

Iran straszy w cieśninie Ormuz.
Rozmowy ostatniej szansy **str. 7**



FOT. AFP/EAST NEWS

Czy kot jest zdrowy dla człowieka?
Bardziej, niż myślisz!
Najbardziej nietypowe objawy
raka, które zaskakują nawet lekarzy
str. 8-10

STRONA
ZDROWIA

GAZETA LUBUSKA

Środa,
18.02.2026

www.gazetalubuska.pl

Nr 40 (22.641)
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Mieszkaniec Nowej Soli pozwał miasto w sprawie mieszkania komunalnego. I wygrał **str. 3**



FOT. MATEUSZ POJAN

ВІЙНА В УКРАЇНІ
ВТРАТИ ОКУПАНТІВ

танків	11678	гелікоптерів	347
літаків	435	БТРів	24045

Prawie 5 mln km.
Tyle w rok przejechały gorzowskie tramwaje i autobusy **str. 5**



FOT. JAROSŁAW MIEKOWSKI



NOWA SÓL

Mateusz Malecki, aktor pochodzący z Konotopu, nie zatrzymuje się **str. 2**

KULTURA W PIĄTEK PREMIEROWE POKAZY

To samo niebo, inne opowieści

Leszek Kalinowski
lkalinowski@gazetalubuska.pl

„Pokazy nocnego nieba - Chiny i Japonia” - ten autorski obraz pracowników Planetarium Wenus mieszkańców regionu będą mogli oglądać pod kopułą od piątku. Dziennikarze mieli już okazję go zobaczyć. Byli pod wrażeniem.

- Praca nad filmem trwała ponad dwa lata. Ma on 30 minut i wykonany został w technologii fulldome, która pozwala na tworzenie materiałów, pokazywanych na sferycznych ekranach. Stosuje się tu taką kamerę, która widzi 360 stopni. Wszystko powstało w naszym studiu, przy użyciu różnego rodzaju oprogramowania - powiedział „Gazecie Lubuskiej” Dariusz Madej, kierownik Centrum Nauki Keplera i Planetarium Wenus w Zielonej Górze. - Film poświęcony jest legendom, mitologii Dalekiego Wschodu. My, Europejczycy, jesteśmy przyzwyczajeni, że w gwiazdach odnajdujemy historie, które znamy z mitologii greckiej i rzymskiej. Natomiast inne historie znają mieszkańcy Dalekiego Wschodu i o tym jest ten pokaz. Chcieliśmy pokazać, że wszyscy patrzymy na te same gwiazdy, a widzimy inne opowieści.

Jak podkreśla kierownik, film powstał dzięki zaangażowaniu byłych i obecnych pracowników Planetarium Wenus.

- Chińczycy, patrząc w niebo, widzą smoki, ptaki ogniste. A my widzimy zupełnie coś innego - zauważa Julia Rovnenko, która zajęła się grafiką 3D, natomiast scenariusz napisała Marta Zub. Łukasz Zalewski z radia też wspomógł...

- Wszystko brzmi niesamowicie. Za każdym razem, gdy oglądam



FOT. JACEK KATOS

Dariusz Madej, kierownik Centrum Nauki Keplera i Planetarium Wenus, oraz Julia Rovnenko (grafika 3D), zapraszają na seanse

pod kopułą ten film, odkrywam nowe dźwięki - podkreśla kierownik planetarium. Jakość dźwięku jest lepsza dzięki wymiennemu w listopadzie systemowi. Kiedyś potrzebnych było aż osiem projektorów, dziś wystarczą dwa. Liczba komputerów też się zmniejszyła.

- Bardzo mi się podobały te opowieści, bo są w moim klimacie, takie bajkowe, a jednocześnie ilu mądrych rzeczy można się z nich dowiedzieć - mówi dyrektorka Zielonogórskiego Ośrodka Kultury Agata Miedzińska.

Dziennikarka radiowa Agnieszka Der po pokazie powiedziała nam:

- Świetnie, że ten film wyszedł spod rąk pracowników planetarium. Dzięki pokazowi można spojrzeć na niebo, na które codziennie patrzymy, z innej perspektywy, poznać

kilka legend z Dalekiego Wschodu. Świetny obraz.

Maciej Dobrowolski z Zielonogórskiego Klubu Fantastyki Ad Astra:

- Jestem pod dużym wrażeniem. Jako fantasta cieszę się, że mieliśmy okazję zobaczyć film przygotowany siłami zielonogórskimi. I zachęcam wszystkich do jego obejrzenia. No i liczę na więcej. Może niebo Afryki?

Pierwsze pokazy odbędą się w piątek, 20 lutego, o godzinach: 17.00, 18.00 i 19.00. Wejściówki są już dostępne w systemie rezerwacyjnym Centrum Nauki Keplera.

- Będzie się działo tego dnia. Bo na premierę zaprosiliśmy różnych gości. Będą samurajowie z zainscenizowaną walką na miecze, pokazy aikido, spotkanie z instruktorką tai chi - wylicza Dariusz Madej, zapraszając na piątkowe wydarzenie.

ZIELONA GÓRA

Robert Czechowski odchodzi

Dyrektor Lubuskiego Teatru Robert Czechowski złożył rezygnację z pełnionej funkcji. Zarząd województwa lubuskiego, któremu podlega placówka, przyjął wniosek i go zaakceptował. Planowane jest zakończenie pełnienia funkcji przez dyrektora wraz z zamknięciem sezonu artystycznego 2025/2026. Niezależnie od powyższej decyzji, zarząd monitoruje przebieg postępowań dotyczących sytuacji w teatrze, prowadzonych przez uprawnione instytucje i oczekuje na ich rozstrzygnięcia. Od kilku miesięcy w przestrzeni medialnej padają zarzuty wobec dyrek-

tora, które mają dotyczyć nieprawidłowych decyzji finansowych. Robert Czechowski w rozmowie z „GL” mówił, że pojawiające się informacje są nierzetelne i nie mają nic wspólnego z dziennikarstwem. Apelowal, by nie ferować wyroków, zanim wszystko nie zostanie sprawdzone przez Regionalną Izbę Obrachunkową. Nie wiemy, czy jego decyzja ma związek z prowadzoną sprawą, czy jej powody są inne. Wczoraj dyrektor nie chciał komentować sprawy. Powiedział, że odniesie się do wszystkiego w czwartek, na specjalnej konferencji prasowej.

Lubuskie wodociągi wysoko w krajowym zestawieniu **str. 5**

Nr ISSN 0137-9518

Nr indeksu 350-222



Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Jesienią 1946 r. w drodze z Gdyni do Świnoujścia doszło do pierwszej po wojnie katastrofy w Polskiej Marynarce Wojennej. Zginął jeden marynarz.

Sandra
Soczewa



OBYŚMY NIE MUSIELI JUŻ ZACISKAĆ PASA

Ostatnio na tapet trafiła sprawa (ewentualnego) remontu dawnej siedziby MCK w Gorzowie. To budynek z wieloletnią historią, z którym wielu gorzowian ma też świetne wspomnienia, jednak od dawna popada w ruinę - dlatego też od lat nie organizowano w nim np. koncertów.

Radny Roman Sondej miał pomysł, by zrobić tu centrum dla seniorów. I w sumie, jak tak myślę o tym, to pomysł jest dobry. W końcu to właśnie w budynku przy Drzymały organizowano chociażby potańcówki dla seniorów. Znajduje się on w centrum miasta, blisko jest przystanek autobusowy, niedaleko zatrzymuje się tramwaj. Dla seniorów opcja w sam raz.

Ale prezydent Wójcicki powiedział jasno na sesji: remontu nie będzie, byłby zbyt kosztowny.

Może i wydatek duży, ale to już kolejny raz, gdy w ostatnim czasie okazuje się, że na coś brakuje pieniędzy. Miejskie Centrum Kultury poinformowało, że budżet, kolokwialnie mówiąc, się nie spina. Wnioskowano o 16 mln zł, a przyznano 9 mln zł.

Nie tak dawno, jak wielu mieszkańców dziwiło się, że wyremontowano tylko część ulicy Górczyńskiej (od ronda Górczyńskiego do skrzyżowania z ul. Kućki, a nie do ronda Gdańskiego). Na remont odcinka kilkusetmetrowego zabrakło już pieniędzy. Miasto powiedziało, że wyremontuje. Później...

Ale do sedna: wiem, że budżet nie jest z gumy. Rozumiem, że z pustego to i Salomon nie naleje. I być może, byłabym nawet po stronie rządzących, którzy tłumaczą, jak rodzic dziecku, że teraz mamy pilniejsze wydatki. Ale jednak trudno słuchać się tych tłumaczeń, gdy się wie, ile milionów poszło (a może utopiono?) na remont Przemysłówki. Jeśli nie pamiętacie Drodzy Czytelnicy, to przypomnę: ta inwestycja kosztowała nas 72 miliony złotych. Zapłacono o wiele więcej, niż zakładano. Miasto za tę inwestycję zgarnęło nawet „nagrodę” za marnotrawienie pieniędzy.

Tu pieniądze zmarnotrawiono, to tam zaoszczędzono.

Lubuski aktor zagrał ze zdobywcą Oscara! Można go zobaczyć w wielu produkcjach

Mateusz Pojnar
mpojnar@gazetalubuska.pl

Mateusz Malecki, aktor pochodzący z Konotopu w powiecie nowosolskim, się nie zatrzymuje. Można go zobaczyć w kolejnych znaczących produkcjach, m.in. w drugim sezonie serialu „Klangor”.

Mateusz Malecki ma już na kcie udział w wielu ciekawych filmach i serialach. Chodzi o takie tytuły jak „Belfer”, „303. Bitwa o Anglię”, „25 lat niewinności. Sprawa Tomka Komendy”, „Najmro. Kocha, kradnie, szanuje”, „Wielka woda” czy „Chłopi”.

Canal+ pokazuje właśnie kontynuację serialu „Klangor”. Malecki zagrał w pierwszej części, gra też w drugiej. Podkreśla, że rola była wymagająca emocjonalnie i fizycznie.

- Było dużo kaskaderki, mieliśmy sporo prób - wspomina. - Wymagało to sprawności i czujności wobec partnera. Prócz tego postać, którą gram, jest na dnie, a na końcu zdradza swojego kumpla. Własne korzyści przenosi ponad przyjaźń i posuwa się do obrzydliwych rzeczy. Trudno było znaleźć w sobie takie pokłady zła. Jedną rzecz to znaleźć coś takiego w sobie, a druga - żeby to dobrze wyglądało w kamerze. Intensywność emocji była duża, ale na premierze usłyszałem sporo miłych słów.

Malecki zagrał także w głośnym ostatnio serialu HBO „Niebo: Rok w piekle” w reż. Bartosza Blaschkego. Opo-



Mateusz Malecki i Tomasz Kot na planie serialu „Niebo: Rok w piekle”

wiada o samodzielnym guru prowadzącym wspólnotę duchową Niebo, która przeradza się w system przemocy i fanatyzmu.

- Mam tam epizod policjanta, który przewija się w kilku odcinkach - opowiada.

Nie kryje, że przyjemnością było oglądać kunszt aktorski Tomasza Kota, który gra tam jedną z głównych ról.

- Od takich ludzi można się bardzo dużo nauczyć - przyznaje. - Przy okazji pracy nad „Wrooklyn Zoo” Krzysztofa Skoniecznego obserwowałem Jana Frycza. W poszczególnych ujęciach szukał cały czas innej perspektywy i zdałem sobie sprawę, że oni cały czas odkrywają, chcą zachować jakość.

mnie to kolejne doświadczenie - zaznacza aktor.

To nie wszystko - już jesienią zobaczymy Maleckiego w serialu z hollywoodzką gwiazdą, zdobywcą Oscara!

- Póki co niestety nie mogę powiedzieć zbyt wiele i zdradzić jego nazwiska - tłumaczy. - To produkcja brytyjska. Jestem już po zdjęciach, mam z nim scenę i dla mnie współpraca z nim na planie była niesamowitym przeżyciem. Mogliśmy ze sobą porozmawiać i emocje były ogromne. Nie wierzyłem, że to się dzieje.

Wcześniej zagrał z inną hollywoodzką gwiazdą - Tomem Cruise'm. Ma bowiem na koncie głośne „Mission: Impossible - Dead Reckoning - Part One” i „Mission: Impossible - The Final Reckoning”.

- Zbyt wiele nie rozmawialiśmy, ale podczas zamkniętej premiery dziękował nam za współpracę - wspomina. - Cruise mówił nam na planie, że ma nadzieję, iż będziemy się razem dobrze bawić i coś wyciągniemy z tego dla siebie. Byliśmy świetnie zaopiekowani. Wtedy była akurat premiera „Top Gun: Maverick” i wszyscy zostaliśmy na nią zaproszeni. Powiedziałem, że chętnie pójde, ale będzie trzy dni przed moimi zdjęciami do „Mission: Impossible”. Wszystko załatwili: samolot, hotel itd., mogłem też zabrać osobę towarzyszącą. To było super. Wiem, że mieli na to ogromny budżet, ale to był wspaniały pokaz kultury i szacunku.

Pogoda w regionie

Dzisiaj		Czwartek	
DZIEŃ	NOC	DZIEŃ	NOC
1°C	-2°C	1°C	-7°C
Barometr 1012 hPa		Piątek	
Wiatr płn.-zach. 7-12 km/h			
Biomet niekorzystny		DZIEŃ	NOC
		0°C	-9°C
		Sobota	
		DZIEŃ	NOC
		3°C	-6°C

Uwaga: możliwe słabe opady śniegu

FORUM CZYTELNIKÓW

Barbara z Nowej Soli:
Bardzo dobrze się stało, że będzie więcej kandydatów na szefa lubuskiej KO. To tylko wyjdzie na dobre wszystkim. Najgorsze jest to, jak ktoś przyzwyczajają się do zajmowanych stanowisk i uznaje je za stałe. Myślę, że zmiany są zawsze potrzebne, bo mobilizują do lepszego działania.

Wanda z Żar:
Wiele ostatnio mówi się o przedszkolach i potrzebach związanych z małymi dziećmi. A ja myślę, że równolegle powinniśmy dysku-

tować o sytuacji z seniorami. Potrzeb jest mnóstwo, problemów też. I wcale z czasem nie będzie ich mniej, bo społeczeństwo mocno się starzeje. Nie ma na co czekać, trzeba działać.

Marcin z Zielonej Góry:
Osiedle Zacisze ma pecha, jakkolwiek inwestycja drogowa jest tam prowadzona, to zawsze są opóźnienia. Mam nadzieję, że warto czekać na koniec modernizacji ulicy Zacisze, bo utrudnienia są dość mocne, a jeśli niewiele się zmieni po remoncie,

oprócz deszczówki, to z pewnością nie tylko ja będę niezadowolony.

Zofia z Zielonej Góry:
Obejrzałam zdjęcia z miejsc, których w naszym mieście już nie ma. Ja najbardziej żałuję zabytkowego dworca kolejowego i grzybka, pod którym umawiałam się zawsze z moim chłopakiem, później mężem. Mam do tego miejsca wielki sentyment.

Waldemar z Gorzowa:
Jestem pod wrażeniem, jak zaprezentował się na mistrzo-

stwach zawodnik AZS AWF Mateusz Posmyk. Brawo! Zdobyl złoty medal w skoku wzwyż. Ale w jakim stylu?! Obronił mistrzowski tytuł rewelacyjnym wynikiem.

Henryka z Sulechowa:
Nie wszystkim podoba się to, że w centrum miasta ma być galeria. A ja cieszę się z każdej inwestycji, bo lubię jak miasto się zmienia, powstają nowe rzeczy. Nie każdy musi wszystko akceptować, ale jest wybór. Nie chcę, to nie robię zakupów w danym markecie i tyle.

nasz REGION

KRÓTKO

LUBUSKIE

Popiół trafi na głowy wiernych.
Tak rozpoczyna się Wielki Post



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

Dziś jest Środa Popielcowa, która rozpoczyna Wielki Post. W kościołach odprawiane są msze święte z obrzędem posypania głów popiołem.

- Jest to znak pokutny pochodzący z tradycji biblijnej. W sugestywny sposób wyraża on grzeszną kondycję człowieka. Przyjmując popiół na głowę wierni uznają swoją ludzką ułomność i niemoc wobec zła oraz deklarują wolę wewnętrznej przemiany pokładając nadzieję w Bożym miłosierdziu i cierpliwości - mówi ks. Adam Sapieha, notariusz kurii zielonogórsko-gorzowskiej.

