje się jej wpływ na stan psychiczny oraz zapobieganie licznym chorobom cywilizacyjnym.

Witamina D to nietypowa witamina, ponieważ nie ma możliwości, aby zapotrzebowanie na nią pokryć wraz z pokarmem. Nawet 90 procent potrzeb organizmu powinno pochodzić z tzw. syntezy endogennej, czyli z procesów pozwalających na wytworzenie tego związku w skórze pod wpływem promieniowania słonecznego.

A ponieważ w chłodniejszych miesiącach ekspozycja na promienie słoneczne jest ograniczona, niedobory witaminy D są w naszym kraju niezwykle powszechne.

Juvit D3 jest refundowany dla seniorów

Warto wiedzieć, że seniorzy mogą skorzystać z refundowanego preparatu, który ma w składzie witaminę D3. Na liście leków dla osób po 65. roku życia znajdują się doustne krople Juvit D3, zawierające cholekalcyferol. Osoby starsze mogą otrzymać go za darmo.

Mogą otrzymać go pacjenci z przewlekłą chorobą nerek oraz osoby wymagające profilaktyki osteoporozy posterydowej. Lek refundowany z witaminą D stosuje się również wtedy, gdy istnieje ryzyko niedoboru witaminy D.

O jakiej porze przyjmować suplementy z witaminą D?

Wielu pacjentów ma wątpliwości nie tylko co do dawki witaminy D, ale także pory jej przyjmowania. Jedni są przekonani, że preparaty zawierające ten składnik powinno się stosować rano, inni twierdzą, że lepiej robić to wieczorem.

– Nie trzeba przyjmować jej rano ani wychodzić na słońce po połknięciu kapsułki. Pora dnia nie decyduje o działaniu przyjętej doustnie witaminy D3. Najlepiej wybrać moment, o którym łatwo pamiętać. Warto też sprawdzić skład innych przyjmowanych preparatów, na przykład multiwitamin, żeby nie sumować dawek nieświadomie – mówi lek. Katarzyna Bukol-Krawczyk, internista Grupy LUX MED.

Na niedobór witaminy D3 w okresie jesienno-zimowym narażony jest każdy. Ryzyko jest wyższe również w innych miesiącach dla osób z chorobami skóry oraz amatorów niewychodzenia z domu w słoneczne dni. Rozpoczęcie suplementacji witaminy D każdorazowo powinno być poprzedzone badaniem stężenia witaminy D we krwi.

Poziom witaminy D w organizmie jest określany podczas badania krwi na podstawie stężenia kalcydiolu, który nazywany jest także w skrócie metabolitem 25(OH)D. Warto, by każdy zrobił sobie od czasu do czasu takie badanie.



FOT. GETTY IMAGES

W przypadku seniorów niedobór witaminy D3 może przekładać się na większe ryzyko osteoporozy i na osłabienie odporności

eprasa.pl 8ef3334bed

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Nie wszystko co zdrowe każdemu służy

Seler korzeniowy to silny alergen

Seler to jedno z tych warzyw, które prawie zawsze jest w domowych spiżarniach. Jest pełen witamin i mikroelementów, ale ma też swoją ciemną stronę. Seler jest bardzo silnym alergenem pokarmowym, który może być nawet zabójczy. Kto powinien go unikać? Jakie są objawy alergii na seler? Pytamy ekspertów.

Korzeń bogaty w witaminy i minerały

Seler korzeniowy (Apium graveolens L. var. Rapaceu (Mill.) Gaudin) to roślina uprawna. Jest często używany w kuchni – choćby w popularnej włoszczyźnie. Najlepiej rośnie na żyznych glebach, przy odpowiednim nawodnieniu i nasłonecznieniu.

Korzeń selera jest źródłem wielu składników odżywczych, które sprawiają, że jest niezwykle cenny ze zdrowotnego punktu widzenia. W jego składzie są: błonnik, magnez, wapń, fosfor, potas, witamina A,mwitamina B6, witamina C, witamina K, ryboflawina.

Seler korzeniowy ma niską zawartość cholesterolu oraz tłuszczów nasyconych.

Korzeń selera charakteryzuje się szorstką powierzchnią. Jego wnętrze wypełnia biały, gładki miąższ. Ma przyjemny zapach i lekko ostry smak. Poza walorami smakowymi oferuje też wiele korzyści zdrowotnych. Nie wszyscy jednak mogą z nich skorzystać – wiele osób jest uczulonych na to warzywo. Poza alergią pokarmową może ujawnić się też u osób, które są uczulone na pyłki (w tym szałwii i brzozy), i wywołać reakcję krzyżową.

Objawy uczulenia na seler

- podrażnienie w jamie ustnej i gardle (uczucie swędzenia, obrzęku, drętwienia),
- dyskomfort w okolicy nosa i oczu (napady kichania, cieknący lub zatkany nos, swędzące lub czerwone oczy),
- dolegliwości żołądkowo-jelitowe (biegunka, skurcze),

poważne reakcje zagrażające życiu, które wymagają ostrych środków ratunkowych.

- czasem pojawiają się słabe reakcje anafilaktyczne oraz obrzęk krtani. Objawy nadwrażliwości są zwykle krótkotrwałe – czytamy na portalu mp.pl
- alergia na seler może wywołać też wstrząs anafilaktyczny, czyli szybko rozpoczynającą się i zagrażającą życiu reakcję nadwrażliwości organizmu w odpowiedzi na jakiś czynnik (tutaj: seler).

Na czym polega alergia krzyżowa?

Współcześnie alergie krzyżowe występują coraz częściej. Wiele osób z alergią na pyłki ma objawy alergiczne po zjedzeniu świeżych owoców i warzyw. Co ciekawe, zjawisko to występuje głównie w Europie.

Alergia krzyżowa to reakcja organizmu wytworzona na skutek konkretnego alergenu. Może się pojawić wtedy, kiedy jesteśmy uczuleni na pyłek rośliny (np. brzozy) i zetknie się on z inną substancją uczulającą (np. z selerem).

Układ odpornościowy produkuje przeciwciała, które wyłapują alergeny tej substancji i wywołują nieprzyjemne objawy. Do alergii krzyżowej dochodzi wtedy, gdy przeciwciała, które zostały już wytworzone, łączą się z podobnym alergenem ze zjedzonego warzywa lub owocu.

Czy gotowany seler też uczula?



FOT. 123RF

Najbardziej uczulający jest seler surowy, ale powodem wystąpienia reakcji alergicznej może być też seler gotowany. W przeciwieństwie do innych produktów powodujących alergie pokarmowe, nawet gotowany seler może wywołać reakcję uczuleniową.

Co z selerem naciowym?

Łodyga selera naciowego składa się w 95 proc. z wody, co sprawia, że on jest ulubionym warzywem osób na diecie. Seler naciowy jest bogaty w błonnik, witaminy i składniki mineralne: sód, potas, wapń, magnez, fosfor, witamina C, foliany, beta-karoten. Choć reakcje alergiczne po spożyciu sera naciowego występują rzadziej niż po tym korzeniowym, to alergicy powinni na niego uważać. **Gabriela Fedyk**

PORADNIK

Gdy jest chłodno, też możesz się odwodnić. Nasz organizm przez cały rok potrzebuje sporo wody

Picie dużych ilości wody często wydaje się mniej naturalne, gdy jest chłodniej. Tymczasem odwodnić można się nie tylko w upały. Zobacz, jak rozpoznać u siebie odwodnienie jesienią i zimą.

oprac. Emil Hoff

Dlaczego tak wiele osób zapomina o nawodnianiu organizmu w chłodniejszych miesiącach? Przyczna jest prozaiczna: ze względu na zmianę pogody i poziomu aktywności w okresie poprzedzającym zimę często nie odczuwamy silnego pragnienia.

– W miesiącach letnich, gdy jest gorąco, tracimy dużo wody wraz z potem, a pocenie się jest sygnałem, że musimy więcej pić – mówi dr Samila Asad, lekarka rodzinna z The Female Health Doctor Clinic. – Jednak w chłodniejszych miesiącach te sygnały słabną, ponieważ zazwyczaj mniej się pocimy i mniej się ruszamy. Dlatego wielu z nas ma trudności z przyjmowaniem wystarczającej ilości płynów jesienią i zimą – dodaje.

Dr Asad wskazała sześć często przeoczanych objawów odwodnienia, na które warto zwrócić uwagę tej jesieni i zimy, i podzieliła się praktycznymi wskazówkami pomagającymi zadbać o nawodnienie, gdy nadejdą chłody. Jeśli którykolwiek z tych objawów się utrzymuje, dr Asad zaleca umówienie się na wizytę u lekarza rodzinnego.

– Wiele układów w naszym organizmie potrzebuje odpowiedniej ilości płynów, aby prawidłowo funkcjonować, więc picie zbyt małej ilości wody może zaburzać ich działanie – ostrzega Asad. – Na przykład długotrwałe odwodnienie może wpływać na nerki i prowadzić do ich niewydolności.



FOT. GETTY IMAGES

6-8 szklanek wody dziennie. To zalecane minimum, które powinien wypijać każdy z nas. Najlepiej pić wodę regularnie przez cały dzień

6 oznak odwodnienia, nawet gdy nie ma upału

- Zmiany koloru i zapachu moczu lub częstotliwości jego oddawania

– Jeśli mocz jest ciemniejszy lub ma intensywniejszy zapach niż zwykle, albo jeśli oddajesz go mniej niż zazwyczaj, może to być oznaka odwodnienia – podkreśla Asad.

- Zawroty głowy

– Jeśli po wstaniu nagle odczuwasz zawroty głowy, to również może być oznaka odwodnienia – mówi lekarka rodzinna. – Utrzymujące się zawroty głowy należy jednak zawsze skonsultować z lekarzem, ponieważ mogą być oznaką czegoś poważnego.

- Suchość w ustach

– Czasami odwodnienie może również powodować suchość i uczucie lepkości w ustach – zwraca uwagę dr Asad.

- Bóle głowy

– Odwodnienie może przyczyniać się do bólu głowy – mówi Asad. – Jeśli jednak bóle głowy nawracają, nie należy automatycznie przypisywać ich ilości wypijanych płynów, ponieważ przyczyna może być inna. Dlatego koniecznie skonsultuj się w tej sprawie z lekarzem.

- Nietypowe zmęczenie

– O tej porze roku ludzie często tłumaczą zmęczenie ciemnymi porankami lub nadmiarem zajęć, ale czasami przyczynia się do niego również picie zbyt małej ilości wody – mówi Asad. – Niewyjaśnione zmęczenie może być również spowodowane np. anemią lub problemami z tarczycą, dlatego ważne jest, by skonsultować je z lekarzem i sprawdzić, czy nie dzieje się coś jeszcze.

- Zaparcia

– Kolejnym ważnym objawem, na który należy zwrócić uwagę, są zaparcia, twardszy stolec lub małe grudki zamiast prawidłowo uformowanego stolca – mówi Asad. – Oprócz niewystarczającej ilości płynów mogą się do tego przyczyniać także dieta i niski poziom aktywności fizycznej.

– Żaden z wyżejwymienionych wyżej objawów nie wynika wyłącznie z zimowej aury czy odwodnienia. Mogą one mieć inne przyczyny, dlatego ważne jest, by zwracać uwagę na to, w jakich okolicznościach się pojawiają – radzi Asad. – Na przykład zmiany w moczu mogą być spowodowane zakażeniem dróg moczowych, a uporczywe zaparcia mogą wskazywać, że w jelitach dzieje się coś innego.

Pij regularnie przez cały dzień

– Staraj się pić wodę regularnie przez cały dzień, niezależnie od tego, czy jest zima, czy lato – mówi Asad. – Ogólna wskazówka to sześć do ośmiu szklanek wody dziennie. Jeśli wypijesz wszystkie osiem szklanek wody wieczorem, będziesz ciągle wstawać w nocy do toalety. Jeśli jednak dbasz o nawodnienie przez cały dzień, zachowujesz świeżość, a poziom energii i koncentracji jest bardziej stabilny w ciągu dnia. Dobra wiadomość jest taka, że napoje gorące, zupy i bogate w wodę owoce i warzywa też podnoszą dzienny bilans nawodnienia.

Ustaw przypominajkę w telefonie

– Podczas pracy lub nauki bardzo łatwo się w nie zaangażować i zapomnieć o piciu wody, ale obecnie dostępnych jest mnóstwo aplikacji, w których można ustawić przypomnienia lub alarmy zachęcające do przyjmowania płynów – mówi Asad. – Takie automatyczne przypomnienia w telefonie przez cały dzień to świetny sygnał, żeby na chwilę się zatrzymać – radzi lekarka rodzinna.

eprasa.pl 8ef3334bed

PROGRAMOWO



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

W bazie pogotowia lotniczego spotykają się Marta, Gośka i Sokół. Otrzymują wezwanie do dwóch mężczyzn, których burza zastała na szlaku w Ojcowie.

Łukasz Wroński mierzy się z widmem cięcia kosztów w szpitalu. Na to wszystko pojawia się Daniel z sądowym nakazem przywrócenia do pracy. Podczas wywiadu prasowego wyjaśnia, jak to się stało, że został posądzony o udział w handlu opioidami oraz oskarża szpital i dyrekcję. Na SOR trafia 70-latka z podejrzeniem zawału, która zasłabła w domu. Kobietę przejmuje dr Rogowski.

G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Biały jest załamany kłótnią z Angeliką i faktem, że dziewczyna się od niego wyprowadziła. Próbuje się do niej dodzwonić, ale zapiekła w swojej złości Angelika co chwilę go zrzuca. Nie chce też słuchać argumentów matki ani Melki, które próbują wyjaśnić postępowanie Kamila.

Marta dziękuje Ilonie, że powiedziała jej o problemach Emilki. Jest przygnębiona tym, że nie wie, jak pomóc przyjaciółce. Szymon ma pomysł.



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



Warska ma asystować Nalepie przy operacji – w planie zabiegu zauważa poważny błąd Lwa! Nalepa wyznaje Orianie, że sobie nie radzi – patrząc na Weronikę w śpiączce czuje się, jak wtedy, kiedy umierała jego żona... Warska jest bardzo poruszona. Niespodziewanie zjawia się jej mąż – jest zaskoczony serdeczną relacją Oriany z Lwem. Pyta żonę, czy wybaczyła mężczyźnie, który... zniszczył jej życie?!

Cieślikowie boją się zostawiać sąsiadkę samą – Żaneta podsyła do nich Andżelę. Pani Janina szybko ma dość jej gadaniny i... idzie sobie! Damian spotyka się z synem Janiny – uzmysławia Mirkowi, że jego matkę wyrzucono na bruk! Cieślik dowiaduje się przykrej prawdy o sąsiadce... Tymczasem Kajetan dopada Dianę Zylm, wnuczkę Janiny – wyjaśnia, że jej babcia żyje i mówi, co jej zrobił ojciec dziewczyny! Zięba zostanie opiekunem syna Eleny?! Włodek chce pomóc Elenie – przejmuje opiekę nad synem, żeby ona mogła w tym czasie pojechać pod Warszawę i wykonać zamówienie na ciasta. Kobieta jedzie i... nie wraca! Wieczorem Zięba zastanawia się, czy nie zgłosić zaginięcia Eleny... Tymczasem Roman zadręcza Dorotę pewny tego, że kobieta zabiła swojego męża!

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

Radomir wytyka Weronice braki finansowe i kadrowe jej redakcji, a w biurze Ciesielskiej wybucha kolejna awantura, gdy Kornel wypowiada jej wojnę. Tymczasem wściekły Błażej robi Weronice wyrzuty za zatrudnienie Radomira. Z kolei Kasia spędza romantyczny poranek z Mariuszem, ale niepokoi ją pomoc Janki ukochanemu w sprzedaży jego gruntów. Podczas gdy Ksawery miło spędza czas z Celiną i zaprzyjaźnia się z nią. Co dalej wyniknie z tej sytuacji?

