DZIŚ STRONA ZDROWIA

PIERWSZE OBJAWY RAKA JĄDRA

NAJŁATWIEJ MOŻNA GO WYKRYĆ PRZEZ SAMOBADANIE

Nr ISSN 2353-6152
Nr indeksu 350-206

www.gazetawroclawska.pl

Nr 257 | Cena 5 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 4.11.2026

78 lat

Gazeta WROCŁAWSKA

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Z naszych stron

Obwodnicę za 160 mln zł budowali przez trzy kadencje

Zakończono budowę obwodnicy Dzierżoniowa. Kierowcy mogą już korzystać z ostatniego z trzech odcinków trasy.
– Str. 3

Z naszych stron

Bliźniacze mosty powstają tuż obok siebie nad rzeką

Nowy most na Bobrze w Bolesławcu został udostępniony kierowcom, a teraz rozpoczyna się kolejny etap przedsięwzięcia.
– Str. 5

Reprezentacja Polski piłkarzy ręcznych rozpoczyna dziś eliminacje do mistrzostw Europy w 2028 r. meczem z Łotwą – Str. 15

Ante Šimundža stracił posadę trenera Śląska Wrocław po porażce zespołu z Radomiakiem. Zwolniono też dyrektora sportowego Rafała Grodzickiego – Str. 16



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Z naszych stron

Nowe parkomaty we Wrocławiu. Gotówką zapłacisz tylko w części z nich

Michał Perzanowski

Pojawiły się pierwsze nowe parkomaty. Na razie nie można w nich płacić, ale kierowcy zobaczą, jak wyglądają urządzenia, które 1 lutego 2027 r. zastąpią obecny system. Miasto zapowiada wymianę aż 700 parkomatów.

Pierwsze dwa urządzenia nowej generacji zamontowano w poniedziałek, 2 listopada. Jedno z nich stanęło przy pl. Solidarności. Kolejne pojawią się między innymi przy pl. Orląt Lwowskich oraz na ulicach: Sokolniczej, Zelwerowicza, Iwana Pawłowa, Piłsudskiego, Tęczowej, Wysokiej, Pochyłej i Zdrowej.

Na razie nowe parkomaty nie będą przyjmować opłat. Staną obok dotychczasowych urządzeń, aby kierowcy mogli zapoznać się z ich wyglądem i obsługą. Do 31 stycznia za parkowanie płacimy w obecnych parkomatach lub za pomocą aplikacji mobilnych.

Jak przekonują urzędnicy, nowe urządzenia mają być prostsze w obsłudze. Zostaną wyposażone w kolorowe, dotykowe ekrany o przekątnej 9,7 cala. Kierowca wpisze numer rejestracyjny samochodu, wybierze czas postoju lub kwotę i dokona płatności. Na ekranie zobaczy między innymi koszt oraz godzinę zakończenia opłaconego postoju.

System będzie dostępny w czterech językach: polskim, angielskim, niemieckim i ukraińskim.

W nowych parkomatach będzie można otrzymać potwierdzenie płatności SMS-em. Kierowcy nadal będą mogli wydrukować bilet, ale nie będą musieli umieszczać go za szybą samochodu. Opłata zostanie przypisana do numeru rejestracyjnego pojazdu.

W urządzeniach przyjmujących gotówkę będzie można zapłacić monetami o nominałach od 10 groszy do 5 złotych. Trzeba jednak pamiętać, że parkomaty nie będą wydawać reszty. Na urządzeniach obsługujących wyłącznie płatności bezgotówkowe znajdzie się informacja o lokalizacji najbliższego parkomatu przyjmującego monety.



FOT. BIURO PRASOWE URZĘDU MIEJSKIEGO

Nowe parkomaty zaczną przyjmować opłaty 1 lutego

Z naszych stron

18-letni Ukrainiec oskarżony o dywersję na rzecz Rosji

Karolina Kwiatek

Jego głównym celem miało być wywołanie niepokoju społecznego i poczucia bezradności organów państwowych Polski. Tak prokuratura opisuje akty dywersji i sabotażu, których miał dopuścić się Ilia. Grozi mu co najmniej 10 lat więzienia, a nawet dożywocie.

Proces nie ruszył wczoraj z powodów technicznych. Ilia K. miał obrońcę z wyboru - mecenasa Lecha Mandziuka, jednak przed rozpoczęciem procesu adwokat zrezygnował z reprezentowania 18-latka, tłumacząc się m.in. brakiem współpracy i zaufania między stronami.

Na potrzeby procesowe Sąd wyznaczył go na obrońcę oskarżonego z urzędu. Adwokat również nie podjął się tego zadania. Przesłał zwolnienie lekarskie.

Sęk w tym, że Ilia K. jest oskarżony o poważną zbrodnie. Grozi mu kara dożywotniego pozbawienia wolności. W tej sytuacji mężczyzna nie może być pozostawiony bez obrońcy. Sąd wystosował wniosek o wyznaczenie mu innego mecenasa z urzędu, choć 18-latek potwierdził, że będzie szukał adwokata z wyboru. W czwartek, 5 listopada, kończy się tymczasowy areszt, dlatego na dziś Sąd wyznaczył posiedzenie, podczas którego może zostać przedłużony ten środek zapobiegawczy.

Kolejna rozprawa w tym procesie odbędzie się w drugiej połowie grudnia.
Szczegóły sprawy - str. 4

eprasa.pl 93a1280cba

POLECAMY

JUTRO: Emerytura pomostowa z ZUS PIĄTEK: Co się dzieje w Trybunale Konstytucyjnym

4.11.2026
Środa

Dziś imieniny: Karola, Olgierda i Heleny
Telefon alarmowy: 112

GAZETA WROCŁAWSKA

Redaktor naczelna
Maja Majewska
Z-ca redaktor naczelnej
Mateusz Różański
Wydawcy
Grzegorz Chmielowski,
Cyprian Dmowski

www.gazetawroclawska.pl

Polska Press
Makroregion Zachód
Redakcja ul. św. Antoniego 2/4 (wejście A, I p.),
50-073 Wrocław
tel. 71 37 48 151,
71 37 48 100
redakcja@gazeta.wroc.pl
Prezes Makroregionu
Robert Glinkowski
Dyrektor marketingu oddziału
Anna Bijak-Bednarska
Druk
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Milowice,
ul. Baczyńskiego 25a

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o.
ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa,
tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
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.gazetawroclawska.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

PROTEST

Czy sklepik i bistro powstaną w bibliotece?

Robert Migdał

Pracownicy Dolnośląskiej Biblioteki Publicznej stanęli okoniem i napisali petycję, bo nie zgadzają się, żeby w reprezentacyjnym holu ich biblioteki na wrocławskim Rynku urządzono bistro lub sklepik z lokalnymi produktami: winami, miodami i serami.

„Od kilku miesięcy jesteśmy przekonywani przez przedstawicieli Urzędu Marszałkowskiego i zarząd spółki Stawy Milickie S.A. do pomysłu odpłatnego udostępnienia holu wejściowego Biblioteki na działalność sklepu lub restauracji - nazywanej także kawiarnią lub bistro - z półkami prezencyjnymi i stolikami, przy których sprzedawane i konsumowane będą sery, miody, wina i inne produkty dolnośląskich wytwórców" - piszą w petycji. - Hol wejściowy z obszernym widokiem na wrocławski rynek ma się do tego doskonale nadawać, a obecną działalność biblioteczną można rzekomo pogodzić z planowanym sklepem osiągając „efekt synergii, również finansowy, korzystny dla obu stron". Autorzy koncepcji deklarują, że „obok półek z miodami czy winami z naszych lokalnych winnic zawsze się znajdzie miejsce na książkę".

Pracownicy nie zgadzają się z tym pomysłem. Uważają, że hol wejściowy jest obecnie dobrze zorganizowany i wyposażony, zapewnia sprawną komunikację i dostępność dla wszystkich grup użytkowników oraz umożliwia organizację naszych wydarzeń i działalność Galerii pod Plafonem

Protest pracowników biblioteki zyskał szeroki rozgłos w internecie. Sprawę komentują ludzie związani szeroko z kulturą.

„Po co kultura, skoro może być wyżera. Nie wiem, jak Wam, ale mnie podnosi się ciśnienie, jak słyszę o takim niszczeniu wspólnej, dostępnej za darmo przestrzeni dla kultury w polskich miastach. Wrocławiu, wstyd, Dolnośląskie, wstyd" - komentuje Jacek Dehnel, pisarz.

Więcej o sprawie piszemy na portalu gazetawroclawska.pl

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Gazetę Wrocławską"

tel. 71 727 62 37
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.gazetawroclawska.pl

POGODA

dziś
9°C

jutro
7°C

KOMUNIKACJA

Niemiecki pociąg w regularnym połączeniu z Legnicy do Berlina będzie od 13 grudnia

Remigiusz Biały

W nowym rozkładzie jazdy pojawi się nowe połączenie transgraniczne. Pociągi Kolei Dolnośląskich pojadą z Legnicy do Chociebuża (Cottbus) w Brandenburgii. W ramach współpracy regionalny przewoźnik wydzierżawił od Deutsche Bahn pociąg, który będzie obsługiwał tę trasę.



FOT. KOLEJE DOLNOŚLĄSKIE

Czerwony pociąg Deutsche Bahn został wypożyczony przez Koleje Dolnośląskie. Można już go zobaczyć na dolnośląskich torach

Do obsługi nowej relacji KD wykorzystają pojazd Stadler GTW należący do Deutsche Bahn. To jednostka dopuszczona do ruchu zarówno w Polsce, jak i w Niemczech, co pozwoli na prowadzenie kursów bez konieczności zmiany składu na granicy.

Wydzierżawienie taboru ma umożliwić szybkie uruchomienie połączenia, zanim na Dolny Śląsk trafią kolejne własne pojazdy przystosowane do ruchu międzynarodowego.

Co ciekawe, niemieckie GTW już teraz pojawiają się na trasach regionalnych, m.in. na odcinkach: Legnica–Dzierżoniów, Legnica–Żary. To element przygotowań do grudniowego uruchomienia nowego połączenia.

Połączenie do Berlina

Uruchomienie kursów do Chociebuża otworzy nowe możliwości podróży z Dolnego Śląska do Berlina. Połączenie będzie skomunikowane z dalszymi pociągami w kierunku stolicy Niemiec. Ma to szczególne znaczenie w związku z planowanym długotrwałym remontem odcinka Frankfurt nad Odrą – Berlin, za który odpowiada niemiecki zarządca infrastruktury.

Obecnie pociągi, którymi można dojechać z Wrocławia do Berlina, w tym składy kursujące w relacjach dalekobieżnych, jadą m.in. przez Poznań, a granicę przekraczają we Frankfurcie nad Odrą. Dostępne są cztery takie połączenia w ciągu doby.

Ze względu na remonty niemieckich linii kolejowych, pociągi często notują opóźnienia. Przejazd z Wrocławia przez Legnicę i Chociebuż do Berlina ma być szybszą alternatywą.

Jak wylicza Jakub Rösler z portalu RynekKolejowy.pl, czas przejazdu z Wrocławia do Berlina przez Legnicę i Chociebuż – pociągami Kolei Dolnośląskich oraz niemieckiego przewoźnika – powinien wynieść niewiele ponad 4 godziny i 30 minut.

Obecnie dostępne są cztery połączenia dalekobieżne do Berlina, kursujące przez Legnicę, Lubin i Zieloną Górę lub przez Poznań (pociąg nocny), z czasem przejazdu od około 4 do ponad 5 godzin.

Współpraca z Niemcami i Czechami

Nowe połączenie jest wynikiem porozumienia samorządów Dolnego Śląska, województwa lubuskiego i Brandenburgii. Wspólna decyzja o uruchomieniu transgranicznej relacji ma pomóc w likwidowaniu jednej z ostatnich „kolejowych granic" między państwami Unii Europejskiej w tej części Europy.

Samorządy podkreślają, że to krok w stronę pełniejszej integracji komunikacyjnej regionów przygranicznych oraz ułatwienia codziennych dojazdów do pracy i szkół po obu stronach granicy.

To jednak niejedyny element zacieśniania współpracy na styku Dolnego Śląska, Brandenburgii i województwa lubuskiego.

Koleje Dolnośląskie uczestniczą w unijnym projekcie smartENT, którego celem jest ułatwienie podróżowania w trójkącie Polska–Niemcy–Czechy.

Kilka tygodni temu przedstawiciele KD spotkali się z Komisją Europejską, aby omówić dalszy rozwój wspólnej oferty. Trwają prace nad uruchomieniem internetowej sprzedaży biletu EURO-NYSA-Ticket+, ujednoliceniem zasad podróżowania oraz uproszczeniem oferty transgranicznej.

Komisja Europejska zwróciła uwagę na tę współpracę, podkreślając jej znaczenie dla likwidowania barier w ruchu kolejowym na terenie Unii Europejskiej.

W nowym rozkładzie

Połączenie Legnica–Chociebuż zostanie uruchomione 13 grudnia wraz z wejściem w życie nowego rozkładu jazdy. Do tego czasu niemieckie pojazdy będą pojawiać się na wybranych trasach w województwie, aby przygotować maszynistów i zaplecze techniczne do obsługi międzynarodowych kursów.

eprasa.pl 93a1280cba

WROCŁAW/DOLNY ŚLĄSK

• **Dyżur reportera**
email: redakcja@gazeta.wroc.pl **Facebook:** @GazetaWrocławska

KOMUNIKACJA

Obwodnicę za 160 mln zł budowali przez trzy kadencje

Remigiusz Biały

We wtorek zakończono budowę obwodnicy Dzierżoniowa. Kierowcy mogą już korzystać z ostatniego z trzech odcinków trasy. Nowa droga omija nie tylko Dzierżoniów, ale także Piławę Dolną, co pozwala wyprowadzić ruch ciężarówek korzystających z drogi wojewódzkiej DW 382 z obu miejscowości.



FOT. REMIGIUSZ BIAŁY

Otwarcie obwodnicy Dzierżoniowa

– Dziś szczęśliwie kończymy inwestycję, której realizacja zaczęła się ponad osiem lat temu. To bardzo ważna droga, która odciąży Dzierżoniów i Piławę Dolną z ruchu samochodów ciężarowych. To jedno z większych i naprawdę dobrze przemyślanych przedsięwzięć – mówi Paweł Gancarz, marszałek województwa dolnośląskiego.

Oddany do użytku odcinek rozciąga się od drogi łączącej Dzierżoniów z Bielawą. Jezdnia biegnie wzdłuż 4 kilometrowej wsi Piława Dolna i wpina się w drogę wojewódzką DW 382 na wysokości Piławy Górnej.

– Przede wszystkim cieszy nas, że ciężki transport wyjedzie z ulic naszego miasta. To już się dzieje — obserwowaliśmy to po otwarciu pierwszego i drugiego odcinka obwodnicy. To niewątpliwie wpłynie na bezpieczeństwo. Cieszy nas również to, że taka droga jest magnesem gospodarczym dla przemysłu. Tereny wzdłuż obwodnicy w planie ogólnym i miejscowych planach zagospodarowania przestrzennego są przeznaczone pod inwestycje, a my budujemy dla nich infrastrukturę techniczną – mówi Radosław Michałek, wiceburmistrz Dzierżoniowa.

Cała obwodnica ma 11 kilometrów i 810 metrów. Budowę rozpoczęto w styczniu 2018 roku. Realizowano ją w trzech odcinkach: 3,1 km, 2,8 km i 5 km. Na trasie znajdują się dwa mosty, pięć skrzyżowań oraz przejazd nad linią kolejową do Bielawy.

– Jako mieszkaniec Piławy Dolnej mogę jedynie docenić, że doczekaliśmy końca tej inwestycji. Będzie służyła wszystkim mieszkańcom. Ogromne podziękowania dla wszystkich, którzy byli w to zaangażowani i dali pomysł budowy – zwłaszcza byłemu burmistrzowi Dzierżoniowa, a obecnie członkowi zarządu powiatu Markowi Piorunowi, który już w 2006 roku zabiegał o tę drogę – mówi Marek Chmielewski, poseł KO i były wójt gminy wiejskiej Dzierżoniów.

Do tej pory przez miasto przejeżdżało tranzytem około 12 tysięcy samochodów dziennie. Koszt budowy całej obwodnicy przekroczył 160 milionów złotych. Dzięki nowej trasie mieszkańcy regionu, którzy dojeżdżają do pracy do Dzierżoniowa, zaoszczędzą czas. Droga przebiega od Świdnicy, przecina trasę wylotową z Dzierżoniowa do Pieszyc oraz drogę w kierunku Bielawy i łączy się z trasą prowadzącą do Ząbkowic Śląskich.

NASZ PATRONAT 0711560081

ORLEN rozwija sztuczną inteligencję. Agenci AI dopasują usługi do potrzeb klientów

ORLEN rozwija ekosystem usług, który ma łączyć ofertę paliwową, energetyczną, pozapaliwową i rozwiązania z zakresu elektromobilności. Kolejnym etapem będzie wdrożenie agentów AI, którzy pomogą klientom wybierać usługi i korzystać z promocji. – Chcemy, żeby klient rzeczywiście czuł wartość całego tego ekosystemu – podkreślił Piotr Suchodolski, dyrektor wykonawczy ds. marketingu w ORLEN.