W czterech punktach naszego regionu celebracja Środy Popielcowej odbędzie się z udziałem biskupów. O 9.00 bp Paweł Socha będzie uczestniczył w mszy w kościele Najświętszego Zbawiciela w Zielonej Górze. O 12.00 bp Tadeusz Lityński, ordynariusz, będzie modlił się z uczestnikami rekolekcji oazowych w kaplicy domu rekolekcyjnego w Rokitnie. Z kolei bp Adrian Put o 16.30 będzie uczestniczył w liturgii w kościele w Przemysławiu, a o 18.00 w kościele w Krzeszycach. JM

GORZÓW

To nie był Armani ani Versace

Funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej z Lubuskiego Urzędu Celno-Skarbowego w Gorzowie (LUCS) kilka dni temu przeprowadzili kontrolę w sortowni przesyłek należącej do jednej z firm kurierskich. - Podczas kontroli funkcjonariusze znaleźli w kilkudziesięciu paczkach odzież, obuwię oraz wyroby galanterijne oznaczone znakami towarowymi znanych światowych

marek. Wstępna analiza wykazała, że towary mogą naruszać prawa własności przemysłowej. Zabezpieczono prawie 10 tys. szt. produktów z zastrzeżonymi znakami towarowymi - informuje Ewa Markowicz, rzeczniczka KAS.

Wartość zabezpieczonego towaru to ponad 6 milionów złotych. Przesyłki nadano na terenie województwa mazowieckiego i były przeznaczone do dalszej dystrybucji.

GORZÓW

Pościg za kamperem

34-letni Lubuszanin uciekał przed policyjną kontrolą skradzionym z terytorium Niemiec kamperem. W trakcie pościgu popełnił szereg przestępstw i wykroczeń drogowych, a później ude-

rzył w znak na jednym z gorzowskich rond. Ostatecznie zostawił auto i zaczął uciekać pieszo. Gdy został zatrzymany, okazało się, że na sumieniu ma znacznie więcej niż jazda kradzionym pojazdem... 34-letni kierowca był poszukiwany do od-

bicia kary pozbawienia wolności, nie posiadał uprawnień do kierowania, a dodatkowo znajdował się pod działaniem środków psychotropowych. Po zatrzymaniu został przewieziony do międzyrzeckiej komendy Policji. SS



FOT. LUBUSKA POLICJA

Wróciła nam wiara w sprawiedliwość i ludzi

Mateusz Pojnar

mpojnar@gazetalubuska.pl

- Chciałem się poddać po wyroku pierwszej instancji, ale dzięki żonie tego nie zrobiłem. Powiedziała, że jak już walczymy, to do samego końca - mówi Marian Majewski, który pozwał miasto ws. mieszkania komunalnego. Determinacja się opłaciła, bo właśnie wygrał apelację. Wyrok jest prawomocny.

Na początku lutego opisaliśmy historię Mariana Majewskiego, mieszkańca jednego z mieszkań komunalnych w centrum Nowej Soli. Gdy zaczął pracować za granicą, została w nim jego mama Maria, którą regularnie odwiedzał. W czasie, gdy pracował w Czechach, poznał Kamile, przyszłą żonę.

Na początku stycznia 2023 r. mama pana Mariana zmarła. Syn powiadomił nowosolski Zakład Usług Mieszkaniowych, że po jej śmierci chce zostać najemcą lokalu. Ale nie dostał zgody.

- Byliśmy w szoku - mówiła na naszych łamach pani Kamila.

Centrum życiowe

Nowosolanin poszedł do sądu - złożył pozew o ustalenie istnienia stosunku najmu. W pierwszej instancji miasto wygrało sprawę. M.in. na podstawie rozliczeń za wodę i zeznań świadków sąd uznał, że pan Marian w chwili śmierci mamy z nią nie mieszkał.

Majewski podnosił jednak, że wiele lat pracował za granicą, ale w weekendy regularnie jeździł do Nowej Soli.

- Gdy tylko miałem wolne, byłem na L4 czy w momencie, gdy nadchodziły święta, przyjeżdżałem zawsze do domu w Nowej Soli - podkreślał pan Marian. - Miałem tu swój pokój, swoje rzeczy. Tu jest moje centrum życiowe.

Ważne jest to, że z końcem 2022 r. skończyła mu się umowa z pracodawcą z Czech. Dlatego zwracał uwagę, że dwie sprawy zbiegły się w czasie: utrata pracy za granicą i śmierć mamy niefortunnie się na siebie nałożyły, więc część sąsiadów ze-



FOT. JACEK KATOS

Kamila Majewska, żona pana Mariana, z córeczką Carmen

znawała, że na stałe widzieli go w domu dopiero po jej śmierci.

Dwie przesłanki

Prezes ZUM-u Mariusz Smolarczyk mówił „Gazecie Lubuskiej”, że decyzja o odmowie zawarcia umowy najmu nie wynikała z braku dobrej woli, tylko z „konieczności respektowania przepisów prawa”.

- By móc przejąć umowę najmu mieszkania komunalnego - wyjaśniał Smolarczyk - muszą zostać spełnione dwie przesłanki jednocześnie: pokrewieństwo lub relacja oraz wspólne zamieszkiwanie.

Smolarczyk przypominał, że trwało postępowanie wyjaśniające.

- I w tego toku ustalono, że oświadczenia pana Mariana dotyczące traktowania mieszkania jako centrum życiowego budziły wątpliwości i nie znajdowały potwierdzenia w faktach - mówił nam szef ZUM-u.

- Zgodnie z prawem warunkiem koniecznym jest stałe zamieszkiwanie z najemcą do chwili jego śmierci, czego w tej sprawie nie wykazano w sposób bezsporny.

Wygrana w drugiej instancji

Nowosolanin złożył apelację do sądu w Zielonej Górze i wygrał. Wyrok jest prawomocny, więc kończy sprawę. Sąd drugiej instancji ustalił istnienie stosunku najmu między nim a gminą Nowa Sól - Miasto.

- Wskazywaliśmy, że zakończenie jego pracy za gra-

nicą, która oznaczała regularne wyjazdy, zbiegło się w czasie ze śmiercią mamy, czyli głównego najemcy - mówi „Gazecie Lubuskiej” mec. Karolina Dębowska z Kancelarii Radcy Prawnego Mateusza Kondrackiego, która reprezentowała pana Mariana. - Dlatego świadkowie często używali sformułowania, że na stałe widzieli pana Mariana w domu dopiero po jej śmierci, choć wcześniej regularnie był widywany w lokalu. Sąd dał wiarę, że tu było jego centrum życiowe w chwili śmierci matki, że tu miał swoje rzeczy i regularnie wracał do tego mieszkania. Konkluzja jest taka, że nie można odmawiać ochrony prawnej komuś, kto ma specyficzny charakter pracy, związany z częstą nieobecnością. W tym wypadku komuś, kto wychował się w tym domu, zawsze tam mieszkał i wciąż mieszka.

W mowie końcowej prawniczka zwracała uwagę, że podobną sytuację mają choćby osoby wykonujące zawód kierowcy. Wyjeżdżają za granicę w trasę, czasem nie ma ich w domu kilka tygodni, ale to nie oznacza, że ich centrum życiowym nie pozostaje dom, w którym czekają żona i dzieci.

- Sędzia w uzasadnieniu ustnym wyroku powielił tę argumentację i wskazał, że takich zawodów jest o wiele więcej. Wyrok został zmieniony z uwagi na błędną ocenę zebranego w sprawie materiału dowodowego dokonaną przez sąd

pierwszej instancji - dodaje mec. Dębowska.

To oznacza, że pan Marian nie korzysta już z lokalu bezumownie i powinien być traktowany przez ZUM jako najemca.

- Do teraz do mnie nie dociera, że po trzech latach wygraliśmy - uśmiecha się nowosolanin. - Jestem pełen szczęścia, jakbym wygrał w totolotka. Coś pięknego.

Własny, bezpieczny kąt

Podkreśla, że warto było walczyć o swoje. Ma przesłanie do innych ludzi w podobnych sytuacjach. Mówi, że robili to przede wszystkim dla ich córeczki, by zapewnić jej normalną przyszłość. Carmen ma niespełna dwa latka.

Majewscy chcieliby w przyszłości wykupić to mieszkanie. Teraz pan Marian ma już w głowie remont.

- Chcemy m.in. zrobić prysznic i zlikwidować grzyb - zapowiada.

Rzeczywiście jest tu co remontować, bo wilgoć wychodzi na ścianach, a piec nie daje rady i nadaje się do rozbioru. Nie mają też ciepłej wody, podgrzewają ją w garnku. Toaleta jest na zewnątrz. W różnych miejscach stoi woda, która ścieka po ścianach ze strychu, bo dach wymaga remontu.

Do tego problemy z prądem, który działa na przedłużaczach. Gdy pada deszcz, światło zaczyna mrugać.

- Dużo pracy przed nami. Oby jak najszybciej dopisała pogoda - pan Marian jest pełen nadziei.

Gdy jego żona usłyszała o wyroku, podskoczyła ze szczęścia.

- Aż się z mężem rozplakaliśmy - opowiada. - Nie potrafię nawet tego opisać. Nareszcie przyszła stabilizacja mieszkaniowa i możemy ruszyć do przodu. Cóрка będzie mogła wychowywać się jak normalne dziecko, z własnym kątem i w bezpieczeństwie. Pojawiła się ulga, wróciła wiara w sprawiedliwość i ludzi. Niektórzy nie dają rady w takich sprawach, mają wątpliwości, ale nasz przykład pokazuje, że nie można się poddawać.

ZIELONA GÓRA ZANIM ZAPADNĄ DECYZJĘ

Tu przeprowadzą się wydziały UM

Leszek Kalinowski
lkalinowski@gazetalubuska.pl

Czytelnicy interesują się modernizacją budynku Centrum Biznesu i zamienieniem go na urząd miasta. Chcieliby, by obiekt, jak i otoczenie były przyjazne mieszkańcom, zwłaszcza tym starszym.

Zabytkowy socrealistyczny budynek przy ulicy Bohaterów Westerplatte w całości należy już do miasta. Część od prywatnego właściciela odkupiło ono za 8,6 mln zł. Przeniesiony zostanie tam wydział komunikacji i inne jednostki. Powstanie tam też schron dla ludności. Likwidacja miejskiej spółki Centrum Biznesu, która zajmowała część budynku, potrwa do końca marca. Jak wyjaśnia prezydent Marcin Pabierowski odpowiedzialny za to będzie Zielonogórski Zakład Usług Miejskich (ZZUM).

Wszyscy najemcy, którzy zajmowali pomieszczenia, opuścili obiekt. Trwa przygotowanie dokumentacji. Plan jest taki, by w połowie roku rozpo-



Mieszkańcy już teraz, przed modernizacją zgłaszają uwagi dotyczące obiektu... chcą być usłyszani zawczasu

cząć modernizację budynku i dostosować go do potrzeb departamentów urzędu miasta.

- Przede wszystkim na parterze umieścimy wydział komunikacji, który przeniesiemy z ulicy Sienkiewicza. Wszyscy na tę lokalizację narzekają. Teraz będzie więcej stanowisk - mówił „GL” prezydent.

Przed obiektem jest duży parking, który także zostanie wyremontowany. Podobnie jak skwer i całe otoczenie. Swoją siedzibę znalazłby też tu wydział spraw obywatelskich, który przeprowadziłby się z kamienicy przy al. Niepodległości.

Dzięki pozyskanym funduszom z Ministerstwa Obrony

Narodowej, miasto chce też w podziemiach stworzyć schrony. Tworzenie miejsc ochrony ludności to wymóg ustawowy.

Mieszkańcy mówią, że umieszczenie departamentów urzędu miasta w Centrum Biznesu to dobry pomysł. Bo obok są przystanki MZK i parking.

- Ale chciałabym, by podczas modernizacji nie zapomniano o seniorach i osobach z niepełnosprawnościami - mówi Irena Sobczak z Zielonej Góry. - Wiem, że w przypadku zabytkowego budynku trudniej o wybudowanie podjazdów, wind, umieszczenie poręczy, przestronnych toalet z uchwyty. Ale trudniej nie znaczy, że nie jest to do wykonania. Wierzę, że to się da zrobić.

Zdaniem pani Ireny, warto też zadbać o skwer z większą liczbą ławek. By każdy mógł przysiąść nie tylko w upalny dzień. Przydałaby się dla ochłody też mała fontanna. A dla poprawy estetyki - duże donice z agawami (tak jak na dawnych zdjęciach).

Beata Hawrysz życzyłaby sobie, by pokoje były bardziej przyjazne mieszkańcom.

- Chodzi mi o to, by nie było wysokich ład, odgradzania się od petentów szybami, tworzenia dystansu. Mieszkańcy powinni mieć, gdzie wygodnie usiąść i w przyjaznej atmosferze załatwić swoją sprawę - podkreśla pani Beata.

Tomasz Jaworski zwraca uwagę na miejsca parkingowe, bo według niego choć istnieje parking przy ul. Bohaterów Westerplatte i po sąsiedzku, przy ul. Chopina, to nie jest tak, że tych miejsc jest wystarczająca liczba. Zwłaszcza, że urzędnicy też muszą gdzieś zostawić swoje auta, urzędnicy.

- Może warto pomyśleć o tym, by pracownicy mieli inne możliwości, np. jeździli autobusami miejskimi za darmo, zajmowali miejsca z tyłu budynku czy na innym nieco dalej położonym parkingu - podkreśla pan Tomasz.

Krzysztof Malinowski zauważa, że na górze budynku jest duża, piękna sala. Warto ją odnowić i przeznaczyć na sesje rady miejskiej, ważne uroczystości, spotkania organizacji pozarządowych czy jakieś koncerty, wydarzenia artystyczne. By to miejsce służyło mieszkańcom, a nie stało puste.

Budynek przy Bohaterów Westerplatte powstał na początku lat 50. ubiegłego wieku w miejscu ogrodów.

Zielonogórskie Orliki przejdą gruntowną modernizację

Leszek Kalinowski
lkalinowski@gazetalubuska.pl

Kilkanaście lat temu były prawdziwym hitem. Dziś jednak wiele tych obiektów pozostawia wiele do życzenia. Dlatego czas na ich modernizację.

Prezydent Marcin Pabierowski poinformował, że niebawem rozpocznie się remonty Orlików przy ulicy Francuskiej, Staszica i Źródlanej. Obiekty wytypował Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji.

Koszt inwestycji to ponad 4 mln zł, połowę pokryje dofinansowanie z Ministerstwa Sportu i Turystyki.

Orlik przy ulicy Źródlanej w Dolinie Gęśnika - jak i inne obiekty rekreacyjne w tym miejscu - cieszy się dużą popularnością. Powstać ma tu nowe boisko piłkarskie. Nie do poznania zmieni się też plac zabaw dla dzieci.

Natomiast przy ul. Francuskiej w Zespole Szkół Ekologicznych oraz przy ul. Staszica w Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego nr 2 „Elektronik” zostanie wymieniona sztuczna trawa na boiskach do piłki nożnej. A co się

z tym wiąże nie będzie już specyficznego zapachu unoszącego się w letnie dni z materiału wypełniającego płytę (stare opony). Teraz zastosowany zostanie nowoczesny, ekologiczny, z recyklingu. Przy Staszica powstanie też nowa szatnia.

Wykonawcą inwestycji, z którym miasto podpisało już umowę, jest zielonogórska firma Mizar. To ona także buduje nowoczesny kompleks sportowy na osiedlu Czarkowo w Zielonej Górze Łężycy, który służyć będzie uczniom powstającej tam

szkoły podstawowej jak i wszystkim mieszkańcom. Firma teraz prowadzi też prace w Zespole Edukacyjnym nr 4 w Zielonej Górze Drzonkowie. Inwestycja dotyczy nowej bieżni, oświetlenia, szatni i magazynu.

Termin zakończenia prac wyznaczono na koniec września. Odbiory zaplanowano w kolejnym miesiącu.

Jak dodaje prezydent - to jedno z wielu inwestycji dotyczących sportu dzieci i młodzieży. W mieście powstają też nowe sale sportowe.



Wyremontowane boiska mają być gotowe do końca września

Odpowiedź z magistratu nie uspokaja protestujących

Jarosław Miłkowski
Gorzów

Czy pomiędzy blokami przy Wróblewskiego 17 i Wróblewskiego 19 stanie kolejny budynek? Mieszkańcy, którzy się temu sprzeciwiają, właśnie dostali pismo z magistratu.

- Obecnie nie jest procedowane wydanie pozwolenia na budowę, a jedynie trwa pierwszy etap planowania inwestycji - taką informację z urzędu miasta dostali właśnie mieszkańcy bloku przy ul. Wróblewskiego 19. Jak już informowaliśmy przed niespełna miesiącem, protestują oni przeciwko temu, że tuż przed ich oknami i balkonami - na terenie prywatnym - może stanąć kolejny dom. Mieszkańcy boją się, że budynek pozbawi część lokatorów światła słonecznego. Zwracają też uwagę, że sparaliżuje on komunikacyjnie okolicę. Już dziś bowiem brakuje miejsc do parkowania. Samochody w tej części osiedla Górczyn parkowane są gdzie popadnie. W ostatnich tygodniach zeszłego roku mieszkańcy wystosowali pismo do magistratu, pod którym podpisało się kilkadziesiąt osób.