G. 20:30

Słoneczna. Poza ciszą

TVP 1

Lena Majewska i Dawid Sokołowski starają się rozpocząć nowe życie w Pułtusku, gdzie ich plan otwarcia kliniki psychoterapii spotyka się z chłodnym przyjęciem części mieszkańców. Mimo nieprzychylnych opinii przygotowują się do inauguracji placówki. Wydarzeniem interesuje się również Antoni Zawistowski, który liczy, że pojawienie się nowych mieszkańców przyciągnie uwagę mediów.

Serial opowiada o mieście, gdzie istnieją tematy tabu.

G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Mała Nina dochodzi powoli do zdrowia, a Blanka tym razem nie opuszcza córki ani na krok. Mario postanawia załatwić rodzinie ochronę, korzystając z dawnych znajomości w środowisku mafijnym.

Uwagę policjantów prowadzących śledztwo przykuwa w końcu Zuza, która nie poddaje się i uparcie wraca do szpitala, udając pacjentkę, żeby jednak porwać malutką Ninę.

Tymczasem Wiktoria pracuje już z powrotem w Leśnej Górze. Stale pomaga córce przy małej Ninie. Ma też dla młodych pewną propozycję, czyli wyjazd na stałe do Hiszpanii. Tam mogliby zacząć pracę w szpitalu w Walencji. Wiktoria musi też pomóc starszemu mężczyźnie z silnym bólem brzucha. A gdy chory przechodzi badania, nagle znika w szpitalu jego niesforny wnuczek, który był pod opieką pielęgniarki... Agata czeka natomiast na kontrolną wizytę.



eprasa.pl 8ef3334bed

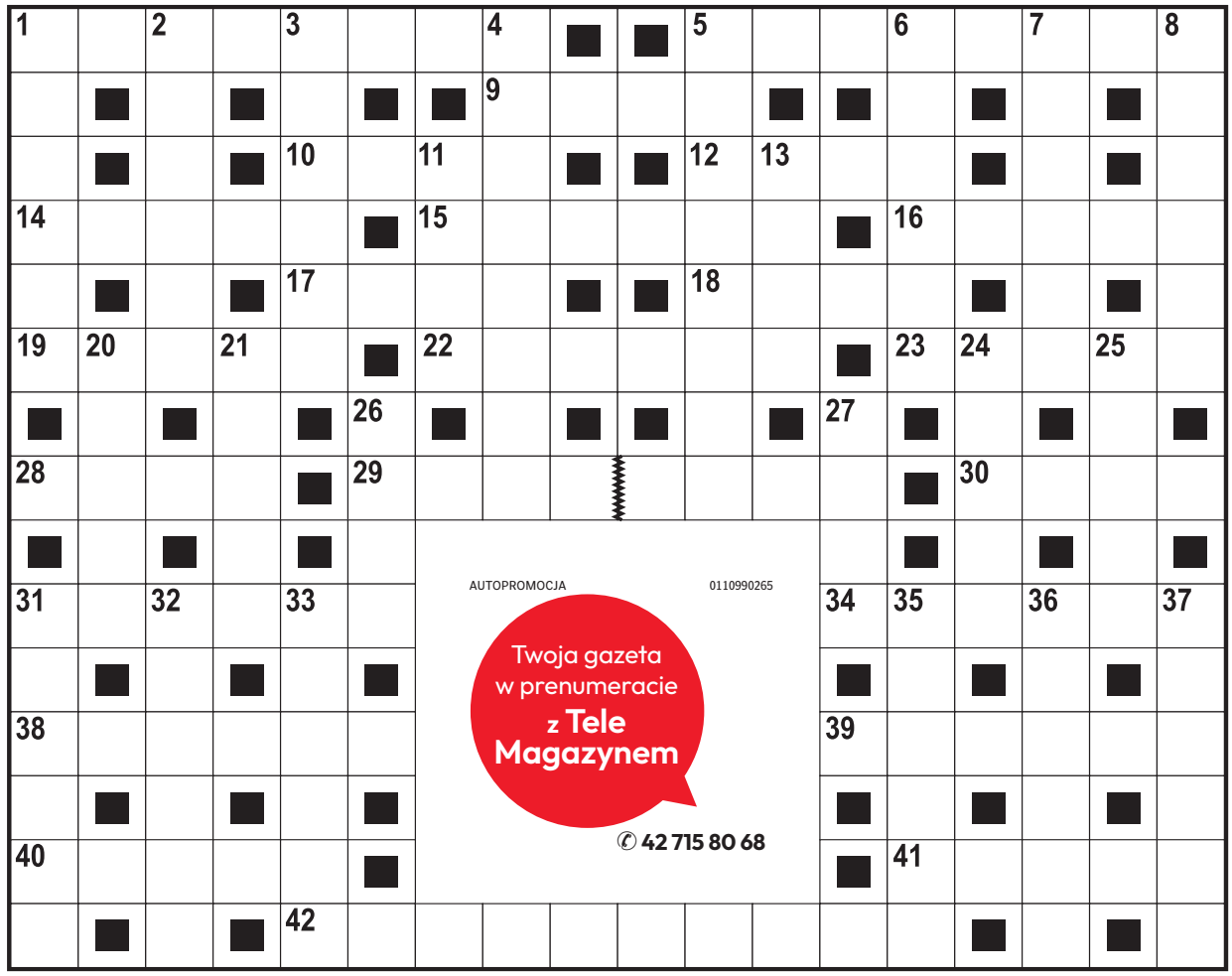
KRZYŻÓWKA NR 178

Poziomo:

1) francuski napój alkoholowy,
5) Piotr, aktor filmowy („Karol. Człowiek, który został papieżem”),
9) krótka charakterystyka postaci,
10) drzewo iglaste w herbie Libanu,
12) zespół trzech muzyków,
14) na nosie Ani z Zielonego Wzgórza,
15) starogreckie naczynie na wino,
16) popularna gra podwórkowa,
17) japoński sport narodowy,
18) fryzura z drobnych loczków,
19) dawna gra w karty z siedmioma królami,
22) palma cukrowa z Azji, preambuła,
23) początek wyścigu kolarskiego,
28) krzykliwy ptak nadmorski,
29) szwedzka aktorka filmowa („Dziewiąte wrota”),
30) jedno z najważniejszych zbóż chlebowych,
31) mały z dużej chmury,
34) człowiek o wielkiej sile fizycznej,
38) … Stone, aktorka z filmu „Nagi instynkt”,
39) osesek w stadninie koni,
40) Nick, zagrał w filmie „Książę przypływów”,
41) ryba z rodziny karpiowatych,
42) Jan, polski poeta („Księga ubogich”).

Pionowo:

1) nowy fragment tekstu,
2) roszada na szachownicy,
3) wywierany przez lobby,
4) rybożerny ptak mazurski,
5) półwypukły ornament architektoniczny,
6) ma jeszcze mleko pod nosem,
7) przejście na stronę wroga,
8) portowe miasto w Grecji,
11) kobieta w talii kart,
13) podwodna skała koralowa,
20) Jerozolimskie w naszej stolicy,
21) na polu przed siewcą,
24) ostra choroba, zakaźna,
25) doskonały mówca, orator,
26) słodkowodna ryba denna,
27) karzeł, opiekun kopalni,
31) zrzut wojska na tyły wroga,
32) broń Andrzeja Kmicica,
33) roczny samiec jelenia lub daniela,
35) metalowe koło na beczce,
36) imię autora powieści „Dżuma”,
37) zaczyn do produkcji chleba.

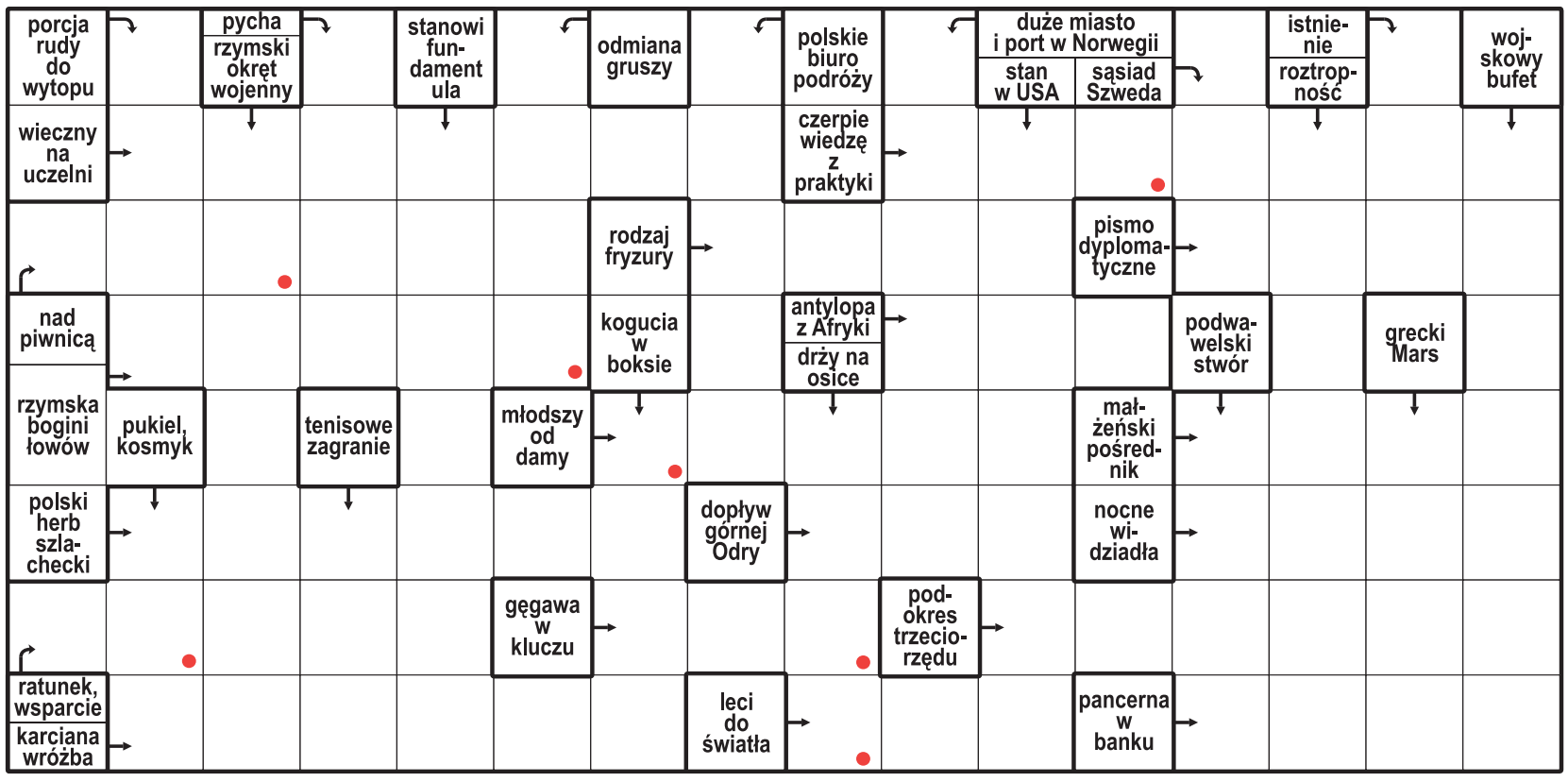


AUTOPROMOCJA 0110990265
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 42 715 80 68

ROZWIĄZANIE NR 177

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: PRAWOŚĆ.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wrażliwość stanie się Twoim atutem. Horoskop dzienny radzi zaufać sercu, lecz pamiętać też o faktach.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywne podejście pomoże rozwiązać problem. Horoskop na dziś sugeruje nie bać się eksperymentów.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja da efekty. Horoskop dzienny na środę radzi nie rezygnować tuż przed ważnym przełomem.

Byk (20.04 - 20.05)
Horoskop dzienny zapowiada, że krótka podróż lub nowa znajomość wniesie świeżą energię do planów.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Silne emocje wskażą kierunek zmian, horoskop na dziś sugeruje zachować jednak chłodny osąd.

Rak (22.06 - 22.07)
Harmonia wróci tam, gdzie była niepewność. Horoskop dzienny na środę podpowiada, by postawić na dialog.

Lew (23.07 - 22.08)
Porządek w planach ułatwi decyzje. Horoskop dzienny mówi, że jeden szczegół okaże się kluczowy.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja charyzma przyciągnie uwagę. Horoskop na dziś radzi działać śmiało, ale słuchać też innych.

Waga (23.09 - 22.10)
Domowe sprawy znajdą dobre rozwiązanie. Horoskop dzienny na środę wróży, że ciepły gest poprawi relacje.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Niespodziewana wiadomość pobudzi pomysły. Horoskop dzienny radzi wykorzystać szansę bez zwłoki.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Spokojne tempo przyniesie korzyści. Horoskop na dziś mówi, że rozmowa rozwieje ważne wątpliwości.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Dziś odważny krok otworzy nowe drzwi. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by zaufać intuicji.

eprasa.pl 8ef3334bed

BOKS

Legendy bokserskiego Widzewa spotkały się po latach

Ponad 20 byłych pięściarzy Widzewa spotkało się w sobotę po latach, by powspominać sportowe sukcesy, dawnych trenerów i kolegów z ringu.Byli zawodnicy odwiedzili nową salę Widzew Fight Center, zajrzeli do klubowego muzeum

Jakub Mlonka



FOT. JAKUB MLONKA

Byli bokserzy Widzewa mieli okazję aby powspominać lata sukcesów

Spotkanie odbyło się w sobotę, 14 listopada. Byli pięściarze Widzewa najpierw odwiedzili nową salę Widzew Fight Center przy ul. Widzewskiej, następnie zwiedzili Muzeum Widzewa, a wieczorem spotkali się na wspólnej kolacji na stadionie przy al. Piłsudskiego. Pomysłodawcą wydarzenia był Jan Wnęk, były pięściarz Widzewa, który od kilku lat organizuje spotkania dawnych zawodników związanych z łódzkim boksem.

- Życie i zdrowie napisały własny scenariusz. Kilka osób zachorowało dosłownie w ostatniej chwili, ale i tak cieszę się, że udało się spotkać tak liczne grono dawnych kolegów. Chłopaki już mówią, że trzeba organizować kolejne spotkania - opowiada w rozmowie z „Dziennikiem Łódzkim" Jan Wnęk, medalista mistrzostw Polski w kategorii lekkopółśredniej. J ednym z punktów programu była wizyta w nowej sali Widzew Fight Center przy ul. Widzewskiej 14. Byli zawodnicy mogli zobaczyć, jak dziś trenują młodzi adepci sportów walki i porównać współczesne warunki do tych, które pamiętają ze swojej młodości. Później uczestnicy spotkania odwiedzili Muzeum Widzewa. Wielu z nich szukało na wystawach własnych zdjęć, pucharów i pamiątek związanych z bokserską historią klubu.

- To bardzo miłe uczucie, kiedy po latach widzi się swoje zdjęcia w muzeum. Zabrałem tu kiedyś wnuków, żeby mogli zobaczyć fragment historii swojej rodziny i miejsca, któremu poświęciłem sporą część życia - mówił Jan Wnęk.

Dawni pięściarze zgodnie podkreślali, że Widzew lat 60., 70. i 80. był czymś więcej niż tylko klubem sportowym. - Piłkarze, bokserzy, tenisiści czy lekkoatleci znali się i wspierali. Pamiętam Zbyszka Bońka czy Włodka Smolarka, którzy regularnie pojawiali się na naszej sali treningowej. Wtedy naprawdę byliśmy jedną widzewską rodziną - wspominał Jerzy Radomski, były zawodnik i trener związany z klubem.