Jeden ekosystem zamiast oddzielnych usług

Cyfryzacja i rozwój sztucznej inteligencji zmieniają sposób, w jaki przedsiębiorstwa energetyczne budują relacje z klientami. ORLEN chce wykorzystać dane oraz wiedzę o ich potrzebach, aby tworzyć bardziej spersonalizowaną ofertę i ułatwiać korzystanie z różnych usług. W segmencie Consumers & Products koncern rozwija rozwiązania obejmujące paliwa, gaz, energię elektryczną, sprzedaż pozapaliwową, elektromobilność i usługi energetyczne.

Jak zaznaczył Piotr Suchodolski, budowa zintegrowanego ekosystemu już trwa, ale wymaga dalszych prac nad połączeniem dostępnych zasobów i usług. Celem jest stworzenie przestrzeni, w której klient będzie mógł otrzymać ofertę dopasowaną do konkretnej sytuacji, zamiast samodzielnie wyszukiwać dostępne możliwości.

– Dzisiaj dysponujemy olbrzymimi zasobami, które integrujemy. Budując ekosystem i zamykając to wszystko w jednej przestrzeni, jesteśmy w stanie w odpowiednim czasie oferować klientowi taką usługę, której w danym momencie i kontekście potrzebuje – wyjaśnił dyrektor wykonawczy ds. marketingu w ORLEN.

Agent AI zaproponuje usługi podczas ładowania samochodu

Jednym z najważniejszych elementów rozwijanego rozwiązania mają być agenci sztucznej inteligencji. Ich zadaniem będzie wspieranie klientów w korzystaniu z usług, analizowanie dostępnych możliwości i dopasowywanie ofert do indywidualnych preferencji. Przykładem jest kierowca samochodu elektrycznego korzystający ze stacji ładowania.

– Mój agent dokładnie wie, ile czasu będę potrzebować na naładowanie samochodu. Zaproponuje mi w tym czasie coś z oferty pozapaliwowej, bo będzie też dobrze wiedzieć, jakie są moje gusta i na co mogę mieć ochotę. Jednocześnie będzie mi w stanie dobrać odpowiednią promocję i pokazać oszczędności, które jestem w stanie wygenerować – zapowiedział Piotr Suchodolski.



Sztuczna inteligencja ma pomagać również w codziennych sytuacjach, takich jak wybór myjni. Agent będzie mógł wyszukać najbliższy punkt, uwzględniając dostępność usługi i czas oczekiwania. Dzięki temu użytkownik łatwiej zaplanuje wizytę i ograniczy czas potrzebny na znalezienie odpowiedniej lokalizacji. Pierwszy agent ma zostać udostępniony w aplikacji ORLEN Vitay.

Sztuczna inteligencja również dla biznesu

Rozwijany przez ORLEN ekosystem ma służyć nie tylko klientom indywidualnym. Koncern planuje również rozwijać rozwiązania dla przedsiębiorstw, w tym firm korzystających z kart flotowych oraz kupujących gaz i energię. W przypadku klientów biznesowych szczególnie ważne będą funkcje związane z rozliczeniami, księgowością i zarządzaniem kosztami. Narzędzia cyfrowe mogą ułatwić przedsiębiorstwom analizowanie wydatków na paliwa i prąd, a także ograniczyć koszty administracyjne związane z obsługą dostaw.

Jak zaznaczył Piotr Suchodolski, wartość nowych rozwiązań powinna wykraczać poza samą optymalizację rachunków. Istotne jest również uproszczenie procesów i ograniczenie nakładów pracy potrzebnych do zarządzania usługami.

Rozbudowa ekosystemu cyfrowego wymaga jednocześnie odpowiedniego planowania infrastruktury. Rosnące zapotrzebowanie na moc obliczeniową i energię sprawia, że decyzje dotyczące przechowywania danych, wykorzystania chmury oraz rozwoju systemów muszą uwzględniać zarówno efektywność biznesową, jak i bezpieczeństwo organizacji.

Rozwój agentów AI to kolejny etap cyfrowej transformacji ORLENU, której celem jest lepsze dopasowanie usług do rzeczywistych potrzeb klientów. Połączenie danych, różnych obszarów działalności i inteligentnych narzędzi może ułatwić korzystanie z oferty oraz pomóc w optymalizacji codziennych wydatków.

Piotr Suchodolski wspólnie z przedstawicielami: Adobe – Markiem Cynowskim, Google – Szymonem Wąsowskim oraz VISA – Karolem Jaroszewskim uczestniczył w panelu „Jak utrzymać konsumenta przyszłości w zintegrowanej branży Oil and Gas?", zorganizowanego w ramach ścieżki Young Professionals Forum podczas Polskiego Kongresu Naftowego i Gazowniczego. Moderatorem był Piotr Domański, dyrektor Departamentu Komunikacji i Marketingu w ORLEN Oddziale Centralnym Upstream Polska.

eprasa.pl 93a1280cba

WROCŁAW

18-letni Ukrainiec oskarżony o dywersję

Karolina Kwiatek

Zdaniem śledczych Ilia K. nie działał sam, lecz z nieustaloną grupą przestępczą. Nie wiadomo, kto nią kierował, choć dla prokuratury jasny jest cel tych działań: popełnianie przestępstw przeciwko Rzeczpospolitej i skłócanie Polaków i Ukraińców.

Dokończenie ze str. 1

Młody Ukrainiec odpowiada za działania, do których miało dochodzić w okresie od 1 listopada 2024 roku do 12 sierpnia 2025 roku we Wrocławiu, Warszawie, Nisku i innych miejscowości w Polsce.

- Mamy tu klasyczne działanie dywersyjne przy wykorzystaniu tzw. jednorazowego dywersanta, pozyskanego przy wykorzystaniu sieci Telegram - powiedział nam prokurator Marcin Kucharski z Dolnośląskiego Wydziału Zamiejscowego Prokuratury Krajowej.

Prokuratura przedstawiła mu ponad 40 zarzutów. Większość z nich dotyczy zamieszczania na budynkach i pomnikach napisów, które chwaliły UPA i Banderę („Sława UPA", „Ojciec nasz Bandera"). Miał też planować przelot dronem nad defiladą.

Z materiałów śledczych wynika, że początkowo mówił, że wszystko robił dla pieniędzy i że nie jest nacjonalistą. Później zmienił zdanie. Przestał przyznawać się do zarzutów i odmówił składania zeznań.

Według prokuratora Marcina Kucharskiego, mamy w tej sprawie do czynienia z wypadkową różnych motywacji. Jednak zasadnicza przesłanka ma charakter ekonomiczny.

WROCŁAW

Koszmarna zbrodnia. Wystarczył tylko jeden cios po „ślepotce"

Karolina Kwiatek

Tragiczny finał kłótni na zachodzie Wrocławia. Nie żyje mężczyzna, który został ugodzony nożem w gardło. Sąd skazał 2 listopada jego znajomego - Krzysztofa M. za zabójstwo. Obrona zapowiada apelację.



FOT. KAROLINA KWIATEK

Proces w sprawie zabójstwa na osiedlu Nowy Dwór we Wrocławiu. Oskarżony w jasnej bluzie

15 lat więzienia, 10 tys. zł zadośćuczynienia i terapia po wyjściu z zakładu karnego - taki wyrok usłyszał Krzysztof M. Śledczy z Prokuratury Rejonowej dla Wrocławia Fabrycznej oskarżyli go o zabójstwo Andrzeja K.

Jak wynika z aktu oskarżenia, mężczyzna wykrwawił się po ugodzeniu nożem w szyję. Do ataku doszło 15 lutego 2026 roku przy ul. Rogowskiej we Wrocławiu. Taka zbrodnia nie mogła być dziełem przypadku, co przede wszystkim potwierdza fakt, że Krzysztof M. przyznał się do zarzutów, a jego zeznania pokrywają się z ustaleniami śledczych.

Sędzia Tomasz Kaszyca z Sądu Okręgowego we Wrocławiu potwierdził w uzasadnieniu wyroku, że oskarżony nie tylko znał się ze swoją ofiarą, ale i nie był to pierwszy raz, gdy zaatakował Andrzeja K. Sęk w tym, że zdaniem Sądu Krzysztof M. nie wyciągnął żadnych wniosków z poprzedniego zajścia i to właśnie doprowadziło do tragedii.

- Rok wcześniej zdarzyło się panu podobne zdarzenie z udziałem: pana, pokrzywdzonego, noża i alkoholu, który określa pan jako „ślepotkę" lub „F16". Żadnych wniosków z tego zdarzenia pan nie wyciągnął. Wtedy pokrzywdzony panu wybaczył i nie zawiadomił organów ścigania. Można powiedzieć, że przez to dzisiaj go z nami nie ma - powiedział do Krzysztofa M. sędzia Tomasz Kaszyca.

Co ważne, mężczyzna miał zdawać sobie sprawę ze swojej agresji po alkoholu (zwłaszcza z nieznanego źródła) określanego jako „F-16" lub „ślepotka". To, że oskarżony jest świadomy potrzeby leczenia nałogu, Sąd przyjął za dobrą monetę. Sędzia dodał, że biorąc pod uwagę tryb życia Krzysztofa M., pobyt w zakładzie karnym może uratować mu życie.

0011607869

ŚP

Andrzej Jaros

absolwent XII LO
i Akademii Ekonomicznej we Wrocławiu

zmarł po długiej i ciężkiej chorobie
21 października 2026 r. w Monachium,
które od 1981 r. było Jego domem.

Pożegnamy Go w piątek 6 listopada 2026 r. o godz. 13:30
na cmentarzu św. Rodziny na Sępolnie.

Rodzina

AUTOPROMOCJA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

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

ibo.polskapress.pl

REKLAMA

0011486419

ZAKŁADY POGRZEBOWE

● **„ABEL"** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowa organizacja pogrzebów i kremacji. Całodobowe przewozy zmarłych z domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe, kom. 502-922-708, 71/ 355 92 23 ul. Św. Wincentego 10 A.

● **„ADORIA"** Usługi Pogrzebowe. Tanio, profesjonalnie i bezgotówkowo. Całodobowy odbiór ciała z dowolnego miejsca. Pożegnania i kremacje. Obsługa ekskluzywnym karawanem. Biuro na terenie cm. Osobowice 59a - wszystkie sprawy w jednym miejscu. Tel. całodobowy 71 352 52 05 lub 503 33 83 84.

● **„ANUBIS"** – kompleksowe usługi pogrzebowe - profesjonalnie - bezgotówkowo. Dom Pogrzebowy, biuro i własna kaplica i chłodnia, organizowanie pożegnań przed kremacją oraz czuwanie przy zmarłym przed pogrzebem tradycyjnym w godzinach dogodnych dla klienta. Wrocław, ul. Szpacza 32/34, tel. 71 350 01 01 całodobowy. Biuro: Wrocław, ul. Dubois 20, Wróblowice, ul. Stawowa 5. Całodobowe przewozy zmarłych kraj i zagranica. Załatwianie formalności również w domu klienta. Telefony całodobowe 71 328 83 85, 723 030 303.

● **„ARCHON"**– Zakład Pogrzebowy tel. 71 332 60 60 – całodobowe przewozy zmarłych. Własna chłodnia i kaplica, rozliczenia bezgotówkowe, wyrabianie aktów zgonu i wszystkich formalności ZUS i USC. Obsługa ceremonii pogrzebowych ekskluzywnym karawanem Mercedes Pilato gratis. Nasze oddziały: Włodkowica 37, Hallera 112, Bogusławskiego 33, Traugutta 67, Skłodowskiej-Curie 49, Kiełczowska 90 (cm. komunalny), Krzywoustego 287, Trzebnicka 67, ul. Grabiszyńska 101, ul. Zaporoska 83, www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **„WITWICCY"** Zakład Usług Pogrzebowych, Producent Trumien. Całodobowy przewóz zmarłych. Rozliczamy ZUS, KRUS, WBE, MSWiA w zakładzie. Własna chłodnia. Kompleksowo. Solidnie! Wrocław Borowska 254 - naprzeciw Akademii Medycznej, Wrocław Kościuszki 67/1a – róg Gwarnej, Krzyżowice ul. Główna 14 gm. Kobierzyce, Sobótka ul. Św. Anny 19/1, 71/889-00-60, www.zakladpogrzebowy24.pl

● **CAŁODOBOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH** dla miasta Wrocławia i Dolnego Śląska. Najniższe ceny. Tel. 502-922-708, 71 322-60-16.

● **KREMATORIUM – ARCHON**, ul. Kiełczowska 90, tel. 71 345 73 43 - całodobowo. Kompleksowe usługi kremacyjne i pogrzebowe, ustalanie terminów. Całodobowy odbiór osób zmarłych z domu, szpitali, hospicjów. www.krematorium.wroclaw.pl

● **MIĘDZYNARODOWE PRZEWOZY ZMARŁYCH**, tel. 71/332-60-60 – całodobowo. Przewóz zmarłych i prochów z państw całego świata. Załatwiamy wszelkie pozwolenia i formalności. Posiadamy licencję na tranport zmarłych z Francji. www.zaklad-pogrzebowy.com.pl

● **ROCH** – Zakład Pogrzebowy, bezgotówkowo, kompleksowo. Całodobowe przewozy zmarłychz domu, szpitali, hospicjum. Tel. całodobowe 71/322 60 16, kom. 502-922-708, Wrocław, ul. Św. Wincentego 10 a (dawna Obrońców Pokoju).

Dziś pożegnamy
Pogrzeby 04.11

● **GRABISZYN**
Stanisław Cembala, g. 10
Halina Marzec, 11
Tadeusz Buczkowski, 12
Irena Smoleńska, 13

● **OSOBOWICE**
Jan Gardynik, g. 10
Tadeusz Dąbrowski, 10.40
Gerttruda Justyna Bizunowicz, 11.20
Janina Gimzicka, 12
Cecylia Babicz, 12.40
Violetta Solecka, 13.20
Krzysztof Pogorzelski, 14
Zofia Samitowska-Zub, 14.40

● **PSIE POLE**
Janina Pospolita, g. 8
Krzysztof Lasota, 11
Alicja Banaszak, 13
Antonia Smolińska, 14

● **PAWŁOWICE**
Paweł Bobryk, g. 11

Zarząd Cmentarzy Komunalnych,
pl. Strzelecki 19/21, 50-224 Wrocław

eprasa.pl 93a1280cba

INWESTYCJA

Bliźniacze mosty powstają tuż obok siebie nad rzeką

Michał Perzanowski

Widać już efekty jednej z największych drogowych inwestycji prowadzonych obecnie na dolnośląskim odcinku drogi krajowej nr 94. Nowy most na Bobrze jest gotowy i został udostępniony kierowcom, a teraz rozpoczyna się kolejny etap przedsięwzięcia.



FOT. GDDKIA

Dotychczasowy most w Bolesławcu został rozebrany. W jego miejscu powstają dwa nowe mosty. Jeden jest już gotowy. Tuż obok powstanie drugi

Dla mieszkańców Bolesławca budowa nowych mostów oznacza coś więcej niż tylko kolejną inwestycję drogową. Przeprawa w ciągu DK94 jest jednym z najważniejszych połączeń obu części miasta. Codziennie korzystają z niej osoby dojeżdżające do pracy, szkół, sklepów czy zakładów przemysłowych zlokalizowanych po obu stronach Bobru.

Przez lata kierowcy zwracali uwagę, że most stanowił jedno z głównych miejsc, w których tworzyły się zatory. Problemy pojawiały się szczególnie w godzinach porannego i popołudniowego szczytu, gdy na przeprawie spotykał się ruch lokalny z tranzytem prowadzonym drogą krajową nr 94. Sytuację dodatkowo komplikował fakt, że był to jedyny most w tym miejscu i wszelkie remonty lub ograniczenia ruchu natychmiast odbijały się na komunikacji w całej okolicy.

Pięć lat temu Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad uzyskała decyzję środowiskową dla rozbudowy. Do realizacji wybrana została firma Himmel i Papesch Opole. Za 41 milionów złotych rozbudują około 600-metrowy odcinek drogi DK94. Z jednego, wysłużonego mostu, powstają dwa nowoczesne. Pierwszy jest już gotowy.

W sierpniu kierowcy zostali skierowani na nowo wybudowany most. - Przełożenie ruchu na nowy most umożliwi rozpoczęcie kolejnego etapu inwestycji. Dotychczasowa przeprawa zostanie rozebrana, a w jej miejscu powstanie nowy obiekt mostowy, który będzie częścią docelowego układu drogowego – informowała GDDKiA.

Nowy most powstał po północnej stronie dotychczasowej przeprawy. Po rozbiórce starego wykonawca zaczął budowę drugiego, dzięki czemu przez Bóbr prowadzić będą dwie równoległe przeprawy.

- To rozwiązanie zapewni lepsze skomunikowanie obu brzegów rzeki nie tylko dla pojazdów samochodowych, ale także dla ruchu pieszego i rowerowego [...] Zakończenie wszystkich prac planujemy w II połowie 2027 roku – informują drogowcy.

Nowe mosty mają również znaczenie dla ruchu tranzytowego. DK94 jest alternatywą dla autostrady A4 i jedną z najważniejszych tras łączących zachodnią część Dolnego Śląska z Legnicą, Wrocławiem i granicą państwa. Każde utrudnienie na przeprawie przez Bóbr odbija się więc nie tylko na mieszkańcach Bolesławca, ale także na kierowcach jadących przez region.