Mieszkańcy bloku przy Wróblewskiego 19 protestują od końca zeszłego roku

„Zdecydowanie i jednoznacznie sprzeciwiamy się wydaniu pozwolenia na budowę. Inwestycja ta stanowi istotne zagrożenie dla zdrowia, bezpieczeństwa, komfortu życia i interesów prawnych mieszkańców” - napisali.

Jak wynika z odpowiedzi, w urzędzie trwa postępowanie administracyjne o wydanie decyzji o warunkach zabudowy dla inwestycji „budowa budynku mieszkalnego wielorodzinnego z drogą wewnętrzną, infrastrukturą techniczną i zagospodarowaniem działek”.

Stroną w postępowaniu dotyczącym ewentualnej budowy jest spółdzielnia mieszkaniowa Górczyn. Staje ona murem za mieszkańcami.

- Orzekamy tylko i wyłącznie na podstawie przepisów prawa - mówił nam kilka tygodni temu wiceprezydent Jacek Szymankiewicz.

W sprawie bloku przy Wróblewskiego w styczniu interpelację do władz miasta napisali radni Maria Szupiluk i Piotr Wilczewski z Koalicji Obywatelskiej. Do tej pory nie otrzymali jednak konkretnej odpowiedzi.

Miliony kilometrów i jeszcze więcej milionów złotych

Jarosław Miłkowski
jmiłkowski@gazetalubuska.pl

Gorzowskie autobusy i tramwaje przejechały w ub. roku 4,829 mln kilometrów. To tak jakby ponad sto dwadzieścia razy okrążyły równik.

Na każde dziewięć kilometrów, które pokonują gorzowskie autobusy, jeden należy do linii nr 124. Skąd to wiemy? Z zestawienia, jakie na prośbę jednego z naszych Czytelników, pana Marcina, przygotowali urzędnicy. Dane są bardzo ciekawe. Mówią bowiem wiele o gorzowskiej komunikacji miejskiej.

W ciągu całego zeszłego roku wszystkie gorzowskie autobusy pokonały trasę o łącznej długości 3,766 mln km. Tramwaje przejechały natomiast dystans 1,063 mln km. Łącznie daje to 4,829 km. To tak jakby sto dwadzieścia razy okrążyły kulę ziemską.

W tym roku te wartości się nieco zmieniają. Tak to przynajmniej wygląda w urzędniczych planach. Autobusy mają przejechać więcej, bo 3,923 mln km, a tramwaje jedynie 875 tys. km. Jak już pisaliśmy kilka tygodni temu, planowana jest przebudowa torowiska pomiędzy jezdniami ulicy Pomorskiej. W czasie prac tramwaje linii 1 i 4 będą kursować tylko do ronda Santockiego, a od ronda w rejon krańcówki tramwajowej „Fiełdorfa-Nila” na Walczaka kursować będzie autobusowa komunikacja zastępcza. Urzędnicy zakładają, że komunikacja w ten sposób będzie funkcjonować przez pięć miesięcy.



FOT. JAROSŁAW MIŁKOWSKI

Jeden kilometr przejechany przez tramwaj kosztuje miasto 30,84 zł

Zastąpienie części kursów tramwajów autobusami spowoduje oszczędności. Stawka autobusowego wozokilometra wynosi bowiem w tym roku 16,02 zł, natomiast stawka pociągokilometra w tramwaju - 30,84 zł.

Łącznie na całą komunikację miejską z gorzowskiego budżetu pójdzie 89,8 mln zł. To więcej niż w zeszłym roku, gdy miasto zapłaciło Miejskiemu

Zakładowi Komunikacji 86,9 mln zł.

Jak już wspomnieliśmy na wstępie, najwięcej kilometrów w Gorzowie robi linia 124. Tylko w styczniu autobusy jeżdżące na tej trasie zrobiły 36 tys. km, co kosztowało 576 tys. zł. Drugą w kolejności najbardziej „zapracowaną” linią jest 104 (32,7 tys. km), a kolejną 126 (27,6 tys. km).

Jeśli chodzi o tramwaje, na pierwszym miejscu jest „jedynka”, która w miesiącu jeździ 35-36 tys. km. Miesięczne utrzymanie tej linii to zatem koszt około miliona złotych.

„Czwórka”, która jeździ miesięcznie około 4,6 tys. km, kosztuje miasto miesięcznie około 140 tys. zł. Dla porównania: wszystkie dodatkowe autobusy, które rozwożą ludzi po imprezach w Arenie Gorzów, to koszt 32 tys. zł rocznie, a te, które odwożą kibiców po żużlu - to 8 tys. zł w całym roku.

Ciekawe są także dane dotyczące sprzedaży biletów. W zeszłym roku wpływy z tego tytułu wyniosły 13,781 mln zł. Były niższe od tych z 2024, gdy wyniosły one 14,376 mln zł.

W trwającym właśnie roku wpływy ze sprzedaży biletów będą jeszcze niższe. I to znacznie! Od 1 stycznia posiadacze karty mieszkańca mają bowiem możliwość z bezpłatnego korzystania z komunikacji miejskiej. Z kolei pasażerowie bez karty muszą kupować bilet w wyższej cenie (w przypadku biletu normalnego wzrosła ona z 3 zł do 5 zł).

W zeszłym miesiącu wpływy ze sprzedaży wyniosły 720 tys. zł. To o pół miliona mniej niż w styczniu 2025, gdy wpływy wyniosły 1,228 mln zł. Urzędnicy szacują, że w kolejnych miesiącach bilety będą sprzedawać się na poziomie 300-400 tys. zł. To oznacza, że w skali roku do miasta wpłynie z tego tytułu 4-5 mln zł. Wprowadzenie bezpłatnych przejazdów będzie więc kosztowało miasto około 9-10 mln zł.

Bryła lodu jest jak pocisk. Powstanie infrastruktura do odśnieżania TIR-ów

Magdalena Marszałek
mmarszalek@gazetalubuska.pl

Rampy do odśnieżania ciężarówek to coraz częstszy widok przy drogach szybko go ruchu. W województwie lubuskim obecnie działa tylko jedna taka konstrukcja. Wkrótce pojawią się kolejne.

W połowie stycznia na lubuskim odcinku ekspresowej trójki doszło do zdarzenia, które mogło zakończyć się tragedią. Z dachu jadącej ciężarówki oderwał się duży kawałek lodu. Z impetem uderzył w jadący za nią samochód osobowy. Tafla rozbiła przednią szybę, uszkodziła dach i karoserię auta. Tylko szczęście sprawiło, że nikt nie odniósł obrażeń.

Przepisy są jednoznaczne. Za właściwe przygotowanie pojazdu do drogi odpowiada kierowca. W przypadku aut osobowych wystarczy szczotka i kilka minut pracy, ale w przypadku ciężarówek, jest to dużo trudniejsze zadanie. Wielu kierowców TIR-ów tłumaczy się brakiem infrastruktury. W województwie lubuskim z rampy można skorzystać na MOP Racula Zachód przy trasie S3. Wkrótce powstaną kolejne, przy czterech MOP-ach: Lisiny Wschód, Lisiny Zachód, Stożne Wschód i Stożne Zachód.

„Na wybudowanie ramp wybrani w przetargu wykonawcy będą mieli osiem miesięcy od podpisania umowy” - informuje GDDKiA w Zielonej Górze.



FOT. GDDKiA

Rampy to metalowe konstrukcje do samodzielnego odśnieżania ciężarówek

Mało awarii i dużo inwestycji. Lubuskie wodociągi wysoko w krajowym zestawieniu

Magdalena Marszałek
mmarszalek@gazetalubuska.pl

Gorzowskie wodociągi znalazły się w ścisłej czołówce w kraju. Zajęły czwarte miejsce w ogólnopolskim rankingu. Zielonogórska spółka uplasowała się na piątej pozycji.

Zestawienie przygotowywane przez „Strefę Gospodarki” uchodzi za jedno z najbardziej prestiżowych i miarodajnych w branży. O miejscu w klasyfikacji decydują konkretne liczby, a więc wyniki finansowe, dane techniczne i sposób zarządzania spółką. W przypadku gorzowskiego przedsiębiorstwa szczególnie doceniono niski wskaźnik awaryjności sieci.

- Utrzymanie w pełnej sprawności setek kilometrów sieci wodnej oraz kanalizacyj-



FOT. PWiK W GORZOWIE

Sieć PWiK w Gorzowie ma niemal 1600 kilometrów

nej to ogromne wyzwanie logistyczne. Dzięki inwestycjom ukierunkowanym na bezawaryjność utrzymujemy ten wskaźnik na bardzo niskim poziomie względem średniej krajowej. Prewencja i mądrze planowane modernizacje to naj-

lepsza możliwa inwestycja w niezawodność systemu - mówi Tomasz Surdacki, członek zarządu i dyrektor do spraw technicznych w PWiK w Gorzowie.

Wodociągi podkreślają, że modernizacje istniejącej sieci to tylko część działań. Równie ważnym elementem są nowe inwestycje, które pozwalają rozwijać infrastrukturę i dostosowywać ją do rosnących potrzeb miasta. Jednym z przykładów jest budowa sieci kanalizacyjnej w rejonie ulicy Kasprzaka. Inwestycja warta ponad piętnaście milionów złotych ma przełożyć się nie tylko na większy komfort życia mieszkańców, ale także na lepszą ochronę środowiska.

Gorzowskie przedsiębiorstwo zarządza siecią o łącznej długości niemal 1600 kilometrów. To dystans porówny-

walny z podróżą z Gorzowa do Rzymu. Spółka odpowiada za bezpieczeństwo sanitarne nie tylko miasta, ale także pięciu gmin ościennych.

- Znalezienie się w tak wąskiej czołówce najlepszych przedsiębiorstw wodociągowych w kraju to dla nas powód do ogromnej dumy. Ten sukces jest wyjątkowy, bo odnieśliśmy go w roku jubileuszu 130-lecia istnienia naszych wodociągów. To przede wszystkim triumf całego zespołu, który każdego dnia, 24 godziny na dobę dba o bezpieczeństwo wodno-kanalizacyjne - podkreśla Maciej Symeryak, prezes spółki.

Dobrze w rankingu wypadły także inne firmy z regionu. Na piątym miejscu znalazły się Zielonogórskie Wodociągi i Kanalizacja, co dodatkowo podkreśla mocną pozycję lubuskich spółek w branży.

REKLAMA

0011479723



Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Zielonej Górze 80 LAT

Regionalna Dyrekcja Lasów Państwowych w Zielonej Górze zawiadamia o rozpoczęciu debaty publicznej w sprawie projektów planów urządzenia lasu na lata 2028-2037 dla nadleśnictw **Świebodziń oraz Babimost** wraz z prognozą oddziaływania tych planów na środowisko i obszary Natura 2000.

Pierwszym etapem, w którym możliwe będzie wypowiedzenie się na temat założeń projektów PUL lub zgłoszenie uwag, będzie **Narada Urzędzeniowa (NU)**. Podczas NU zostaną zaprezentowane założenia do projektów planów urządzenia lasu oraz metodyka ich wykonania.

Informujemy o możliwości udziału społeczeństwa w procesie tworzenia projektów PUL, poprzez udział w Naradach Urzędzeniowych lub pisemnie składanie wniosków w sprawie założeń PUL.

Terminy i miejsca Narad Urzędzeniowych:

- **20 marca 2026 r., godz. 9:00** w siedzibie Nadleśnictwa Babimost, ul. Leśna 17, 66-110 Babimost,
- **24 marca 2026 r., godz. 9:00** w Ośrodku Wypoczynkowym „Leśnik” w Łagowie, ul. Bolesława Chrobrego 10, 66-220 Łagów (dotyczy Nadl. Świebodziń).

Osoby i instytucje zainteresowane uczestnictwem w ww. naradach proszone są do zgłoszenia udziału w odpowiednich nadleśnictwach, w sposób: pisemny, telefoniczny lub pocztą elektroniczną. Dane kontaktowe znajdują się na stronie <https://www.zielonagora.lasy.gov.pl/kontakt-nadleśnictwa>

Pisemne, prawidłowo podpisane wnioski do założeń PUL można składać na adres RDLP w Zielonej Górze, ul. Kazimierza Wielkiego 24a, 65-950 Zielona Góra, lub na adres poczty elektronicznej: rdlp@zielonagora.lasy.gov.pl.

Właściwym do rozpatrzenia wniosków jest Dyrektor RDLP w Zielonej Górze.

KRÓTKO

WROCŁAW

Grzegorz Braun w prokuraturze

Grzegorz Braun, europoseł i lider partii Konfederacji Korony Polskiej, nie usłyszał we wtorek w Prokuraturze Okręgowej we Wrocławiu zarzutów w sprawie incydentu w szpitalu Oleśnicy. Chodzi o sprawę bezprawnego pozbawienia wolności lekarki Gizeli Jagielskiej w szpitalu w Oleśnicy.

Lider Konfederacji Korony Polskiej szybko opuścił budynek prokuratury i poinformował dziennikarzy, że nie postawiono mu zarzutów. Potwierdziła to PAP rzeczniczka

prokuratury prok. Karolina Stocka-Mycek, która prowadziła śledztwo.

- Nie postawiono mu zarzutów, ponieważ złożył wniosek o wyłączenie mnie z prowadzenia śledztwa - poinformowała prok. Stocka-Mycek. Do czasu rozpatrzenia wniosku prokurator nie postawi Braunowi zarzutów.

To był już kolejny termin wyznaczony przez wrocławskich śledczych. Europoseł został wcześniej wezwany na 13 stycznia, ale przedstawił wówczas zwolnienie lekarskie.

WYPADEK

Zginął kierowca autokaru



FOT. POLICJA SŁOWACKA

We wtorek nad ranem w miejscowości Liptowska Osada na Słowacji doszło do wypadku z udziałem polskiego autokaru. Jadący z Krakowa do Budapesztu pojazd, w którym było około 30 pasażerów, zderzył się z ciężarówką przewożącą drewno. Kierowca autobusu zginął na miejscu, a dwie osoby trafiły do szpitala.

SOSNOWIEC

Rozpoczął się proces ks. Jacka K.

Przed Sądem Rejonowym w Sosnowcu rozpoczął się we wtorek proces księdza z diecezji sosnowieckiej Jacka K., któremu prokuratura zarzuca dziewięć przestępstw o charakterze seksualnym na szkodę dzieci, a także posiadanie materiałów pedofilskich. Ksiądz został doprowadzony do sądu z aresztu. Sprawa toczy się z wyłącze-

niem jawności. obrońca oskarżonego ani pełnomocnicy oskarżycieli posiłkowych, którzy stawili się na rozprawie, nie chcieli rozmawiać z dziennikarzami.

Jacek K. jest aresztowany od czasu przedstawienia mu pierwszych zarzutów. Podczas śledztwa nie przyznawał się do winy. Grozi mu do 30 lat więzienia.

POLITYKA

Marcin Przydacz, szef Biura Polityki Międzynarodowej, będzie reprezentował prezydenta Karola Nawrockiego na jutrzejszym spotkaniu inaugurującym Radę Pokoju w Waszyngtonie. Głos w sprawie rady zabrał też premier Donald Tusk „Jak już wielokrotnie informowaliśmy polską opinię publiczną, naszych partnerów i prezydenta, rząd nie przewiduje w tych okolicznościach i warunkach uczestnictwa w Radzie Pokoju”.

”

Eventualna wizyta w Waszyngtonie przedstawiciela prezydenta będzie miała charakter obserwacyjny

Donald Tusk premier RP

Droga dla miliardów euro na uzbrojenie otwarta

Adam Kielar
Warszawa, Bruksela

Państwa członkowskie UE zatwierdziły we wtorek plan inwestycyjny Polski w ramach programu obronnego SAFE. Na polskiej liście znalazło się 139 projektów.

Decyzja ta kończy proces zatwierdzania polskiego planu przez UE. We wtorek zatwierdzono także plany: Estonii, Grecji, Włoch, Łotwy, Litwy, Słowacji i Finlandii.

Program SAFE przewiduje łącznie 150 mld euro wsparcia w postaci nisko oprocentowanych pożyczek na zakup sprzętu wojskowego, w dużej mierze produkowanego w Europie. Program ma wspierać państwa UE we wzmacnianiu ich potencjału obronnego, a także zmniejszać ich uzależnienie od uzbrojenia z USA.

Inwestycje w polską gospodarkę

Przed posiedzeniem rządu premier Donald Tusk odniósł się do programu SAFE. Podkreślił, że według prognoz Agencji Uzbrojenia wartość inwestycji w samą Hutę Stalowa Wola „przekroczy 20 miliardów złotych”. Zaznaczył przy tym, że HSW produkuje m.in. armatohaubice Krab, bojowy wóz piechoty Borsuk i samobieżne moździerz Rak.