Podczas spotkania nie brakowało również rozmów o tym, jak sport wpłynął na ich dalsze życie. - Boks nauczył nas nie tylko rywalizacji. Dzięki niemu poznałem wielu przyjaciół, z którymi utrzymuję kontakt do dziś. To nie była tylko bijatyka. To były przyjaźnie, które przetrwały kilkadziesiąt lat - mówił Zdzisław Snopek, były bokser i trener.

W podobnym tonie wypowiadali się także pozostali uczestnicy spotkania. Wielu z nich podkreślało, że właśnie dzięki sportowi mogli zobaczyć świat, zdobyć wykształcenie i poznać ludzi, z którymi przyjaźnią się do dziś.

Po zwiedzeniu muzeum dawni pięściarze spotkali się na wspólnej kolacji na stadionie Widzewa. Rozmowom nie było końca. Wspominano najważniejsze walki, trenerów, sportowe sukcesy i zawodników, których nie ma już dzisiaj wśród nich. Nie zabrakło też rozmów o współczesnym Widzewie i o tym, jak przez lata zmienił się sport. Jak zgodnie przyznawali uczestnicy, najważniejsze było jednak samo spotkanie. - Dziś coraz trudniej zebrać wszystkich w jednym miejscu. Tym bardziej trzeba pielęgnować takie chwile - podsumowywali byli pięściarze.

MATERIAŁ INFORMACYJNY PFR 0011613908

TEAM POLAND FORUM BIZNESU

„Budujemy ogólnopolski ruch na rzecz globalnej ekspansji polskiego biznesu"

Ponad 300 uczestników reprezentujących przeszło 200 przedsiębiorstw wzięło udział w pierwszym Team Poland Forum Biznesu w Łodzi. Wydarzenie zainaugurowało cykl spotkań poświęconych zagranicznej ekspansji polskich firm. Inicjatywa Team Poland łączy sześć polskich instytucji rozwoju, które wspólnie oferują przedsiębiorcom finansowanie, ubezpieczenia, doradztwo i pomoc w nawiązywaniu kontaktów na zagranicznych rynkach.

„Widzimy rosnące ambicje polskich firm, które coraz odważniej wychodzą na światowe rynki. Team Poland łączy te ambicje z kapitałem, doświadczeniem i możliwościami instytucji finansowych oraz administracji. Tak budujemy ogólnopolski ruch na rzecz globalnej ekspansji polskiego biznesu" – mówi Mikołaj Raczyński, prezes zarządu Polskiego Funduszu Rozwoju. PFR zapowiada wsparcie globalnych ambicji polskich przedsiębiorstw nawet miliardem złotych kapitału.

Team Poland tworzą: PFR, BGK, PAIH, KUKE, PARP oraz ARP. Celem inicjatywy jest zapewnienie firmom dostępu do narzędzi wspierających ekspansję oraz działalność międzynarodową.

One-stop shop dla polskich firm

Oferta Team Poland obejmuje finansowanie inwestycji, ubezpieczenia i gwarancje, doradztwo oraz wsparcie w nawiązywaniu kontaktów biznesowych. Z rozwiązań mogą korzystać zarówno firmy rozpoczynające eksport, jak i przedsiębiorstwa planujące zagraniczne inwestycje czy przejęcia.

– Team Poland to nasze narzędzie ekspansji zagranicznej. To one-stop shop, w którym przedsiębiorcy mogą otrzymać wiedzę, finansowanie i narzędzia do ubezpieczenia ryzyk eksportowych – mówił Andrzej Domański, minister finansów i gospodarki.

Inicjatywa ma nie tylko zwiększać obecność polskich firm na światowych rynkach, lecz także wzmacniać krajową gospodarkę. Ważne jest, by przedsiębiorstwa rozwijały działalność międzynarodową, zachowując w Polsce



centra decyzyjne i kluczowe kompetencje. Team Poland pomaga identyfikować firmy gotowe do ekspansji i kieruje je do instytucji oferujących odpowiednie wsparcie.

Team Poland rozszerza grono partnerów

Podczas forum Mikołaj Raczyński, prezes Polskiego Funduszu Rozwoju, ogłosił dołączenie do inicjatywy trzech partnerów: PKO Banku Polskiego, PZU oraz Giełdy Papierów Wartościowych. Ich udział poszerzy możliwości wsparcia przedsiębiorców w finansowaniu inwestycji, zarządzaniu ryzykiem i pozyskiwaniu kapitału.

PKO Bank Polski obsługuje około 700 tys. przedsiębiorstw, a wartość finansowania udzielonego firmom przekracza 130 mld zł. Bank rozwija również działalność w Europie Środkowo-Wschodniej.

– Już dzisiaj obsługujemy prawie trzy tysiące polskich firm za granicą – podkreślił Szymon Midera, prezes PKO Banku Polskiego.

PZU pomoże ograniczać ryzyko zagranicznej działalności

Ekspansja na nowe rynki wiąże się z koniecznością uwzględnienia odmiennych regulacji, warunków gospodarczych i zagrożeń. W tym obszarze przedsiębiorców wspierać będzie PZU, uzupełniając ofertę Team Poland o kompetencje ubezpieczeniowe.

– Chcemy, żeby polskie firmy miały odwagę wychodzić za granicę, ale nie musiały robić tego same. Łącząc kompetencje polskich instytucji, możemy skuteczniej wspierać ich międzynarodowe ambicje – zaznaczył Bogdan Benczak, prezes PZU.

Giełda jako źródło kapitału na rozwój

Kolejnym partnerem Team Poland została Giełda Papierów Wartościowych w Warszawie. Ma przybliżać przedsiębiorcom możliwości pozyskiwania kapitału z rynku publicznego, który może finansować rozwój działalności, ekspansję zagraniczną i przejęcia.

– W Team Poland chcemy pokazywać przedsiębiorcom, jak przygotować firmę do pozyskania inwestorów i wykorzystać możliwości warszawskiej Giełdy do zwiększania skali działalności – powiedział Tomasz Bardziłowski, prezes GPW.

Obecność na rynku kapitałowym może również wzmacniać rozpoznawalność i wiarygodność firmy w relacjach z zagranicznymi kontrahentami.

Od rozmów do konkretnych projektów

Łódzkie forum było okazją do spotkań przedsiębiorców z ekspertami i wymiany doświadczeń. W programie znalazły się debaty, warsztaty i konsultacje dotyczące m.in. wyboru zagranicznych rynków, finansowania inwestycji, zarządzania ryzykiem oraz przejmowania zagranicznych firm. Doświadczeniami dzielili się przedstawiciele przedsiębiorstw rozwijających działalność poza Polską, w tym Oshee i Sanok Rubber Company.

Pierwsza edycja zgromadziła ponad 300 uczestników, pokazując zainteresowanie przedsiębiorców możliwościami międzynarodowego rozwoju i współpracą z instytucjami wspierającymi ekspansję.

eprasa.pl 8ef3334bed

Sport

• **Sieradzanin Maksymilian Tasarz zdobył złoty medal, a Kacper Stasiak srebrny** podczas Cetradex Itachi Open w Niderlandach

PIŁKA NOŻNA

Przygotowania Widzewa do meczu z zespołem spod Jasnej Góry ruszyły. Dziś Puchar Polski

Dariusz Piekarczyk

We wtorek piłkarze Widzewa rozpoczęli przygotowania do niedzielnego pojedynku ekstraklasowe punkty w Częstochowie z Rakowem. Mecz rozpocznie się o godzinie 12.15.

Łodzianie trenowali na bocznym boisku. Podobnie będzie także w środę. Sztab szkoleniowy zaplanował zajęcia na czwartek, piątek i sobotę. Po tym ostatnim treningu zespół trenera Mateusza Stolarskiego uda się pod Jasną Górę, aby dzień później rozegrać mecz z Rakowem, który prowadzi trener Dawid Szwarga. Wpoprzednim sezonie Widzew przegrał na Piłsudskiego z zespołem spod Jasnej Góry 0:1 (0:0), tracąc gola tuż przed końcowym gwizdkiem sędziego. Na wyjeździe był remis 1:1 (0:0). Co ciekawe kibice zobaczyli gole pod koniec pojedynku. Bramkę dla Widzewa zdobył Fran Alvarez. W sezonie 2024/2024 na swoim stadionie Łodzianie polegli 2:3 (1:2). Zwycięska bramka dla gości padła, jakżeby inaczej, w 90 minucie. W Częstochowie gospodarze triumfowali 2:1 (1:0). I jeszcze sezon 2023/2024. Pod Jasną Górą mecz zakończył się remisem 1:1 (0:1). W Łodzi goście triumfowali 1:0 (1:0). Jak więc widać Raków nie jest dla zespołu z Łodzi wygodnym rywalem. Naszym zdaniem niedzielny pojedynek nie też zdecydowanego faworyta. ©℗



FOT. JKARINA TROJOK

Widzewiaków (białe stroje) czeka w niedzielę ciężki mecz pod Jasną Górą z tamtejszym Rakowem - pojedynek nie ma faworyta

PUCHAR POLSKI

Na środę (18 listopada) zaplanowano dwa ostatnie w tym roku mecze Pucharu Polski w województwie łódzkim. Będą to półfinałowe pojedynki na szczeblu etapu łódzkiego, a ich triumfatorzy awansują do wiosennych rozgrywek wojewódzkich. O 10.30 na boisku przy ulicy Minerskiej ŁKS III (IV liga) zmierzy się z ŁKS II. Z kolei juniorzy Widzewa (U 19 z ligi wojewódzkiej A1) spotkają się na Łodziance z czwartoligowcami z AKS SMS (13). Trofeum nie obroni Widzew II Łódź, który odpadł z rozgrywek. Awans już wywalczyły; Warta Sieradz, Warta II Sieradz, Start Brzeziny, Unia II Skierniewice, Lechia Tomaszów Mazowiecki i Ceramika Opoczno.

PIŁKA NOŻNA, KLASA A

To już jest koniec! Drużyny Klasy A zakończyły rundę jesienną

Dariusz Piekarczyk

Zespoły Klasy A zakończyły rundę jesienną Bezpośredni awans do Klasy Okręgowej wywalczą jedynie mistrzowie. Do Klasy B, czyli na najniższy szczebel seniorski w naszym regionie, spadają po dwie najsłabsze zespoły.

Tylko trzy drużyny nie przegrały jesienią meczu o punkty tej ligi. Są to Jagiellonia Tuszyn, Football Campus Tomaszów Mazowiecki (beniaminek Klasy A) oraz Kasztelan Żarnów.

KLASA A

Grupa I. 13. kolejka (ostatnia rundy jesiennej): Kobra Leźnica Wielka - KP Byszewy 3:1, LKS Sarnów - SAP Parzęczew 3:1, Termy Uniejów - Kanarki Małchaowice 9:0, KS II Kutno - Ostrowy 0:2, Kotan Ozorków - Czarni Smardzew 0:1, Magnat Sierpów - AS Róża Kutno 1:2, Mianów - Termy II Poddębice 2:2.

1. Termy Uniejów	13	34	58-13
2. AS Róża Kutno	13	30	48-16
3. SAP Parzęczew	13	27	34-9
4. Kobra Leźnica Wielka	13	27	31-28
5. LKS Sarnów	13	23	37-34
6. Czarni Smardzew	13	19	18-17
7. KS II Kutno	13	19	28-32
8. Termy II Poddębice	13	18	36-29
9. Kotan Ozorków	13	17	20-28
10. Magnat Sierpów	13	16	36-44
11. Ostrovia Ostrowy	13	15	20-29
12. Kanarki Małachowice	13	7	30-55
13. KP Byszewy	13	6	22-64
14. MKS Mianów	13	5	20-40

Grupa II. 15. kolejka: GLKS Dłutów - Victoria Rąbień 6:2, Jagiellonia Tuszyn - Victoria Łódź 3:1, Kolejarz Łódź - AKS SMS III Łódź 3:3, Włókniarz Konstantynów - Metalowiec Łódź 8:1, Zawisza II Rzgów - Włókniarz II Pabianice 4:3, Orzeł Kazimierz - Jutrzenka Bychlew 3:0.

1. Jagiellonia Tuszyn	13	39	57-12
2. Orzeł Kazimierz	13	30	49-18
3. Zawisza II Rzgów	13	26	39-24
4. LKS Kwiatkowice	13	23	37-30
5. Jutrzenka Bychlew	13	23	23-17
6. Metalowiec Łódź	13	18	31-40
7. GLKS Dłutów	13	17	33-35
8. Kolejarz Łódź	13	15	31-37
9. Włókniarz Konstantynów	13	14	36-31
10. Victoria Rąbień	13	14	34-37
11. Włókniarz II Pabianice	13	13	37-54
12. AKS SMS III Łódź	13	10	18-40
13. Victoria Łódź	13	10	22-48
14. Victoria Szadek	13	7	25-49

Grupa III. 11. kolejka: Olimpia Wola Załężna - LKS Białaczów 0:2, Radzice - IKS Inowłódz 1:2, Lubochnia - Relax Czerniewice 4:0, Inter Sławno - Kasztelan Żarnów 0:2, Footboll Campus Tomaszów Mazowiecki - Rzeczyca 5:2, KS Paradyż - Skalnik II Sulejów 0:1.

1. Football Campus Tomaszów M.	11	31	56-6
2. Kasztelan Żarnów	11	27	31-8
3. Inter Sławno	11	22	34-13
4. RKS Rzeczyca	11	18	26-26
5. LKS Białaczów	11	15	22-25
6. Olimpia Wola Załężna	11	15	23-36
7. IKS Inowłódz	11	14	22-38
8. LKS Radzice	11	13	20-23
9. Relax Czerniewice	11	12	28-31
10. Skalnik II Sulejów	11	12	17-26
11. LKS Lubochnia	11	7	14-32
12. KS Paradyż	11	5	9-38

Grupa IV. 13. kolejka: Victoria Żytno - Zapał Krzętów 2:0, Start Niechcice - Omega II Kleszczów 4:3, Orzeł Wola Wiązowa - Hetman Rusiec - mecz przerwany, LUKS Gomunice - Czarni Rozprza 3:0, Pilica Przedbórz - Lechia Bełchatów 7:1, RKS II Radomsko - Sprata Bełchatów 5:0, GKS III Bełchatów - Grabka Grabica 1:1.

1. Zapał Krzętów	13	28	45-21
2. Pilica Przedbórz	13	24	35-23
3. Czarni Rozprza	13	23	42-26
4. PGE GKS III Bełchatów	13	23	38-30
5. Hetman Rusiec	12	21	38-21
6. Victoria Żytno	13	21	35-32
7. Omega II Kleszczów	13	20	47-37
8. Grabka Grabica	13	20	33-29
9. Start Niechcice	13	19	30-26
10. LUKS Gomunice	13	19	25-32
11. RKS II Radomsko	13	14	25-37
12. Lechia Bełchatów	13	10	24-38
13. Sparta Bełchatów	13	9	19-43
14. Orzeł Wola Wiązowa	12	2	12-53

Grupa V. 15. kolejka: Iskra Stolec - Charłupia Mała 5:5, KS Osiek - Ekolog II Wojsławice 2:2, Zapole - Olimpia II Zduńska Wola-Karsznice 6:0, Centra Walichnowy - Sedziejowice 2:2, Prosna Wyszanów - Ustków 1:1, Gruszczyce - Ostrówek 3:2, Sokół Goszczanów - Galewice II 0:2. Pauza: Widawa.