Zwiększona liczba pasów ruchu oraz nowe ronda powinny ograniczyć tworzenie się zatorów, szczególnie w godzinach szczytu i podczas wzmożonego ruchu wakacyjnego.

Przypomnijmy, że pierwszy betonowy most na Bobrze oddano do użytku 1 października 1920 r. W 1945 r., gdy przez Bolesławiec przechodziły kolumny niemieckich uchodźców uciekających przed Armią Czerwoną, ten most został wysadzony przez wycofujące się wojska niemieckie.

Następna przeprawa, zbudowana w czasach stalinowskich, przetrwała kolejne dekady, zmiany ustrojowe i rosnący ruch samochodowy. Była również świadkiem trzech dużych powodzi: w latach 70., w lipcu 1997 r. i podczas kolejnego wezbrania Bobru w 2024 r.

WROCŁAW

Strzały w sortowni?

Michał Perzanowski

Niepokojące odgłosy dobiegające z sortowni przy ul. Szczecińskiej usłyszeli wczoraj okoliczni mieszkańcy.

Na terenie sortowni przy ul. Szczecińskiej we Wrocławiu zapaliła się naczepa ciężarówki wypełniona zużytymi pojemnikami po dezodorantach i piankach do golenia. W trakcie akcji gaśniczej słychać było wybuchy rozszczelniających się opakowań.

Zgłoszenie o pożarze strażacy z Komendy Miejskiej Państwowej Straży Pożarnej we Wrocławiu otrzymali we wtorek o godz. 13. Na miejsce skierowano dwa zastępy straży pożarnej.

- Według przekazanych przez strażaków informacji nikt nie został poszkodowany – informowało Biuro Prasowe Urzędu Miejskiego Wrocławia.

REKLAMA 0011606348

INFORMACJA

BURMISTRZ
MIASTA I GMINY CHOCIANÓW

informuje,

o zamieszczeniu na tablicy ogłoszeń
oraz w Biuletynie Informacji Publicznej
http://chocianow.bip.pbox.pl

informacji
o WYKAZIE nieruchomości gruntowej
przeznaczonej do oddania w dzierżawę.

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ bez pośrednika 500-185-254.

KUPIĘ każde, got. w 24 h, 500-002-486

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

MIESZKANIA DO WYNAJĘCIA

2 pokoje, 697-098-649 po godz. 15.30.

DOMY - KUPIĘ

DOM blisko Wrocławia 500-185-254.

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIMY maszyny do obróbki metalu i drewna. Tel.: 782-592-790.

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

NAŁOGI - www.kudzu.pl 451 575 023.

Usługi

AGD RTV FOTO

Domowa naprawa telewizorów LED, LCD; 71/351-60-02, 502-175-735.

BUDOWLANO-REMONTOWE

A-Z remonty, itp. Tel. 663-933-639.

A-Z remonty. Tanio! 502-974-900.

DACHY, naprawy, itp. 663-933-639.

ELEKTRYCZNE inst. Pomiary. 71/351-15-15, 603-867-128.

ELEKTRYCZNE Pogotowie 71/351-15-15, 603-867-128.

MALARSKIE, itp. Tel. 663-933-639.

MALARZ, gładzie bezpył. 730-325-737

OGRODZENIA + naprawy 781-734-796.

OKNA, drzwi, naprawy itp. 663933639.

PODŁOGI, naprawy itp. 663933639.

ROLETKI, żaluzje, moskitiery, okna, rolety, drzwi. Montaż, produkcja, naprawa, tel. 71/341-83-03.

INSTALACYJNE

ANTENA absolutnie profesjonalnie, tel. 603-867-128, 71/351-15-15.

Awarie - Hydraulik - 505-087-474.

Elektryk złota rączka 516-932-697

HYDRAULIK 24h, awarie 505-982-689.

Hydraulik natychmiast 500323373

PORZĄDKOWE

ZWALCZANIE pluskwy, 660-811-020.

PRZEPROWADZKI

TANIO 508-287-106, 71/784-55-63.

ZABEZPIECZAJĄCE

AWARIE zamków, montaż, serwis drzwi antywłam. 501-104-158.

INNE

KUCHNIE junkersy piece 609-528-079.

Różne

DOBRAWRÓŻKA we Wrocławiu - (ponad 40 lat) 724-558-986, www.wrozby.pop.pl

Komunikaty

NADLEŚNICTWO Jugów ogłasza II przetarg nieograniczony na sprzedaż Quada marki Polaris, rok produkcji: 2013, stan techniczny: dobry, cena wywoławcza: 21 760,00 zł, więcej informacji na stronie BIP Nadleśnictwa Jugów w sekcji wystąpienia, komunikaty i ogłoszenia.

REKLAMA 0011607127

Minister
Finansów i Gospodarki

OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 49 § 1 i 2 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz.U. z 2025 r. poz. 1691) oraz art. 10 ust. 1 i 4 ustawy z dnia 24 lipca 2015 r. o przygotowaniu i realizacji strategicznych inwestycji w zakresie sieci przesyłowych (t.j. Dz.U. z 2024 r. poz. 1199)

Minister Finansów i Gospodarki

zawiadamia, że wydał decyzję z dnia 9 października 2026 r., znak: DLI-IX.7620.32.2025.SC, utrzymującą w mocy decyzję Wojewody Dolnośląskiego nr I-Pe-73/25 z dnia 1 września 2025 r., znak: IF.PP.747.22.2025.OP, o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej dla inwestycji polegającej na przebudowie linii elektroenergetycznych 20kV w związku z usunięciem kolizji z inwestycją towarzyszącą polegającą na przebudowie linii elektroenergetycznych 110 kV relacji Mikułowa – Bolesławiec – Bolesławiec 1000-lecia, Mikułowa – Bolesławiec 1000-lecia.

Z treścią ww. decyzji Ministra Finansów i Gospodarki z dnia 9 października 2026 r., znak: DLI-IX.7620.32.2025.SC, oraz aktami sprawy można zapoznać się w Ministerstwie Rozwoju i Technologii w Warszawie, ul. Chałubińskiego 4/6, we wtorki, czwartki i piątki, w godzinach od 10.00 do 14.30, po wcześniejszym umówieniu się telefonicznie pod numerem (22) 323 42 22 – od poniedziałku do piątku w godzinach 10.30-14.30, jak również z treścią ww. decyzji w urzędach gmin właściwych ze względu na lokalizację inwestycji, tj. w Urzędzie Miasta Bolesławiec oraz w Urzędzie Gminy Bolesławiec.

Na ww. decyzję Ministra Finansów i Gospodarki z dnia 9 października 2026 r., znak: DLI-IX.7620.32.2025.SC, przysługuje skarga do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Warszawie, wnoszona za pośrednictwem Ministra Finansów i Gospodarki, w terminie 30 dni od dnia, w którym zawiadomienie o wydaniu tej decyzji uważa się za dokonane. Zawiadomienie o wydaniu ww. decyzji Ministra Finansów i Gospodarki z dnia 9 października 2026 r., znak: DLI-IX.7620.32.2025.SC, uważa się za dokonane po upływie 14 dni od dnia publikacji w Ministerstwie Rozwoju i Technologii obwieszczenia informującego o wydaniu ww. decyzji.

Data publikacji obwieszczenia: 4 listopada 2026 r.

eprasa.pl 93a1280cba

FOKUS

• **Dziś** litr benzyny 95 ma kosztować nie więcej niż 6,37 zł, benzyny 98 – 7,24 zł, a diesla – 8,05 zł

BEZPIECZEŃSTWO

Meldunek o ruchach na wschodniej granicy trafił nocą do premiera

W Komendzie Głównej Policji powstał sztab operacji specjalnej, która jest prowadzona w województwie warmińsko-mazurskim i na Podlasiu – poinformował we wtorek premier Tusk.

oprac. Karolina Wrońska

Podczas konferencji przed posiedzeniem rządu premier Donald Tusk mówił o sytuacji bezpieczeństwa przy granicy z obwodem królewieckim. Poinformował, że tuż po północy otrzymał od Straży Granicznej informację, że zaobserwowano niepokojący ruch na granicy polsko-rosyjskiej. – Osobnicy z latarkami. Bardzo szybko zmobilizowaliśmy tam odpowiednie siły i środki – powiedział.

Premier tłumaczył, że udało się zapobiec prowokacji, „jeśli takie były zamiary, bo tego do końca nie będziemy w stanie potwierdzić". – W ocenie Straży Granicznej sytuacja wymagała pełnej mobilizacji i kontroli sytuacji na miejscu – podkreślił. Zaznaczył też, że napięcie i eskalacja ze strony Rosji mogą potrwać, dlatego Polska musi być cały czas zmobilizowana.

Wcześniej premier przekazał, że w Komendzie Głównej Policji powstał sztab operacji specjalnej, która jest prowadzona w województwach warmińsko-mazurskim i podlaskim. W pracach sztabu biorą udział także służby specjalne oraz Straż Graniczna.

Jak wyjaśnił Donald Tusk, od dłuższego czasu służby państw sojuszniczych informowały, że w Polsce „może dojść do aktów dywersji albo poważniejszych prowokacji na granicy z Federacją Rosyjską lub do aktów sabotażu przygotowanych przez wrogie służby". – Te informacje miały także potwierdzenie w ostrzeżeniach, jakie otrzymałem od głównodowodzącego wojsk NATO i sił zbrojnych amerykańskich w Europie generała Grynkewicha w czasie jego pobytu w Polsce – powiedział Tusk.

Premier dodał, że generał uprzedzał o możliwym scenariuszu eskalacji zdarzeń jeszcze jesienią tego roku.



FOT. PAP/ALBERT ZAWADA

Premier poinformował, że tuż po północy otrzymał informację, że zaobserwowano niepokojący ruch na granicy polsko-rosyjskiej

Po informacji, że do zdarzeń – w tym „do wtargnięcia na teren Rzeczypospolitej uzbrojonych ludzi" – może dojść w pierwszej połowie listopada, zadecydowano o skierowaniu sił policyjnych do północno-wschodniej Polski i wzmocnieniu Straży Granicznej oraz kontrterrorystów.

Ppłk Mirosława Aleksandrowicz, rzeczniczka prasowa warmińsko-mazurskiej Straży Granicznej, przekazała PAP, że w nocy po stronie rosyjskiej zaobserwowano kilka osób z latarkami, ale nie było próby przekroczenia granicy. Powiedziała, że chodzi o odcinek tzw. zielonej granicy, nie chciała jednak sprecyzować, w jakim rejonie.

Podczas konferencji premier Donald Tusk odniósł się też do sytuacji wokół Trybunału Konstytucyjnego. Zaznaczył, że „obrona Trybunału Konstytucyjnego i warunków pracy dla sędziów jest oczywistym obowiązkiem władzy wykonawczej, natomiast nikt z władzy wykonawczej nie ma prawa wkraczać przemocą na teren Trybunału Konstytucyjnego, tak jak to zrobił prezydent".

Otwierając wtorkowe posiedzenie rządu, szef rządu powiedział, że w sytuacji wokół Trybunału Konstytucyjnego „nie ma żadnych dwuznaczności i szarości". – Są legalnie wybrani sędziowie, którzy chcą pracować w siedzibie Trybunału Konstytucyjnego i są atakowani przez polityków i zorganizowany tłum ludzi przez polityków prawicy i prezydenta Nawrockiego przemocą i niezgodnie z prawem – stwierdził.

We wtorek po południu premier wziął udział w zwołanej przez prezydenta Karola Nawrockiego Radzie Bezpieczeństwa Narodowego. Na posiedzeniu miały być poruszane bieżące kwestie dot. bezpieczeństwa narodowego oraz sprawy budowy stałej bazy wojsk amerykańskich w Polsce.

PAP

WARSZAWA

Premier zdecydował w sprawie NBP

oprac. Karolina Wrońska

– Złożyłem kontrasygnatę pod propozycjami nowych członków zarządu Narodowego Banku Polskiego – poinformował we wtorek premier.

– Zgodnie z rekomendacją pana ministra Domańskiego złożyłem podpis, kontrasygnatę, pod propozycjami nowych członków zarządu Narodowego Banku Polskiego – powiedział Donald Tusk przed posiedzeniem Rady Ministrów. Dodał, że „ktoś w naszym kraju musi myśleć, jak stabilizować sytuację" i „jak stabilizować polską złotówkę".

– Niezależnie od tego, jak wyglądają sprawy prezesa Adama Glapińskiego (...) to sam Narodowy Bank Polski musi być chroniony przez nas wszystkich przed jakimiś niepotrzebnymi wstrząsami. Groził nam taki klincz – brak zarządu, brak możliwości prowadzenia prac NBP – i dlatego zdecydowałem się na ten krok i na ten gest i zaakceptowałem zaproponowane zmiany – powiedział premier.

BEZPIECZEŃSTWO

Dwa alarmy bombowe w samolotach

Maciej Koprowicz

We wtorek rano ogłoszono alarm bombowy na pokładzie samolotu lecącego z Londynu na lotnisko Chopina.

Maszyna ze 181 osobami na pokładzie została skierowana do portu lotniczego Modlin w Nowym Dworze Mazowieckim. 181 osób było na pokładzie samolotu Boeing 737 MAX PLL LOT, który leciał z lotniska Heathrow w Londynie na Lotnisko Chopina. Lotnisko w Modlinie pozostawało zamknięte przez ok. 2 godziny w związku z działaniami prowadzonymi przez służby w celu weryfikacji zgłoszonego zagrożenia.

We wtorek miał miejsce jeszcze jeden alarm bombowy dotyczący lotu do Warszawy. Dotyczył rejsu duńskich linii lotniczych SAS numer SK751 z Kopenhagi na Okęcie. Jak poinformował cytowany przez TVN24 Piotr Rudzki z biura prasowego Lotniska Chopina w Warszawie, wyłączona była jedna droga startowa płyty lotniska.

KRÓTKO

Drogi

Rusza budowa ostatniego odcinka A2

We wtorek podpisano umowę na budowę odcinka autostrady A2 między Białą Podlaską a Kijowcem. Wartość kontraktu na fragment A2 Biała Podlaska – Kijowiec (Lubelskie) o długości ponad 16 km to ponad 571 mln zł. Wykonawcą jest konsorcjum firm Mirbud i Budpol. – Po zakończeniu tej inwestycji, które nastąpi w roku 2030, będzie można pojechać od granicy z Niemcami do wschodniej granicy Polski – powiedział minister infrastruktury Dariusz Klimczak.

Łódź

18 lat więzienia za zabójstwo na działkach

Sąd Okręgowy w Łodzi ogłosił we wtorek wyrok w procesie o zabójstwo na działkach w Łodzi w kwietniu ub. roku. Adam C. został uznany za winnego dokonania zabójstwa mężczyzny, którego oskarżył o kradzież telefonu. Został skazany na 18 lat pozbawienia wolności. Drugi oskarżony – Grzegorz K. – został skazany na rok i 8 miesięcy pozbawienia wolności za nieudzielenie pomocy pokrzywdzonemu. Wyrok nie jest prawomocny.

Pomorskie

Cukierki z metalowymi przedmiotami na halloween

Policja w Miastku prowadzi dochodzenie po tym, jak czworo dzieci znalazło w cukierkach otrzymanych od nieznajomych w halloween ostre, metalowe przedmioty. Jedno z dzieci zraniło się w język i trafiło do szpitala. Dochodzenie prowadzone jest pod nadzorem prokuratury w kierunku narażenia człowieka na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia lub ciężkiego uszczerbku na zdrowiu.



FOT. A. WOJTASIEWICZ

Skierowałem do TK kolejny, szósty już wniosek o uchylenie immunitetu Bogdanowi Święczkowskiemu. Wnioski dotyczą m.in. spraw systemów Pegasus i Hermes

WALDEMAR ŻUREK, prokurator generalny

eprasa.pl 93a1280cba

UKRAINA

Rosyjskie bomby uderzyły w szkołę. Był tam punkt pomocy humanitarnej

Kazimierz Sikorski

Rosjanie zaatakowali szkołę służącą za punkt dystrybucji pomocy humanitarnej w miejscowości Komyszuwacha w obwodzie zaporoskim. Zginęło co najmniej 29 osób.

Prezydent Wołodymyr Zełenski przekazał, że Rosjanie uderzyli najpierw w szkołę, w której mieszkańcom wydawano pomoc humanitarną. Po pierwszym uderzeniu Rosjanie zrzucili kolejne dziewięć bomb na schronienie, w którym przebywali ludzie.

Prezydent nazwał to „wyjątkowo potwornym atakiem". „Rosjanie nie mogli nie wiedzieć, że co tydzień mieszkańcy, którzy pozostali w miejscowości Komyszuwacha, odbierali właśnie tam pomoc humanitarną. To kolejny dowód na to, że Rosja nie chce żadnej deeskalacji ani prawdziwego sprawiedliwego pokoju" – stwierdził Wołodymyr Zełenski.

Kiedy na miejscu pojawili się ratownicy i policjanci, pojawiło się zagrożenie kolejnym rosyjskim atakiem. Choć ratownicy próbowali się schronić, siły rosyjskie przeprowadziły kolejne uderzenia w to samo miejsce. W wyniku ataku zniszczone zostały sala gimnastyczna, budynek gospodarczy, wóz strażacki, uszkodzony został budynek szkoły.