- Już cały świat jest zainteresowany tym, żeby też od nas to



FOT. ROBERT WOŹNIAK

Państwa członkowskie zatwierdziły polski plan inwestycyjny w ramach programu SAFE

kupować, więc mówimy o wielkiej inwestycji, która będzie służyła, jeśli oczywiście prawica i prezydent zrozumieją, na co robia zamach, polskiej gospodarcze, polskiej obronności, możliwościom eksportu polskiego uzbrojenia - powiedział Tusk.

Podkreślił przy tym, odnosząc się do kontraktu zbrojeniowego z czasów rządów PiS, że „pożyczka koreańska to jest prawie dwukrotnie wyższe oprocentowanie” niż w przypadku pożyczki w ramach unijnego programu SAFE.

Polska ma otrzymać 43,7 mld euro

Polska będzie największym beneficjentem programu SAFE. W sumie polski plan inwestycyjny zawiera 139 projektów,

których łączna wartość wyniesie 43,7 mld euro.

W piątek, 13 lutego, Sejm głosował w sprawie przyjęcia ustawy, która umożliwia wdrożenie w Polsce programu SAFE.

„Za” byli przedstawiciele wszystkich partii koalicyjnych (KO, PSL, Lewica oraz Polska 2050), koło partii Razem oraz dwójce posłów niezależnych (w sumie 236 głosów). Przeciw ustawie głosowali: PiS, Konfederacja, koło Konfederacji Korony Polskiej, jeden poseł niezależny oraz dwóch z koła Demokracji Bezpośredniej (razem 199 głosów), natomiast wstrzymały się cztery osoby: jeden poseł PiS, niezależna posłanka Paulina Matysiak oraz dwóch posłów Demokracji Bezpośredniej.

Szerokim echem odbiła się wypowiedź prezesa PiS Jarosława Kaczyńskiego. W poniedziałek, 16 lutego, wezwał on prezydenta do zawetowania ustawy wdrażającej w Polsce program SAFE. Zdaniem lidera PiS, program ten służy przede wszystkim „interesom niemieckim”.

- Jest wpisany w ten cel, który dzisiaj stawiają sobie przede wszystkim Niemcy. Europa zjednoczona pod przywództwem niemieckim ze wszystkimi tego konsekwencjami - uważa Kaczyński.

Prezes dodał również, że obecne Niemcy są „państwem postnazistowskim”.

Wskazywał jednocześnie, że polska niepodległość nie ma ceny.

- I dlatego, nawet jeżeli byśmy mieli trochę więcej zapłacić, to to jest nieporównanie bardziej opłacalne dla Polski, dla przyszłości także osobistej pomyślności Polaków, polskich rodzin niż to, co jest nam proponowane. Bo proponowana nam jest Polska pod niemieckim butem. My ten niemiecki but odrzucamy - mówił Kaczyński.

Nie wiadomo na razie, jak w sprawie tej ustawy zdecyduje prezydent Karol Nawrocki. Sprawa programu SAFE była jednym z tematów niedawnej Rady Bezpieczeństwa Narodowego pod jego przewodnictwem. PAP

Polak szpiegiem Rosjan? Zarzuty za pracę na rzecz rosyjskiego wywiadu. Sprawa trafiła do sądu

Adam Kielar
Bydgoszcz

29-letni Wiktor Ż. odpowie za szpiegostwo na rzecz Rosji. Jak poinformował Jacek Dobrzyński, rzecznik ministra-koordynatora ds. służb specjalnych, do sądu trafił już akt oskarżenia w tej sprawie.

Jak napisał Jacek Dobrzyński w mediach społecznościowych, akt oskarżenia przeciwko Wiktorowi Ż., 29-let-

niemu Polakowi, trafił do Sądu Okręgowego w Bydgoszczy.

„Prokurator zarzucił mu zgłoszenie gotowości oraz działania na rzecz rosyjskiego wywiadu (art. 130 par. 2 kk). Wiktor Ż. zbierał i przekazywał za pomocą komunikatorów internetowych informacje dotyczące między innymi funkcjonowania obiektów o istotnym znaczeniu dla obronności Polski, których ujawnienie mogłyby wyrządzić szkodę dla naszego kraju” - napisał rzecznik na portalu X.

Oskarżony miał przekazywać informacje na temat strategicznych obiektów, takich jak Zakłady Chemiczne NITROCHEM czy Wojskowe Zakłady Lotnicze nr 2 (oba w Bydgoszczy).

„Mężczyzna wyraził również gotowość do przekazywania informacji w zakresie rozmieszczenia obiektów wojskowych, w tym Centrum Szkolenia Sił Połączonych NATO w Bydgoszczy” - podkreślił Dobrzyński.

Czyn zarzucany podejrzanemu jest zagrożony karą więzienia nie krótszą niż 8 lat albo karą dożywotniego pozbawienia wolności.

Śledztwo było prowadzone przez Delegaturę ABW w Bydgoszczy pod nadzorem prokuratora z Mazowieckiego Wydziału Zamiejscowego Departamentu do Spraw Przemoczości Zorganizowanej i Korupcji Prokuratury Krajowej w Warszawie. PAP

Iran straszy w cieśninie Ormuz. Rozmowy ostatniej szansy

oprac. Anna Nagel
Teheran

Po rozpoczęciu rozmów amerykańsko-irańskich w Genewie Iran wystrzelił pociski rakietowe w kierunku cieśniny Ormuz - podała półoficjalna irańska agencja Tasnim.

Tasnim poinformowała, że pociski wystrzelone z głębi kraju i z wybrzeża uderzyły w cele w cieśninie.

Iran ogłosił w poniedziałek ćwiczenia marynarki wojennej Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej (IRGC) w cieśninie, przez którą przepływa 20 procent światowej ropy naftowej i 20 proc. skroplonego gazu ziemnego.

Iran i Stany Zjednoczone rozpoczęły we wtorek w Genewie drugą rundę pośrednich negocjacji w sprawie irańskiego programu nuklearnego. Irańska telewizja państwowa poinformowała, że negocjacje z USA będą pośrednie i skupią się wyłącznie na programie atomowym, a nie na polityce wewnętrznej Iranu.

W rozmowach stronę amerykańską reprezentowali wysłannik prezydenta USA Steve Witkoff oraz zięć i doradca Donalda Trumpa Jared Kushner. Irańskiej delegacji przewodniczył szef MSZ Abbas Aragczi. W rozmowach, tak jak poprzednio, pośredniczyli dyplomaci z Omanu.



Ćwiczenia morskie Korpusu Strażników Rewolucji Islamskiej w cieśninie Ormuz

Przed ich rozpoczęciem przedstawiciel Iranu powiedział anonimowo agencji Reutersa, że delegacja z Teheranu przyjechała do Genewy z „realnymi, konstruktywnymi propozycjami” i nie ma założonego z góry nastawienia co do ich rezultatu.

Z kolei inny wysoki rangą urzędnik irański powiedział, że sukces rozmów w Szwajcarii zależy od tego, czy Stany Zjednoczone nie będą stawiać nierealistycznych wymagań i od ich poważnego podejścia do zniesienia paraliżujących Iran sankcji gospodarczych.

Pierwsza runda rozmów Iran - USA przeprowadzona została w Omanie 6 lutego. Kwestią sporną przed obiema turami pozostawał, według mediów, zakres rozmów: USA żądają od Teheranu ustępstw w sprawie programu rozwoju rakiet balistycznych i zaprzestania wspierania zbrojnych ugrupowań na Bliskim Wschodzie. Iran nalegał, by rozmowy dotyczyły tylko kwestii jądrowych.

Groźby ajatollaha

Najwyższy duchowo-polityczny przywódca Iranu, ajatollah Ali Chamenei, oświadczył we wtorek, że prezydent USA

Donald Trump nie zdoła obalić Republiki Islamskiej, odnosząc się do słów Trumpa, według którego zmiana reżimu w Teheranie „byłaby najlepszą rzeczą, jaka mogłaby się wydarzyć”.

Chamenei uznał, że Iran musi posiadać broń odstraszającą, twierdząc, że państwo jej pozbawione zostanie „zmiażdżone” przez wrogów. Skrytykował sprzeciw USA wobec prawa Iranu do korzystania z pokojowej według niego technologii nuklearnej w celach medycznych, rolniczych i energetycznych, określając go jako przejaw „nieracjonalności”. PAP

Zmarł pastor Jesse Jackson, ikona ruchu na rzecz praw obywatelskich w USA

Grzegorz Kuczyński
Waszyngton

Wieloletni działacz na rzecz praw obywatelskich, pastor baptystów i czołowy działacz Partii Demokratycznej, Jesse Jackson, zmarł we wtorek, poinformowała jego rodzina. Miał 84 lata.

Przyczyna śmierci nie została od razu podana. Jego rodzina poinformowała, że zmarł spokojnie w otoczeniu najbliższych. W listopadzie Jackson trafił do szpitala - od ponad dziesięciu lat cierpiał na postępujące porażenie nadjędrowe (PSP). W 2017 roku Jackson ujawnił, że cierpi na chorobę Parkinsona.

Jackson urodził się w Greenville w Karolinie Południowej i zyskał sławę w erze walki o prawa obywatelskie, uczestnicząc w demonstracjach

u boku Martina Luthera Kinga. Jego działalność trwała przez dziesięciolecia, w tym czasie dwa razy ubiegał się o nominację Demokratów na prezydenta, w 1984 i 1988 roku.

Jackson, który był w motelu w Memphis w stanie Tennessee wraz z Kingiem, kiedy ten został zamordowany w 1968 roku, nie zaprzestał działalności na rzecz równouprawnienia Afroamerykanów po śmierci swego mentora. Był aktywny w szeregach Partii Demokratycznej, narażając się w latach 80. XX w. na zarzuty części jej establishmentu o zbyt lewicowe poglądy.

W ostatnich dziesięcioleciach Jackson otwarcie wypowiadał się na temat czołowych polityków, w tym byłego prezydenta Baracka Obamy. Potępił prezydenturę Donalda Trumpa, mówiąc: „Pięćdziesiąt lat praw obywatelskich zostało zagrożonych”.



Jesse Jackson walczył o równouprawnienie czarnoskórych Amerykanów od lat 60. XX w.

Piloci F-16 z USA i Holandii nad Ukrainą. Tajna eskadra ma zwalczać rosyjskie drony i rakiety

Grzegorz Kuczyński
Kijów

W ostatnich tygodniach w Ukrainie utworzono eskadrę F-16, do której po raz pierwszy weszli piloci ze Stanów Zjednoczonych i Holandii - informuje francuski portal Intelligence Online specjalizujący się w pracy z danymi wywiadowczymi.



Za sterami F-16 siedzą też weterani z Holandii

F-16 kontra rosyjskie rakiety i drony

Jak podaje Intelligence Online, zagraniczni piloci podpisali z Siłami Zbrojnymi Ukrainy tymczasowe umowy, które przewidują rotację co sześć miesięcy i możliwość przedłużenia. Nie mają oni jednak oficjalnych stopni wojskowych w ukraińskich siłach zbrojnych i nie figurują na publicznych listach.

Ukraina wykorzystuje przekazane przez kraje zachodnie

myśliwce F-16 do przechwytywania rosyjskich pocisków manewrujących Kalibr i Ch-101, a także dronów Geran-5. W przeciwieństwie do ukraińskich pilotów, zachodni piloci potrafią obsługiwać zaawansowane technologicznie urządzenia, w szczególności kontenery celowniczo-rozpoznawcze Sniper. System ten pozwala widzieć cele z dużej odległości, śledzić rakiety i drony w ciemności lub w chmurach.

Zagraniczni piloci w wojsku Ukrainy

Już w 2023 roku Siły Powietrzne Sił Zbrojnych Ukrainy dopuściły możliwość zawarcia umów z zagranicznymi specjalistami wojskowymi, w tym pilotami i technikami. W 2024 roku amerykański senator republikański Lindsey Graham podczas podróży do Kijowa zauważył, że Ukraina może zatrudniać amerykańskich pilotów weteranów do pilotowania samolotów F-16, dopóki ukraińscy specjaliści nie ukończą szkolenia.

- Ukraińcy będą szukać wśród krajów NATO gotowych pilotów, którzy przeszli na emeryturę, aby pomogli im, dopóki Ukraina nie wyszkoli swoich pilotów - powiedział Graham. Jednak do tej pory nie poinformowano oficjalnie o zagranicznych pilotach.

Strzelanina podczas szkolnego meczu hokeja

oprac. Grzegorz Kuczyński
Pawtucket

Dwie osoby zginęły, a trzy zostały ranne w strzelaninie na lodowisku hokejowym w stanie Rhode Island na północnym wschodzie USA - poinformowała lokalna policja. Nie żyje również napastnik.

Do tragedii doszło na boisku hokejowym w mieście Pawtucket podczas rozgrywki szkolnych drużyn.

Strzelał do rodziny

Policja podała na konferencji prasowej, że napastnik mógł otworzyć ogień z powodu konfliktu rodzinnego. Stacja CNN, powołując się na źródła, przekazała, że celował on w członków swojej rodziny, a po oddaniu strzałów popełnił samobójstwo.

Miejscowa policja powiadomiła, że ofiary śmiertelne to dwie osoby dorosłe. Jedna z nich zmarła na miejscu, a druga po przewiezieniu do szpitala. Trzy kolejne osoby z ranami postrzałowymi zostały hospitalizowane, a ich stan lekarze oceniają jako krytyczny. Wcześniej CNN informowała, że wśród ofiar jest młoda dziewczyna.

„Modłę się o Pawtucket i wszystkich dotkniętych (tym zdarzeniem)” - napisał w mediach społecznościowych gubernator Rhode Island Dan McKee.

Według Gun Violence Archive (organizacji badającej incydenty przemocy z użyciem broni palnej) poniedziałkowe wydarzenie w Rhode Island była to 41. strzelanina w Stanach Zjednoczonych w tym roku. PAP

strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Nietypowe objawy raka

Największą przeszkodę i utrudnienie w walce z rakiem stanowi jego późne wykrycie. Trudno jednak mieć pretensje do lekarzy - nowo-

twory potrafią też zaskoczyć nawet ich, dając nietypowe objawy lub rozwijając się niemal bez objawów. Niektóre objawy raka łatwo pomylić z innymi chorobami. Jak wcześniej wykryć raka? Na jakie symptomy powinienś zwracać uwagę?

ZA TYDZIEŃ:

- Rdzeniowy zanik mięśni SMA - pierwsze objawy
- Objawy tych chorób są niemal identyczne. Diagnozy zupełnie inne. Zmęczenie, ból, spadek nastroju rzadko wskazują na jedną chorobę



FOT. 123RF.COM

Czy kot jest zdrowy dla człowieka? Tak! I to bardziej niż myślisz

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Według szacunków, 44 proc. Polaków posiada kota. Naukowcy twierdzą, że mają oni powód do radości. Wyniki badań jasno wskazują, że obecność kotów ma pozytywny wpływ na nasze zdrowie.

Liczne badania wykazują, że koty mogą poprawiać ludziom nastrój, dawać wsparcie emocjonalne i podnosić morale. Zwierzęta domowe są szczególnie doceniane za wspomaganie socjalizacji osób starszych, dzieci oraz osób chorujących zarówno umysłowo, jak i fizycznie.

Nie do przecenienia jest też wpływ zwierząt na nasze samopoczucie w sytuacjach kryzysowych. Od czasu pandemii COVID-19 relacja ludzi ze zwierzętami domowymi jeszcze bardziej zyskała na jakości.

- Pandemia umocniła rolę więzi człowiek-zwierzę w życiu ludzi, a nasze dane pokazują, że jest to odczuwalne w skali globalnej, z niesamowitymi konsekwencjami, które mogą przynieść korzyści zdrowiu ludzi i zwierząt domowych na całym świecie - mówi dr weterynarii Mike McFarland, globalny dyrektor medyczny Zoetis, ogólnosiwiatowej spółki działającej w dziedzinie ochrony zdrowia zwierząt.

Jak koty wpływają na nasze zdrowie?

Koty, podobnie jak psy, mogą być zwierzęcymi terapeutami. Felinoterapia to metoda zooterapii polegająca na kontakcie z mruczącym pupilem.

● Dzieci a koty

Naukowcy zbadali wpływ obecności kotów domowych na dzieci. Jak wynika z ankiety przeprowadzonej wśród ponad 2200 młodych Szkotów w wieku 11-15 lat, dzieci, które nawiązały silną więź ze swoimi kotami, lepiej oceniały jakość swojego życia.

Im bardziej dziecko było przywiązane do zwierzęcia, tym bardziej czuło się sprawne,



FOT. FRANCESCO UNGARO / PEXELS

Dzień Kota obchodzi się w Polsce 17 stycznia oraz 8 sierpnia. Ma on podkreślić znaczenie obecności kotów w naszym codziennym życiu

energiczne i uważne, a mniej smutne i samotne. Ponadto bardziej cieszyło się zarówno czasem spędzonym w samotności, jak i w szkole.