1. LKS Zapole	14	36	61-10
2. UKS Ustków	14	31	38-14
3. Ekolog II Wojsławice	14	29	58-24
4. Olimpia II Zduńska Wola	14	29	41-28
5. Iskra Stolec	14	26	37-33
6. Prosna Wyszanów	14	19	34-31
7. Centra Walichnowy	14	18	26-38
8. KS Osiek	14	16	30-33
9. Widawia Widawa	14	16	23-30
10. LGKS Charłupia Mała	14	16	38-50
11. UKS Galewice II	14	15	25-31
12. Ostrowia w Ostrówku	14	14	34-38
13. Sokół Goszczanów	14	12	23-52
14. GKS Gruszczyce	14	11	24-47
15. GKS Sędziejowice	14	8	20-53

Grupa VI. 13. kolejka: Słowian Dworszowice - Strzelce Wielkie 3:0, Biała - Wierzchlas 1:7, Start Łubnice - Radoszewice 1:3, Victoria Skomlin - Czarni Rząśnia 3:1, Kiełczygłów - Czastary 1:1, Łaszew - Płomień Makowiska 1:1,, Orion Olewin - LZS Staw 1:2.

1. KS Radoszewice	13	32	34-19
2. LKS Wierzchlas	13	27	54-21
3. LZS Staw	13	27	35-16
4. Słowian Dworszowice	13	26	33-18
5. GKS Czastary	13	23	31-23
6. LKS Kiełczygłów	13	20	26-22
7. Orion Olewin	13	19	20-31
8. Victoria Skomlin	13	16	20-24
9. GLKS Strzelce Wielkie	13	14	16-28
10. Płomień Makowiska	13	14	18-31
11. Start Łubnice	13	14	22-37
12. LZS Łaszew	13	11	24-38
13. GLKS Biała	13	8	17-34
14. Czarni Rząśnia	13	6	16-33

Grupa VII. 13. kolejka: Victoria Bielawy - Czarni Bednary 3:1, Dar Placencja - Żychlin 7:0, Zryw II Wygoda - Andrespolia II 1:4, Bedlno - Pelikan II Łowicz 1:2, Błekitni Dmosin - Gałkówek II 0:6, AMII Łódź-Nowosolna - Sokół Popów 9:0, Zjednoczeni II Stryków - Jamno 0:0.

1. Pelikan II Łowicz	13	36	67-16
2. Naprzód Jamno	13	34	49-18
3. Zjednoczeni II Stryków	13	32	57-15
4. GKS Bedlno	13	25	51-26
5. AMII Łódź-Nowosolna	13	22	61-31
6. Dar Placencja	12	21	40-28
7. Zryw II Wygoda	13	18	49-48
8. LKS Gałkówek II	13	16	31-31
9. SAP Andrespolia II	12	16	28-31
10. SP MKS Żychlin	13	12	12-49
11. Czarni Bednary	13	11	28-35
12. Victoria Bielawy	13	10	29-56
13. Sokół Popów	13	6	19-73
14. Błękitni Dmosin	13	6	14-78

Grupa VIII. 13. kolejka: Macovia Maków - Start Pukinin 2:1, Mazovia II Rawa Mazowiecka - Głuchów 2:2, Sokół Regnów - Manchatan Nowy Kawęczyn 0:6, Olimpia Jeżów - Pogoń Godzianów 0:2, Jutrzenka Mokra Prawa - Sierakowianka Sierakowice 2:7, GLKS Wołucza - LZS Justynów II 3:2, Olympic Słupia - Białka Biała Rawska 5:4.

1. GLKS Wołucza	13	36	54-13
2. LZS Justynów II	13	28	43-15
3. Manchatan Nowy Kawęczyn	13	26	29-28
4. Macovia Maków	13	24	45-27
5. Biała Biała Rawska	13	22	32-24
6. Olimpia Jeżów	13	20	30-30
7. Mazovia II Rawa Mazowiecka	13	19	39-32
8. Start Pukinin	13	19	23-24
9. Olympic Słupia	12	18	29-29
10. Sierakowianka Sierakowice	13	16	38-33
11. GKS Głuchów	13	13	25-41
12. Sokół Regnów	13	8	15-49
13. Pogoń Godzianów	13	6	13-40
14. Jutrzenka Mokra Prawa	12	5	12-52

eprasa.pl 8ef3334bed

Środa
18.11.2026

WYD. C

Dziennik Łódzki

NAD WARTĄ

Poddębice | Sieradz | Wieluń
| Wieruszów | Pajęczno | Zduńska Wola | Łask

www.dzienniklodzki.pl

Nr 47



FOT. ARCHIWUM RODZINNE

SIERADZ

SIERADZKIE HISTORIE. SZCZEBLEWSCY – JÓZEF BYŁ BEDNARZEM, MAGDALENA BYŁA MISS

str. 6

BORYSEW



Wyjątkowe gerezy z Zoo Borysew doczekały się imion. Wyboru dokonali internauci

str. 2

FOT. PAWEŁ GOŁĄB

Mają długie ogony i wybrane imiona

Zakończył się konkurs na imiona dla trzech gerez angolańskich, które niedawno zamieszkały w Zoo Borysew. O wyborze nazw dla samca i dwóch samiczek zdecydowali internauci, głosując na jedną z czterech przygotowanych propozycji.

Zoo Borysew przygotowało dla uczestników zabawy trzy propozycje imion. Internauci mogli głosować na zestawy: Leon, Luna i Lila, Milo, Maja i Mimi, Kimi, Kira i Kiara oraz Nico, Nala i Nina. Ostatecznie największe poparcie zdobyła trzecia propozycja i właśnie takie imiona będą nosić nowe gwiazdy ogrodu zoologicznego.

Gerezy angolańskie pojawiły się w Borysewie niedawno i od razu przyciągnęły uwagę odwiedzających. To rzadki gatunek małp w europejskich ogrodach zoologicznych. Zoo Borysew jest dopiero drugim ogrodem zoologicznym w Polsce, który prezentuje te zwierzęta.

PODDĘBICE

Laureaci powiatowego konkursu plastycznego „Razem świętujemy 11 Listopada” **str. 3**

PORCZYNY

Uczniowie Szkoły Podstawowej w Porczynach otrzymali sprzęt ochronny w ramach wojewódzkiej akcji **str. 4**

REGION

Maciej Tubis, pianista bierze udział w cyklu koncertów „Cała Polska gra Chopina” **str. 4**

SPORT

Warta remisuje z ostatnim w tabeli ŁKS Łomża. WKS Wieluń mistrzem rozgrywek **str. 8**

eprasa.pl 8ef3334bed

KRÓTKO

ŁASK

III Łaski Festiwal Młodych Muzyków

3. Łaski Festiwal Młodych Muzyków im. Miłosza Magina rozpocznie się w piątek 20 listopada i potrwa do niedzieli 23 listopada. Tegoroczna edycja obejmuje: III Ogólnopolski Konkurs Pianistyczny im. Miłosza Magina – 21 listopada (sobota) oraz II Ogólnopolski Konkurs Instrumentów Smyczkowych im. Miłosza Magina – 20 listopada (piątek). W niedzielę – 22 listopada – festiwal zakończy Galowy Koncert, połączony z wystąpieniem pani Margot Magin (córka kompozytora, patrona festiwalu) i prelekcją historyczną. DP



FOT. MATERIAŁY PROMOCYJNE

SIERADZ

Nowy program Grzegorza Dolniaka

Stand-uper Grzegorz Dolniak zaprezentuje swój nowy program „Eldorado" w środę 18 listopada od godz. 19 w Sieradzkim Centrum Kultury – Teatrze Miejskim. „Z nowego programu dowiecie się między innymi dlaczego niektóre tragedie wcale nie są tragedią, a Polska to prawdziwa potęga. Wszystko tradycyjnie okraszone charakterystyczną energią, ekspresją i rozłożonymi na czynniki pierwsze obserwacjami absurdów życia codziennego" – zachęcają organizatorzy. Bilety na występ Grzegorza Dolniaka są w cenie 95-100 złotych. DP

ZDUŃSKA WOLA

Komediowa „Petarda" Tomka Skrzypka

„Petarda" to nowy program komika Tomka Skrzypka, który będzie można zobaczyć 21 listopada od godz. 19 w Domu Kultury Lokator w Zduńskiej Woli (ul. Łaska 46). „Absurd? Jest. Nieoczywiste skojarzenia? Są. Historie, które zaczynają się normalnie, a kończą w miejscu, którego nikt nie przewidział? Oczywiście. Do tego jeden z najmocniejszych crowdworkerów na polskiej scenie" – zachęcają organizatorzy wydarzenia. Bilety na imprezę są w cenach od 59 złotych. DP

Mają ogony dłuższe od własnego ciała. Gerezy z Zoo Borysew doczekały się imion

Paweł Gołąb
Borysew

Zakończył się konkurs na imiona dla trzech gerez angolańskich, które niedawno zamieszkały w Zoo Borysew. O wyborze nazw dla samca i dwóch samiczek zdecydowali internauci.



FOT. PAWEŁ GOŁĄB

Wyboru imion dla trzech gerez angolańskich, które zamieszkały, w Zoo Borysew dokonali internauci

Nowi mieszkańcy Zoo Borysew oficjalnie mają już imiona. Rozstrzygnięto internetowy konkurs, w którym internauci wybierali nazwy dla samca i dwóch samiczek gerezy angolańskiej, wyjątkowego gatunku małp, głosując na jedną z czterech przygotowanych propozycji. Zwyciężył zestaw: Kimi, Kira oraz Kiara.

Zoo Borysew przygotowało dla uczestników zabawy trzy propozycje imion. Internauci mogli głosować na zestawy: Leon, Luna i Lila, Milo, Maja i Mimi, Kimi, Kira i Kiara oraz Nico, Nala i Nina. Ostatecznie największe poparcie zdobyła trzecia propozycja i właśnie takie imiona będą nosić nowe gwiazdy ogrodu zoologicznego.

Konkurs wzbudził duże zainteresowanie wśród fanów borysewieckiego zoo. Oprócz oddawania głosów, uczestnicy mogli także uzasadniać swój wybór w komentarzach. Autor najbardziej kreatywnego wpisu otrzymał rodzinny bilet do Zoo Borysew ważny do 31 grudnia 2027 roku.

Gerezy angolańskie pojawiły się w Borysewie niedawno i od razu przyciągnęły uwagę odwiedzających. To niezwykle rzadki gatunek małp w europejskich ogrodach zoologicznych. Zoo Borysew jest dopiero drugim ogrodem zoologicznym w Polsce, który prezentuje te zwierzęta.

Jak podkreśla Natalia Zawisza, lekarz weterynarii w Zoo Borysew, gerezy wyróżniają się przede wszystkim wyglądem.

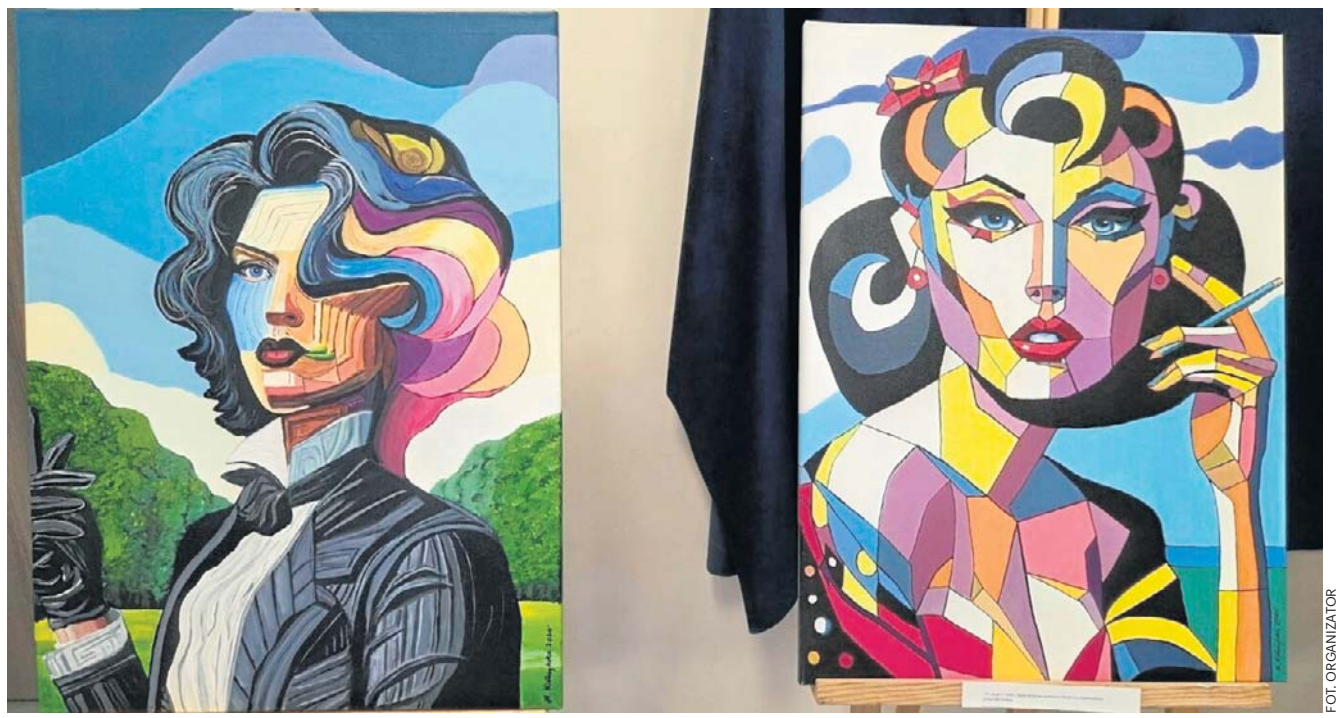
– Te małpy mają ogon dłuższy od całej reszty ciała. Charakterystyczne jest także ich czarne futro z białymi elementami na ramionach i bokach – podkreśla.

Specyficzne są również ich zwyczaje żywieniowe.

– Ich główną bazę pokarmową stanowią liście. Jedzą też kwiaty, niewielkie ilości owoców i nasiona. To naprawdę specyficzne małpy, nie takie jak wszystkie – dodaje Natalia Zawisza.

Kimi, Kira i Kiara już czekają na zwiedzających podczas wizyty w Zoo Borysew. Przedstawiciele ogrodu nie ukrywają, że liczą na to, iż nowe małpy szybko staną się jedną z największych atrakcji obiektu.

ZDJĘCIE DNIA



FOT. ORGANIZATOR

W Gminnym Centrum Kultury i Bibliotece Publicznej w Konopnicy odbyło się spotkanie ze sztuką Moniki Kiełczyńskiej. Bohaterka wieczoru od 2021 roku rozwija swoją malarską pasję. Szczególne miejsce w jej twórczości zajmuje kobieta – jej emocje, osobowość, siła, delikatność i marzenia. Cykl „Kobieciarnia" obejmuje już blisko 40 prac. Obrazy charakteryzuje połączenie intensywnych kolorów, geometrycznych form oraz inspiracji kubizmem i surrealizmem. Wystawę można oglądać do 28 listopada. Dariusz Piekarczyk

NAD WARTĄ

REDAKTOR NACZELNY **Marek Krzciuk.** KIEROWNIK SERWISÓW NaszeMiasto.pl: **Daniel Sibiak, 698 635 645, daniel.sibiak@polskapress.pl** REDAKTOR ODPOWIEDZIALNY: **Marcin Stadnicki, 502 499 173, m.stadnicki@dzienniklodzki.pl**
Zespół: **Paweł Gołąb, Dariusz Piekarczyk, Natalia Ptak, Włodzimierz Rychliński.** BIURO REKLAMY: **Piotr Lachman, 502 49 97 05, piotr.lachman@polskapress.pl; Anna Szymczak, 698 635 713, anna.szymczak@polskapress.pl; Małgorzata Słupianek, 514 800 836, malgorzata.slupianek@polskapress.pl.** PRENUMERATA: **tel. 42 715 80 68.** DRUK: **Drukarnia ZPR Media SA.**
WYDAWCA: **Polska Press Sp. z o.o., ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 40 00.** PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY: **Robert Feluś.** PREZES MAKROREGIONU: **Aneta Sarga-Burtan.** PROJEKT GRAFICZNY: **Tomasz Bocheński.**

©℗ - 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.polskatimes.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

POLSKA PRESS GRUPA

eprasa.pl 8ef3334bed

Dachowanie Skody na drodze w Widawie

Paweł Gołąb
Widawa

Groźnie wyglądająca kolizja miała miejsce w poniedziałkowy poranek w Widawie. Na drodze wojewódzkiej nr 480 dachował samochód osobowy. Na miejscu interweniowali strażacy i zespół ratownictwa medycznego.