Wśród ofiar śmiertelnych znaleźli się dwaj ratownicy: 44-letni Denys Konowałenko oraz 44-letni Ołeksij Suszczewski. Pozostawili żony i czworo dzieci.

Z kolei szef wojskowych władz obwodu charkowskiego, Ołeh Syniehubow, poinformował, że w nocy z poniedziałku na wtorek rosyjskie siły przeprowadziły atak na placówkę medyczną, w wyniku czego ranne zostały 62 osoby. Dodał, że 226 pacjentów ewakuowano do innych szpitali.

Szef władz obwodu żytomierskiego Witalij Buneczko powiadomił, że minionej nocy, podczas zmasowanego rosyjskiego ostrzału, celem ataku stała się infrastruktura energetyczna w obwodzie żytomierskim.



FOT. X DSNS

Rosjanie zaatakowali bombami szkołę, w której był punkt pomocy humanitarnej

WŁOCHY

Podatek od śniegu i opłata za ślub nocą – martwe przepisy anulowane

oprac. Anna Nagel

Władze we Włoszech anulowały ostatnio około 30 tysięcy przepisów z czasów monarchii. Rząd Giorgii Meloni uchylił między innymi podatek od śniegu, opłatę za ślub nocą i dekret w sprawie konfiskaty czworonogów dla potrzeb armii.

Jak zaznaczyła włoska agencja informacyjna ADNKronos, wielką operację anulowania dekretów i innych rozporządzeń z czasów przed republiką, w tym z okresu faszyzmu, przeprowadziła minister do spraw reform i uproszczenia przepisów prawa Maria Elisabetta Alberti Casellati. W ten sposób, dodano, uporała się z „prawdziwą włoską archeologią legislacyjną".

Nie brakowało tam prawdziwych osobliwości i zdumiewających przepisów uchwalonych na szczeblu lokalnym i krajowym. Nie były one stosowane od dekad, ale wciąż figurowały w kodeksach. Podkreślono, że w epoce satelitów intrygują i wywołują uśmiech uchylone dopiero w 2023 roku przepisy dotyczące wykorzystania gołębi pocztowych.

Wśród prawdziwych „perełek" uchylono wprowadzony w gminie Cerignola w Apulii podatek od śniegu. Tam pada on rzadko i dlatego często sprowadzano go z pobliskich terenów górskich. Gmina uzyskała królewskie zezwolenie na opodatkowanie go, co pozwoliło na uregulowanie formalnego zamówienia publicznego na sprzedaż lodu w miesiącach letnich w czasach, gdy nie było lodówek.

PAP

UNIA EUROPEJSKA

Lodówki zaczęły grzać. Seria cyberataków na zamrażarki

oprac. Anna Nagel

W poniedziałek cyberataki na sieci supermarketów odnotowano w kilku krajach UE: Belgii, Estonii, Holandii, Luksemburgu, Włoszech, Irlandii i Szwecji.

Użyto tego samego mechanizmu, co w październiku w supermarketach we Francji – hakerzy podwyższyli temperaturę w urządzeniach chłodniczych, w których przechowywana jest żywność.

– Jesteśmy świadomi tych incydentów – przekazała PAP w oświadczeniu rzeczniczka KE Louise Bogey. – Incydenty te pokazują, że cyberataki mogą zakłócać świadczenie usług, negatywnie wpływać na przedsiębiorstwa oraz bezpośrednio oddziaływać na codzienne życie obywateli – dodała.

Zwróciła jednak uwagę, że Unia Europejska dysponuje narzędziami, by reagować w takich sytuacjach.

– W kwestii koordynacji działań i wymiany informacji polegamy na sieci CYCLONe, jako że incydenty dotknęły kilka państw członkowskich – zaznaczyła Bogey.

Chodzi o sieć szybkiego reagowania na kryzysy cybernetyczne, która pozwala państwom wymieniać się informacjami na temat skali i przebiegu ataku oraz planować wspólnie obronę.

Rzeczniczka KE zwróciła również uwagę na trzy unijne regulacje, które pozwalają na współpracę na poziomie UE na rzecz cyberbezpieczeństwa: Akt o cyberodporności, Akt o cybersolidarności oraz na dyrektywę NIS2 (Network and Information Security Directive).

Dyrektywa NIS2 nakłada na przedsiębiorstwa obowiązki mające podnieść ich cyberbezpiezpieczeństwo; wśród objętych przepisami sektorów znajdują się również produkcja i dystrybucja żywności.



FOT. PAP/EPA/FREDRIK SANDBERG

Pracownicy wyrzucają uszkodzone produkty w Sztokholmie, po tym jak w nocy temperatura w zamrażarkach gwałtownie wzrosła

Cyberataki w różnych krajach

W Portugalii hakerzy zaatakowali sieć supermarketów Intermarche. Według telewizji SIC atak informatyczny sparaliżował działanie systemów chłodzenia w zamrażarkach i lodówkach w co najmniej siedmiu supermarketach sieci Intermarche w Portugalii.

Operator sieci wielkopowierzchniowych placówek handlowych w wydanym oświadczeniu poinformował, że w żadnym z supermarketów Intermarche nie doszło do „zaburzenia bezpieczeństwa żywnościowego".

W poniedziałek doszło do cyberataku na system chłodniczy sieci sklepów spożywczych w Estonii – poinformowała firma zajmująca się regulowaniem temperatury w zamrażalkach – Kitman Coldtech.

W Estonii wśród klientów firmy Kitman Coldtech są cztery duże sieci marketów: Selver, Rimi, COOP oraz Lidl. Na incydent zareagowano w ciągu 10 minut od zgłoszenia, dzięki czemu nie doszło do większych szkód.

Cyberprzestępcy zaatakowali również sieci supermarketów Delhaize na terytorium Belgii i Luksemburga. Rzeczniczka koncernu Ahold Delhaize, Sarah De Meester, poinformowała, że „incydent IT" dotyczy lodówek i zamrażarek w dziesiątkach sklepów.

Jak przekazała De Meester, sieć supermarketów zauważyła wzrost temperatury w systemach chłodniczych. Według niej firma prowadzi obecnie dochodzenie w sprawie tego zdarzenia.

PAP

KIRIBATI

Dryfowali trzy miesiące. Pięć osób uratowanych

oprac. Anna Nagel

U wybrzeży Kiribati uratowano pięć osób, w tym dwoje dzieci, które po sztormie przez niemal trzy miesiące dryfowały małą łodzią po Pacyfiku. Zagubieni pokonali 5,4 tys. km, zanim dotarli do wyspy Fanning – podała agencja AP.

Mikronezja, skąd wypłynęła piątka ocalałych, oraz Kiribati znajdują się na Oceanie Spokojnym między Indonezją a Ameryką Południową.

Odnalezieni byli częścią dziewięcioosobowej grupy, która miała przeprawić się 30 lipca między mikronezyjskimi wyspami Murilo i Ruo. Ich rejs miał trwać godzinę, ale gdy wypłynęli, na ich trasie zerwała się burza, która zepchnęła łódź na otwarte wody.

Po 10 dniach bezowocnych wysiłków straż przybrzeżna zawiesiła poszukiwania zaginionych. W niedzielę mieszkańcy wyspy Fanning na Kiribati zauważyli dryfującą łódź z pięcioma osobami na pokładzie.

Ocaleni jeszcze nie poinformowali opinii publicznej o tym, co wydarzyło się w łodzi w ciągu trzech miesięcy i co stało się z czterema osobami, których nie było na pokładzie.

Gubernator mikronezyjskiego stanu Chuuk, Alexander Narruhn, oświadczył, że „na pokładzie łodzi zaginęło dziewięć osób. Dzięki Bogu za miłosierdzie, że odnaleziono pięć z nich. Kontynuujemy modlitwę za ich czterech towarzyszy" – stwierdził.

PAP

eprasa.pl 93a1280cba

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Nieleczona cukrzyca sieje spustoszenie
•13 sanatoriów najlepszych na jesień

ZDROWY MĘŻCZYZNA

Jakie są pierwsze objawy raka jądra? Wykryjesz je dzięki badaniu, które możesz przeprowadzić sam

Co roku w Polsce około tysiąca mężczyzn zapada na nowotwór jądra. Im wcześniej zmiany nowotworowe zostaną wykryte, tym większa szansa na wyleczenie. Warto wiedzieć, jakie są pierwsze objawy raka jądra i jak je zauważyć

Marta Siesicka-Osiak

Rak jądra jest nowotworem złośliwym, który stanowi 1 procent wszystkich nowotworów złośliwych u mężczyzn i 5 proc. nowotworów urologicznych. Najczęściej chorują na niego młodzi mężczyźni między 15. a 40. rokiem życia.

Nowotwory jądra dzieli się na trzy rodzaje. Najczęstsze z nich to tzw. zarodkowe, wywodzące się z komórek, z których ostatecznie mają rozwinąć się plemniki, i stanowią one 95 proc. nowotworów jąder. Wyróżniamy wśród nich nasieniaki (zazwyczaj występują u starszych mężczyzn) oraz nienasieniaki, które pojawiają się zazwyczaj u młodszych panów. Ponadto występują nowotwory rozwijające się z komórek produkujących testosteron lub z komórek „opiekujących" się komórkami rozrodczymi, a także nowotwory o innym podłożu.



FOT. PEAKSTOCK/GETTY IMAGES

Ból i powiększenie jądra mogą wskazywać na rozwój nowotworu i wymagają pilnej konsultacji lekarskiej

Jak wykryć raka jądra?

Raka jądra najłatwiej można wykryć przez samobadanie jąder. Ponieważ rozwija się on bardzo dynamicznie, profilaktyczne badanie powinno wykonywać się raz na tydzień. Najlepiej przeprowadzić je po ciepłej, rozluźniającej kąpieli.

Worek mosznowy należy delikatnie unieść do góry i sprawdzić, czy jedno z jąder nie jest cięższe. Następnie sprawdzić, czy nie ma w nich mas, guzków lub płynów, które wzbudzają niepokój. Każda podejrzana zmiana powinna być zgłoszona lekarzowi, który zleci odpowiednią diagnostykę, m.in. badanie USG.

Czy rak jądra jest uleczalny?

Rak jądra to nowotwór wyleczany w około 90 proc. przypadków. Im wcześniej zostanie wykryty, tym większe są szanse na całkowity powrót pacjenta do zdrowia.

Jest on wysoko wrażliwy na leczenie onkologiczne, co sprawia, że nawet osoby, u których został zdiagnozowany stosunkowo późno, mają duże – sięgające nawet 80 procent – szanse na pełne wyzdrowienie.

Jak długo można żyć z rakiem jądra?

Rokowania w przypadku raka jądra są dość dobre – zmiany wykryte we wczesnych stadium zaawansowania są możliwe do wyleczenia niemal u wszystkich pacjentów. Z kolei nowotwór zdiagnozowany w stopniach zaawansowanych daje przeżywalność 5 lat od wykrycia choroby.

Czynniki zwiększonego ryzyka

Ze statystyk wynika, że zachorowalność na złośliwe guzy jądra wynosi 3 na 100 tysięcy mężczyzn. „Do czynników zwiększonego ryzyka zachorowania na raka jądra należą: zdiagnozowany wcześniejszy nowotwór w drugim jądrze, wnętrostwo (niezstąpienie jąder) – nawet jeśli jądro zostało prawidłowo odprowadzone, zespół Klinefeltera i hipogonadyzm. Dotychczas nie dowiedziono wpływu urazów i czynników środowiskowych na rozwój choroby onkologicznej tej lokalizacji. Rodzinne występowanie raka jądra u osób nieobciążonych genetycznie jest słabo udowodnione" – podaje portal onkologiczny zwrotnikraka.pl. Dodaje, że niektóre guzy jądra nasilają cechy męskie (zwiększone owłosienie skóry, wzrost masy mięśniowej), a u 7 procent mężczyzn stwierdza się powiększenie gruczołów piersiowych.

JAK

DWA WAŻNE BADANIA

Krew nie zawsze zwiastuje raka prostaty

Jacek Drost

Krew w moczu lub nasieniu jest jednym z najczęściej wskazywanych przez Polaków objawów raka prostaty – wynika z badań SW Research, przeprowadzonych na zlecenie marki Domowe Laboratorium.

Aż 39,8 proc. respondentów kojarzy ten symptom z chorobą nowotworową. Na pierwszym miejscu znalazły się trudności w oddawaniu moczu (40 proc.), a niewiele rzadziej wskazywano osłabiony lub przerywany strumień moczu (38 proc.) oraz częstą potrzebę oddawania moczu, zwłaszcza nocą (38 proc.). Ponad jedna trzecia ankietowanych wymieniła, jako objaw raka prostaty, uczucie parcia na pęcherz (35,7 proc.) oraz ból lub pieczenie przy oddawaniu moczu (35,1 poc.). Z kolei 33 proc. zwracało uwagę na bóle w pachwinach lub mosznie, a 28 proc. łączyło chorobę z problemami z erekcją.

Lekarze są zgodni: każdy niepokojący objaw powinien być sygnałem alarmowym i skłonić do badań profilaktycznych. Jednym z nich jest oznaczenie poziomu PSA, czyli specjalnego białka wytwarzanego przez komórki nabłonka gruczołu krokowego. To podstawowe i najpowszechniej stosowane badanie, które można wykonać zarówno w laboratorium, jak i samodzielnie w domu, korzystając z prostego testu dostępnego w aptekach.

Drugim kluczowym badaniem jest badanie per rectum, czyli palpacyjne badanie prostaty przez odbyt. Choć trwa krótko i jest niezwykle ważnym elementem diagnostyki, wciąż budzi dużo emocji. Tymczasem lekarze uspokajają, że krew w moczu lub nasieniu częściej bywa objawem stanu zapalnego niż raka prostaty.



FOT. NUTTAWAN JAYAWAN/GETTY IMAGES

Każdy niepokojący objaw powinien skłonić nas do badań

eprasa.pl 93a1280cba

LECZENIE I REHABILITACJA

Nie warto bać się Horyńca-Zdroju. Urocza miejscowość skrywa lecznicze sekrety

Leżący na Podkarpaciu – tuż przy Roztoczu – Horyniec-Zdrój to jedno z najbardziej nietypowych i najmniej znanych polskich uzdrowisk

Ola Głowacka

Aktualnie w mediach szumi od doniesień o obawach, jakie mają polscy kuracjusze przed turnusami w Horyńcu-Zdroju.

Owszem, zdarzają się na Podkarpaciu alerty RCB związane z sytuacją w pobliskiej Ukrainie. Jednak NFZ uspokaja: życie w Horyńcu toczy się normalnie, zabiegi wykonywane są jak zwykle, a zainteresowanie turnusami nie słabnie. Aż 98 procent kuracjuszy realizuje swoje skierowania do Horyńca.

Kurort rozwijał się już w XIX wieku

To właśnie naturalne surowce lecznicze sprawiły, że niewielka miejscowość zyskała renomę wśród osób zmagających się z chorobami stawów, kręgosłupa i układu ruchu. Dodatkowym atutem są czyste powietrze, niewielkie uprzemysłowienie regionu oraz rozległe lasy Roztocza.

Historia miejscowości sięga XV wieku, jednak rozwój uzdrowiska rozpoczął się pod koniec XIX stulecia. Za jego twórcę uznawany jest książę Aleksander Poniński, który dostrzegł potencjał miejscowych źródeł siarczkowych i stworzył pierwszy zakład kąpielowy. Później rozwój kurortu kontynuowała rodzina Karłowskich, inwestując w nowoczesne obiekty lecznicze i promocję uzdrowiska w kraju oraz za granicą.

W czasie II wojny światowej większość infrastruktury została zniszczona, jednak po wojnie uzdrowisko odbudowano. Status uzdrowiska Horyniec otrzymał w 1973 roku, a od 1998 roku oficjalnie funkcjonuje pod nazwą Horyniec-Zdrój. Z miejscowością związana jest także legenda o królu Janie III Sobieskim, który miał bywać tutaj podczas polowań i korzystać z miejscowych walorów przyrodniczych.

Europejskie królestwo „czarnego złota”

Największym skarbem uzdrowiska jest borowina określana mianem „czarnego złota”. Specjaliści zaliczają ją do najlepszych borowin występujących nie tylko w Polsce, ale również w Europie.

Borowina wykorzystywana w Horyńcu ma właściwości przeciwzapalne, rozgrzewające i przeciwbólowe. Stosuje się ją przede wszystkim w leczeniu schorzeń narządu ruchu, chorób reumatycznych oraz podczas rehabilitacji pourazowej.

Drugim naturalnym bogactwem są wody siarczkowo-siarkowodorowe. To stosunkowo rzadko spotykany surowiec leczniczy, wykorzystywany zarówno do kąpieli, jak i kuracji pitnych. W Horyńcu działa nawet jeden z nielicznych w Polsce basenów rehabilitacyjnych napełnionych właśnie wodą siarczkowo-siarkowodorową.

Jakie choroby leczy się w Horyńcu-Zdroju?

Profil leczniczy uzdrowiska jest szeroki. Najczęściej trafiają tu osoby zmagające się z:

- chorobami reumatycznymi,
- zwyrodnieniami stawów i kręgosłupa,
- osteoporozą,
- schorzeniami neurologicznymi,
- stanami po urazach i operacjach narządu ruchu,
- niektórymi chorobami skóry,
- chorobami układu krążenia,
- przewlekłymi bólami kręgosłupa i korzonków nerwowych.