● Kot na zdrowie

Amerykański badacz obserwował przez 10 miesięcy 24 osoby, które właśnie podjęły się opieki nad kotami. Wyniki ankiety wypełnianych przez świeżo upieczonych właścicieli były zaskakujące.

Już po pierwszym miesiącu u badanych zmniejszyły się dolegliwości zdrowotne, takie jak bóle głowy, bóle pleców i przeziębienia - chociaż korzyści te wydawały się zanikać w miarę upływu czasu.

Autor badania przypuszcza, że ludzie, którzy tworzą dobre relacje ze swoimi kotami, nadal widzą korzyści z nich płynące, a ludzie, którzy tego nie robią, nie odczuwają ich. Warto więc

cieszyć się obecnością pupila nie tylko w pierwszych miesiącach, ale doceniać jego towarzystwo przez cały czas.

● Pomagają dzieciom z autyzmem

Według Human Animal Bond Research Institute (HABRI), adopcja kota ze schroniska może pomóc obniżyć stres i lęk u dzieci z autyzmem. Po przysięgnięciu zwierzęcia mali właściciele wykazywali więcej empatii i mieli mniej problemów behawioralnych.

Co ciekawe, wyniki badań pokazują, że także koty korzy-

Liczne badania wykazują, że koty mogą poprawiać ludziom nastrój, dawać wsparcie emocjonalne i podnosić morale

stają na zamieszkaniu z rodziną, w której chociaż jeden członek znajduje się w spektrum autyzmu. Zwierzęta dobrze się aklimatyzują i są mniej zestresowane.

● Koty podnoszą jakość życia

Australijskie badania pokazują, że właściciele kotów cieszą się lepszym zdrowiem psychicznym niż osoby nieposiadające zwierząt domowych.

Ankietowani kociarze twierdzą, że czują się bardziej szczęśliwi, pewniejsi siebie i mniej nerwowi, cieszą się także dobrym snem i koncentracją, jednocześnie lepiej radząc sobie z przeciwnościami losu.

● Koty wspierają osoby starsze

Ponad trzy czwarte ankietowanych przez badaczy z Uniwersytetu Michigan, będących w wieku od 50 do 80 lat, stwierdziło, że zwierzęta domowe

zmniejszają odczuwany przez nich stres, a prawie tyle samo uważało, że pupile dają im poczucie celu.

Ponad 70 proc. starszych osób zadeklarowało, że zwierzęta pomagają im radzić sobie z nieprzyjemnymi objawami fizycznymi lub emocjonalnymi, a 46 proc. stwierdziło, że pomagają im także nie myśleć o bólu.

● Zwierzęta jak probiotyki

Trwają badania, które mają potwierdzić hipotezę, że kontakt ze zwierzętami może mieć korzystny wpływ na odbudowę ludzkiego mikrobiomu jelitowego.

- Rosnąca liczba badań udokumentowała wpływ kontaktu ze zwierzętami na ludzki mikrobiom (skład mikroflory jelitowej) w sposób, który może pomóc w zapobieganiu niektórym rodzajom schorzeń, takim jak choroby sercowo-naczyniowe

i astma - twierdzi dr Laurel Redding, adiunkt epidemiologii w Penn Vet.

● Wierne jak psy

Dla niektórych miłośników psów relacja z kotem nie wydaje się równie głęboka jak ta, którą mają ze swoim pupilem. Wiele osób, które ze względu na wiek lub stan zdrowia, nie mogą już opiekować się bardziej absorbującym zwierzęciem, waha się, gdy ma go zastąpić niewymagającym spacerów kotem.

Do adopcji kota mogą przekonać ich wyniki badań naukowców z Uniwersytetu Stanowego Oregonu, według których koty żyją z człowiekiem, ponieważ jest on dla nich źródłem i gwarantem bezpieczeństwa.

Co ciekawe, badanie udowodniło także, że koty przywiązują się do człowieka w takim samym stopniu co psy.

Najbardziej nietypowe objawy raka, które zaskakują nawet lekarzy. Na co musisz uważać?

Redakcja Strony Zdrowia
redakcja@stronazdrowia.pl

Największą przeszkodę w walce z rakiem stanowi jego późne wykrycie. Trudno jednak mieć pretensje do lekarzy: nowotwory dają czasem przedziwne objawy, które zaskakują nawet specjalistów.

Według nowego raportu, przygotowanego przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego - Państwowy Instytut Badawczy, nowotwory złośliwe zabijają obecnie w Polsce niemal 100 tys. osób rocznie i są drugą najczęstszą przyczyną zgonów wśród Polaków, po chorobach układu krążenia. Każdego roku nowotwory złośliwe diagnozowane są u ok. 90 tys. mężczyzn i prawie 92 tys. kobiet, na raka choruje coraz więcej osób młodszych, 20- i 30-latków. Z rakiem trudno się walczy, bo też trudno go wykryć, a późna diagnoza utrudnia leczenie. W zależności od tego, jaką część ciała atakuje guz, nowotwór może dawać typowe dla danego organu objawy, lub też objawiać się ogólnoustrojowo, tzn. wpływając na stan całego ciała i ogólne samopoczucie. Nowotwory potrafią też zaskoczyć nawet lekarzy, dając nietypowe objawy lub rozwijając się niemal bez objawów. Niektóre objawy raka łatwo pomylić z innymi chorobami.

Jak wcześnie wykryć raka? Na jakie symptomy powinienś zwracać uwagę? Poniżej praktyczna lista możliwych objawów nowotworu.

Najważniejsze objawy raka

Do najbardziej typowych objawów raka, które można wcze-



Niektóre objawy raka zbijają z tropu nawet lekarzy

śnie zidentyfikować samemu, należą:

- Zmiany skórne: owrzodzenie skóry lub sutków, wycieki z sutków, zmiana wyglądu znamion na skórze
- Nagła asymetria części ciała: piersi, jąder lub innych
- Wyczuwalne pod skórą guzy.

Nietypowe objawy raka

To objawy, które mogą wywoływać także inne choroby, np. infekcje. Przy raku objawy występują jednak bez wyraźnej dostrzegalnej przyczyny, utrzymują się przez długi czas i często wracają.

Na te symptomy powinienś zwracać uwagę:

- Ogólny stan zapalny bez wykrywalnej infekcji - powiększone węzły chłonne, gorączka, ból mięśni i kości, stałe zmęczenie
- Bóle bez urazów, odczuwalne w jamie brzusznej, klatce piersiowej, okolicach łędźwi
- Krwawienia bez urazów - krew w moczu, kale i ślinie
- Zmiana kształtu stolca (np. na nietypowo cienki)
- Nagła i niezamierzona utrata wagi
- Obfite zimne poty w czasie snu
- Trudności w przełykaniu
- Chroniczny kaszel, zmieniający charakter, ale utrzymujący się stale
- Silne i nawracające bóle głowy
- Zaburzenia świadomości, ataki padaczki
- Złe samopoczucie o poranku: kaszel, ból gardła, zmęczenie utrzymujące się przez resztę dnia.

Czym są zespoły paranowotworowe?

To bardzo nietypowe zespoły objawowe, wywołane pośrednio przez nowotwór, ale nie wynikające wprost z inwazji guza na dany narząd. Mogą wystąpić w innych zakątkach ciała i często zbijają lekarzy z tropu. Do objawów dawanych przez różnego rodzaju zespoły paranowotworowe mogą należeć np.:

- hipoglikemia
- nadmierne owłosienie u kobiet
- drganie gałek ocznych
- światłowstręt
- częsta zakrzepica
- osłabienie czucia powierzchniowego
- trudność z podnoszeniem rąk do góry.

Jak zapobiec rakowi?

Nawet najdokładniejsze przyglądanie się swojemu ciału w poszukiwaniu jakichkolwiek objawów choroby nie zastąpi profilaktyki. Aby wykryć raka w najwcześniejszym stadium, musisz się regularnie badać. Należy wykonywać przede wszystkim badania przesiewowe, takie jak kolonoskopia, mammografia i cytologia.

Unikaj tych rzeczy

Na wystąpienie wielu chorób nie mamy wpływu. Jednak nasz tryb życia i dieta mogą nam pomóc znacznie zmniejszyć ryzyko zachorowania na niektóre z nich. I odwrotnie, spożywając produkty, które nie wnoszą do naszej diety żadnych warto-

ści odżywczych, a tylko nam szkodzą lub trzymając się niezdrowych nawyków sami sobie robimy krzywdę i narażamy się na rozwój wielu schorzeń.

- Papierosy - mimo że świadomość na temat szkodliwości palenia papierosów wzrasta, to wiele osób nadal jest uzależniona od tej groźnej używki. Palenie tytoniu powoduje nie tylko raka płuca, ale też wiele innych chorób, w tym choroby układu krążenia
- Alkohol - z wielu badań naukowych wynika, że nie istnieje bezpieczna dawka alkoholu, każda jego ilość jest szkodliwa.
- Napoje gazowane - kolorowe, słodzone napoje gazowane to cukier w płynie. W takiej postaci jest łatwo przyswajalny i znacznie podwyższa poziom glukozy we krwi. Taka sytuacja może doprowadzić do rozwoju cukrzycy typu 2.
- Biały chleb - pieczywo z białej, oczyszczonej mąki pszennej powoduje nagłe skoki poziomu glukozy we krwi oraz wzrost ciśnienia krwi. Jest ono łatwiej przyswajalne i szybciej się wchłania, ale nadmiar kalorii powoduje nagły wzrost energii, a potem tak samo nagły jej spadek, ponieważ raptownie spada poziom cukru we krwi. To z tego powodu po jedzeniu czujesz się senny. Nie zawiera też błonnika, który szybciej daje uczucie sytości i przyspiesza trawienie oraz metabolizm. Z tego powodu możemy go zjeść więcej, bo nie czujemy, że już się najedliśmy. Taka sytuacja prowadzi do przybierania na wadze.

Nietrzeźwi pacjenci w szpitalach psychiatrycznych?

Barbara Wesoła
redakcja@stronazdrowia.pl

Gdzie powinna trafić osoba nietrzeźwa, która wymaga pomocy medycznej - na izbę wytrzeźwień czy do szpitala psychiatrycznego?

W Polsce wciąż brakuje jasnych przepisów, które jednoznacznie regulowałyby takie sytuacje. W interpelacji skierowanej do Ministerstwa Zdrowia dr Tomasz Rzymkowski pyta wprost, czy obecny system nie prowadzi do niebezpiecznych konsekwencji.

W interpelacji złożonej do ministra zdrowia zwrócono uwagę, że ustawa o świadczeniach opieki zdrowotnej nie przewiduje odrębnych zasad postępowania wobec osób nietrzeźwych. W praktyce oznacza to, że są one traktowane jak każdy inny pacjent.

Autor interpelacji wskazuje, że lekarz dyżurny w szpitalu psychiatrycznym nie może odmówić hospitalizacji osoby przywiezionej przez policję lub zespół ratownictwa medycznego, dopóki nie przeprowadzi podstawowej diagnostyki wykluczającej zagrożenie życia lub zdrowia. Nawet jeśli pacjent znajduje się pod wpływem alkoholu, placówka musi go przyjąć. Historia już jednak pokazała, że to nie jest właściwa droga.

W interpelacji podkreślono, że takie rozwiązanie budzi poważne wątpliwości. Zdaniem dr Rzymkowskiego, szpitale psychiatryczne - zwłaszcza monospecjalistyczne - nie są przygotowane do opieki nad osobami nietrzeźwymi, które często wymagają intensywnego monitorowania stanu somatycznego i terapii dla osób uzależnionych.

W dokumencie przywołano opinie lekarzy, według których placówki psychiatryczne często nie dysponują odpowiednią aparaturą diagnostyczną ani zespołem specjalistów innych dziedzin. Zacytowano stanowisko le-

karzy z Mazowieckiego Specjalistycznego Centrum Zdrowia im. prof. Jana Mazurkiewicza, którzy wskazują na systemowy problem:

„Placówki monospecjalistyczne absolutnie nie mają narzędzi, aby odpowiednio zaopiekować się takim pacjentem”.

Autor interpelacji zwraca uwagę, że uzależnienie od alkoholu jest chorobą i osoby w takim stanie wymagają fachowej terapii. Jednocześnie podkreśla, że znaczna część nietrzeźwych pacjentów powinna trafiać na izbę wytrzeźwień, a nie do szpitala psychiatrycznego.

W interpelacji dr Rzymkowski nawiązuje do głośnej sprawy opisaną w grudniu 2025 roku przez Wirtualną Polskę, dotyczącą śmierci 32-letniej pacjentki z alkoholowym zespołem odstawiennym, która trafiła do szpitala psychiatrycznego i zmarła po zatrzymaniu krążenia. Autor dokumentu zaznacza, że to wydarzenie pokazuje, jak poważne mogą być skutki obecnych luk systemowych.

„W takich warunkach - mówi cytowana w artykule lekarka - oddział detoksykacyjny nie ma prawa istnieć. A masowe kierowanie pacjentów alkoholowych, którzy są tykającymi bombami, do szpitali psychiatrycznych, to błąd całego systemu. I proszenie się o tragedię”.

Na końcu interpelacji sformułowano dwa konkretne pytania skierowane do ministra zdrowia. Dotyczą braku przepisów kompleksowo regulujących możliwość odmowy hospitalizacji osób nietrzeźwych, w szczególności w szpitalach psychiatrycznych, sposobów zaradzenia niedostosowaniu szpitali psychiatrycznych do opieki nad pacjentami pod wpływem alkoholu, jeśli nowe regulacje nie zostaną wprowadzone.

Na moment publikacji odpowiedź ministerstwa zdrowia nie została jeszcze udzielona. Zgodnie z procedurą resort ma na to 21 dni od daty wpływu interpelacji.



Luka w przepisach ujawnia chaos decyzyjny w systemie ratowania zdrowia

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

BANANY

Czy można jeść brązowe banany?

Najpierw to tylko kilka brązowych plamek, ale jeśli zostawi się banany zbyt długo, można obserwować, jak w mgnieniu oka robią się całe brązowe. Jedni uważają to za wadę i aż ich przechodzi dreszcz, inni myślą: Nic nie szkodzi, skoro i tak rozgniatam je dla dziecka na papkę, to jeszcze się nada. - W żadnym wypadku - sprzeciwia się jednak Daniela Krehl z bawarskiego centrum konsumentckiego. Kiedy banan zmienia kolor z żółtego na brązowy, w wyniku naturalnej fermentacji powstaje alkohol - im dłużej banan dojrzewa, tym więcej. Ile alkoholu i kiedy znajduje się w bananie, zbadał Bawarski Krajowy Urząd ds. Zdrowia i Bezpieczeństwa Żywności (LGL). Przejrzały banan może

zawierać ponad 7 gramów alkoholu na kilogram. Z badań wynika, że zielone banany nie zawierają alkoholu. Dojrzałe banany co prawda wytwarzają alkohol, ale nie zawsze. A jeśli już, to tylko w niewielkich ilościach, do 1,4 grama na kilogram. W przejrziałych bananach, czyli takich, które z zewnątrz są naprawdę brzydkie, całkowicie brązowe, alkohol jest natomiast obecny w każdym przypadku. Najwyższa wartość ustalona w badaniu wyniosła 7,37 grama na kilogram - informuje LGL i ostrzega przed skutkami promili. - Grupy wrażliwe, takie jak niemowlęta i małe dzieci, ale także osoby, które chcą całkowicie unikać alkoholu, powinny więc unikać przejrziałych bananów. Bawarscy obrońcy praw konsumentów robią jednak jedno zastrzeżenie: podczas pieczenia i gotowania alkohol się ulatnia. Przejrzałe ba-

nany da się więc jeszcze uratować, na przykład w chlebkach bananowym lub wmieszane w ciasto na muffiny czy pankejkę.

Kto nie powinien jeść bananów?

Banany to wyjątkowo zdrowe owoce, jednak ze względu na obecność niektórych substancji aktywnych nie powinny być spożywane przez osoby przyjmujące określone leki, a także chorujące na pewne schorzenia. Są grupy osób, którym może zaszkodzić jedzenie bananów. Wśród tych szczególnie zagrożonych są pacjenci z wysokim poziomem potasu we krwi oraz alergią na tyraminę.

Jak rozpoznać uczulenie na banany?

Alergią pokarmową określa się nieprawidłową i niewspółmierną do bodźca reakcję układu odpornościowego na dany alergen, dostarczony wraz z żywnością.