Do zdarzenia doszło około godziny 6 rano w miejscowości Widawa na drodze wojewódzkiej nr 480. Jak informuje Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Łasku, kierująca samochodem marki Skoda Fabia straciła panowanie nad pojazdem, który następnie dachował.

Według strażaków przyczyną zdarzenia było niedostosowanie prędkości do warunków panujących na drodze. W akcji ratowniczej uczestniczyły dwa zastępy z Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej oraz strażacy ochotnicy z OSP Chociw i OSP Widawa.

W wyniku dachowania poszkodowana została kierująca pojazdem. Kobieta została przebadana przez Zespół Ratownictwa Medycznego, jednak nie wymagała hospitalizacji i pozostała na miejscu zdarzenia.

Jak ustalili funkcjonariusze łaskiej policji, 49-letnia mieszkanka powiatu bełchatowskiego, kierująca Skodą, jechała od strony Widawy w kierunku Chociwia.

– Kobieta nie dostosowała prędkości do warunków panujących na drodze, w wyniku czego straciła panowanie nad pojazdem, zjechała do przydrożnego rowu, a następnie dachowała. Kierująca podróżowała sama. Po udzieleniu pomocy przez zespół ratownictwa medycznego 49-latka nie wymagała przewiezienia do szpitala – informuje młodszy aspirant Bartłomiej Kozłowski, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Łasku.

Służby po raz kolejny apelują do kierowców o zachowanie szczególnej ostrożności ma drogach. Jesienno-zimowa aura, śliska nawierzchnia i ograniczona widoczność sprawiają, że nawet chwila nieuwagi może doprowadzić do niebezpiecznych sytuacji podczas podróży. Kierowcy powinni dostosowywać prędkość do aktualnych warunków atmosferycznych i zachować odpowiedni margines bezpieczeństwa podczas jazdy.

Policja po raz kolejny apeluje do kierowców o zachowanie szczególnej ostrożności na drogach. Warunki są coraz trudniejsze



FOT. KOMENDA POWIATOWA POLICJI W ŁASKU

Dachowanie Skody na drodze wojewódzkiej w Widawie. Kierującą była 49-latka z powiatu bełchatowskiego

Poznaliśmy laureatów powiatowego konkursu plastycznego „Razem świętujemy 11 Listopada" w Poddębicach

Paweł Gołąb
Poddębice

Aż 335 prac wpłynęło na Powiatowy Konkurs Plastyczny „Razem świętujemy 11 Listopada" zorganizowany przez Powiat Poddębicki i Powiatową Bibliotekę Publiczną w Poddębicach. Młodzi artyści z całego powiatu poprzez swoje prace uczcili Narodowe Święto Niepodległości.



FOT. STAROSTWO POWIATOWE W PODDĘBICACH

Laureaci Powiatowego Konkursu Plastycznego „Razem świętujemy 11 Listopada", zorganizowanego przez Powiat Poddębicki i Powiatową Bibliotekę Publiczną

Dużym zainteresowaniem cieszył się tegoroczny Powiatowy Konkurs Plastyczny „Razem świętujemy 11 Listopada". Na konkurs wpłynęło 335 prac przygotowanych przez dzieci i młodzież z przedszkoli, szkół podstawowych i ponadpodstawowych z terenu powiatu poddębickiego.

Uczestnicy tworzyli prace związane z Narodowym Świętem Niepodległości, prezentując patriotyczne wartości, kreatywność i artystyczny talent. Konkurs został podzielony na pięć kategorii wiekowych.

Uroczyste wręczenie nagród odbyło się 16 listopada w Starostwie Powiatowym w Poddębicach. Laureatom gratulowali i wręczali nagrody: starosta poddębicki Sebastian Romanowski, wicestarosta Piotr Kozłowski, sekretarz powiatu Anna Biernacik, zastępca naczelnika Wydziału Zdrowia, Pomocy Społecznej, Oświaty, Kultury i Sportu Dorota Kubiak oraz dyrektor Powiatowej Biblioteki Publicznej w Poddębicach Edyta Durka.

– Konkurs był okazją do uczczenia Narodowego Święta Niepodległości poprzez twórczość artystyczną, a także do rozwijania talentów plastycznych dzieci i młodzieży z terenu powiatu poddębickiego – podkreślają organizatorzy.

A oto laureaci powiatowego konkursu „Razem świętujemy 11 Listopada" w Poddębicach.

Kategoria – dzieci przedszkolne

I miejsce: Grzegorz Jabłoński (Publiczne Przedszkole w Poddębicach), Milan Kamiński (Punkt Przedszkolny Pełczyska)

II miejsce: Szymon Walczak (Publiczne Przedszkole w Wartkowicach)

III miejsce: Paulina Bartczak (Przedszkole przy Zespole Szkół w Zadzimiu), Beata Gościk (Publiczne Przedszkole w Drwalewie)

Wyróżnienia: Stanisław Brząkała, Nadia Gulak, Aleksandra Przesławska.

Kategoria – klasy I-III szkół podstawowych

I miejsce: Oliwia Klimczak (SP w Zadzimiu), Artur Barański (SP im. Marszałka J. Piłsudskiego w Wartkowicach), Hanna Wnykowska (SP im. Bohaterów Września 1939 roku w Uniejowie)

II miejsce: Zuzanna Ciekańska (SP w Zadzimiu), Jakub Fryt (SP im. prof. Mieczysława Szymczaka w Domaniewie)

III miejsce: Dawid Patelas (SP w Zadzimiu), Maja Dąbrowska (SP im. Bohaterów Września 1939 roku w Uniejowie), Gabriela Mierzejewska (SP nr 1 w Poddębicach)

Wyróżnienia: Aleksander Tarnowski, Anita Sitek, Elena Mosiagin.

Kategoria – klasy IV-VI szkół podstawowych

I miejsce: Kaja Aniołkiewicz (SP im. Jana Pawła II w Zygrach), Anna Kos (SP nr 1 im. Lotników Polskich w Poddębicach)

II miejsce: Tomasz Buch (Publiczna SP w Bałdrzychowie), Lena Majda (SP w Zadzimiu)

III miejsce: Amelia Piątkowska (Publiczna SP w Porczynach)

Wyróżnienia: Tymon Nowak, Tomasz Rokoszewski, Milena Srogosz.

Kategoria – klasy VII-VIII szkół podstawowych

I miejsce: Iga Hałas (SP im. prof. Mieczysława Szymczaka w Domaniewie)

II miejsce: Sebastian Buch (Publiczna SP w Bałdrzychowie)

III miejsce: Aleksandra Ługowska (SP im. prof. Mieczysława Szymczaka w Domaniewie)

Wyróżnienie: Lena Prowizor (SP im. prof. Mieczysława Szymczaka w Domaniewie).

Kategoria – szkoły średnie

I miejsce: Oliwia Kamińska (Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Poddębicach)

II miejsce: Agata Jeziorska (Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Poddębicach)

III miejsce: Maciej Jakubowski (Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Poddębicach)

Wyróżnienie: Lidia Szulc (Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Poddębicach).

Nagrodzone prace można oglądać na wystawie przygotowanej w Starostwie Powiatowym w Poddębicach. Ekspozycja będzie dostępna dla mieszkańców do końca listopada w godzinach pracy urzędu.

Łask uczcił Narodowe Święto Niepodległości

Paweł Gołąb
Łask

Mieszkańcy Łasku i gminy wspólnie uczcili 108. rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości.

Tegoroczne obchody Narodowego Święta Niepodległości w Łasku zostały przygotowane wspólnie przez Gminę Łask, Powiat Łaski oraz 32. Bazę Lotnictwa Taktycznego w Łasku.

Uroczystości rozpoczęły się w Kolegiacie Łaskiej, gdzie odprawiono mszę świętą w intencji Ojczyzny. Następnie uczestnicy spotkali się na placu 11 Listopada. Tam złożono meldunek, podniesiono flagę państwową oraz wysłuchano okolicznościowych wystąpień. Ważnym momentem był apel pamięci poświęcony bohaterom, którzy walczyli o niepodległość Polski. Nie zabrakło także salwy honorowej i złożenia wieńca.



FOT. URZĄD MIEJSKI W ŁASKU

Uroczystości miały podniosły i patriotyczny charakter

eprasa.pl 8ef3334bed

Uczniowie ze Szkoły Podstawowej w Porczynach otrzymali sprzęt ochronny

Paweł Gołąb
Porczyny

Uczniowie Szkoły Podstawowej w Porczynach (gmina Poddębice) otrzymali kaski ochronne w ramach wojewódzkiej akcji profilaktycznej „Jedź zgłową...zgłową w kasku".

Spotkanie poprowadzili funkcjonariusze Komendy Powiatowej Policji w Poddębicach. Poza przekazaniem sprzętu mundurowi przypomnieli najmłodszym najważniejsze zasady bezpiecznego poruszania się po drogach.

Szkoła Podstawowa w Porczynach, położona na terenie gminy Poddębice, znalazła się w gronie 22 najmniejszych placówek w województwie łódzkim objętych wsparciem. W ramach inicjatywy realizowanej wspólnie przez Komendę Wojewódzką Policji w Łodzi oraz Urząd Marszałkowski Województwa Łódzkiego kaski trafiają do jednej wybranej szkoły w każdym powiecie. Wybór takich miejsc nie jest przypadkowy, ponieważ w mniejszych miejscowościach infrastruktura rowerowa bywa ograniczona, co wiąże się z większym zagrożeniem dla młodych uczestników ruchu.



FOT. KOMENDA POWIATOWA POLICJI W PODDĘBICACH

Placówka znalazła się w gronie 22 najmniejszych placówek w województwie łódzkim objętych wsparciem

Zanim sprzęt trafił w ręce uczniów, funkcjonariusze z Poddębic przeprowadzili część edukacyjną. Rozmawiali z dziećmi i młodzieżą o właściwym zachowaniu w pobliżu jezdni oraz o tym, na co zwracać szczególną uwagę podczas jazdy rowerem i hulajnogą. Mundurowi podkreślali, że odpowiednio dobrany kask może znacząco zminimalizować skutki groźnego upadku lub kolizji.

Policjanci przypomnieli również o aktualnych regulacjach prawnych. Od 3 czerwca 2026 roku osoby poniżej 16. roku życia mają prawny obowiązek używania kasków ochronnych podczas jazdy rowerem, rowerem z napędem, hulajnogą elektryczną oraz urządzeniem transportu osobistego.

Po prelekcji przyszedł czas na wręczenie uczniom kasków zakupionych przez Urząd Marszałkowski. Połączenie wiedzy profilaktycznej z realnym wsparciem sprzętowym ma pomóc w kształtowaniu dobrych nawyków u dzieci i poprawić ich bezpieczeństwo podczas codziennych dojazdów do szkoły.

– Pamiętajmy, że bezpieczeństwo na drodze zaczyna się od odpowiedzialnych wyborów i dobrych nawyków. Kask to nie tylko obowiązek wynikający z przepisów, ale przede wszystkim ochrona zdrowia i życia – podkreśla młodsza aspirant Alicja Bartczak, oficer prasowy Komendy Powiatowej Policji w Poddębicach.

Maciej Tubis gra Chopina w regionie



FOT. SEBASTIAN SOŁTYSZEWSKI

Wykonawcą cyklu jest pianista Maciej Tubis

Paweł Gołąb
Region

W Pałacu Grudzińskich w Poddębicach rozpoczął się cykl bezpłatnych koncertów „Cała Polska gra Chopina". Utwory naszego genialnego kompozytora zagrał znany pianista Maciej Tubis. Teraz odwiedzi sześć miast naszego regionu.

To już druga odsłona projektu. W tym roku Łódzki Dom Kultury, koordynujący projekt, ponownie zaprosił do współpracy Macieja Tubisa, cenionego łódzkiego pianistę i kompozytora, absolwenta i wykładowcę Akademii Muzycznej w Łodzi. Program koncertów łączy wykonania oryginalnych utworów Fryderyka Chopina z autorskimi interpretacjami oraz improwizacjami.

Wybór wykonawcy – jak podkreśla Urząd Marszałkowski Województwa Łódzkiego – jest tym bardziej trafiony, że Maciej Tubis wydał niedawno płytę poświęconą Fryderykowi Chopinowi. Album nosi tytuł „About Chopin" i zawiera osiem aranżacji utworów kompozytora – od nokturnów i preludiów, przez walca i mazurka, po pieśń „Nie ma czego trzeba". Tubis nie odtwarza kompozycji Chopina. Interesuje go raczej, co stanie się z nimi w rękach pianisty, który przez lata nauczył się traktować kompozycję jako punkt wyjścia do improwizacji.

Maciej Tubis zakończył właśnie ogólnopolską trasę promującą płytę.

– Możliwe, że na koncertach cyklu „Cała Polska gra Chopina" pojawi się coś nowego w stosunku do tego, co jest na albumie i co grałem w ramach trasy. Chcę przygotować niespodziankę – zapowiadał niedawno.

Mogliśmy się o tym przekonać w Poddębicach, artysta odwiedzi jeszcze Radomsko, Kutno, Bełchatów, Sieradz i Łowicz.

Maciej Tubis ukończył Akademię Muzyczną im. Grażyny i Kiejstuta Bacewiczów w Łodzi, a dziś doktor Maciej Tubis sam jest jej wykładowcą. Nagrywa i koncertuje solo, jest liderem jazzowego Tubis Trio oraz połową duetu Bolewski & Tubis, tworzonego z perkusistą i wokalistą Radosławem Bolewskim. Duet gra muzykę balansującą pomiędzy jazzem, alternatywnym popem, elektroniką i improwizacją. Ma na koncie m.in. „Lunatyka", „Bez końca" i koncertowy projekt „Obywatel Jazz" poświęcony Grzegorzowi Ciechowskiemu oraz wydany w 2025 roku album „Kochaj".

Koncerty cyklu „Cała Polska gra Chopina" w województwie łódzkim odbędą się jeszcze: 18 listopada godz. 18 – Miejski Dom Kultury w Radomsku ul. Brzeźnicka 5, 19 listopada godz. 18 – Centrum Kultury Gminy Kutno - Leszczynek 49a, 1 grudnia godz. 18 – Miejskie Centrum Kultury w Bełchatowie pl. Narutowicza 1a, 2 grudnia godz. 18 – Państwowa Szkoła Muzyczna I stopnia w Sieradzu ul. Jana Pawła II 48, 3 grudnia godz. 18 – Łowicki Ośrodek Kultury – Łowicz ul. Podrzeczna 20.

Wstęp wolny, wejściówki do odebrania w poszczególnych instytucjach.