Lecznicze wody siarczkowe wykorzystywane są także przy wybranych schorzeniach układu oddechowego, przewodu pokarmowego oraz zaburzeniach metabolicznych.

Jakie zabiegi oferuje uzdrowisko?

Podstawę terapii stanowią zabiegi borowinowe i kąpiele siarczkowe. Kuracjusze mogą korzystać m.in. z okładów borowinowych, kąpieli borowinowych, kąpieli siarczkowo-siarkowodorowych, ćwiczeń rehabilitacyjnych w basenie leczniczym, masaży, fizykoterapii i kinezyterapii.

Coraz większą rolę odgrywa nowoczesna rehabilitacja. W Horyńcu funkcjonują centra wyposażone w zaawansowane urządzenia wspomagające terapię pacjentów po udarach, urazach rdzenia kręgowego czy operacjach ortopedycznych.

Najbardziej znanym obiektem jest Dom Zdrojowy należący do Uzdrowiska Horyniec. Dużą popularnością cieszy się również sanatorium Jawor. Wśród często wybieranych obiektów znajduje się także Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS „Kresowiak”.



FOT. KRZYSZTOF ZAJĄCZKOWSKI/UMWP

Wielu kuracjuszy uważa Horyniec za jeden z najlepiej strzeżonych sekretów polskiej balneologii



FOT. GETTY IMAGES

Kaszel, który nie ustępuje przez dłuższy czas, może być pierwszym objawem groźnej choroby. Lepiej nie zwlekać z wizytą u lekarza

PROFILAKTYKA

Przewlekły kaszel może zwiastować groźną chorobę. Nie zwlekaj z badaniami

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Kaszel, który nie mija od kilku tygodni, nawracające infekcje dróg oddechowych, uczucie duszność – to objawy, których pod żadnym pozorem nie powinniśmy lekceważyć. Choć nie muszą oznaczać poważnej choroby, powinny skłonić do konsultacji z lekarzem.

Choroby układu oddechowego mogą rozwijać się stopniowo, a ich pierwsze objawy bywają mylone ze zwykłym przeziębieniem, przemęczeniem czy konsekwencjami palenia papierosów. Przewlekły kaszel, pogarszająca się tolerancja wysiłku albo nawracające infekcje często nie budzą początkowo większego niepokoju. Tymczasem mogą być sygnałem schorzeń wymagających specjalistycznej diagnostyki, takich jak przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), choroby śródmiąższowe płuc czy nowotwory.

Kiedy objawy powinny zaniepokoić?

Nie każdy kaszel oznacza poważną chorobę. Ważne jest jednak, aby zwracać uwagę na jego czas trwania, charakter oraz towarzyszące mu dolegliwości. Do objawów, które powinny skłonić do konsultacji lekarskiej, należą przede wszystkim:

- kaszel utrzymujący się powyżej trzech tygodni,
- duszność, zwłaszcza nowa lub stopniowo nasilająca się,
- ból w klatce piersiowej,
- nawracające infekcje dróg oddechowych,
- niewyjaśniony spadek masy ciała,
- chrypka,
- krwioplucie, czyli obecność krwi w odkrztuszanej wydzielinie.

Szczególnej uwagi wymagają objawy, które utrzymują się mimo leczenia, nasilają się lub występują u osób z czynnikami ryzyka, takimi jak wieloletnie palenie tytoniu.

– Największym błędem jest przyzwyczajanie się do objawów. Pacjenci często tłumaczą przewlekły kaszel paleniem papierosów, a duszność wiekiem lub słabszą kondycją. Tymczasem niepokojące dolegliwości powinny być sygnałem do sprawdzenia stanu zdrowia. Nie oznacza to od razu rozpoznania nowotworu czy innej ciężkiej choroby, ale pozwala odpowiednio wcześnie rozpocząć diagnostykę. Im szybciej ustalimy przyczynę objawów, tym szybciej możemy zaplanować właściwe postępowanie – wyjaśnia lek. med. Agnieszka Guzowska.

Pierwszym krokiem w przypadku utrzymujących się niepokojących objawów powinna być konsultacja z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej. Na podstawie wywiadu, badania pacjenta oraz oceny objawów lekarz może zlecić wstępne badania lub skierować chorego do specjalisty.

Jeśli konieczna jest pogłębiona diagnostyka pulmonologiczna, pacjent może zostać skierowany do ośrodka specjalizującego się w chorobach płuc. Jeszcze niedawno część badań wymagających pogłębionej diagnostyki wiązała się z kilkudniową hospitalizacją. Rozwój technologii medycznych i nowych modeli organizacji opieki pozwala w wybranych przypadkach znacząco ograniczyć czas pobytu pacjenta w placówce.

Wczesne rozpoznanie choroby zwiększa możliwości zastosowania odpowiedniego leczenia, a w przypadku raka płuca może istotnie poprawić rokowanie. Dlatego tak ważne jest, aby nie odkładać konsultacji lekarskiej i nie bagatelizować utrzymujących się dolegliwości.

eprasa.pl 93a1280cba

WALKA Z CUKRZYCĄ



FOT. GETTY IMAGES

Dieta śródziemnomorska pozostaje złotym standardem w cukrzycy i chorobach serca, ale diety low carb i keto także są dopuszczalne. Warto wpisać je do swojego jadłospisu

Najlepsza dieta dla cukrzyków i sercowców wybrana. Zbliża się wielka zmiana w leczeniu

Najnowszy raport ds. cukrzycy zmienia sposób myślenia o leczeniu tej choroby, stawiając pacjenta i jego potrzeby w centrum decyzji terapeutycznych.

Ola Głowacka

Międzynarodowy raport ekspertów ds. cukrzycy to najważniejsza od lat aktualizacja zaleceń dotyczących leczenia cukrzycy typu 2. Autorzy z American Diabetes Association (ADA) i European Association for the Study of Diabetes (EASD) odchodzą od myślenia o cukrzycy wyłącznie jako o „za wysokim cukrze". Cukrzyca jest tu traktowana jako choroba całego organizmu, wpływająca na serce, nerki, wątrobę, masę ciała, mięśnie, sen i zdrowie psychiczne.

Wcześniejsze i kompleksowe leczenie

Największa zmiana polega na tym, że nowoczesne leki nie powinny być zarezerwowane wyłącznie dla osób z zaawansowaną cukrzycą. Autorzy sugerują, że u większości pacjentów warto rozważyć stosowanie leków z grup: ● SGLT2 (np. empagliflozyna, dapagliflozyna), ● agonistów GLP-1 (np. semaglutyd) lub tirzepatydu już od rozpoznania choroby, ponieważ chronią nie tylko przed wysokim cukrem, ale także przed zawałem, niewydolnością serca i chorobami nerek. Lek ma dziś nie tylko obniżyć glukozę, ale także pomóc żyć dłużej i uniknąć powikłań.

Utrata masy ciała stała się jednym z głównych celów leczenia. Autorzy podkreślają, że redukcja masy ciała o 10-15 procent może:

- znacząco poprawić kontrolę cukrzycy,
- zmniejszyć ryzyko powikłań,
- doprowadzić nawet do remisji cukrzycy.

Remisja oznacza, że poziom cukru wraca do prawidłowych wartości bez konieczności stosowania leków przeciwcukrzycowych. Nie chodzi już tylko o „cukier w normie", ale o leczenie przyczyny choroby, czyli nadmiaru tkanki tłuszczowej i zaburzeń metabolicznych.

Technologia a leczenie cukrzycy

Eksperci podkreślają, że w leczeniu cukrzycy coraz większe znaczenie mają systemy ciągłego monitorowania glukozy (CGM), aplikacje wspierające samokontrolę i telemedycyna. CGM nie jest już postrzegane wyłącznie jako rozwiązanie dla osób z cukrzycą typu 1.

Dieta śródziemnomorska złotym standardem

Spośród wszystkich modeli żywienia autorzy najczęściej wskazują dietę śródziemnomorską jako najlepiej przebadaną. Udokumentowano, że poprawia ona poziom glukozy, chroni serce, wspiera pracę nerek i zmniejsza ryzyko powikłań sercowo-naczyniowych.

Dopuszczalne są także:

- diety niskowęglowodanowe,
- okresowe posty,
- diety ketogeniczne.

Wymagają one jednak indywidualnego dopasowania i nadzoru medycznego.

Ruch to znacznie więcej niż siłownia

Dokument promuje koncepcję „5S", którą powinni wziąć sobie do serca zarówno pacjenci cukrzycowi, sercowi, jak i osoby, które chcą uniknąć tych schorzeń:

- standing – mniej siedzenia,
- stepping – więcej kroków,
- sweating – aktywność aerobowa,
- strengthening – ćwiczenia siłowe,
- sleep – dobry sen.

Dokument bardzo mocno podkreśla, że większość chorych umiera z powodu chorób serca i naczyń, a nie bezpośrednio z powodu wysokiego cukru. Dlatego lekarze powinni od początku: kontrolować ciśnienie tętnicze, monitorować nerki, oceniać ryzyko sercowo-naczyniowe i aktywnie zapobiegać niewydolności serca.

WAŻNE BADANIA

Tak odróżnisz czerniaka od pieprzyka. Zmiana wygląda inaczej. Jesienią warto zwrócić na to uwagę

Oprac. Maciej Badowski

Jesień to dobry moment na kontrolę znamion i ocenę zmian, które mogły się pojawić po miesiącach ekspozycji na słońce.

Eksperci przypominają, że czerniak we wczesnym stadium jest wyleczalny, a regularne samobadanie skóry oraz konsultacje ze specjalistą mogą pomóc wykryć chorobę, zanim ta zacznie dawać objawy.

Jesień ułatwia wykrycie nowych znamion i zmian na skórze

– Jesień to naturalny moment na zdrowotny „przegląd skóry". Gdy opalenizna zaczyna znikać, łatwiej zauważyć nowe znamiona lub zmiany, które pojawiły się w istniejących już zmianach barwnikowych. Każde znamię, które zmienia kolor, kształt lub wielkość, powinni budzić nasz niepokój i zostać ocenione przez specjalistę – wyjaśnił cytowany w informacji prasowej przesłanej PAP prof. Piotr Rutkowski, specjalista chirurgii onkologicznej, kierownik Kliniki Nowotworów Tkanek Miękkich, Kości i Czerniaków Narodowego Instytutu Onkologii.

Zanaczył, że właśnie dlatego teraz warto wykonać samobadanie skóry oraz skorzystać z konsultacji ze specjalistą.

Zasada ABCDE pomaga ocenić, czy znamię wymaga konsultacji

Przedstawiciele Stowarzyszenia Pomocy Chorym na Mięsaki i Czerniaki Sarcoma przypomnieli, że podczas oceny zmian na skórze należy pamiętać o zasadzie ABCDE, gdzie A oznacza asymetrię, B – brzegi nieregularne lub poszarpane, C – kolor niejednolity lub zmieniający się, D – duży rozmiar (powyżej 6 mm) oraz E – ewolucję, czyli zmiany zachodzące w czasie. Wystąpienie jednej z tych cech nie oznacza automatycznie nowotworu, ale powinno skłonić nas do konsultacji z lekarzem.

Kilka mitów związanych z czerniakiem

Eksperci zajmujący się profilaktyką czerniaka od dawna zwracają uwagę na kilka mitów z tym związanych. Jednym z nich jest to, że jeśli w wakacje nie doszło do oparzenia słonecznego, skóra jest bezpieczna. Ryzyko uszkodzeń skóry wiąże się bowiem nie tylko z widocznym poparzeniem, ale również z długotrwałą jej ekspozycją na promieniowanie UV, która kumuluje się przez całe życie.

Ponadto nie każdy czerniak rozwija się z istniejącego pieprzyka. W wielu przypadkach pojawia się jako zupełnie nowa zmiana. Nowotwór ten nie dotyczy wyłącznie osób intensywnie opalających się – w rzeczywistości na nowotwory skóry może zachorować każdy. Ryzyko jest większe m.in. u osób z jasną karnacją, licznymi znamionami czy dodatnim wywiadem rodzinnym, jednak czujność powinniśmy zachowywać wszyscy.

Mitem jest też, że jeśli znamię nie boli, nie trzeba go sprawdzać. Wczesny czerniak najczęściej nie powoduje bólu ani innych dolegliwości. Niepokój powinny wzbudzić przede wszystkim zmiany wyglądu znamienia.

Źródło: PAP



FOT. 123RF

W Polsce każdego roku raka skóry rozpoznaje się u tysięcy osób. Jego wczesne stadium jest całkowicie wyleczalne

eprasa.pl 93a1280cba

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Których słodyczy lepiej unikać i dlaczego?

Na co zwracać uwagę podczas zakupów?

Kolorowe opakowania i kuszący smak nie zawsze idą w parze z dobrym, zdrowym składem. Na półkach sklepowych znaleźć możemy całą gamę słodyczy: od lizaków, cukierkow, aż po ciastka z kremem. Jedne z nich dostarczają głównie cukru i tłuszczu niskiej jakości, inne mogą mieć prostszy skład i mniejszy wpływ na zdrowie. Specjalistka ds. żywienia człowieka, Magdalena Jarzynka-Jendrzejewska, wyjaśnia, które słodycze omija szerokim łukiem i dlaczego. – Zawsze czytam składy produktów. Tak też robię w przypadku słodyczy, jeśli je kupuję, a nie robię tego często. Wybieram te z najkrótszym składem, bez niepotrzebnych dodatków: im prościej, tym lepiej. Szybciej sięgnę po gorzką czekoladę niż po przereklamowany batonik proteinowy. Unikam też bardzo kolorowych produktów, które opakowaniem z postaciami z bajek sugerują, że są przeznaczone dla dzieci, bo najczęściej – poza przyciągającą wzrok etykietą – nie mają zbyt dużo dobrego do zaoferowania – podkreśla założycielka poradni dietetycznej Dietosfera.

Kiedy zachować szczególną czujność?

Największą ostrożność podczas zakupów należy zachować przy słodyczach łączących dużą ilość cukru, tłuszczów nasyconych, wysoką kaloryczność, a jednocześnie dostarczających niewiele wartości odżywczych. – Dotyczy to między innymi wafelków z kremem, nadziewanych batonów, ciastek z długim składem i wyrobów cukierniczych z tłuszczami utwardzonymi. Szczególnie niekorzystne jest ich regularne spożywanie w dużych ilościach. Uczulam, że o jakości diety decyduje przede wszystkim całość naszych nawyków, a nie pojedynczy produkt, i to jest najważniejsze – wskazuje Magdalena Jarzynka-Jendrzejewska.

Co robić, jeśli nie chcemy rezygnować ze słodyczy?

Jeśli nie wyobrażamy sobie rezygnacji ze słodkości, warto wiedzieć, które produkty są lepszym wyborem. – Dobrym wyborem może być na przykład gorzka czekolada, prosty składnikowo deser mleczny, domowe ciasto z owocami czy owoce z jogurtem naturalnym lub batonik oparty na suszonych owocach. Powtarzam, aby podczas zakupów dokładnie czytać etykiety i porównywać zawartość cukrów, tłuszczów nasyconych oraz wielkość porcji. Nie kierujmy się wyłącznie hasłami „fit", „light" czy „bez dodatku cukru", „proteinowy", czy kolorową etykietą – nie zawsze oznaczają one, że produkt jest zdrowszy – radzi założycielka poradni dietetycznej Dietosfera. Jak dodaje, najważniejsze są skład, wartość odżywcza i częstotliwość spożycia.

Jest jakiś prosty przepis na „ciasto bez ciasta"?

– U mnie w domu desery robi córka. Szczególnie ciasta i właśnie domowe desery są najlepsze. Ja najbardziej lubię „ciasto bez ciasta", czyli crumble – owoce pod kruszonką – mówi Magdalena Jarzynka-Jendrzejewska.

Jak przygotować takie domowe ciasto?

Przepis jest bardzo prosty – nie potrzebujemy do niego wielu produktów. Jeśli chcemy przygotować sobie crumble, to potrzebujemy następujące składniki: 1 gruszkę lub jabłko lub/i śliwki, do tego 1 filiżanka dowolnych owoców, na przykład malin czy truskawek (poza sezonem możemy skorzystać z możonek). Z kolei na kruszonkę potrzebujemy: 150 g masła (niesolonego), 5 łyżek mąki (najlepiej razowa), 3 łyżki cukru lub erytrytolu, 0,5 łyżeczki kardamonu, 1 łyżeczka cynamonu, 0,5 łyżeczki mielonych goździków). – Warstwa kruszonki powinna być taka, żeby owoce przeświytywały, resztę można zamrozić. Owoce można również posypać cynamonem i imbirem. Należy zapiec owoce pod kruszonką w temperaturze 200 stopni Celsjusza przez około 30 minut, aż kruszonka się zrumieni – radzi dietetyczka.