Uczulenie może się przejawiać w postaci różnych objawów klinicznych. Wśród najczęstszych są:

- zaburzenia układu żołądkowo-jelitowego (wymioty, biegunki),
 - zaburzenia pracy układu oddechowego (kaszel, katar),
 - zmiany na skórze (pokrzywka, egzema),
 - zaburzenia pracy układu sercowo-naczyniowego.
- Reakcja alergiczna na dany pokarm może wystąpić u osoby w każdym wieku, choć większość uczuleń daje objawy już



u niemowląt i małych dzieci (ok. 8 proc. dzieci cierpi z powodu alergii pokarmowej). Nie oznacza to jednak, że będzie ona towarzyszyła dziecku, gdy dorośnie. Zaledwie 1 do 2 proc. ludzi dorosłych cierpi z powodu alergii pokarmowych. Uczulenie na banany jest dość powszechną alergią pokarmową. Obejmuje szereg różnych objawów, są to m.in.:

- zaczerwienienie, mrowienie, pieczenie i swędzenie oraz obrzęk w obrębie jamy ustnej i jej okolicy,
 - świąd, pokrzywka i wypryski na skórze całego ciała,
 - objawy ze strony układu pokarmowego, takie jak bóle brzucha, wymioty czy biegunki,
 - zaczerwienienie i łzawienie oczu,
 - trudności w oddychaniu, kaszel i katar.
- wstrząs anafilaktyczny jest rzadką, ale najsilniejszą reakcją alergiczną, która wymaga na-

tychmiastowej pomocy lekarskiej. Uczulenie na banany często idzie w parze z alergią na inne owoce np. awokado, kiwi, owoce cytrusowe czy kasztany jadalne. Objawy uczulenia występują najczęściej w przypadku alergii krzyżowej, którą w tym przypadku wywołuje podobieństwo między białkiem zawartym w owocach a tym, które znajdziemy w lateksie lub innym pożywieniu. Alergię na banany można potwierdzić wykonując oznaczenie poziomu IgE we krwi, natywne testy skórne lub próby prowokacyjne. Leczenie alergii opiera się na diecie eliminacyjnej, a także na podawaniu środków przeciwalergicznych i antyhistaminowych. Z menu alergika muszą zniknąć nie tylko surowe owoce, ale także wypieki z dodatkiem bananów, np. chlebki bananowe, a także sypy i inne przetwory, które mają je w swoim składzie.

Wszechstronna i tania maść z apteki

Monika Górska
redakcja@stronazdrowia.pl

Zimą skóra łatwo się przesusza, łuszczy i swędzi. Jednak wiele kosmetyków nawilżających, zamiast ją regenerować, podrażnia. Ta wszechstronna maść zregeneruje suchą skórę.

Zimą masz problem z suchą i swędzącą skórą? Wypróbuj tę wszechstronną maść, która nie dość, że nawilża i odbudowuje suchą skórę, to jeszcze przyspiesza gojenie ran, a nawet wspiera odbudowę kości przy złamaniach. Maść z żywokostu to kosmetyczny must have na zimę i nie tylko.

Jak działa maść żywokostowa?

Żywokost lekarski (*Symphytum officinale*) jest rośliną wieloletnią należącą do rodziny ogórecznikowatych i w Polsce występuje pospolicie na terenie całego kraju. Spotkać go można też w innych miejscach na terenie Europy oraz w Azji Mniejszej, środkowej i na Syberii. Rośnie na terenach podmokłych, obrzeżach jezior i rzek, podmokłych lasach i zaroślach.

Żywokost zawiera sily, polifenole, fruktany, krzem, garbniki, asparaginę, alantoinę, kwas digalusowy, kwas chlorogenowy, kwas kawowy, rozmarynowy, trójterpen - izobauerenol, sole potasu, wapnia i sodu, glukuroniany oraz alkaloidy pirrolizydynowe. Ze względu na zawartość alkaloidów o działaniu kancerogennym zaliczany



Maść z żywokostu nie tylko łagodzi podrażnienia i przynosi ulgę skórze, ale też przyspiesza gojenie ran, a nawet wspomaga odbudowę kości

jest do roślin trujących, dlatego wewnętrzne używanie go zostało zakazane. Komisja E dopuszcza jedynie zewnętrzne stosowanie żywokostu w formie 5-20 proc. maści i żelu. W tych produktach stosuje się wyciąg z korzenia żywokostu lekarskiego.

Nawilża, regeneruje, uelastycznia. Na co jeszcze pomaga maść z żywokostem?

Maść żywokostowa jest przeznaczona do pielęgnacji

suchej i wrażliwej skóry podrażnionej czynnikami zewnętrznymi, ale też przyspiesza gojenie ran, proces regeneracji naskórka, a nawet ubytków kostnych.

Wskazana jest również do stosowania po oparzeniach i odmrożeniach, a także w przypadku odleżyn, oparzeń czy owrzodzeń.

Maść z żywokostu regeneruje, nawilża i odżywia skórę, a także uelastycznia ją i zmiękcza. Zawarta w wy-

ciągu z żywokostu alantoina działa przeciwzapalnie i łagodząco.

Stosowanie maści na rany zmniejsza ryzyko powstania blizn.

Jak informuje dr Henryk Różański, żywokost pobudza ziarninowanie, czyli powstawanie nowej tkanki łącznej, łagodzi stany zapalne skóry, aktywuje także procesy regeneracji chrząstek i kości oraz przyspiesza zranianie się kości złamanych i pękniętych.

WAŻNE

Żywokost lekarski

Korzeń żywokostu w ok. 15 procent składa się ze związków śluzowych. Oprócz tego znajdziemy tu również alantoinę (do 1,5 proc.), garbniki (ok. 6,5 proc.), a także asparaginę, krzem, kwasy wielofenolowe, związki cukrowe, aminokwasy, polifenole i olejki eteryczne.

Liście żywokostu zawierają witaminy A, C, E oraz z grupy B, alantoinę i składniki mineralne, takie jak wapń, żelazo, krzem, mangan czy kobalt. Ich istotnym składnikiem jest również symfytocynoglossyna - alkaloid o właściwościach znieczulających i lekko odurzających.

Żywokost lekarski ma właściwości przeciwzapalne, ściągające, pobudzające procesy regeneracji i mechanizmy obronne organizmu. Do celów leczniczych wykorzystuje się przede wszystkim kwitnące ziele i korzeń żywokostu w postaci świeżej lub suszonej.

Żywokost lekarski jest bardzo bogatym źródłem alantoiny. Związek ten wspomaga namnażanie się komórek, a tym samym regenerację tkanek, błon śluzowych oraz okostnych nadwyrężonych stanem zapalnym. Usprawnia też miejscowy przepływ krwi, co pozwala skuteczniej odbudowywać ubytki. Tu właśnie swoje źródło ma skuteczność preparatów z żywokostu w procesie wspomagania zraniania się kości.

Żywokost jest zalecany zwłaszcza w sytuacjach niekwaśnych urazów. Stosowanie żywokostu daje bardzo dobre efekty także w przypadku leczenia zmian skórnych.

Jak stosować maść żywokostową?

Jeśli stosujesz maść z żywokostu w celu regeneracji i nawilżenia skóry nanieś cienką warstwę preparatu z żywokostu na skórę i pozostaw do wchłonięcia. W przypadku bólu stawów czy w razie potrzeby regeneracji kości wsmaruj większą ilość maści w wybrane miejsce, wykonując masaż aż do wchłonięcia produktu.

Przeciwwskazania do stosowania maści z żywokostu

Maści z żywokostem nie należy stosować w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek z jej składników. Ostrożność podczas stosowania maści z żywokostu powinny zachować kobiety w ciąży oraz matki karmiące piersią. Jak każdy produkt może ona wywołać działania niepożądane. Jeśli takie wystąpią, nie używaj maści i skonsultuj się z lekarzem.

Piękne miłości dzieją się nie tylko w walentynki, ale między ludźmi, którzy wybrali siebie na każdy dzień. Bo im RAZEM NAJLEPIEJ! Też tak macie? Zgłóście się!

kb
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Jesteśmy po pierwszym tygodniu głosowania w plebiscycie Razem Najlepiej 2026 - akcji dla szczęśliwych par. W tym wydaniu gazety pokazujemy zdjęcia pierwszych liderów Waszego głosowania.

Spójrzcie na te zdjęcia. Czasami bardzo naturalne, czasami zabawne, czasami wzruszające.

Każde inne. Ale każde prawdziwe. - Nasi Czytelnicy wybiorą spośród wszystkich zgłoszonych par te najsympatyczniejsze, a my je nagrodzimy - mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek, odpowiedzialna za realizację plebiscytu: - Na zwycięzców czekają nagrody.

A te nagrody to - między innymi - wyjazdy do SPA i wczasy w Grecji. A na finał zajędzie nagroda główna, bo będzie to...

samochód! Piękny, nowiutki Citroen C3 Aircross Plus!

Na zdjęciach par już zgłoszonych do akcji miłość widoczna jest i w spojrzeniu idących ze sobą przez życie od wielu lat, i w uśmiechu tych, którzy dopiero uczą się swoich gestów, nawyków, poranków. Na jednych zdjęciach widać śmiech, na innych czułość. Na wszystkich - bliskość. To właśnie te i inne fotografie tworzą karty naszego wspólnego albumu Razem Najlepiej 2026.

Albumu regionu, w którym miłość nie jest wielkim hasłem od wielkich walentynek, ale codziennością. Jest spacerem, wspólną kawą, objęciem.

Jeśli czytając, to pomyślicie, „przecież my też tak mamy” - to... znak, że warto się zgłosić do plebiscytu Razem Najlepiej 2026. Jeszcze możecie - na zgłoszenia czekamy do 24 lutego.

Pamiętajcie jednak, ta akcja nie jest konkursem na perfekcyjność. Nie chodzi o Wasze idealne zdjęcie ani najbardziej spektakularną historię miłosną. Chodzi o odwagę, aby powiedzieć światu: „To jesteśmy my. To jest moja najulubiejsza osoba na świecie. To nasze bycie razem”. Chodzi o chwilę zatrzymania w codziennym biegu i spojrzenie na siebie z boku, by dać sobie okazję na przygodę

jako para. Publikujemy dziś kadry liderów akcji, by pokazać ich miłości - i pokazać, że nie trzeba profesjonalnej sesji ani idealnej scenerii, by miłość wiła się w powietrzu. Wystarczy być razem. Wystarczy spojrzeć na siebie tak, jak patrzycie zawsze. Przecież to Wasz najulubiejszy człowiek na świecie!

Szczegóły na gazetalubuska.pl/razem-najlepiej

RAZEM DO 10 LAT WŁĄCZNIE



Anna Wojciechowska i Iwo Budner,
powiat krośnieński



Mariola Koziańska i Janusz Rajewski,
powiat świebodziński



Krzysztof Kozinoga i Tomasz Piętko,
powiat zielonogórski



Agnieszka Dylewska i Łukasz Bartoń,
Gorzów Wielkopolski



Margareta Romanowska i Darek Kołtun,
powiat nowosolski



Dagmara Grudlewicz i Piotr Grycza,
Zielona Góra



Angelika Winiarska i Michał Czyżniewski,
powiat gorzowski



Wiktoria Foltyń i Przemysław Cebula,
powiat żagański

RAZEM WIĘCEJ NIŻ 10 LAT



Paulina i Łukasz Hałczyński,
Zielona Góra



Mariola i Bogusław Koroluk,
powiat żarski



Barbara i Marek Grabarek,
powiat międzyrzecki



Elwira i Grzegorz Dudarewicz,
Gorzów Wielkopolski



Barbara i Damian Gierstun,
powiat krośnieński



Elżbieta i Józef Szydełkowie,
powiat strzelecko-drezdenecki



Patrycja Sowińska i Marek Żukiel,
powiat świebodziński



Anna i Maciej Grzeszykowsky,
powiat słubicki

Doradca ubezpieczeniowy/finansowy Roku. Poznaj uczestników MISTRZÓW HANDLU

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Niektórzy trafiają do doradców z teczką dokumentów. Inni nawet bez jednej kartki, za to z jednym wielkim „nie wiem”. Są tacy, którzy przychodzą „tylko zapytać”, a wychodzą z dobrym planem na najbliższe 20 lat.

Zanim pojawi się podpis na umowie dotyczącej ubezpieczenia czy finansów, trzeba odpowiedzieć na pytania, które nie zawsze są wygodne: co by było, gdyby? Co jeśli coś się wydarzy? Jak zabezpieczyć bliskich? To dlatego praca doradców ubezpieczeniowych i pośredników finansowych to przede wszystkim spokojna

rozmowa, kalkulator, notatnik, ale i kubek kawy, bo to nie są krótkie rozmowy. Wbrew stereotypom, nie są też wyłącznie o liczbach. To tak naprawdę rozmowy o życiu - o własnym mieszkaniu, obawach związanych z kredytem czy zdrowiem, odpowiedzialności za rodzinę. O tym, jak spać spokojnie.

I właśnie to zdanie najlepiej oddaje sens tych spotkań. Doradca nie wyczaruje spokoju, ale pomoże uporządkować chaos informacji. Pokazać, jakie rozwiązania są realne, a jakie tylko brzmią dobrze.

Poniżej publikujemy dwie historie uczestników akcji Mistrzowie Handlu, którzy opowiadają o swojej codzienności.



Bez presji, niezrozumiałych zapisów i „drobnego druku”

Kornela Grycko (Superpolisa, Szprotawa) w tegorocznej edycji plebiscytu Mistrzowie Handlu walczy o tytuł Doradcy ubezpieczeniowego/finansowego Roku. Już sama nominacja jest dla Niej wyjątkowym wyróżnieniem.

Pani Kornela w swojej pracy łączy wiedzę, doświadczenie i realną chęć wspierania innych. Od sześciu lat pomaga klientom wybierać ubezpieczenia, które naprawdę dają poczucie bezpieczeństwa – bez presji, niezrozumiałych zapisów i „drobnego druku”. Bo to transparentność, otwartość i szczerowość w tej branży są kluczowe. Doradca ubezpieczeniowy/finansowy to zawód, w którym kluczową rolę odgrywa zaufanie. Klienci powierzają nie tylko swoje środki, ale też często obawy, problemy, nadzieje i właśnie dlatego tak ważne jest to, aby na każdym



etapie współpracy czuli, że mogą na kogoś liczyć, że mogą komuś zaufać i powierzyć troski i oczekiwania. Do tego niezbędne jest wzajemne zaufanie.

Kornela Grycko w swojej pracy stawia na relacje, uczciwość i rozwiązania dopasowane do realnych potrzeb. Warto podkreślić, że nie są to więzi krótkie, tymczasowe. Nasza nominowana stoi po stronie klienta także po podpisaniu umowy. Bo liczy się dla Niej przede wszystkim człowiek, jego potrzeby, emocje i finalnie - jego zadowolenie ze współpracy.

Nominacja do tytułu Doradcy ubezpieczeniowego/finansowego Roku w plebiscycie Mistrzowie Handlu była dla Niej niemałym wyróżnieniem. A także motywacją, bo zgłoszenie do naszej akcji jednoznacznie świadczy o tym, że Jej praca jest zauważana oraz doceniana.

Liderzy w skali województwa we wszystkich kategoriach

SPRZEDAWCA ROKU

1. **Przemysław Chlebek**, Bricomarche, Sulechów
2. **Anna Węgrzyn**, Biedronka, Żary
3. **Sylvia Pszonak**, Biedronka, Zielona Góra

FLORYSTA ROKU

1. **Violetta Legan**, Kwiatarnia Bukieteria Violetta Legan, Gorzów Wielkopolski
2. **Grażyna Bącela**, Kwiatarnia Łąka w mieście, Świebodzin
3. **Marta Kubica**, Flower Bar, Kostrzyn nad Odrą

POŚREDNIK NIERUCHOMOŚCI ROKU

1. **Arkadiusz Legan**, Legan Nieruchomości, Gorzów Wielkopolski
2. **Sandra Marczak**, Future Nieruchomości, Gorzów Wielkopolski
3. **Małgorzata Pilarek**, WGN Nieruchomości, Nowa Sól

SKLEP ROKU - RÓŻNE BRANŻE

1. **Pan Materac**, Gorzów Wielkopolski, Jedwabnicza 4
2. **Centrum Ogrodnicze SĄSIAD**, Strzelce Krajeńskie, Zachodnia 24
3. **Sklep u Agaty**, Szklarka Radnicka 16

KWIACIARNIA ROKU

1. **Kwiatarnia Flora Art**, Żary, Moniuszki 11
2. **Flower Bar**, Kostrzyn nad Odrą, Gorzowska 22
3. **Kwiatarnia u Madzi**, Świebodzin, Parkowa 2

BUTIK ROKU

1. **Vika Fashion**, Nowa Sól
2. **Szyki i Moda**, Świebodzin, Kolejowa 19
3. **U Wioli**, Kargowa, Rynek 17

SKLEP Z ARTYKUŁAMI DLA DZIECI ROKU

1. **SKLEP BOBAS** Słubice, Słubice, Kościuszki 23

SKLEP Z BIŻUTERIĄ I SALON JUBILERSKI ROKU

1. **TOUS**, Gorzów Wielkopolski, Przemysłowa 2
2. **Żastinka Twoja biżuteria z kamieniami**, Żary, Moniuszki 32
3. **Magneska**, Zielona Góra, Słowacka 8A/8

DORADCA UBEZPIECZENIOWY/FINANSOWY ROKU

1. **Maciej Chustecki**, Expander, Słubice
2. **Anna Nowakowska**, Superubezpieczenia.pl, Zielona Góra
3. **Elżbieta Gierak**, Agent Ubezpieczeniowy Elżbieta Gierak, Zielona Góra

EKO SKLEP ROKU

1. **Zagroda**, Gorzów Wielkopolski, Witosa 50
2. **Delikatesy Ekologiczne Łężyca**, Zielona Góra, Apartamentowa 2
3. **Zielono Nam - delikatesy ekologiczne**, Zielona Góra, Bohaterów Westerplatte 24

SALON OPTYCZNY ROKU

1. **Optyk Płuciennik**, Skwierzyna, Niepodległość 1
2. **Optyk 8**, Gorzów Wielkopolski, Łokietka 8
3. **AR Optyk**, Żagań, Keplera 14

Pełne aktualne wyniki głosowania znajdziesz na:

www.gazetalubuska.pl/handel

Agent ubezpieczeniowy to nie tylko zawód, to misja

Elżbieta Gierak (Agent Ubezpieczeniowy Elżbieta Gierak, Zielona Góra) wspiera swoich klientów w ważnych życiowych decyzjach, pomaga Jej w tym wiedza, doświadczenie oraz empatia.