Wielkie śpiewanie w Teatrze Miejskim

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

Na scenie Teatru Miejskiego w Sieradzu odnył się 6. Festiwal Piosenki Śpiewasię 2026. Wystąpiły dzieci i młodzież z Sieradzkich i okolicznych placówek kulturalnych, szkół oraz dzieci, które nie uczęszczają na żadne zajęcia wokalne.

Łącznie na scenie Teatru Miejskiego zaprezentowało się 27 wokalistów oraz dziesięć zespołów, które miały okazję pokazać swój talent na estradzie oraz poddać się ocenie jury w składzie: Małgorzata Biniek (przewodnicząca), Monika Wrzesińska i Magdalena Ristau. Po burzliwych obradach udało się wyłonić zwycięzców z każdej kategorii wiekowej.

A oto wyniki 6. Festiwalu Piosenki Śpiewasię 2026:

Soliści
Kategoria klasy I-IV:
1. Tymon Kubiczak, 2. Apolonia Jałoszyńska, 3. Zuzanna Skorupa
Wyróżnienie: Karolina Kózka.
Klasy V-VIII:
1. Natan Gryga, 2. Malwina Łuczak, 3. Mateusz Stachura oraz Maria Sobieraj
Wyróżnienie: Aleksandra Kendrzeńska, Oliwia Piaseczna.
Szkoły ponadpodstawowe:
1. Faustyna Michalska, 2. Maja Adamczyk, 3. Zuzanna Nowak.
Osoby nieuczęszczające na dodatkowe zajęcia wokalne:
2. Zofia Stasiak (Zespół Szkół Katolickich)

Zespoły
Szkoły podstawowe:
1. Psoty oraz Nie z tej ziemi, 2. Zepsuł, 3. Terefere
Wyróżnienie: Szalone babeczki.
Szkoły ponadpodstawowe:
1. NaKaMa (Spółdzielczy Dom Kultury), 2. Żeromiaki (II LO im. Stefana Żeromskiego w Sieradzu), 3. Ponad (Spółdzielczy Dom Kultury.
Organizatorem dorocznego konkursu jest Sieradzkie Centrum Kultury.



FOT. SIERADZKIE CENTRUM KULTURY

Wielkie śpiewanie na scenie Teatru Miejskiego w Sieradzu – odbył się Festiwal Śpiewasię!

eprasa.pl 8ef3334bed

WYDARZENIE TEGOROCZNE POWIATOWE OBCHODY NARODOWEGO ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI W PODDĘBICACH

Patriotyczne uroczystości i grochówka

Paweł Gołąb
Poddębice

Wspólne odśpiewanie hymnu, złożenie kwiatów, msza święta za Ojczyznę, patriotyczny koncert i tradycyjna wojskowa grochówka. Tak wyglądały Powiatowe Obchody Narodowego Święta Niepodległości w Poddębicach.

Uroczystości zgromadziły mieszkańców, samorządowców, przedstawicieli organizacji oraz poczty sztandarowe, które wspólnie uczciły 108. rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości.

Powiatowe obchody Narodowego Święta Niepodległości odbyły się przy kościele pw. św. Katarzyny Dziewicy i Męczennicy w Poddębicach. Uroczystości rozpoczęły się od wspólnego odśpiewania Mazurka Dąbrowskiego, po którym delegacje złożyły wieńce i kwiaty pod miejscem pamięci narodowej. W programie znalazł się także pokaz musztry przygotowany przez uczniów klasy mundurowej Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Konopnickiej w Poddębicach.

Podczas uroczystości głos zabrał starosta poddębicki Sebastian Romanowski, który przypomniał znaczenie wydarzeń sprzed 108 lat dla historii Polski. – 11 listopada 1918 roku to wyjątkowa data w historii Polski, ale również świata. To właśnie tego dnia po 123 latach niewoli na mapę świata wróciła niepodległa Polska. Józef Piłsudski, Roman Dmowski, Ignacy Paderewski czy Wincenty Witos mimo wielu różnic i odmiennej wizji Polski potrafili wspólnie stanąć na rzecz jednej ważnej idei – wolnej i niepodległej Polski. Naszym patriotycznym obowiązkiem jest pamiętać o wszystkich bohaterach, którzy przez wieki walczyli o to, abyśmy mogli dziś być tutaj, mówić po polsku i cieszyć się, że jesteśmy Polakami. Musimy pamiętać o tych wszystkich bohaterach, którzy na ziemi poddębickiej walczyli, przelewali krew, a bardzo często spoczywają dziś w anonimowych mogiłach – mówił.


FOT. PAWEŁ GOŁĄB

Powiatowe Obchody Narodowego Święta Niepodległości w Poddębicach 2026

– Niech słowa, że Polska jest Polską, Polska jest jedna, a Polak Polakowi bratem, nie będą tylko słowami na kartce, ale rzeczywistością. Braterstwo nie oznacza, że musimy się ze wszystkim zgadzać. Oznacza, że potrafimy wspólnie walczyć i dążyć do najwyższych celów, że mimo różnic umiemy podać sobie rękę i być dumni z tego, że jesteśmy Polakami – podkreślał.

Osobnym i bardzo podniosłym momentem obchodów było upamiętnienie ofiar tragicznych wydarzeń z Krakowa, które w ostatnich dniach poruszyły całą Polskę. Uczestnicy uroczystości uczcili ich pamięć minutą ciszy, okazując solidarność z rodzinami i bliskimi poszkodowanych.

Uczestnicy obchodów wzięli także udział we mszy świętej sprawowanej w intencji Ojczyzny. Patriotyczny charakter wydarzenia podkreślił również koncert pieśni narodowych w wykonaniu Katarzyny Jakubowicz, Macieja Suligowskiego i Emanuela Ratajczyka.

Po części oficjalnej mieszkańcy spotkali się przy wojskowej grochówce i potrawach przygotowanych przez Koło Gospodyń Wiejskich z Bałdrzychowa.

Mieszkańcy gminy Wartkowice uczcili Narodowe Święto Niepodległości

Paweł Gołąb
Wartkowice

Mieszkańcy gminy Wartkowice wspólnie uczcili Narodowe Święto Niepodległości. W programie uroczystości znalazły się tradycyjny przemarsz pod obelisk, złożenie kwiatów oraz msza święta w intencji Ojczyzny. Była również chwila refleksji nad znaczeniem wolności i patriotyzmu we współczesnym świecie.

11 listopada mieszkańcy gminy Wartkowice spotkali się, by wspólnie świętować kolejną rocznicę odzyskania przez Polskę niepodległości. Uroczystości rozpoczęły się przed Pałacem w Starym Gostkowie, skąd delegacje, przedstawiciele samorządu, instytucji oraz mieszkańcy przemaszerowali pod obelisk upamiętniający bohaterów walk o wolność Ojczyzny.


FOT. PAWEŁ GOŁĄB

Mieszkańcy gminy Wartkowice uczcili Narodowe Święto Niepodległości. Były przemarsz, kwiaty i modlitwa

Podczas ceremonii złożono kwiaty pod obeliskiem w Starym Gostkowie i oddano hołd tym, którzy przez pokolenia walczyli o niepodległą Polskę. Następnie uczestnicy obchodów udali się do kościoła parafialnego w Wartkowicach, gdzie odprawiona została msza święta w intencji Ojczyzny.

W okolicznościowym wystąpieniu podkreślano, że 11 listopada to nie tylko ważna data historyczna, ale także moment zadumy nad współczesnym znaczeniem patriotyzmu. – To dzień, w którym wspominamy wydarzenia sprzed ponad stu lat, kiedy po 123 latach niewoli Polska odzyskała upragnioną niepodległość. Jest to czas refleksji nad naszą historią, narodowym dziedzictwem oraz wartością wolności, o którą przez pokolenia walczyli nasi przodkowie. Niepodległość nie jest nam dana raz na zawsze. Jest wspólnym dobrem, o które powinniśmy dbać każdego dnia. Dzisiejsze święto jednoczy nas wszystkich, przypominając o tym, co najważniejsze – miłości do Ojczyzny, dumie z bycia Polakami i szacunku dla naszej historii – podkreślono podczas obchodów, które ozdobiły występy najmłodszych z Akademii Małego Strażaka OSP Biernacice oraz Orkiestry Dętej Poddębice.

Osobnym, bardzo poruszającym momentem uroczystości było upamiętnienie ofiar tragicznych wydarzeń, które miały miejsce w Krakowie. Uczestnicy obchodów minutą ciszy oddali hołd osobom, które straciły życie, a także wyrazili solidarność z ich rodzinami i bliskimi.

Tegoroczne obchody Narodowego Święta Niepodległości w Wartkowicach zgromadziły mieszkańców różnych pokoleń. Były okazją nie tylko do uczczenia bohaterów walczących o wolność Polski, ale również do wspólnego przeżywania wartości, które od lat budują narodową wspólnotę.

KRÓTKO

ZDUŃSKA WOLA

Przyjeżdżał z Sieradza do Zduńskiej Woli „na gościnne występy" po perfumy

Policjanci ze Zduńskiej Woli zatrzymali 19-letniego mieszkańca Sieradza podejrzanego o kradzieże perfum w dwóch sklepach jednej z sieci drogeryjnych. Młody mężczyzna miał dwukrotnie przyjechać do miasta i wynieść ze sklepów towar o łącznej wartości blisko 900 złotych. Za kradzież grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności. Do kradzieży doszło pod koniec października w dwóch sklepach jednej z sieci drogeryjnych działających w Zduńskiej Woli. PG

DROBNE

Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

12h autoskup, 664-040-076

Praca

ZATRUDNIĘ

ZATRUDNIĘ uczciwego mężczyznę do zbierania liści dmuchawą, Sieradz, 783-716-119

Matrymonialne

KAWALER rolnik 37 lata szuka żony. Tel. 732-746-265

Rolnicze

INNE

NAWOZY NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.200 zł/tona, 500-669-621

eprasa.pl 8ef3334bed

Sieradzkie historie. Rodzina Szczeblewskich – Józef był świetnym bednarzem, Magdalena zaś walczyła o tytuł miss

Dariusz Piekarczyk
Sieradz

Zrobić dobrą beczkę to duża sztuka – rozpoczyna swoją opowieść mieszkający na ulicy Ogrodowej w Sieradzu Jacek Szczeblewski. – Klepka musi przylegać do klepki pod odpowiednim kątem, tak, aby potem beczka nie przeciekała. I potem jeszcze trzeba na to wszystko sprawnie obręczkę nałożyć. Tak, aby dociskała jak trzeba. Obręczka to inaczej żelazna opaska. Mój ojciec to potrafił.



FOT. ARCHIWUM RODZINY SZCZEBLEWSKICH

W roku 1991 Magdalena Szczeblewska została Miss Ziemi Sieradzkiej i awansował do finału krajowego



FOT. ARCHIWUM RODZINY SZCZEBLEWSKICH

Obecnie była miss mieszka we Wrocławiu, ale często bywa u rodziców mieszkających na ulicy Ogrodowej

– To był najlepszy po wojnie bednarz w Sieradzu – kontynuuje. – Dziś bednarza w Sieradzu nie ma, a w latach powojennych byli jeszcze Górny i Rojek, ale ojcu, czyli jak mawiali sieradzanie Józikowi, nie dorównali. Kiedyś do Sieradza przyjechał Ary Szternfeld. Znali się z ojcem, można nawet powiedzieć przyjaźnili. Ary Szternfeld jak bywał w Sieradzu, to zawsze do nas zaglądał. Pewnego razu przyszedł do zakładu na ulicę Krótką. Usiadł na krześle i patrzył, jak ojciec robi beczkę. Od początku aż do samego końca. I nie mógł się nadziwić, że wszystko tak sprawnie idzie. A ojciec nie tylko beczki robił, wazony do kwiatów, kierzynki do masła, wiadra, nawet beczułki do wina.

Starsi sieradzanie wspominają, że nie było bednarza nad Józika Szczeblewskiego. Sieradzką historię zaczęli Szczeblewscy pisać w czasie I wojny światowej, czy jak przed II wojną mówiono, Wielkiej Wojny. W roku 1916 Szczeblewscy przywędrowali do Sieradza z Łodzi. Po kilku latach pobytu w Sieradzu Szczeblewscy otworzyli zakład bednarski – przy ulicy Dominikańskiej. W zakładzie pracowali Edmund i Celestyn. Później dołączył do nich, najmłodszy, Józef (urodzony w 1908 roku).

– O Józefie godzinami można opowiadać – mówi pan Jacek, syn Józefa. – Ale skończymy wątek Celestyna i Edmunda, wybiegając nieco do przodu. We wrześniu 1939 roku poszli na wojnę i ślad po nich zaginął. Nie wiemy, co się z nimi stało, gdzie są pochowani. Kompletnie nic. Szukaliśmy, ale bezskutecznie. Wróćmy jednak do Józefa, bo on był pierwszym, który zapisał się znacząco w historii rodziny. To była taka, jakbyśmy dziś powiedzieli, niespokojna dusza. Jak Marek Zaleski zaczął, na przełomie 1920 i 1921 roku tworzyć Towarzystwo Gimnastyczne Sokół on już tam był. Choć miał zaledwie 12 lat, popisywał się ćwiczeniami gimnastycznymi. Śmigał na drążkach, koniu, poręczach.

Wertując stare gazety, możemy wyczytać, że podopieczni Łotysza Wincentego Paula byli na tyle dobrzy, że zapraszano ich na modne w latach 20. ogólnopolskie zloty gniazd sokolich. Byli w Warszawie, Poznaniu, Łodzi.

Późnym latem roku 1927 Józef Szczeblewski był na ustach prawie wszystkich mieszkańców Sieradza. To dlatego, że wygrał marszobieg na 120-kilometrowej trasie Praszka – Łódź. Przyjęty został nawet przez Ignacego Mąkowskiego, który był burmistrzem Sieradza od 31 stycznia 1921 roku do 18 marca 1935.

Dwa lata później Józef Szczeblewski trafia do wojska. Jest w Warszawie. Talent sportowy sprawia, że ląduje w sekcji zapaśniczej Legii Warszawa. Jego trenerem jest legendarny wówczas Władysław Pytlasiński, twórca zapasów w Polsce. Sieradzanin błysnął tam w zupełnie zapomnianych dziś konkurencjach, takich jak łamanie podkowy czy przenoszeniu słupa telefonicznego. Kładł też na opatki rywali jak na zawołanie. Mógł Józef Szczeblewski pozostać w Warszawie, ale ciągnęło go nad Wartę, do rodzinnego miasta. Czy ktoś chce wierzyć, czy nie, ale mógł pojechać na igrzyska olimpijskie do Berlina!

– Został zaproszony na obóz przygotowawczy do igrzysk – mówi Jacek Szczeblewski. – Wtedy takie jednak były czasy, że musiał pokryć z własnej kieszeni część kosztów. To było 40 złotych. Ojciec nie miał tyle pieniędzy i tak oto sen o olimpiadzie przeminął.

Olimpiada olimpiadą, ale Józefowi Szczeblewskiemu nadal ze sportem było po drodze. Skonstruował kajak, jakbyśmy to dziś powiedzieli sportowy, i wspólnie z kolegą wygrał wyścig na rzece Warcie. Był też trenerem sieradzkich ciężarowców. W tym też mniej więcej czasie został członkiem dwóch orkiestr – tej Sokoła i strażackiej. Grał na kornecie.

II wojna światowa to czas pracy zarobkowej. Po zaginięciu braci Celestyna i Edmunda Józef zajął się bednarstwem.

– Po zakończeniu działań wojennych został instruktorem wychowania fizycznego w sieradzkiej jednostce wojskowej – kontynuuje Jacek Szczeblewski. – Jego podopieczni zdobywali medale na mistrzostwach Polski Ludowego Wojska Polskiego. Wtedy też zaproponowano mu pracę w Warszawie. Odmówił jednak. Wolał Sieradz, swój zakład berdnarski, kolegów i nadwarciańskie powietrze.