FOT. FB

Katarzyna Wąś-Zaniuk

PROFILAKTYKA

Pij go codziennie jesienią. Organizm ci podziękuje. Przygotowanie tego napoju jest niezwykle proste

Jesień to czas, kiedy warto zadbać o odporność swojego organizmu, by ochronić się przed różnego rodzaju infekcjami, które o tej porze roku lubią dać o sobie znać. Jest na to kilka prostych sposobów. Jednym z nich jest picie napoju tylko z trzech składników, ale za to takich, które mają wyjątkową moc. Powinny znaleźć się w każdym domu

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Imbir od dawna znany jest przede wszystkim z działania wspierającego układ pokarmowy: pomaga w trawieniu, wspiera pracę wątroby i jelit. Działa przeciwwymiotnie, dzięki czemu bywa stosowany m.in. przy nudnościach, w tym u kobiet w ciąży oraz u osób cierpiących na chorobę lokomocyjną. Warto wiedzieć, że ta popularna roślina wykazuje również potencjalne działanie przeciwstarzeniowe. Jednak imbir jest również źródłem substancji o działaniu przeciwzapalnym i antyoksydacyjnym.

Z kolei miód od lat wykorzystywany jest jako domowe remedium na przeziębienie. Dokładnie zbadano jego właściwości immunomodulujące i przeciwbakteryjne, czyli wpływ spożycia miodu na funkcjonowanie układu odpornościowego człowieka. Zaobserwowano, że regularnie i długotrwale spożywany miód spadziowy lub lipowy wzmacniają odporność na drodze stymulowania organizmu do zwiększonej produkcji komórek układu odpornościowego. Na wstępnych etapach zakażenia komórki te eliminują szkodliwe dla organizmu patogeny, zapobiegając infekcjom.

Dlatego koniecznie zrób sobie w domu shot o smaku mandarynki, imbiru i miodu, jeśli chcesz naturalnie podnieść odporność organizmu.

Naturalny shot z imbiru i mandarynek. Domowy sposób na wsparcie odporności

Shoty imbirowe od lat cieszą się dużą popularnością, szczególnie w sezonie przeziębień i infekcji. Nic dziwnego: są łatwe w przygotowaniu, pełne wyrazistego smaku i zawierają składniki, które mogą wspierać organizm. Ta wersja z dodatkiem mandarynek, miodu i kurkumy nie tylko rozgrzewa, ale również wyjątkowo dobrze smakuje.

Warto przygotować większą porcję i przechowywać ją w lodówce w szczelnie zamkniętej, wyparzonej butelce. Dzięki temu codzienną dawkę można mieć zawsze pod ręką.

Jak przygotować shot imbirowy?

Z podanych proporcji przygotujesz około 750 ml napoju:

- 230-270 g świeżego imbiru,
- 1 łyżeczka mielonej kurkumy,
- 1 łyżka miodu,
- duża szczypta świeżo mielonego pieprzu,
- 600 ml soku z mandarynek.



FOT. GETTY IMAGES

Jak zrobić naturalny shot o smaku imbiru i mandarynek? Nie jest to wcale takie trudne

Sposób przygotowania

- Nieobrany imbir pokrój na mniejsze kawałki.
- Umieść go w blenderze wraz z 300 ml soku z mandarynek, kurkumą, miodem i pieprzem.
- Miksuj przez kilka minut, aż składniki dokładnie się rozdrobnią.
- Powstałą masę przetrzyj przez sitko lub przecierak do warzyw. Sok zbieraj do naczynia.
- Pozostałą pulpę ponownie przełóż do blendera, dodaj resztę soku z mandarynek i jeszcze raz wszystko zmiksuj. Ponownie przecedź mieszankę i połącz ją z pierwszą porcją soku. To właśnie drugie tłoczenie nadaje shotowi charakterystyczną ostrość i intensywny smak.

Gotowy napój przelej do czystej, szklanej butelki i przechowuj w lodówce.

Jak często pić?

Najlepiej pić 1-2 niewielkie shoty dziennie. Dzięki temu aromatyczna mieszanka imbiru, kurkumy i cytrusów może stać się smacznym elementem codziennej diety, szczególnie w chłodniejszych miesiącach roku.

eprasa.pl 93a1280cba

PLEBISCYT EDUKACYJNY 2026

To jest taka pani, co wszystko umie i na wszystko radę ma!

Pamiętasz, jak stawiałeś pierwsze niezgrabne litery w zeszycie? Jak czytałeś pierwsze zdania? Jak liczyłeś na paluszkach? Może nie, ale na pewno do dziś pamiętasz swoją pierwszą nauczycielkę. Bo może minąć wiele lat, ale niektóre szkolne wspomnienia zostają na całe życie.

Bo pierwsza „moja pani" to ktoś szczególny. Najlepsza ze wszystkich pań w calusieńkiej szkole, wiadomo! Ktoś, do kogo biegnie się po pomoc. Ktoś, kto odpowiada na 100 pytań na minutę. Ktoś, kto uczy nie tylko czytania, pisania i liczenia, ale także szkolnej rzeczywistości. I w końcu ktoś, kto ładuje do życiowego tornistra wszystko to, co poniesiemy przez dalsze lata edukacji, aż na same studia. Bo to właśnie w najmłodszych klasach rodzi się ciekawość świata, wiara we własne możliwości oraz stosunek do nauki na kolejne lata, a nauczyciele klas 0-3 mają w tym ogromny udział. - W Plebiscycie Edukacyjnym 2026 tydzień po tygodniu prezentujemy osoby, które każdego dnia towarzyszą naszym dzieciom w ich edukacyjnych przygodach - wyjaśnia Katarzyna Adamczyk, która opiekuje się tą akcją od strony redakcyjnej.

Jak dodaje: - Dziś przyszedł czas, byśmy poznali bliżej nauczycieli klas 0-3, którzy mają swoje ważne miejsce w naszej akcji, bo mają je w naszym życiu. Możemy nie pamiętać, jak stawialiśmy pierwsze litery w zeszycie, czytaliśmy pierwsze zdania czy liczyliśmy na palcach, ale zwykle pamiętamy swoją pierwszą nauczycielkę. Bo może minąć wiele lat, ale niektóre szkolne wspomnienia zostają na całe życie. Warto więc poznać osoby, które zostaną w myślach i sercach obecnych uczniów. Poznajmy więc ich historie, zainteresowania i pasje. Poczytacie o nich także na naszej stronie.

Więcej o akcji na: gazetawroclawska.pl/nauczyciel

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

„Spełniłam marzenia" - mówi o swojej pracy



- Zdecydowałam się na zostanie nauczycielem jeszcze w dzieciństwie. Moja mama i ukochana ciocia były nauczycielkami. W szkole spotkałam nauczycieli, którzy byli dla mnie autorytetami. I tak zostało... Spełniłam marzenia. Nie każdy ma takie szczęście - zaznacza Ines Marteni-Białas (Szkoła Podstawowa im. Ratowników Górskich, Karpacz).

Nasza bohaterka zajmuje się edukacją wczesnoszkolną, a od 10 lat dochodzi do tego logopedia. Największą satysfakcję daje jej uśmiech ucznia, gdy zrobi ciekawą pracę, napisze oryginalne opowiadanie czy też zacznie wymawiać „r". Radość dziecka z sukcesu i osiągnięcia celu jest jej radością. Bardzo lubi bawić się z dziećmi, grać i żartować. - My, dorośli, mamy w sobie coś z dziecka, a to moje wewnętrzne dziecko szuka towarzystwa. Spędzam z uczniami czas bardzo twórczo. Mimo wieku czuję się młodo... - podkreśla pani Ines, która wyznaje, że poza szkołą myśli o... szkole. Rozważa i analizuje, czy dobrze wytłumaczyła zadanie, czy sprawiedliwie oceniła, czy umiejętnie przeprowadziła rozmowę z rodzicami ucznia: - Potem czytam książki, jeżdżę po Polsce na festiwale i targi książek, chodzę po górach, do lasu, spotykam się z przyjaciółmi, podróżuję.

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

To już tradycja rodzinna, liczona w pokoleniach



Zawód nauczyciela w jej rodzinie jest obecny od pokoleń. Prababcia uczyła gry na pianinie, babcia Basia - obecnie emerytka - była nauczycielką historii, a jej siostra, ciocia Ewa, uczyła wychowania fizycznego. Wszystkie te kobiety obecne w jej życiu były i nadal są dla niej wspaniałą inspiracją.

Co w pracy nauczycielki jest dla niej źródłem największej inspiracji?

- Oczywiście uśmiech na twarzach moich uczniów i ich zaangażowanie w pracę. U dzieci informacja zwrotna widoczna jest na twarzy nieustannie podczas zajęć. Jeśli przez większość naszego wspólnego dnia te buzie są rozchmurzone i uśmiechnięte, to buduje i daje satysfakcję - wyznaje Magdalena Knopek (Szkoła Podstawowa im. gen. Władysława Sikorskiego, Ołdrzychowice Kłodzkie).

A co poza pracą? Jak spędza czas wolny?

- Mam wiele pasji i zainteresowań, którymi dzielę się z moimi uczniami. Lubię podróże, wycieczki, chodzimy rodzinnie po górach, zdobywając odznaki turystyczne. Ponadto należę do międzynarodowego projektu Postcrossing, polegającego na wymianie pocztówek z ludźmi z całego świata - wylicza.

LIDERZY RANKINGÓW

Oto lista nauczycieli, którzy od początku głosowania do wtorku do godz. 9 zdobyli najwięcej głosów wśród liderów z powiatów oraz lista liderów głosowania na dyrektorów, nauczycieli akademickich, logopedów i placówki edukacyjne.

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Oksana Kulyas,** Przedszkole Niepubliczne Niebieski Słonik, Wróblowice
2. **Agnieszka Myszogląd,** Przedszkole Gminne, Szalejów Dolny
3. **Natalia Krajewska,** Publiczne Przedszkole Zielona Huśtawka, Wrocław

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

1. **Natalia Bójko-Przybylak,** Szkoła Podstawowa nr 18, Wrocław
2. **Joanna Żmijska,** Szkoła Podstawowa nr 1 im. Tadeusza Kościuszki, Lubań
3. **Dorota Nowakowska,** Miejski Zespół Szkół, Duszniki-Zdrój

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

1. **Agnieszka Koronkiewicz,** Szkoła Podstawowa nr 1 im. Mikołaja Kopernika, Prochowice
2. **Paula Pilus,** Dwujęzyczna Szkoła Podstawowa ATUT Fundacji Edukacji Międzynarodowej, Wrocław
3. **Anna Rzepka,** Szkoła Podstawowa im. Noblistów Polskich, Brzezia Łąka

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Klaudia Mroczkowska,** Husarz Główna Szkoła Wojskowa, Wrocław
2. **Mateusz Wiżbicki,** Noworudzka Szkoła Techniczna, Nowa Ruda
3. **Dorota Burda,** Zespół Szkół Zawodowych i Licealnych, Zgorzelec

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **dr Paweł Greń,** Uniwersytet DSW Ideis, Wrocław
2. **dr Małgorzata Kozłowska,** Uniwersytet Wrocławski, Wrocław
3. **dr Paweł Fiktus,** Wyższa Szkoła Prawa, Wrocław

DYREKTOR SZKOŁY LUB PRZEDSZKOLA

1. **Alicja Porada,** Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 im. Tadeusza Kościuszki, Strzelin
2. **Anna Ponichtera,** Liceum Ogólnokształcące Dialogu Kultur Etz Chaim, Wrocław
3. **Renata Kowalczyk,** Szkoła Podstawowa, Smolec

PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

1. **Beata Babicz,** Szkoła Podstawowa im. Ludwiki Wawrzyńskiej, Witoszów Dolny
2. **Krzysztof Joks,** II Liceum Ogólnokształcące im. Cypriana Kamila Norwida, Jelenia Góra
3. **Izabela Piwowar-Szafran,** Szkoła Podstawowa nr 3 im. 100-Lecia Odzyskania Niepodległości, Kudowa-Zdrój

LOGOPEDA ROKU

1. **Edwin Bażański,** Terapia Prywatna Akademia Jąkania, Wrocław
2. **Agnieszka Pieluszyńska,** Centrum Diagnostyczno-Terapeutyczne Ślężuś, Sobótka
3. **Marta Sankowska,** Integracyjne Przedszkole Fundacji Promyk Słońca, Wrocław

PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Niepubliczne Przedszkole Wesołe Motylki,** Dobrzykowice, Wrocławska 8/10
2. **Przedszkole Integracyjne nr 68,** Wrocław, Jana Długosza 29
3. **Niepubliczne Przedszkole Magdalenka,** Oława, Szmaragdowa 8

SZKOŁA ROKU

1. **Szkoła Podstawowa im. Astrid Lindgren,** Zastruże, Zastruże 19A
2. **Niepubliczna Szkoła Podstawowa Sióstr Salezjanek im. Jana Pawła II,** Wrocław, pl. Franciszkański 1-3
3. **Szkoła Podstawowa im. Orła Białego,** Bierna 57, Bierna 57

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **Centrum Edukacyjne EngMat,** Zgorzelec, Lubańska 10h/26
2. **Szkolenia Językowe Dragon Academy Adrian Dragan,** Lubin, Perłowa 2/4
3. **English Academy for Kids,** Lubin, Sokola 12a

Sprawdź aktualne wyniki i głosuj na: www.gazetawroclawska.pl/nauczyciel

eprasa.pl 93a1280cba

PROGRAMOWO



G. 18:05

Klan

TVP 1

Ola dzwoni z informacjami. Okazuje się, że – na szczęście – to nie dom Kaliny się wczoraj palił. Julka cały czas trenuje, bo ma nowy „czelendż". Podczas treningu zaczepia skakanką o kryształową pamiątkę, nagrodę Pawła i Krystyny w tanecznym konkursie, i zbija ją.

Monika cały czas ma wątpliwości, czy nie powinna zostać w Częstochowie, przy Kai i Danielu. Feliks tłumaczy, że przecież Kaja ich tam nie chciała, ale Monika swoje wie. Rutka ma temperaturę i strasznie kaszle. Odmawia jednak wyjścia do lekarza.

G. 20:00

Barwy szczęścia

TVP 2

O poranku u Huberta niespodziewanie zjawia się załamana Szczepka. Przerażona lekarka drży na myśl, że grozi jej utrata prawa wykonywania zawodu oraz kara więzienia.

Równolegle Wiktor mierzy się z widmem poważnego kryzysu – tańsza konkurencja internetowa drastycznie uderza w rentowność jego skateshopu. Niespodziewaną pomoc oferuje mu jednak Wanda, która odwiedza sklep, by kolejny raz poprosić chłopaka o wybaczenie.



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

Sabina martwi się o wnuka, w tej sprawie chce porozmawiać z Kaśką. Możliwe, że jego choroba ma podłoże genetyczne, co oznacza, że Sabina będzie musiała spotkać się ze Streckerem i wypytać o zdrowie w jego rodzinie... W domu Kasi dzieciaki przygotowują transparent powitalny dla Maćka, który tego dnia wychodzi ze szpitala. Przed nim długa rehabilitacja. Wojtek z Hanką w porannej krzątaninie, trochę się o siebie zawadzają, Wojtek jest poirytowany. Hanka proponuje mu wyjście wieczorem, ale Wojtek wymawia się dyżurem. Tomek proponuje Wojtkowi, żeby poszedł z nim do Szabo na warsztaty.

Na SOR trafia mały chłopczyk z dusznością i kaszlem, którego konsultuje Kaśka Hajduk. Zastanawia ją, dlaczego matka chłopca nie chce powiedzieć mężowi, że są w szpitalu. Pojawia się kobieta, która podaje się za matkę dziecka.



G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat



Hubert ambicjonalnie traktuje fakt, że ktoś ukradł jego samochód, i praktycznie zawłaszcza śledztwo w tej sprawie. Tym bardziej, że metody wadlewskiej policji muszą się wydać doświadczonemu komisarzowi cokolwiek egzotyczne. Paulina chcąc nie chcąc towarzyszy mężowi w pracy śledczej. Przy okazji zauważa coś, co umyka uwadze Huberta.

Radek wchodzi w pyskówkę z Florianem i po raz kolejny naraża się Grażynie. To zły moment, bo Grażyna właśnie stara się uchronić go przed skargą do Komisji Etyki Lekarskiej.

G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN

Agnieszka z Heblem próbują ratować Tomka po tym, jak wziął na siebie winę za narkotyki, które jego brat podrzucił Olszewskiej. Niespodziewanie na komisariacie pojawia się „Żaba"! Prosi Olszewską i Ryszarda o opiekę nad Tomkiem, po czym... przyznaje się do podrzucenia narkotyków prawniczce! Zwolniony Tomek na korytarzu mija się ze skutym bratem – co zrobi?!

Igor przekonuje Wiolę, że jedynym ratunkiem dla jej córki jest... więzienie! Anka zła na Igora – wczoraj zapomniał o niej i wieczorem z pracy musiał ją odwieźć wydawca jej płyty – Kazik... Ale Nowak znowu jedzie na Wioli – ta chce się wycofać z zeznań przeciwko córce narkomance. Igor przekonuje ją, że przymusowa izolacja w więzieniu pozwoli Anastazji przeżyć! Julka coraz bardziej martwi się, czy da radę wyjść z uzależnienia...



G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Gdy mała Nina trafia na SOR w Leśnej Górze, Julka od razu ją rozpoznaje i w końcu Blanka może wziąć odzyskaną córeczkę w ramiona. Badania szybko jednak wykazują, że dziewczynka wymaga pilnej operacji. Ale jej porywaczka Zuza nie poddaje się i zjawia się w szpitalu, udając pacjentkę.

W klinice trwają przygotowania do skomplikowanego zabiegu, który – mimo protestów Zawady i Wilczewskiego – ma wykonać Jakub Dobry. Maria nadal jest w Krakowie.