Pani Elżbieta wychodzi z założenia, że agent ubezpieczeniowy to nie tylko zawód, to także swego rodzaju misja. Z pełnym zaangażowaniem i profesjonalizmem wspiera więc klientów, zapewniając im realne zabezpieczenie na wypadek nieplanowanych zdarzeń i spokój, którego nie da się przeliczyć na liczby. To więcej niż praca od - do, to często długie godziny spędzone na poznawaniu rynku, mnóstwo rozmów, w których dowiaduje się nie tylko o oczekiwaniach, obawach i potrzebach klienta, to także czas, w którym pani



Elżbieta poznaje ludzi i stojące za nimi historie. I to właśnie stawia w centrum swojej pracy.

Zaufanie, jakim obdarzają ją klienci, jest najlepszym dowodem, że w świecie finansów wciąż najważniejszy jest człowiek. I w myśl tej zasady stara się działać, z pełnym zaangażowaniem i poświęceniem, a także z poczuciem realnej misji.

Reprezentując markę Allianz, łączy nowoczesność z solidnością, a swoją codzienną pracą buduje poczucie bezpieczeństwa swoim klientom.

Nasza nominowana do tytułu Doradcy ubezpieczeniowego/finansowego Roku jest agentem, który nie obiecuje cudów - ale po prostu dotrzymuje słowa. I to właśnie wiarygodność i realna troska są jednymi z Jej najważniejszych znaków rozpoznawczych pani Elżbiety.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?

Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: bo.gazetalubuska@polskapress.pl

ZIELONA GÓRA al. Niepodległości 25
czynne pon.-pt. 8.00-15.00
tel. 510 026 518
e-mail: bo.gazetalubuska@polskapress.pl

NASZE BIURA OGŁOSZEŃ

GORZÓW WLKP. ul. Sikorskiego 111 (Park 111, II p.)
czynne pon.-pt. 8.00-16.00
tel. 510 026 986
e-mail: bog.gazetalubuska@polskapress.pl

SŁUBICE ul. T. Kościuszki 6/1
czynne pon.-pt. 8.30-16.30
tel. 95 75 80 760
e-mail: bos@gazetalubuska.pl

RUBRYKI I PODRUBRYKI W OGŁOSZENIACH DROBNYCH

NIERUCHOMOŚCI
• mieszkania - sprzedam
• mieszkania - kupię
• mieszkania - do wynajęcia
• mieszkania - wynajmę
• mieszkania - zamienię
• domy - sprzedam
• domy - kupię
• domy - do wynajęcia
• domy - wynajmę
• domy - zamienię
• lokale użytkowe - sprzedam
• lokale użytkowe - kupię

• lokale użytkowe - do wynajęcia
• lokale użytkowe - wynajmę
• lokale użytkowe - zamienię
• działki, grunty - sprzedam
• działki, grunty - kupię
• gospodarstwa
• garaże
• pośrednictwo
• inne
• bank stancji
HANDLOWE
• AGD
• RTV

• elektronika, komputery
• telefony
• car audio
• antyki
• kolekcjonerstwo, sztuka
• jubilerstwo
• filmy, muzyka
• foto, książki
• instrumenty muzyczne
• lombardy
• sport i rekreacja
• maszyny urządzenia
• materiały budowlane
• materiały opałowe

• tekstylia, odzież
• dla dziecka
• meble
• inne
MOTORYZACJA
• samochody osobowe
• ciężarowe, dostawcze
• busy autobusy
• rolnicze
• przyczepy, naczepy
• zabytkowe
• uszkodzone, rozbite
• motocykle
• części i akcesoria

• zamienię
• motofinanse
• motousługi
• inne

FINANSE BIZNES

• kredyty, pożyczki
• usługi finansowe
• usługi prawne
• biura rachunkowe
• ubezpieczenia
• oferty
• inne

NAUKA

• szkoły
• kursy/szkolenia

• języki obce
• korepetycje
• inne

PRACA

• zatrudnię
• urzędy pracy
• szukam pracy
• inne

ZDROWIE

• apteki
• pomoc całodobowa
• chirurgia
• ginekologia
• interna
• neurologia

• pediatria
• psychologia
• psychiatria
• stomatologia
• urologia
• inne specjalizacje
• przychodnie, kliniki
• laboratoria
• zabiegi
• opieka
• sprzęt medyczny
• uroda
• inne

USŁUGI

• agd rtv foto
• budowlano-remontowe

• instalacyjne
• biurowo - projektowe
• komputerowe
• krawiectwo
• montażowe
• ogrodnictwo
• porządkowe
• przeprowadzki
• reklamowe
• stolarskie
• radio taxi
• transportowe
• rozrywka
• uroczystości
• zabezpieczające
• inne

TURYSTYKA

• agroturystyka
• kraj
• świat
• biura podróży
• obozy i kolonie
• wycieczki
• przewozy
• inne

ZWIERZĘTA

• lecznice
• usługi
• inne

MATRYMONIALNE

ROŻNE

KOMUNIKATY

ŻYCZENIA/PODZIĘKOWANIA
GASTRONOMIA

• dania na telefon
• usługi
• inne

ROLNICZE

• maszyny rolnicze
• ogrodnictwo
• plody rolne
• zwierzęta hodowlane
• inne

TOWARZYSKIE

USŁUGI KAMIENIARSKIE
USŁUGI POGRZEBOWE

0011480109

0011479846

„Można odejść na zawsze, by stale być blisko”.

Z głębokim żalem
zawiadamy,
że 14 lutego 2026 r.
w wieku 88 lat

odeszła od nas
nasza Kochana Mama,
Babcia i Prababcia



śp
**Krystyna
Grzymkowska**

Pogrzeb odbędzie się w czwartek 19 lutego 2026
o godz. 12.30 na cmentarzu komunalnym Nowym
w Zielonej Górze.

Pożegnanie w kaplicy godz. 12.00.

Pograżona w smutku

Rodzina

Masz święta w intencji Zmarłej zostanie odprawiona
w dniu pogrzebu
o godz. 11.00 kościele pw. Św. Jadwigi.

„Nie umiera ten,
kto trwa w sercach i pamięci naszej”.

Ze smutkiem zawiadamiamy,
że 13 lutego 2026 roku odszedł od nas w wieku 76 lat
mój kochany Mąż, Tata, Teś i nasz Dziadek

śp
**Włodzimierz
Warszawski**

Pogrzeb odbędzie się
w sobotę, 21 lutego 2026 roku o godz. 12.00
na Starym cmentarzu komunalnym
przy ul. Wrocławskiej w Zielonej Górze.

Pożegnanie w kaplicy o godz. 11.30.

Pograżona w żałobie

rodzina

AUTOREKLAMA

**Wspomnienia.
Te najważniejsze...**

Wspomnij bliskich. Zapal im świeczkę.
Sprawdź na nekrologi.net
i gazetalubuska.pl/nekrologi

Finanse biznes

KREDYTY, POŻYCZKI

FUNDUSZPOŻYCZKOWY oferuje

pożyczki do 300 tys. zł na 60m-cy,

oprocentowanie od 5,30%, bez

żadnych dodatkowych opłat i prowizji

na cele związane z rozwojem

działalności gospodarczej na terenie

Województwa Lubuskiego. Źródło

finansowania: Europejski Fundusz

Rozwoju Regionalnego UE i Zarząd

Województwa Lubuskiego Tel.

kontaktowy +48 600 052 223,

k.joachimczak@ecdf.pl

Praca

ZATRUDNIĘ

PRACA dla mężczyzny w firmie
ogrodniczej. Wymagane prawo jazdy
kat. B. TEL. 602-268-058

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

SZPACHLOWANIE, MALOWANIE tel.
693-360-773

MONTAŻOWE

OKNA, bramy drzwi, roletki,
naprawy okien, montaż PlastMat. Tel.
68 470 19 70, Wrocławska 35.

OKNA, rolety, roletki. Montaż-
serwis- naprawa. Ptasia 32/7B, tel.
535 530 555

REKLAMA

0011470849



**Dyrektor Regionalnej Dyrekcji
Lasów Państwowych w Szczecinie**

informuje:

- W dniach od 18.02.2026 r. do 11.03.2026 r. wyłożone będą, do publicznego wglądu projekty planów urządzenia lasu (PUL) na lata 2026-2035 dla Nadleśnictw: Bolewice, Chojna, Międzyzdroje, Myślibórz, Różańsko oraz Skwierzyna wraz z prognozami oddziaływania tych planów na środowisko.
- Projekty planów, udostępnione będą odpowiednio w siedzibach właściwych nadleśnictw, w dniach urzędowania biur nadleśnictw, w godz.: 8.00 - 14.00 oraz na stronie BIP RDLP w Szczecinie, pod adresem: <https://www.gov.pl/web/regionalna-dyrekcja-lasow-panstwowych-w-szczecinie/dokumenty-przewidziane-do-publicznej-konsultacji-w-procesie-tworzenia-planu-urzadzenia-lasu>
- Celem wyłożenia jest powszechna, wielostronna konsultacja, zawartych w planach urządzenia lasu zadań z zakresu ochrony przyrody i trwale zrównoważonej gospodarki leśnej.
- W okresie wyłożenia, każdy ma prawo wpisać swoją uwagę/opinię na temat ww. projektów PUL, do specjalnie przygotowanego „Tomu Konsultacji społecznych” danego projektu lub przesłać ją na adres właściwego nadleśnictwa (bolewice@szczecin.lasy.gov.pl, chojna@szczecin.lasy.gov.pl, międzyzdroje@szczecin.lasy.gov.pl, mysliborz@szczecin.lasy.gov.pl, rozansko@szczecin.lasy.gov.pl, skwierzyna@szczecin.lasy.gov.pl).
- Właściwym do rozpatrywania uwag i wniosków jest Dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Szczecinie. Jeżeli uwaga będzie miała charakter zastrzeżenia do ustaleń zawartych w projekcie PUL, Dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Szczecinie - udzieli stosownej odpowiedzi na zastrzeżenia w terminie 14 dni od zakończenia okresu wyłożenia planu.

Zapraszamy do udziału w konsultacjach społecznych

REKLAMA

0111471349

INFORMATOR POGRZEBOWY

KAMIŃSCY Zielona Góra, ul. Kościelna 4, Zyty 19,
tel. **693 424 440; 68-3230509** oraz Polkowice ul. Spokojna 1; Le-
gnica ul. Chojnowska 7; Szprotawa ul. Kościuszki 31A
przewóz zmarłych 24 godz., kompleksowa organizacja
pogrzebów oraz transmisja pogrzebu online.

MIEJSKI ZAKŁAD POGRZEBOWY
Zielona Góra, Masarska 13,
tel. **68-3202235, 68-3202232**, przewóz zwłok,
kompleksowa obsługa pogrzebów **601798365** całą dobę.

PRO MORTE Gorzów Wlkp. ul. Żwirowa 19E, tel. **95-7810083**
Organizacja Pogrzebów, Pogotowie Pogrzebowe 24 h.



Nigdy nie mogłabym być z nerwowym facetem. Ja potrzebuję faceta, który wycisza

Małgorzata Rozenek w podcaście „Jestem kobietą” Fot. Adam Jankowski



Z ŻYCIA GWIAZD

Roksana Węgiel założyła maskę

Młoda piosenkarka i Kevin Mglej z okazji święta zakochanych wybrali się na elegancką kolację. W sieci podzielili się obszerną relacją. On postawiła na czarną suknię z wycięciami i głębokim dekoltem. On przywdział białą koszulę i garnitur. Ich stylizacje dopełniały... maski na oczach.

Joanna Opozda ma dużego chłopaka

Tegoroczne walentynki aktorka spędziła z synem. Na jej profilu ukazała się uroczą fotografią z pociechą, do której zapozowali w takich samych bluzach. Twarz chłopca została częściowo przesłonięta serduszkami, ale na zdjęciu widać, że czterolatek wyrósł na dużego chłopca.

Justyna Steczkowska rozumie koleżankę

Piosenkarka udzieliła wywiadu Żurnaliście. W rozmowie nie zabrakło wzmianki o jej relacji z Edytą Górniak. – Wiem, że media robią zadykę, że się nie lubimy. Ja tego tak nie widzę. Edi czasem gniewa się za rzeczy, których nie rozumiem, ale rozumiem, że się gniewa i nie biorę tego pod uwagę. [...] To jest piękna dziewczyna, która ma talent do śpiewania, a to, że jest specyficzna? Każdy z nas jest jakiś. Trzeba też brać pod uwagę, że jest artystką – powiedziała gwiazda. (GZL) Fot. Jakub Steinborn



W TELEWIZJI



Mississippi w ogniu Stopklatka, 20:00

USA, 1964 r. W Meridan, miasteczku opanowanym przez Ku Klux Klan, FBI prowadzi śledztwo w sprawie brutalnego morderstwa afroamerykanki oraz dwóch obrońców praw czarnej społeczności. Agenci szybko przekonują się, że mieszkańcy nie będą im pomagać.

Piep*zyć Mickiewicza Polsat, 21:35

Wyrzucony z uczelni pisarz i wykładowca Jan Sienkiewicz podejmuje pracę jako polonista w warszawskim liceum. Pod jego opiekę trafia grupa zbuntowanych wyrzutków. Nauczyciel, uzbrojony w literaturę i niekonwencjonalne metody nauczania, podejmuje wyzwanie.

Największe miasta świata BBC Earth, 22:55

Hongkong to rozległe miasto, które wzbogaciło się dzięki handlowi na wielką skalę. Autorzy dokumentu odwiedzają mieszkańców domów o rozmiarach spiżarni oraz poznają miejscowe tradycje.

W co wierzą Osbournowie Metro, 23:00

Legendarny rockman Ozzy Osbourne i jego żona Sharon Osbourne są sceptykami w kwestii zjawisk paranormalnych. Wraz z synem Jackiem oglądają najbardziej szalone i nadprzyrodzone aktywności, jakie nagrano. Czy uwierzą w duchy?

KRZYŻÓWKA NR 26

Poziomo:

- 3) upominek dla solenizanta,
- 10) narzędzie do wyciągania gwoździ,
- 11) zespół bloków mieszkalnych,
- 12) pejoratywne określenie biurokraty,
- 13) mieszkańiec wawelskiego grodu,
- 15) domowe – do odrobienia,
- 17) kraina przylegająca do Mazur,
- 18) myszka na ciecie,
- 20) przejmująca, czasem czarna,
- 22) ... Rourke, aktor z filmu „Harry Angel”,
- 23) burza z porywistym wiatrem nad oceanem,
- 26) chrząszcz żyjący pod korą drzew,
- 28) werbunek do wojska,
- 29) wierzchnie nakrycie namiotu,
- 32) pierożek nadziewany śliwką,
- 34) uczucie przerażenia, bojaźń,
- 35) jeden z trzech rodzajów literackich,
- 36) najstarszy w rodzinie,
- 37) napis nad tekstem artykułu.