Połowa lat 50. to powstanie Klubu Sportowego Start, który na początku 1971 roku zmienił się w Żeglinę. Józef Szczeblewski został aktywnym działaczem obu tych klubów. Był też mistrzem nad mistrze w siłowaniu na rękę. Był czas, że w Sieradzu nie miał sobie równych. Czasem zaglądali do niego chętni do rywalizacji. I zawsze przegrywali z kretesem.

– Ale mój ojciec był też członkiem zespołu folklorystycznego, który powstał w roku 1954 – mówi Jacek Szczeblewski. – Zespołowi towarzyszyła kapela ludowa, którą kierował Stanisław Piecyk. Ojciec był jej członkiem. Pan wie, w roku 1955 zaproszeni zostali do Warszawy na Międzynarodowy Festiwal Młodzieży i Studentów. Co to było za wydarzenie dla mieszkańców Sieradza. Potem zespół przestał istnieć.

Zespół przestał istnieć, ale pasja muzyczna Józefa Szczeblewskiego trwała. Do dziś w Sieradzu żyją ludzie, którzy pamiętają jak podczas procesji Bożego Ciała, przy jednym z ołtarzy grał Hejnał Krakowski. Kiedy w latach 70-tych władza ludowa zakazała tej praktyki i zamknęła instrumenty trąbkę pożyczono ze Zduńskiej Woli. Bo jak to, Boże Ciało bez hejnału?

Kto dziś pamięta, że Józef Szczeblewski to ten hejnalista, który 29 maja 1979 roku w Szczecinie, grał na trąbce hejnał Sieradza. Miało to miejsce podczas podniesienia biało-czerwonej bandery na, zwodowanym w Glasgow 30 listopada 1978 roku, statku m/s Sieradz. Józef Szczeblewski, za czasów prezydentury Michała Kłosa (1977-1990) grywał też czasami, z balkonu ówczesnego magistratu, który mieścił si w Rynku, hejnał sieradzki. Wspomagał go czasem Kazimierz Marciniak. Po raz ostatni hejnał sieradzki zabrzmiał z balkonu podczas uroczystości 850-lecia Sieradza. Było to w 1985 roku.

Nie można nie wspomnieć, że w latach 1948-1962 Józef Szczeblewski był radnym miejskim.

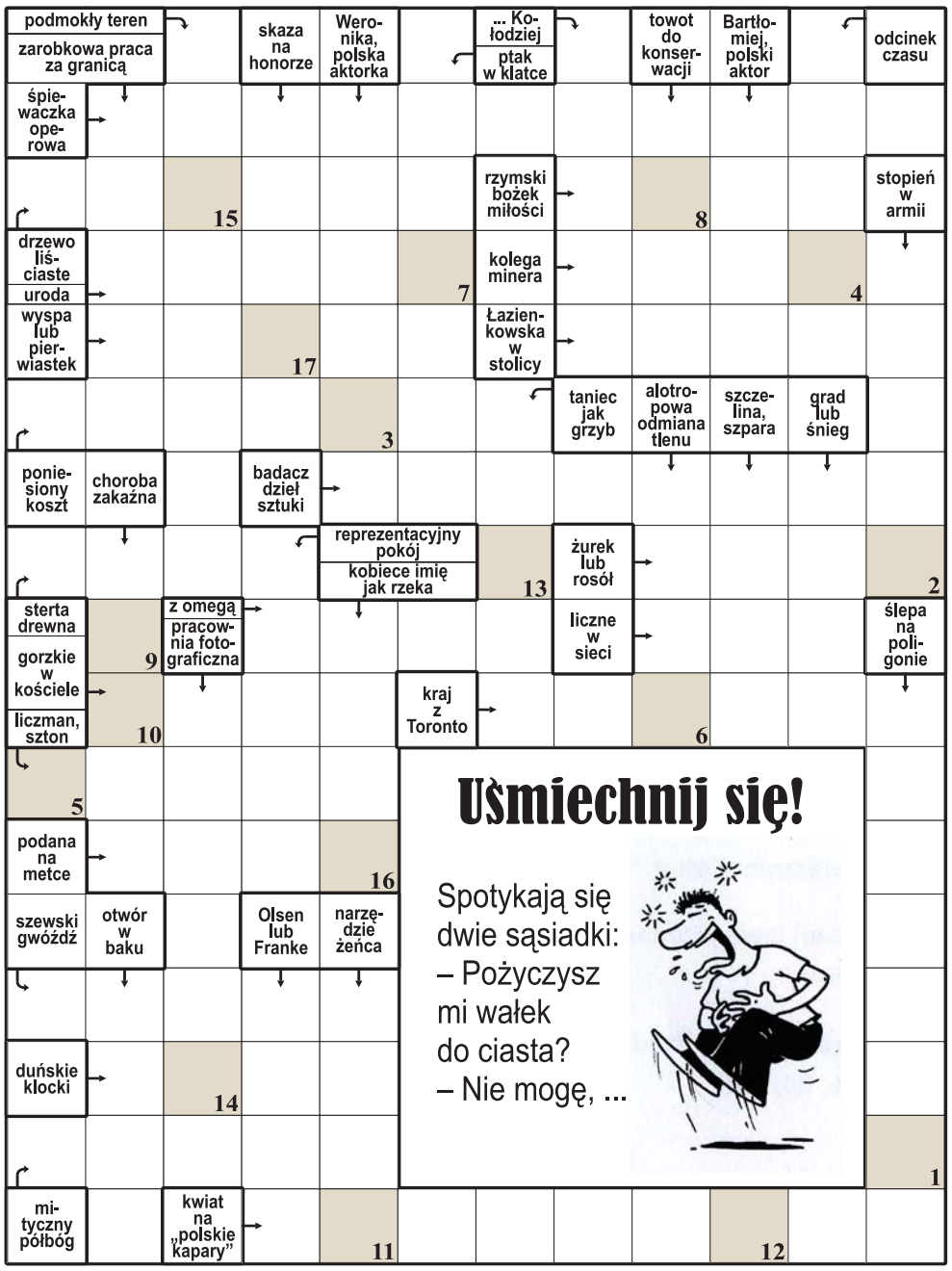
– On był po trosze zwariowanym społecznikiem – kontynuuje pan Jacek. – Pamiętam, strugał te swoje klepki, raptem ktoś wpada z magistratu i mówi, panie Józiku, niech pan idzie bo sesja. Zdejmował fartuch roboczy i szedł. Pan uwierzy, jeszcze na trzy lata przed śmiercią, w roku 1987 chciał reaktywować Sokoła. Mówię mu, siły nie masz, po co ci. On – podałam. Nie zdążył. Zmarł 3 listopada 1990 roku. Pracował zresztą prawie do końca swoich dni, bo często gęsto ktoś tam wpadał i mówił, panie Szczeblewski, beczka mi się zepsuła. Trzeba naprawić. Nikomu nie odmówił. Powiem jeszcze, że odznaczony został, między innymi, Krzyżem Kawalerskim Polonia Restituta.

Zatrzymajmy się przy panu Jacku. – W roku 1969 zawarłem związek małżeński z Bożenną z domu Szeremeti z Łowicza. - Braliśmy ślub w dniu, kiedy był telewizyjny turniej miast Sieradz – Łowicz. – To było wielkie wydarzenie dla Sieradza – mówi Jan Pietrzak, historyk regionalista. – Zmagania transmitowano na żywo w telewizji. Turniej prowadził znany prezenter telewizyjny Jan Suzin. Wygrał Sieradz, a szalę zwycięstwa przeważył sieradzki indyk. Był cięższy od tego z Łowicza. Sieradzanie przez wiele lat byli dumni z tego zwycięstwa.

Za to córka pana Jacka – Magdalena, została Miss Ziemi Sieradzkiej 1991 roku. Wybory organizowano wówczas w obecnym teatrze Miejskim. Mało tego wywalczyła awans do finału Miss Polonia. Do dziś jest jedyną sieradzanką, która wystąpiła w finale elitarnego konkursu. Znalazła się w gronie 16 najurodziwszych polskich dziewcząt. – Finał rozgrywano wtedy w Warszawie – wspomina pan Jacek. – Obecnie mieszka we Wrocławiu. Tam prowadzi swoją firmę, która działa w branży mody. Organizuje także projekty reklamowe dla tego miasta. Druga córka Monika wyszła za mąż za sieradzanina. Mieszka w mieście nad Wartą. Ja? Cóż, mieszkam z żoną w starej części Sieradza. Zakochany jestem w tym mieście. To mój Sieradza.

eprasa.pl 8ef3334bed

Krzyżówka panoramiczna

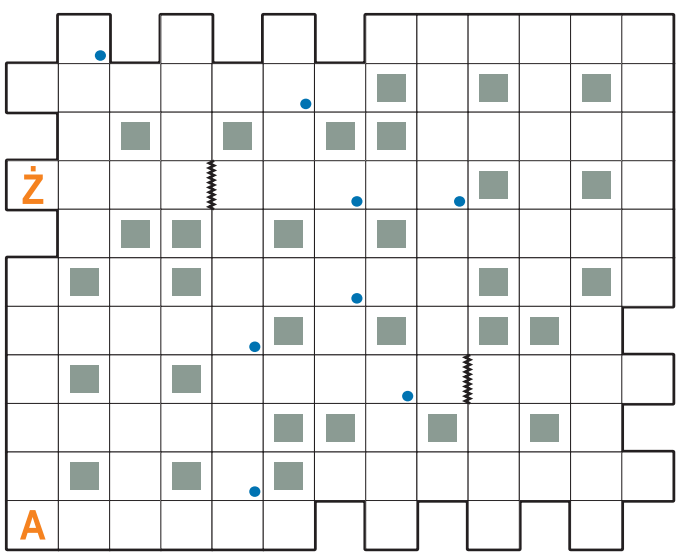


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 17 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

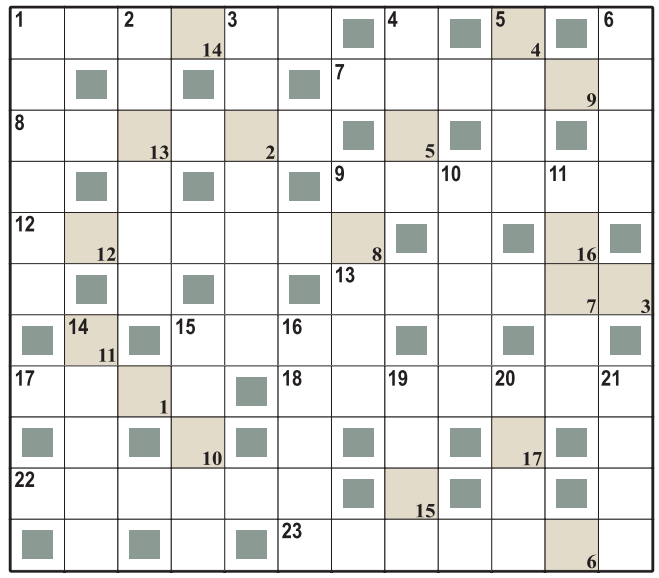
Krzyżówka A-Ż

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



A) model auta z fabryki Nissana (6).
B) ptak z królewskiej uczty (6).
C) susz na podpałkę (6).
D) położenie, los człowieka (4).
E) pokrywa garnki szkliwem (7).
F) Michael, odkrył indukcję elektromagnetyczną (7).
G) w piórniku pierwszaka (5).
H) góry z Mount Everest (8).
I) siła rozpędu, dynamika (5).
J) imię Fondy, aktorki z filmu „Czyż nie dobija się koni” (4).
K) wódz plemienia w Afryce (5).
L) żona cesarza Oktawiana Augusta (5).
Ł) głośny stukot, łoskot (5).
M) dewiza życiowa (5).
N) katedra w stolicy Francji (5,4).
O) zielone miejsce postoju karawany (4).
P) film w reżyserii Alfreda Hitchcocka (5).
R) pochyła figura geometryczna (4).
S) model stajenki betlejemskiej (6).
T) śląski taniec ludowy (6).
U) akt prawny uchwalany w Sejmie (6).
W) odmiana wegetarianizmu (8).
Z) przerażająca postać widziana we śnie (5).
Ż) włókno z runa owiec pochodzące z pierwszego przędzenia (4,5).

Krzyżówka z hasłem

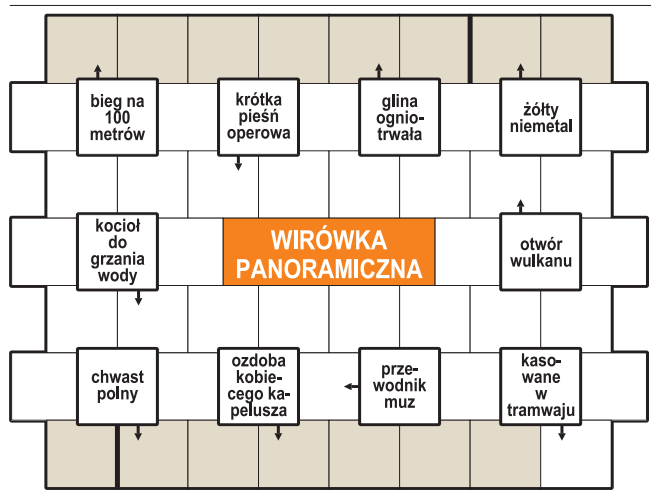


1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 17 utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.

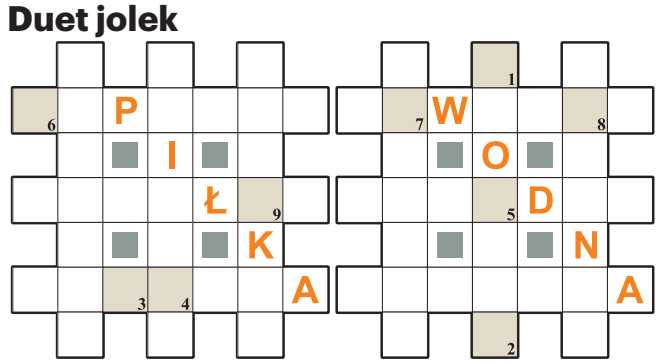
Poziomo:
1) uprząż dla wołów,
7) jest cierpliwy,
8) ptak drapieżny, birkut,
9) kolor trawy,
12) co kraj, to ...,
13) barokowy chłopiec, putto,
15) pasmo górskie w Niemczech,
17) umowna na bazarze,
18) zwrócenie długu,
22) cywilna lub z o.o.,
23) szablon kreślarski.

Pionowo:
1) rajskie drzewo,
2) skórzany pasek,
3) szarytka lub klaryska,
4) żona radży,
5) zwiewna tkanina,
6) stromy grzbiet górski,
9) partyjny zlot,
10) „... lodowcowa”,
11) polsko-grecka piosenkarka,
14) żółwie w pracy,
15) przed odzewem,
16) ksiądz z „Pana Tadeusza”,
19) Cameron, aktorka z „Maski”,
20) odbiera bodźce,
21) autor powieści.



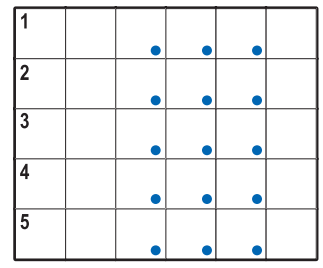
Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.