G. 20:30

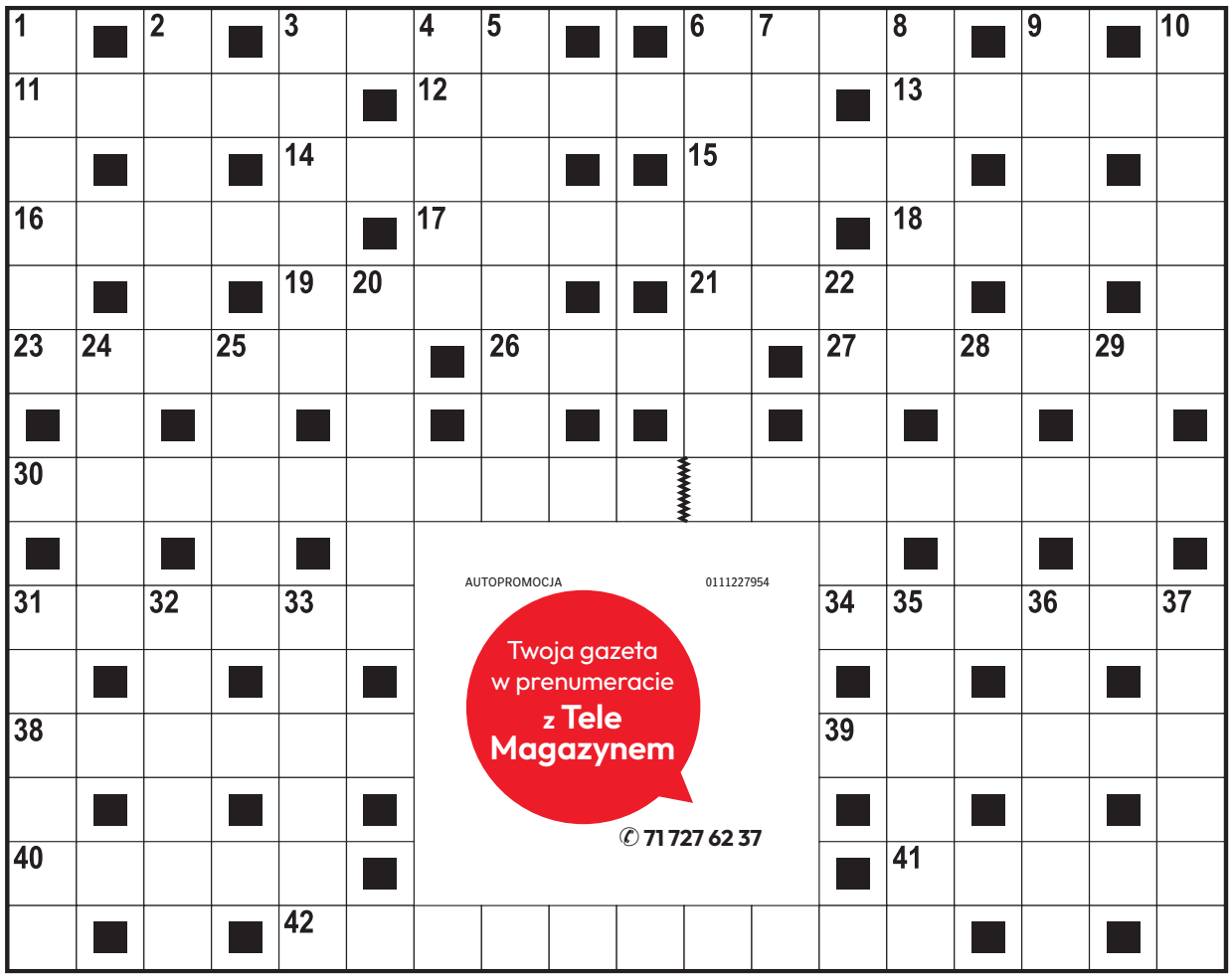
Felicita

TVP 1

Na Mazurach Zośka (Laura Breszka) po raz pierwszy przyznaje, że kryzys odbija się również na jej życiu zawodowym. Konfrontuje się też z poczuciem odpowiedzialności za rozpad małżeństwa. Oliwia (Klementyna Karnkowska) angażuje się w akcję wspierającą kobiety dotknięte ubóstwem menstruacyjnym, a Giulia (Oriana Celentano) szykuje się do wyjazdu z Nico. Po powrocie Zośka i Ewka stawiają Piotrowi ultimatum, którego nie może on zignorować...

eprasa.pl 93a1280cba

KRZYŻÓWKA NR 171



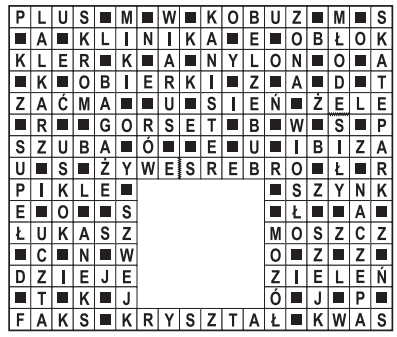
Poziomo:

3) Jan Sebastian, kompozytor i organista,
6) ciasto biszkoptowe z bakaliami, cwibak,
11) roślinożerny gryzoń z Ameryki Południowej,
12) powieść lub film z dreszczykiem,
13) alkaloid w ziarnach kawy i liściach herbaty,
14) „… Wszechmogący", amerykańska komedia,
15) średniowieczna opłata u wrót miasta,
16) główny posiłek dnia,
17) portowe miasto w Libii,
18) należy do komisji konkursowej,
19) poręczenie na czeku,
21) między prezbiterium a kruchtą,
23) pula w grze hazardowej,
26) ukojenie w cierpieniu,
27) ryba gotowa do tarła,
30) prawdziwe imię i nazwisko Nikifora,
31) atrybut piłkarskiego kibica,
34) domek dla szlachcica,
38) słodki owoc z palmy,
39) … lejkowate to estuarium,
40) średniowieczni wędrowni kuglarze,
41) pasza dla kasztanki,
42) mały pojemnik na atrament.

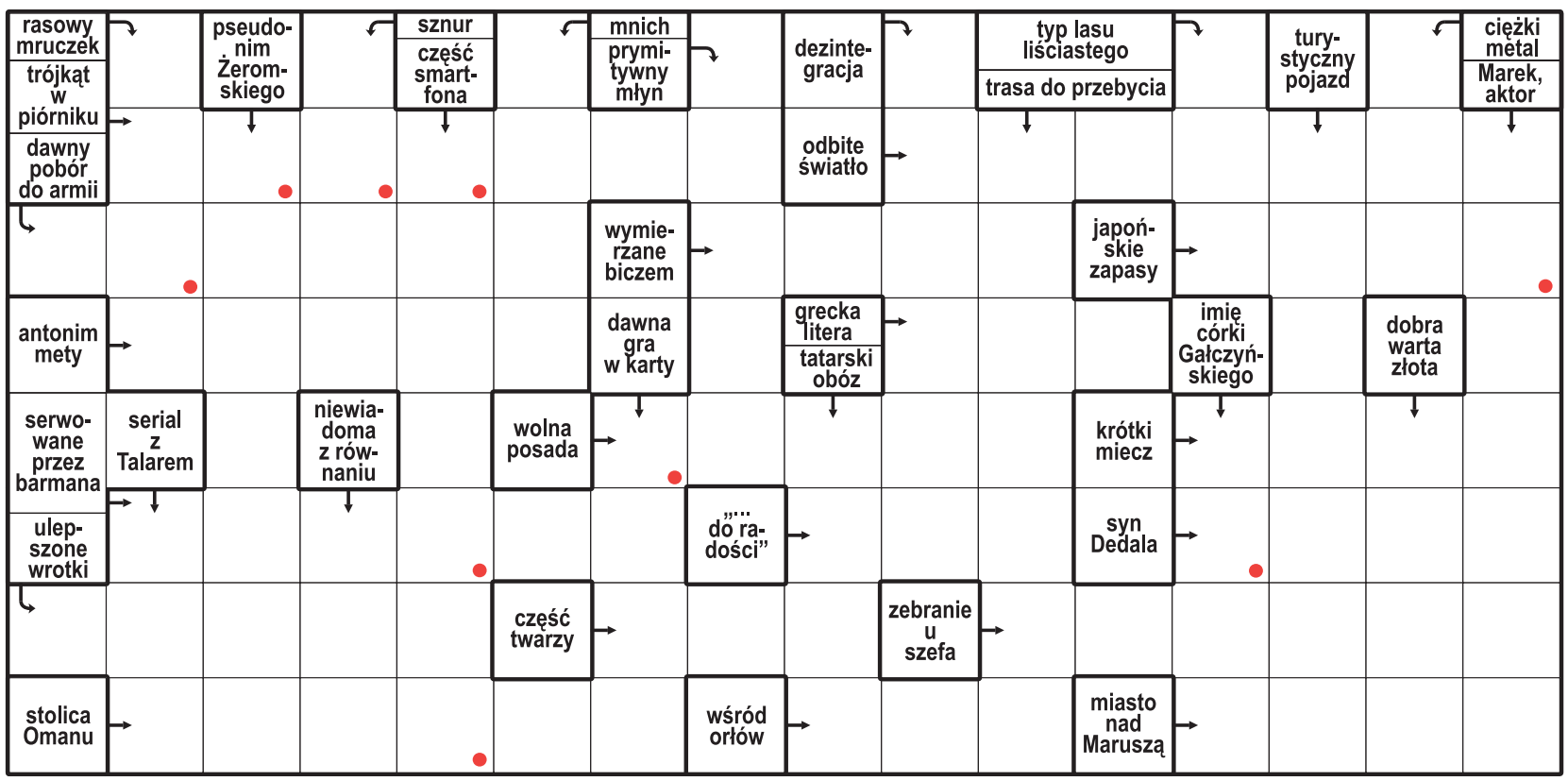
Pionowo:

1) popularna marka kawy,
2) Robert, polski kierowca rajdowy,
3) nie ma środków do życia,
4) „… wuja Toma", powieść Harriet Stowe,
5) stolica i największe miasto stanu Hawaje,
6) uczestniczył w zburzeniu Bastylii,
7) solenizantka z 18 maja,
8) podpora na rowery,
9) utwór pisany mową wiązaną,
10) utwardza stoki narciarskie,
20) kocioł do grzania wody,
22) książę litewski, uczestnik bitwy pod Grunwaldem,
24) żółty kamień ozdobny,
25) cienki, łamliwy andrut,
28) rekreacyjna gra ruchowa,
29) uczta pierwszych chrześcijan,
31) biega z gwizdkiem po boisku piłkarskim,
32) stolica kraju z półksiężycem,
33) mały cukierek śmietankowy,
35) filc gorszego gatunku,
36) Zawisza Czarny z Garbowa,
37) ułamkowa w matematyce.

ROZWIĄZANIE NR 170



KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: KIEROWNIK.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Horoskop dzienny wróży, że spokojne tempo pozwoli dostrzec szanse, które wcześniej były niewidoczne.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywne podejście ułatwi rozwiązanie problemu. Horoskop na dziś mówi, że poprawi Ci to nastrój.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że osiągniesz ważny cel.

Byk (20.04 - 20.05)
Okazja zachęci Cię do działania. Horoskop dzienny sugeruje, że może to otworzyć nowe perspektywy.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja podpowie dobre rozwiązanie. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać swoim odczuciom.

Rak (22.06 - 22.07)
Horoskop dzienny na środę radzi zachowywać dzisiaj równowagę między obowiązkami a odpoczynkiem.

Lew (23.07 - 22.08)
Porządek w planach przyniesie ulgę i pozwoli działać dalej. Horoskop dzienny zapowiada udany dzień.

Panna (23.08 - 22.09)
Energia będzie dopisywać. Horoskop na dziś mówi, że Twoja pewność siebie przyciągnie uwagę innych.

Waga (23.09 - 22.10)
Ktoś okaże Ci wsparcie. Horoskop dzienny na środę mówi, że dzięki temu łatwiej uporasz się z trudnościami.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Rozmowy przyniosą ciekawe wieści. Horoskop dzienny wróży, że nowy pomysł otworzy ważne możliwości.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Finansowe sprawy nabiorą tempa. Horoskop na dziś zapowiada, że rozsądek pomoże uniknąć strat.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Odważnie ruszaj dzisiaj po cele. Horoskop dzienny ma środę mówi, że los sprzyja Twoim decyzjom.

eprasa.pl 93a1280cba

PIŁKA RĘCZNA

Polscy szczypiorniści ruszają na podbój Europy. Już dzisiaj

Paweł Wiśniewski

Środowym meczem z Łotwą (Opole, godz. 18.00), reprezentacja Polski piłkarzy ręcznych rozpocznie eliminacje do mistrzostw Europy w 2028 roku. W kadrze na listopadowe spotkania nastąpiła jedna zmiana. W miejsce powołanego, ale wciąż nie w pełni dysponowanego Tomasza Gębali, dołączył rozgrywający CSM Bukareszt Damian Przytuła.



FOT. PAP/KRZYSZTOF ŚWIDERSKI

Ostatnie dni przed pierwszym meczem eliminacyjnym mistrzostw Europy 2028, podopieczni trenera Joty Gonzáleza spędzili w Opolu

– Priorytetem są nadchodzące mistrzostwa świata, dlatego wspólnie podjęliśmy decyzję o odpuszczeniu obecnego zgrupowania, abym mógł w pełni wyleczyć uraz kolana i być w stu procentach gotowy na główny turniej – twierdzi Tomasz Gębala.

Cztery dni po meczu w „Stegu Arena" nasi szczypiorniści zagrają na wyjeździe kolejne spotkanie eliminacyjne. Tym razem, rywalem Polaków będzie Rumunia.

Poza tymi drużynami w grupie 6 rywalizuje jeszcze Francja, której trenerem jest dobrze znany w Polsce... Tałant Dujszebajewej (m.in. w Kielcach pracował grubo ponad 10 lat).

– Zdajemy sobie sprawę, że mecze w Rumunami i Francuzami będą trudne – wyjaśnia rozgrywający „Biało-Czerwonych" Michał Olejniczak. – Oczywiście nie możemy też lekceważyć Łotyszy. Z pełnym szacunkiem musimy podejść do spotkań z nimi . Każdy rywal może mieć słabszy dzień. My liczymy, że taki będzie mieć drużyna narodowa Francji, gdy w tych eliminacjach będzie grać przeciwko nam...

Zawodnik Industrii Kielce liczy, że komplet publiczności, który ma zasiąść na trybunach w środę w „Stegu Arena" będzie gorąco dopingować.

– Zawsze, gdy przyjeżdżam do Opola na mecz ligowy, to ta hala żyje – mówi Olejniczak. – Kibice pokazują, że piłka ręczna ma tu swoje bogate tradycje. Liczę, że przy okazji meczu drużyny narodowej tego dopingu nie zabraknie.

Łotwa to rywal dobrze znany polskiej drużynie – w marcu oba zespoły zmierzyły się w eliminacjach mistrzostw świata.

Wówcza podopieczni hiszpańskiego szkoleniowca, pochodzącego z Valladolid – Jesúsa Javiera Gonzáleza „Joty", zwyciężyli 33:24 na wyjeździe i 33:25 przed własną publicznością.

Z kolei Rumunia była rywalem Polaków w eliminacjach EHF EURO 2024. Wtedy Polacy dwukrotnie wygrali najmniejszą możliwą różnicą – 28:27 na wyjeździe i 30:29 w Gorzowie Wielkopolskim.

Spotkania z Francją zaplanowano na marzec. Eliminacje, „Biało-Czerwoni" zakończą na początku maja rywalizacją na Łotwie oraz u siebie z Rumunią.

Mistrzostwa Europy odbędą się w dniach 13–30 stycznia 2028 roku w Portugalii, Hiszpanii i Szwajcarii.

W turnieju wystąpią łącznie 24 drużyny. Gospodarze imprezy, a także broniąca tytułu – Dania, zostali zwolnieni z rywalizacji w eliminacjach.

O pozostałe dwadzieścia miejsc będą walczyć 32 ekipy w ośmiu 4-zespołowych grupach. Awans uzyskają dwie najlepsze drużyny z każdej z nich oraz cztery najlepsze spośród tych, które zakończą zmagania eliminacyjne na 3. miejscu w swojej grupie.

Transmisja ze środowego meczu Polska – Łotwa dostępna w Polsat Sport 2, a także online na Polsat Box Go. Początek o godz. 17.50.

Przedmeczowe studio ruszy natomiast o godz. 17.35.

PIŁKA NOŻNA

Polski dzień w Lidze Mistrzów. Zagrać może nawet siedmiu rodaków!

Jacek Czaplewski

Nawet siedmiu Polaków może wystąpić wieczorem w meczach Ligi Mistrzów. Jeden z nich, potencjalnie z naszym tercetem w składzie, obejrzymy w telewizji publicznej. Nasi rodacy z FC Porto spróbują uporać się z Napoli punktującym poniżej oczekiwań także w Serie A.