Duet jolek



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 9 (w obu diagramach), utworzą rozwiązanie. W przypadkowej kolejności:
– żona prawosławnego kapłana
– nadrzeczna dzielnica Warszawy
– sposób walki na morzu
– ukraiński placek weselny
– pseudonim Stefana Żeromskiego
– okulary pradziadka
– pospolita roślina astrowata, zioło na kaszel i chrypkę
– sąsiadka Greczynki
– komisarz z książek Simenona
– nudziarz, zrzęda
– renoma, sława
– dawna rosyjska miara długości

Logogryf



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
1) owoce palmy,
2) ludowa nazwa kukułki,
3) spuścizna po przodku,
4) wyrób ceramiczny,
5) krótka włócznia.

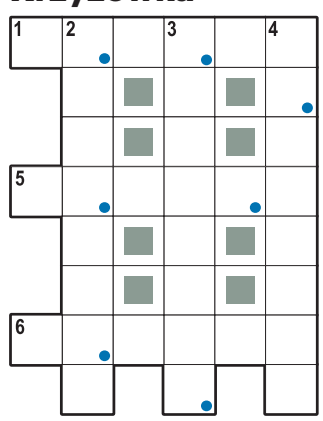
Szyfr



3	10	11	4	5	1
15					6
9	7	8	12	14	2
					13

Litery z pól od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktora.
Poziomo:
3) na głowie pływaka,
9) blaszka będąca ortograficznym wyjątkiem.
Pionowo:
3) drzewo iglaste o czerwonawym drewnie,
1) proces rozpuszczania skał przez wodę.

Krzyżówka



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
1, 5, 6) odmiany czerwieni i błękitu.
Pionowo:
2) substancje wywołujące nieprawidłową reakcję układu odpornościowego,
3) pospolity minerał, najbogatsze źródło żelaza,
4) nadaje sygnały dźwiękowe na wybrzeżu morskim w czasie mglistej pogody.

Rozwiązania

krzyżówka panoramiczna: … ja też na mężа czekam;
krzyżówka A-Ż: kalamarz;
krzyżówka z hasłem: Nikt nie jest bez ale; **wirówka panoramiczna:** Śpiesz się powoli; **duet jolek:** waterpolo;
logogryf: koszula Dejaniry;
szyfr: Kacper Kuszewski;
krzyżówka: amarant.

eprasa.pl 8ef3334bed

Warta zremisowała w Łomży z ostatnim w tabeli ŁKS, po katastrofie w drugiej połowie. WKS Wieluń mistrzem

Dariusz Piekarczyk
Sport

Totalnie zawiodła Warta Sieradz! Drużyna trenera Piotra Łęczyńskiego tylko zremisowała w Łomży z ostatnim w tabeli grupy pierwszej III ligi miejscowym ŁKS 2:2 (0:2).

Warta Sieradz, która po 11 minutach prowadziła w Łomży z ostatnim w tabeli ŁKS już 2:0 i wydawało się, że kolejne gole są kwestią czasu. Nic z tego! Od 53 minuty goście grali w osłabieniu po czerwonej kartce dla Brazylijczyka Duilio, a potem stracili dwa gole i zremisowali z zespołem który jeszcze w tym sezonie nie wygrał w lidze 2:2 (0:2). To pierwsze potknięcie zespołu z Sieradza pod wodza nowego trenera Piotra Łęczyńskiego. Taki wynik, to wstyd dla Warty, która ciągle ma jeszcze drugoligowe aspiracje.



FOT. JUTRZENKA WARTA

Jutrzenka Warta prowadzona przez trenera Marcina Kobierskiego (pierwszy od prawej) zakończyła jesień w Klasie Okręgowej wygraną na swoim boisku z Wartą Działoszyn 6:1

III LIGA (GRUPA 1.)

ŁKS Łomża - Warta Sieradz 2:2 (0:2). 0:1 - Miłosz Kurowski (9), 0:2 - Piotr Mielczarek (11), 1:2 - Kyryło Knysz (55), 2:2 - Bartosz Kriegler (71)
Warta: Marcin Żyła – Mateusz Lis, Duilio, Aleksander Ślęzak, Dawid Owczarek – Piotr Mielczarek (85, Artur Sójka), Miłosz Kurowski (66, Bartosz Bieroński), Szymon Pietrzak, Oleh Trubnikow (76, Tomasz Swędrowski) – Kacper Drzazga (66, Bartłomiej Kręcichwost), Paweł Mocny (66, Jakub Piela). Trener: Piotr Łęczyński.
Pozostałe wyniki 17. kolejki (ostatnia rundy jesiennej): Lechia Tomaszów Mazowiecki - Pelikan Łowicz 3:0 (0:0). W 57 bramkarz Lechii Piotr Komar obronił rzut karny. Strzelał Paweł Gierach. ŁKS II Łódź - Mazovia Mińsk Mazowiecki 3:2 (2:0), Świt Nowy Dwór Mazowiecki - Olimpia Elbląg 2:0 (1:0), Ząbkovia Ząbki - Polonia Lidzbark Warmiński 1:3 (0:0), KS CK Troszyn 0 Olimpia Zambrów 1:0 (0:0), Mławianka Mława - Wigry Suwałki 1:2 (0:2), KTS Weszło Warszawa - Wisła II Płock 1:0 (0:0), Jagiellonia II Białystok - Widzew II Łódź - mecz przełożony na 25 listopada (13).
Plan 18. kolejki (pierwsza rundy wiosennej). Sobota (21 listopada): Wisła II Płock - Olimpia Elbląg (godzina 12, wynik meczu z pierwszej kolejki 2:1), Świt Nowy Dwór Mazowiecki - Polonia Lidzbark Warmiński (13, 2:1), Ząbkovia Ząbki - Olimpia Zambrów (13, 0:5), KS CK Troszyn - Widzew II Łódź (13, 1:5), Jagiellonia II Białystok - Mazovia Mińsk Mazowiecki (12, 3:2), Mławianka Mława - Warta Sieradz (13, 2:1), ŁKS Łomża - Pelikan Łowicz (12, 2:3). **Niedziela (22 listopada):** Lechia Tomaszów Mazowiecki - Weszło Warszawa (13, 1:2), ŁKS II Łódź - Wigry Suwałki (12, 0:2).

1. KTS Weszło Warszawa	17	38	32-17
2. Wigry Suwałki	17	37	33-16
==========			
3. Świt Nowy Dwór Mazowiecki	17	32	34-23
4. Mazovia Mińsk Mazowiecki	17	30	41-32
5. Warta Sieradz	17	29	30-24
6. Ząbkovia Ząbki	17	25	30-28
7. Wisła II Płock	17	25	30-29
8. Olimpia Zambrów	17	24	33-33
9. ŁKS II Łódź	17	24	31-32
10. Pelikan Łowicz	17	24	25-26
11. Polonia Lidzbark Warmiński	17	21	32-32
12. Olimpia Elbląg	17	21	21-26
13. Jagiellonia II Białystok	16	20	28-29
14. Lechia Tomaszów Mazowiecki	17	20	28-33
==========			
15. Widzew II Łódź	16	19	28-26
16. KS CK Troszyn	17	17	20-34
17. Mławianka Mława	17	14	30-46
18. ŁKS Łomża	17	5	18-38



FOT. GKS ORKAN BUCZEK

Nieważne jak się zaczyna, ważne jak się kończy – mawiał znany polityk Lewicy Leszek Miller. GKS Parkan Buczek rozbił na koniec jesieni w IV lidze Concordię Piotrków 5:0

IV LIGA

Na jedną kolejkę przed końcem rundy drużyna trenera Dariusza Frączyka wygrała w rundzie jesiennej 14 pojedynków, dwa zremisowała i przegrała jeden. Jak najbardziej zasłużenie została mistrzem półmetka. Przypominamy, że pierwsze miejsce w tabeli końcowej daje bezpośredni awans do grupy pierwszej III ligi. Drugie gwarantuje udział w dwustopniowych barażach, przez które zespoły naszego regionu ostatnio nie przechodziły. W poprzednich rozgrywkach Sokół Aleksandrów przegrał u siebie z Mazovią Mińsk Mazowiecki 0:4 (0:3).

IV LIGA

To już jest koniec! Czwartoligowcy dobrnęli do końca rundy jesiennej. Efektownie pierwszą część sezonu zakończył Orkan Buczek. Drużyna prowadzona przez trenera Marcina Węglewskiego rozbiła na swoim boisku w niedzielne popołudnie beniaminka Concordię Piotrków Trybunalski aż 5:0 (2:0). Dwa gole strzelił Filip Staniucha, który wrócił na boisko po wyleczeniu urazu.

Beniaminek z Wojsławic wywalczył z kolei punkt na trudnym terenie w Kutnie, gdzie zremisowała z KS 2:2 (1:1).
Stal Głowno - Ekolog Wojsławice 2:2 (1:1). 0:1 - Dawid Kępniak(21), 1:1 - Patryk Miarka (32), 1:2 - Dawid Kępniak (51), 2:2 - Artem Postol (82).
GKS Orkan Buczek - Concordia 1909 Piotrków Trybunalski 5:0 (2:0). 1:0 - Miłosz Kapica (41), 2:0 - Bartosz Kopański (45+2), 3:0 - Miłosz Kapica (57), 4:0 - Filip Staniucha (59), 5:0 - Filip Staniucha (84).
W 69 minucie czerwoną kartką (druga żółta) upomniany został Kamil Mizera z Orkana.
Pozostałe wyniki 17. kolejki (ostatnia rundy jesiennej): Zryw Wygoda - LZS Justynów 1:1 (0:0), Sokół Aleksandrów - Ceramika Opoczno 2:4 (1:3), KS Kutno - Orzeł Parzęczew 0:0, AKS SMS Łódź - Zjednoczeni Stryków 2:2 (0:2), PGE GiEK GKS Bełchatów - Włókniarz Pabianice 3:2 (2:2), Polonia Piotrków Trybunalski - ŁKS III Łódź 0:0, MKP-Boruta Zgierz - RKSD Radomsko 0:0,
Klasyfikacja skutecznych: 1. Dawid Flaszka (Radomsko) - 13, 2. Wojciech Pawlak (Sokół Aleksandrów) - 12, 3. Filip Bednarski (RKS Radomsko), Adam Zieliński (Sokół) - po 11, 4. Cezary Dominiak (Stal Głowno) - 10, 5. Mateusz Bogusz (AKS SMS Łódź), Bartłomiej Bartosiak (GKS Bełchatów), Adrian Marcioch (Zryw Wygoda) - po 8.

1. RKS Radomsko	17	44	53-13
2. GKS Orkan Buczek	17	39	36-19
==========			
3. Polonia Piotrków Trybunalski	17	34	42-27
4. Zjednoczeni Stryków	17	33	31-14
5. AKS SMS Łódź	17	30	46-29
6. Włókniarz Pabianice	17	27	27-27
7. PGE GKS Bełchatów	17	23	35-41
8.Sokół Aleksandrów	17	22	36-35
9. Ceramika Opoczno	17	22	27-28
10. KS Kutno	17	22	27-29
11. Orzeł Parzęczew	17	22	20-26
12. Zryw Wygoda	17	20	29-25
13. MKP-Boruta Zgierz	17	20	23-29
14. Stal Głowno	17	19	30-29
==========			
15. ŁKS III Łódź	17	17	20-39
16. Ekolog Wojsławice	17	14	16-40
17. Concordia Piotrków Tryb.	17	11	13-41
18. LZS Justynów	17	5	20-50

KLASA OKRĘGOWA

W grupie trzeciej Klasy Okręgowej mistrzem jesieni został WKS 1957 Wieluń. Drużyna prowadzona przez trenera Kamila Wirę wygrała pojedynek ostatniej kolejki pierwszej części sezonu w Błaszkach z Piastem 2:1 (2:0). Gole dla zwycięzców: Mikołaj Cyrus, Bartłomiej Rygała. Bramka dla pokonanych: Kacper Zmyślony.

Wicemistrzem półmetka została natomiast Jutrzenka Warta, która zakończyła jesień wygraną na swoim boisku z Wartą Działoszyn aż 6:1 (3:1). Gole: Igor Król 2, Mateusz Rosiak 2, Eryk Smuga, Maciej Dudek - Andres Gomez.
Wyniki meczów 15. kolejki (ostatnia rundy jesiennej): Piast Błaszki - WKS 1957 Wieluń 1:2, UKS Galewice - Złoczewia 1:3, LUKS Bałucz - Prosna Wieruszów 1:2, Jutrzenka Warta - Warta Działoszyn 6:1, Pogoń Zduńska Wola - TS Janiszewice 4:2, warta II Sieradz - Zawisza Pajęczno 7:2, Olimpia Zduńska Wola-Karsznice - Korab Łask 4:0, Astoria Szczerców - Warta Osjaków 2:3.
W przypadku równej ilości punktów o miejscu w tabeli półmetka decyduje bilans bramkowy zainteresowanych drużyn. Dopiero w tabeli końcowej pod uwagę brane są wyniki bezpośrednich spotkań.

1. WKS 1957 Wieluń	15	40	43-16
2. Jutrzenka Warta	15	39	59-29
==========			
3. Warta II Sieradz	15	38	57-19
4. UKS Galewice	15	26	37-29
5. TS Janiszewice	15	22	30-30
6. Warta Działoszyn	15	22	28-37
7. Warta Osjaków	15	21	25-36
8. Piast Błaszki	15	20	31-30
9. Pogoń Zduńska Wola	15	19	30-26
10. Prosna Wieruszów	15	19	30-34
11. Zawisza Pajęczno	15	18	31-37
12. Korab Łask	15	15	18-45
13. Złoczewia Złoczew	15	12	23-33
==========			
14. Astoria Szczerców	15	12	22-33
15. LUKS Bałucz	15	11	25-31
16. Olimpia Zduńska Wola	15	9	21-45

Grupa I. Wyniki 15. kolejki: (ostatnia rundy jesiennej): Termy Poddębice - MKP-Boruta II Zgierz 3:2, PSV Łódź - KAS Konstantynów 0:2, Iskra Dobroń - Rosa Rosanów 2:0, Włókniarz Zgierz - Łódzka Akademia Futbolu 1:3, Zawisza Rzgów - Teofilek Łódź 4:0, Bzura Ozorków - LKS Różyca 0:7, PTC Pabianice - AKS SMS II Łódź 5:1. Pauza: GKS Ksawerów.

1. PTC Pabianice	14	36	47-9
2. Zawisza Rzgów	14	28	30-15
==========			
3. GKS Ksawerów	14	27	48-23
4. Termy Poddębice	14	27	34-18
5. LKS Różyca	14	26	38-24
6. Łódzka Akademia Futbolu	14	22	28-21
7. Teofilek Łódź	14	21	32-32
8. Iskra Dobroń	14	21	23-27
9. KAS Konstantynów Łódzki	14	20	19-26
10. MKP-Boruta II Zgierz	14	17	29-34
11. AKS SMS II Łódź	14	14	26-45
12. Włókniarz Zgierz	14	13	26-35
13. Rosa Rosanów	14	13	16-36
==========			
14. Bzura Ozorków	14	7	31-59
15. PSV Łódź	14	5	15-38

PUCHAR POLSKI

Rozegrano półfinałowe mecze Pucharu Polski etapu sieradzkiego. Na wiosenny szczebel wojewódzki awansowała dwa zespoły Warty Sieradz - pierwszy oraz rezerwy. Trofeum nie obroni Widzew II Łódź, który odpadł już z rywalizacji.
GKS Orkan Buczek - Warta Sieradz 1:2 (1:1). Gole: Oskar Przywara - Kacper Drzazga, Szymon Pietrzak.
Warta II Sieradz - Ekolog Wojsławice 3:2 (1:0). Gole: Jakub Bzowy, Szymon Gajdziński, Wiktor Płaneta – Szymon Czyżewski, Piotr Kaczmarek.

eprasa.pl 8ef3334bed