Najtrudniejsze zadanie czeka Biało-Czerwonych ze Slavii Praga. Do stolicy Czech przybywa bowiem finalista poprzedniej edycji, czyli mistrz Anglii Arsenal, opromieniony zdobyciem w weekend słynnego Anfield na wagę fotela lidera Premier League. Z anonsowanych składów wynika, że u gospodarzy od początku zobaczymy i Oskara Kubiaka na lewym wahadle, i Wiktora Nowaka, który ma zająć miejsce w środku pola. Przed nimi sprawdzian, jakiego jeszcze nie przeszli w swojej karierze, ich drużyna w tej edycji nie mierzyła się bowiem z żadnym gigantem, oni zaś sami nigdy wcześniej nie zagrali przeciw najlepszym zawodnikom na świecie. Każda zdobycz będzie sukcesem, tym bardziej że dotąd nie udało się wygrać ani razu, mając za rywali Lens, Sabah Baku czy ostatnio Fenerbahce Stambuł. Co ciekawe, według czeskich źródeł Slavia w zimie wróci na zakupy do Polski, sięgając tym razem po któregoś z rokujących, dobrze zbudowanych napastników. Padają dwa nazwiska: Karola Czubaka z Motoru Lublin i Rafała Adamskiego z Legii Warszawa.

Co najmniej dwóch Polaków zobaczymy również na Estadio do Dragao. FC Porto z Jakubem Kiwiorem i Janem Bednarkiem na środku defensywy po trzech porażkach celuje w przełamanie. Zagra z niewiele lepiej spisującym się Napoli, które pierwsze zwycięstwo ma dopiero za sobą dzięki szalonemu spotkaniu z Bodo/Glimt (padł wynik 4:3). Nie jest jasne, czy w portugalskim zespole jakiekolwiek minuty zbierze Oskar Pietuszewski. Obiecujący skrzydłowy w weekend znalazł się poza kadrą. Wcześniej z powodu drobnego urazu opuścił dwa inne mecze. Widowisko obejrzymy równocześnie w TVP 1 i TVP Sport. Skomentują je Mateusz Borek z Grzegorzem Mielcarskim.

Na przełamanie liczy również „polskie" Lens. Po szczęśliwym zwycięstwie nad wspomnianą Slavią nastąpiły bowiem dwie porażki bez zdobytej choćby jednej bramki. Łatwo wieczorem na pewno nie będzie, ponieważ przybywa rewelacja z Włoch mająca na rozkładzie i Manchester United, i RB Lipsk. Mowa o Como. Przeciw niemu szansę na grę ma tylko rezerwowy ostatnio wahadłowy Michał Skóraś. Stoper Maik Nawrocki dalej przechodzi rehabilitację po operacji kolana.

Do chłodnej Norwegii wybrał się za to Tymoteusz Puchacz. Polak świętował już z azerskim Sabahem Baku pierwsze zwycięstwo (nad Slavią), po którym zaliczył pierwszą asystę (z Borussią Dortmund). Może nadszedł czas na pierwszego gola? Naszego lewego obrońcę z Vikingurem Stavanger czeka wbrew pozorom spore wyzwanie, skoro rywal niedawno urwał punkty samemu Bayernowi Monachium.

Wszystkie mecze z udziałem Polaków zaplanowano na godz. 21.00. Wcześniej, czyli o godz. 18.45, AEK Ateny podejmie Real Madryt, zaś Fenerbahce zmierzy się z Liverpoolem. Jedni i drudzy goście w tej edycji, póki co, wygrali za każdym razem.

TENIS

Piękna, egzotyczna przygoda niech trwa. Hinduskie klimaty sprzyjają Weronice

Paweł Wiśniewski

W 1. rundzie turnieju tenisowego WTA 250 „Chennai Open" (pula nagród: 283 347 dolarów) Weronika Falkowska pokonała znaną Czeszkę Lindę Fruhvirtovą 7:6(3), 6:4. Mecz na kortach twardych „SDAT Tennis Stadium" trwał prawie dwie godziny. Panie zagrały ze sobą po raz pierwszy w karierze.

Fruhvirtova wygrywała w Chennai (dawny Madras) – stolicy stanu Tamilnadu w południowych Indiach i wielomilionowej metropolii nad Zatoką Bengalską – w 2022 roku. Czeszka okazała się wówczas lepsza od Magdy Linette.

Weronika Falkowska musiała przejść dwustopniowe kwalifikacje, by awansować do turnieju głównego. Nasza tenisistka gra w głównej drabince turnieju cyklu WTA po raz pierwszy od 2022 roku, gdy wystąpiła w imprezie WTA 250 w Warszawie. W zawodach cyklu za granicą zaprezentowała się po raz pierwszy.

Kasa wypłaci:
1. runda = 3065 dolarów;
2. runda = 4285 dolarów;
ćwierćfinał = 7025 dolarów;
półfinał = 12 331 dolarów;
finalistka = 22 125 dolarów;
zwyciężczyni = 37 390 dolarów.



FOT. JACEK SROKA/POLSKA PRESS

Weronika Falkowska raczej rzadko grywa ze światową elitą. Tym bardziej trzymamy kciuki za udany wystąp na hinduskiej ziemi

eprasa.pl 93a1280cba

SPORT

Amir Feratovič odchodzi z Chrobrego Głogów. 24-letni Słoweniec rozwiązał umowę z klubem za porozumieniem stron

PIŁKA NOŻNA

Trzęsienie ziemi w Śląsku! Trener i dyrektor zwolnieni

Piotr Janas

Śląsk Wrocław przegrał z Radomiakiem Radom 1:3 w 13. kolejce PKO Ekstraklasy. Po tej porażce spadły głowy: najpierw pracę stracił trener Ante Šimundža, a kilka godzin później dyrektor sportowy Rafał Grodzicki. Sprawy w swoje ręce wziął prezes Remigiusz Jezierski.

Radomiak Radom	**3** (1)
Śląsk Wrocław	**1** (1)

Bramki:
1:0 Chrístos Dónis 5' (asysta: Conrado)
1:1 Przemysław Banaszak 6' (asysta: Dembélé)
1:2 Jan Grzesik 49' (bez asysty)
1:3 Jan Grzesik 71' (asysta: Luquinhas)

Radomiak: Majchrowicz - Ouattara, Kingué, Koperski, Conrado - Grzesik (83. Nunnely), Alves, Dónis, Luquinhas (74. Wolski), Lumungo (90. Gouré) - Tapsoba (74. Luiz).

Śląsk: Niemczycki - Andersson, Szala, Ba, Malec, Jurčec - Samiec-Talar (60. Ciućka), Tomasiewicz (77. Yriarte), Linetty (60. Shabani) - Banaszak (77. Marjanac), Dembélé (60. Camões).

Sędziował: Damian Kos (Gdańsk)
Widzów: 6 696



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Trener Ante Šimundža (z lewej) pracę stracił jeszcze przed powrotem z Radomia. Rafał Grodzicki kilka godzin później, już we Wrocławiu

Czara goryczy została przelana: po kolejnej ligowej porażce, jakiej w chłodny poniedziałkowy wieczór doznał Śląsk Wrocław w Radomiu, z pracą pożegnał się trener. Od razu. Bez rozmów „na spokojnie" i zamkniętego gabinetu prezesa. Ante Šimundža już w Radomiu usłyszał, że był to jego ostatni mecz w roli trenera „Wojskowych". Taką decyzję, wbrew protestom dyrektora sportowego, podjął zarząd klubu z prezesem Remigiuszem Jezierskim na czele.

Zresztą głos dyr. Grodzickiego znaczył już bardzo niewiele, ponieważ on sam także otrzymał wypowiedzenie. Już w nieco innych okolicznościach, bo po powrocie do Wrocławia i rozmowie twarzą w twarz z Jezierskim, który po objęciu stanowiska mocno na Grodzickiego postawił. Rozczarował się jednak solennie, bo letnie okno transferowe wołało o pomstę do nieba, o czym wielokrotnie alarmowaliśmy na łamach Gazety Wrocławskiej. Wówczas jednak - a było to po szybkim powrocie do Ekstraklasy - zarówno Šimundža jak i Grodzicki zasługiwali na kredyt zaufania i go dostali. Niestety obaj zawiedli i dziś już ich w klubie nie ma.

Obecnie kibice zadają sobie pytanie: Co dalej? Na ten moment trwają poszukiwania nowego trenera, a będąc bardziej precyzyjnym rozmowy z kandydatem, który ma wejść w buty Słoweńca. Spekulowano, że szansę może dostać jeden z dotychczasowych asystentów Šimundžy, a konkretnie Chorwat Toni Golem, ale z informacji do jakich udało nam się dotrzeć to się nie wydarzy. Golem jest opcją rezerwową, na wypadek, gdyby wytypowany kandydat ostatecznie zrezygnował, albo nie dogadał się z prezesem, aczkolwiek na dziś to mało prawdopodobne rozwiązanie. Możliwe jednak, że Golem poprowadzi drużynę jako trener tymczasowy, w zaplanowanym na najbliższą sobotę meczu z Piastem Gliwice na Tarczyński Arena Wrocław.

Marcel Reguła zrobił swoje

W równolegle rozgrywanym spotkaniu KGHM Zagłębie Lubin podejmowało Koronę Kielce. Miedziowi wygrali przed własną publicznością 1:0, a zwycięstwo zapewnił im niezawodny ostatnio Marcel Reguła. Przebojowy wychowanek nastrzelił jednego z rywali zdobywając bramkę, ale był też bliski spektakularnego trafienia z połowy boiska.

O takich wychowankach i przede wszystkim miejscu w tabeli w Śląsku mogą tylko pomarzyć. Zagłębie wskoczyło na 5. miejsce w ligowej tabeli i w dobrych nastrojach pojedzie na niedzielny mecz z Lechem w Poznaniu.

13. KOLEJKA PKO EKSTRAKLASY

KGHM ZAGŁĘBIE LUBIN - KORONA KIELCE 1:0 (1:0)
Bramka: Reguła 4.
Zagłębie: Alomerović - Yakuba (46. Orlikowski), Ławniczak, Nalepa (38. Michalski), Woźniak (69. Szymczak) - Ćorluka, Kocaba, Dąbrowski, Dziewiatowski (70. Kolan), Kerk (61. Sypek) - Reguła.
Korona: Dziekoński - Barczak, Rubežić, Mosór, Pięczek (84. Błanik) - Jakubczyk (79. Davidović), Gustafson (59. Remacle), Hellebrand, Mena - Bąk (46. Stępiński), Ameyaw (58. Faßbender).

Pozostałe wyniki: Cracovia - Motor Lublin 1:2 (Hasić 13 - Plavotić 23, Lopes 40); Górnik Zabrze - Legia Warszawa 0:0; Wisła Płock - Piast Gliwice 2:2 (Kobacki 46, Sekulski 67 - Katsantónis 24, Leśniak 37); Wieczysta Kraków - Jagiellonia 1:3 (Dujmović 72 - Imaz 8-k., Prelec 80, Vital 84), Lech Poznań - Wisła Kraków 3:1 (Kozubal 54, Wålemark 57, Agnero 64 - Krzyżanowski 56); GKS Katowice - Widzew Łódź 3:2 (Nowak 33, 59, 65 - Kapuadi 70, Świderski 74); Raków Częstochowa - Pogoń Szczecin 3:1 (Makuch 47, Racoviţan 73, Pieńko 90 - Ćurlinov 5).

1.	Lech Poznań	12	31	32-11
2.	Górnik Zabrze	13	28	21-11
3.	Legia Warszawa	13	24	23-11
4.	Pogoń Szczecin	12	24	20-12
5.	Zagłębie Lubin	13	22	16-15
6.	GKS Katowice	13	21	25-19
7.	Piast Gliwice	13	21	24-20
8.	Wisła Kraków	13	21	20-18
9.	Jagiellonia Białystok	12	18	17-18
10.	Korona Kielce	13	18	14-19
11.	Motor Lublin	13	16	19-22
12.	Wisła Płock	12	15	12-18
13.	Cracovia	13	12	15-21
14.	Widzew Łódź	13	11	17-19
15.	Radomiak Radom	13	11	15-29
16.	Śląsk Wrocław	13	9	17-25
17.	Raków Częstochowa	13	9	19-29
18.	Wieczysta Kraków	13	8	17-26

Jakub Guder,
szef red. sportowej Gazety Wrocławskiej



Bezradność Ante Simundzy.
Trenerze, dziękujemy

X.com - @JakubGuder

Bezradność Ante Simundzy biła po oczach. Gdy kamera pokazywała jego reakcje po kolejnych straconych golach, mowa ciała Słoweńca była jasna: „Ale co ja tu mogłem więcej zrobić?" W Radomiu scenariusz się powtórzył, chociaż tym razem rywale decydujących goli nie strzelali w końcówce. Prawdę mówiąc ta porażka nie była wielkim zaskoczeniem, no bo jak inaczej ma grać drużyna, której szkoleniowiec mówi wprost, że nie ma pomysłu na to, jak poprawić grę w obronie.

- Nie potrafię zrozumieć, dlaczego takie sytuacje wciąż się powtarzają. Trenujemy, pokazujemy zawodnikom konkretne zachowania, analizujemy błędy i rozmawiamy z nimi. Nie wiem, co jeszcze możemy zrobić, żeby wyeliminować ten problem - analizował grę swojej drużyny Simundza po porażce 1:2 z Odra Opole w Pucharze Polski.

W dużej mierze za tę niewiedzę poleciał.

Simundza jest trenerem z klasą. Ma piłkarskie doświadczenie z Ligi Mistrzów, w której sam grał jako piłkarz Mariboru. Potem prowadził w tych rozgrywkach tę drużynę już jako szkoleniowiec. Ma wiedzę, kompetencje, zasady, dobrą etykę pracy. Trudno mu coś zarzucić. We Wrocławiu mu jednak nie poszło. Tak bywa. Został, gdy trzeba było „dokończyć misję" i awansować do Ekstraklasy. Zadanie wykonał. Jego bilans w klubie jest jednak mocno przeciętny: 68 meczów, 27 zwycięstw, 19 remisów i 22 porażki. Pracował we Wrocławiu 679 dni. Dłużej od niego byli tutaj tylko Vitezslav Lavicka, Orest Lenczyk i Ryszard Tarasiewicz. Mimo tego nie udało mu się zbudować drużyny, która miałaby jakiś styl. Była w ogóle JAKAŚ. Nawet jeśli miał do dyspozycji przeciętnych, a czasem zwyczajnie słabych piłkarzy, to powinien wyciągnąć z nich więcej. Niby z piasku bicza nie ukręcisz, ale trochę o to chodzi w tej robocie - żeby stworzyć drużynę maskując jej niedostatki, a uwypuklając atuty.

Wiecie - to nie jest zły trener. Tu rację ma Rafał Grodzicki, który w niedawnej rozmowie z kanałem „Futbolownia" powiedział, że gdyby Simundza był dziś wolnym trenerem, to właśnie takiego szkoleniowca szukałby Śląsk. Pewnie też wiele innych klubów. Przypomnijmy, że jeszcze nie tak dawno Słoweńcem interesowała się Legia - gdy nie miała Papszuna. To prawda, lecz na tu i teraz ten układ się wyczerpał. Zatem - trenerze, dziękujemy. Powodzenia!

Ante Simundza odsunięty od drużyny został jeszcze w Radomiu. Wygląda na to, że gdy udzielał na murawie pomeczowego wywiadu stacji Canal+, to jeszcze nie wiedział, że za chwilę przestanie być trenerem Śląska. Widzę, że parę osób się mocno na to oburzyło, że to brak klasy, niskie standardy, że trzeba było poczekać do rana. Że głupio tak wracać razem z drużyną jednym autobusem, skoro już nie jest się jej trenerem. Tylko po co utrzymywać fikcję? Wszyscy dookoła wiedzieli, o co jest gra i Ante Simundza też to wiedział. Zresztą kilka dni temu podkreślił, że to jest część pracy trenera. Czy zostanie zwolniony o godz. 21 czy o 8 rano, nie ma to kompletnie znaczenia. On i Rafał Grodzicki wielokrotnie podkreślali, jakie łączą ich relacje, że dobrze się rozumieją, szanują swoją pracę. Nie wydaje mi się zatem, żeby była tam jakaś zła krew. Mamy jasną sprawę - szukamy nowego trenera.

Oczywiście „odsunięcie" od pierwszej drużyny to wskaźnik, że trzeba jeszcze wynegocjować, na jakich zasadach umowa zostanie rozwiązana. Kontrakt Słoweńca obowiązuje bowiem do czerwca 2028 roku. Nawet jak nie prowadzi pierwszej drużyny, to do tego czasu należy mu płacić. Był taki czas, że Śląsk utrzymywał trzech trenerów. Trzeba będzie zatem usiąść do stołu i się jakoś dogadać. Gra idzie o niemałe pieniądze.

Zmiana trenera jest potrzebna, by zrealizować sportowy cel - czyli utrzymać się w lidze. Ten wybór można oprzeć na pewnych danych, ale jak pokazują przykłady Wieczystej, Radowa czy Widzewa - bywa to loteria. Czasem coś klika, a czasem nie. Czasem nowy szkoleniowiec faktycznie daje impuls, innym razem po kilku kolejkach znów rusza trenerska karuzela. Czynników sukcesu jest tak wiele, że trudno tu być mądrym. To znaczy jest jeden, który znacząco zwiększa szanse na progres w dłuższej perspektywie: mądry, prywatny właściciel klubu. Dziś to jednak daleka mrzonka i to jest największy problem Śląska Wrocław.

eprasa.pl 93a1280cba