Pionowo:

- 1) wydany przez dowódcę,
- 2) działowa w pomieszczeniu,
- 3) imię wielu papieży,
- 4) subiektywne przeżycie,
- 5) serial amerykański, prequel „Gry o tron”,
- 6) budynki przeznaczone do kwaterowania żołnierzy,
- 7) płaski w gimnastyce,

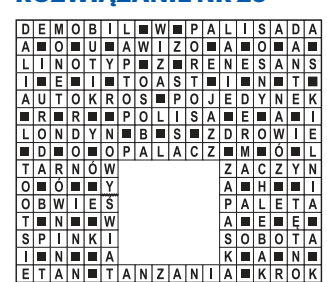


- 8) stawia piec kaflowy,
- 9) kary koń z domieszką białych włosów,
- 14) „... w operze”, musical Andrew Webers,
- 16) jednostka natężenia prądu,
- 19) wyraz oznaczający kogoś lub coś,
- 21) ostra przyprawa kuchenna,
- 24) główny posiłek dnia,
- 25) Ferdynand, pierwszy że-

glarz, który opłynął Ziemię,

- 27) krzywa płaska kreślona cyrklem,
- 28) zakręt rzeki, meander,
- 30) wizerunek twarzy widzianej z boku,
- 31) ozdobna metalowa część pasa,
- 33) w portfelu Holenderki,
- 34) dochód uzyskany ze sprzedaży towarów.

ROZWIĄZANIE NR 25



HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)

Działaj odważnie, ale z rozważnością. Horoskop dzienny mówi, że spontaniczny krok przyniesie dziś korzyść i spokój. Czeka Cię udany dzień. **Ryby (19.02 - 20.03)** Skup się na finansach. Horoskop na dziś bardzo wyraźnie zapowiada, że drobna decyzja zapoczątkuje szybką, niż się spodziewasz. **Baran (21.03 - 19.04)** Rozmowa wyjaśni nieporozumienia. Horoskop dzienny na środę radzi słuchać uważnie. Możesz zyskać dzięki temu sprzymierzeńca.

Byk (20.04 - 20.05)

Zadbaj o domowe sprawy. Horoskop dzienny mówi, że porządek wokół Ciebie oraz dobre relacje z ludźmi przyniosą ulgę i jasność myśli. **Bliźnięta (21.05 - 21.06)** Pokaż inicjatywę w pracy. Horoskop na dziś zapowiada, że ktoś z grona znajomych doceni Twoją kreatywność oraz odwagę działania. **Rak (22.06 - 22.07)** Detale mają znaczenie. Horoskop dzienny na środę mówi, że precyzja pomoże uniknąć błędów i zyskać uznanie w oczach ludzi.

Lew (23.07 - 22.08)

Szukaj równowagi między sercem a rozumem. Horoskop dzienny zapowiada, że kompromis okaże się najlepszym rozwiązaniem. **Panna (23.08 - 22.09)** Intuicja Cię nie zawiedzie. Horoskop na dziś radzi zaufać przeczuciu w ważnej rozmowie. Wszystko dzięki temu ułoży się po Twojej myśli. **Waga (23.09 - 22.10)** Nowy pomysł doda energii; zaplanuj krok naprzód i działaj bez wahania. Horoskop dzienny na środę mówi, że wiele dzięki temu osiągniesz.

Skorpion (23.10 - 21.11)

Konsekwencja przyniesie efekty. Horoskop dzienny zapowiada, że cierpliwość będzie Twoją siłą. Niektórzy Ci tego trochę pozazdroszą. **Strzelec (22.11 - 21.12)** Nieszablowne myślenie otworzy drzwi. Horoskop na dziś to wyraźna wskazówka, by podzielić się swoją wizją z innymi osobami. **Koziorożec (22.12 - 19.01)** Wrażliwość stanie się atutem. Horoskop dzienny na środę zapowiada, że jeśli okażesz wsparcie, dobro wróci do Ciebie z nawiązką.

Wojciech Topór: Wierzyliśmy w jeden medal, ale trzy?!

Zbigniew Czyż
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. Kacper Tomasiak i Paweł Wąsek zdobyli srebrny medal w konkursie duetów w skokach narciarskich na dużym obiekcie podczas igrzysk w Mediolanie.

Wygrali Jan Hoerl i Stephan Embacher z Austrii. Brąz wywalczyli Johann Andre Forfang i Kristoffer Eriksen Sundal z Norwegii. Przed skokami sześciu ostatnich zawodników zaczął intensywnie padać śnieg. Pojawili się też mocne podmuchy wiatru. Po nieudanym skoku Tomasiaka jury zdecydowało o przerwaniu konkursu i uwzględnieniu wyników dwóch z trzech planowanych serii.

Pogoda sprzyjała Polakom

Śnieg nie pierwszy raz pomógł polskiemu skoczkowi narciarskiemu w osiągnięciu sukcesu. Obfite opady i wiatr sprawiły, że anulowano rundę finałową, dzięki czemu Tomasiak i Wąsek zdobyli srebro. W 2019 roku podobne okoliczności dały Polakom w Seefeld dwa medale mistrzostw świata (pierwszy Dawid Kubacki, drugi Kamil Stoch).

To 27. medal olimpijski w historii startów polskich sportowców na zimowych igrzyskach, a czwarty podczas XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich. W tej dyscyplinie sportu to 13. olimpijski krążek Biało-Czerwonych.

Historyczny wyczyn

Kacper Tomasiak został pierwszym polskim skoczkiem narciarskim, który wywalczył trzy medale na jednych igrzyskach. Na normalnej skoczni chłopak z Bielska-Białej był



Kacper Tomasiak i Paweł Wąsek na skoczni w Predazzo. Biało-Czerwoni przegrali tylko z Austriakami

drugi, a na dużej zajął trzecie miejsce. Jako debiutant na igrzyskach dokonał niesamowitej rzeczy i wpisał się na karty historii nie tylko polskiego olimpizmu w wieku zaledwie 19 lat.

Przed nim po trzy krążki z jednej edycji - licząc letnie i zimowe igrzyska - wywalczyły tylko ikony polskiego sportu: lekkoatletka Irena Szewińska (Tokio, 1964 - złoto i dwa srebra), pływaczka Otylia Jędrzejczak (Ateny, 2004 - złoto i dwa srebra) oraz w zimowych zmaganiach Justyna Kowalczyk (Vancouver, 2010 - złoto, srebro, brąz).

- Skoki Kacpra i Pawła były na bardzo wysokim poziomie,

wkradły się tylko drobne błędy. Dobrze, że odwołano trzecią serię, bo po intensywnych opadach śniegu dalsza rywalizacja nie miała sensu i nie byłaby już sprawiedliwa - mówi w rozmowie z Polska Press Wojciech Topór, trener kadry B polskich skoczków.

Zwłaszcza postawa Pawła Wąska była w poniedziałek sporym, pozytywnym zaskoczeniem. W obecnym sezonie niespełna 27-letni zawodnik spisywał się słabo, nie kwalifikował się nawet do polskiej kadry na poszczególne konkursy Pucharu Świata.

Trener Maciej Maciusiak postawił jednak na lidera Biało-Czerwonych w poprzed-

nim sezonie i ta decyzja okazała się słuszna.

- Paweł rozkręcał się już w treningach, wskakiwał nawet do pierwszej „dziesiątki”, a zawody indywidualne na dużej skoczni już były dobre w jego wykonaniu. Teraz pokazał prawdziwy charakter i wielkie serce do walki. Kacper z kolei jest w tak wielkiej formie, że mimo niewielkiego błędu nie przeszkodziło mu to polecieć bardzo daleko. Drugi skok to już była w jego wykonaniu prawdziwa bomba - dodaje.

Przed igrzyskami mało kto spodziewał się, że polscy skoczkowie wywalczą w Italii chociażby jeden medal. Trzy krążki to wynik zdecydowanie powyżej nawet najśmielszych oczekiwań największych optymistów.

- Będę szczery. Chcieliśmy i wierzyliśmy w przynajmniej jeden medal, ale trzy? Nasze szczęście jest przeogromne - podsumował trener Kacpra Tomasiaka w ubiegłym sezonie.

Od Calgary do Pekinu - przez dziesięć kolejnych edycji zimowych igrzysk olimpijskich - w skokach narciarskich rozgrywano zawody drużynowe. We Włoszech zastąpiono je duetami.

Konkursy duetów są organizowane od 2023 roku. Pierwszy z nich odbył się w trakcie zawodów Pucharu Świata w amerykańskim Lake Placid. Historyczne zwycięstwo odnieśli reprezentanci Polski: Dawid Kubacki i Piotr Żyła.

Polska ekipa zdobyła podczas XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich, których gospodarzem są Mediolan i Cortina d'Ampezzo, już cztery medale. Oprócz skoczków, srebro wywalczył panczenista Władimir Semirunnij na dystansie 10 000 metrów.

©

Liga Mistrzów: Zieliński w mroźnej Norwegii, Kochalski z Anglikami

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Dziś wieczorem do fazy pucharowej Ligi Mistrzów dołączą kolejni Polacy - Piotr Zieliński i Mateusz Kochalski.

Zieliński przeżywa właśnie najpiękniejsze chwile w Interze. W weekend we włoskim klasyku golem na 3:2 strzelonym tuż przed ostatnim gwizdkiem sędziego rozstrzygnął mecz z Juventusem. Teraz jako lider środka pola ma poprowadzić zespół do awansu do 1/8 finału Ligi Mistrzów. Wbrew pozorom czeka go spore wyzwanie; na wyjeździe, w mrozie, z nieobliczalnym rywalem. Bodo/Glimt złożone głównie z norweskich piłkarzy dało się już w tym roku we znaki towarzyszącemu drużynom. Na finiszu fazy ligowej ograło nie tylko Manchester City, ale i Atletico Madryt. Wcześniej duże problemy sprawiło Borussia Dortmund i wspomnianemu Juventusowi. Kto jeśli jednak nie Inter z fenomenalnym ostatnio Zielińskim miałby z nim zapunktować? To spotkanie także

w paśmie otwartym - w TVP 1 od godz. 21.00.

Wszystkie trzy pozostałe mecze obejrzymy na kodowanych kanałach Canal+ Sport. Chronologicznie pierwszy polski akcent od godz. 18.45 nastąpi w odległym Azerbejdżanie. Kochalski, łączony w zimowym okienku z Widzewem Łódź, zamierza dopisać z Karabachem Agdam kolejny piękny rozdział, czyli wygrać czwarty mecz w tej edycji. Czeką go bardzo trudne zadanie, ponieważ naprzeciw stanie ofensywa Newcastle United. Polak w przeciwieństwie do kolegów z defensywy prezentuje równą, solidną formę. Dzielnie stawiał już czoła zawodnikom Chelsea czy Napoli (obronił karnego). Bezradny okazał się tylko wobec tym z Liverpoolu, którzy wbili aż sześć bramek. ©

Dzisiejsze mecze 1/16 finału Ligi Mistrzów:

- godz. 18.45 Karabach - Newcastle United,
- godz. 21.00 Bodo/Glimt - Inter Mediolan,
- godz. 21.00 Club Brugge - Atletico Madryt,
- godz. 21.00 Olympiakos Pireus - Bayer Leverkusen.



W sobotę Piotr Zieliński stał się bohaterem Interu, strzelając zwycięskiego gola w hicie z Juventusem

Nie tylko prestiż, ale i wielkie pieniądze oraz luksusowe bonusy

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

SKOKI NARCIARSKIE. Kacper Tomasiak, zdobywając trzy medale - dwa srebrne i jeden brązowy - na XXV Zimowych Igrzyskach Olimpijskich, może liczyć na godziwe wynagrodzenie.

Zarówno Ministerstwo Sportu i Turystyki, jak i Polski Komitet Olimpijski postarały się, aby najlepsi z naszych sportowców nie mogli narzekać. Stąd milionowe premie, mieszkania, sa-

mochody i... tokeny, czyli w skrócie przedmiot płatniczy niebędący monetą czy banknotem.

Z tytułu nagród zapowiedzianych przez Polski Komitet Olimpijski, do 19-letniego Kacpra Tomasiaka trafi 400 000 (srebrny) i 300 000 złotych (brązowy) za medale indywidualne plus 200 000 złotych za wspólny sukces z Pawłem Wąskiem w konkursie duetów (srebrny).

Ponadto trafi do niego - w postaci tokenów - 550 000 złotych. Do tego dochodzą obrazy, vouchery na wakacje oraz

bizuteria o wartości do 2000 złotych.

Bardziej skomplikowane jest wyliczenie nagród ministerialnych. Zgodnie z ustawą o sporcie, w przypadku zdobycia w czasie tych samych zawodów - w tym wypadku XXV Zimowych Igrzysk Olimpijskich - dwóch lub więcej medali, zawodnik otrzymuje tylko jedną nagrodę finansową. Jej wysokość nie może przekroczyć 75 procent sumy nagród za poszczególne osiągnięcia.

W przypadku Kacpra Tomasiaka suma jednorazowych

świadczeń wyniesie 218 000 złotych, a 75 procent z tej kwoty to 163 500 złotych.

Oprócz tego skoczek może liczyć na dwuletnie stypendium przewidziane dla najcenniejszego z medali, czyli w tym wypadku srebrnego, a zatem będą to 24 raty po 15 427,26 złotych, czyli łącznie 370 254,24 złotych.

Zatem łącznie będzie to 1 980 000 złotych!!!

Jakby tego było mało, Tomasiak ma już zapewnione tzw. świadczenie olimpijskie, czyli popularną emeryturę olimpi-

jską, która od 1 stycznia tego roku wynosi 5116,99 złotych netto. Te należności finansowe przysługują jednak naszym sportowcom dopiero po ukończeniu 40. roku życia, pod warunkiem, że mają polskie obywatelstwo, są niekarani i nie byli zdyskwalifikowani za doping w wymiarze większym niż 24 miesiące lub więcej niż raz.

Otrzymują ją byli zawodnicy, którzy nie kontynuują kariery sportowej poprzez uczestnictwo w zawodach organizowanych przez polskie związki sportowe.

Na liście płac w zawodach Pucharu Świata w skokach narciarskich Kacper Tomasiak też nie może narzekać. Po 25 z 37 zawodów Polak jest pewny już wypłaty 53 300 euro, czyli równowartość ok. 224 000 złotych...

Oficjalne premie nie są jedyne dochodami skoczków narciarskich. Zawodnicy ze światowej czołówki mają podpisane prywatne kontrakty sponsorskie i reklamowe, których wysokość jest objęta tajemnicą.

©

SPORT

www.sportowy24.pl

Kto powalczy
w Arenie
Gorzów?Jarosław Miłkowski
jmiłkowski@gazetalubuska.pl

MMA. Znany jest już zestaw walk gali KSW 116, która została zaplanowana na 14 marca w Arenie Gorzów. Najważniejszym starciem będzie pojedynek o pas w kategorii półśredniej.

Gala KSW odbędzie się w Arenie Gorzów po raz trzeci. I wiele na to wskazuje, że po raz trzeci odbędzie się ona przy nadkomplecie publiczności. W sprzedaży pozostało już bowiem niewiele spośród około 6 tys. wejściówek.

Znamy już uczestników wszystkich walk podczas KSW 116. Pojedynek będzie dziewięć. Walką wieczoru ma być starcie o pas w kategorii półśredniej. Jego posiadacz, Adrian Bartosiński, zmierzy się z Łotyszem Madarsem Flegminasem, który zajmuje szóste miejsce w rankingu tej kategorii wagowej.

Podczas KSW 116 będzie można też zobaczyć starcie stałego bywalca gorzowskich imprez. Trzeci rok z rzędu do klatki w Arenie Gorzów wejdzie Damian Mieczkowski, który zmierzy się z Maksymilianem Kowalskim. Publiczność zgromadzona w gorzowskiej hali będzie mogła też zobaczyć m.in. pojedynki pięciu innych uczestników ubiegłorocznej gali: Tomasza Romanowskiego i Bartosza Kurka (zmierzą się ze sobą) oraz Sergiusza Zająca, Bartosza Leśko i Ewelinę Woźniak. ©

Dziewięć medali, rekordy życiowe,
trzy tytuły... Brawa dla Lubuszan!Cezary Konarski
ckonarski@gazetalubuska.pl

LEKKOATLETYKA. Dziewięć medali halowych mistrzostw Polski juniorów (U-20) i juniorów młodszych (U-18) zdobyli w Rzeszowie lubuscy lekkoatleci. Trójka sportowców z Gorzowa wywalczyła tytuły mistrzowskie. Szczególnie fascynujący przebieg miał konkurs skoku wzwyż, w którym triumfował Mateusz Posmyk.

Oprócz trzech złotych „krążków” Lubuszanie wywalczyli cztery srebrne i dwa brązowe. Większość z nich - sześć - padło łupem gorzowian, reprezentantów dwóch klubów: AZS AWF i ALKS AJP. Lubuską medalową kolekcję uzupełnili lekkoatleci Agrosu Żary. Warto zaznaczyć, że pięcioro medalistów z Ziemi Lubuskiej osiągnęło swoje rekordy życiowe.

Na najwyższym stopniu podium stawiali juniorzy młodszy z Gorzowa. Aleksandra Kondratowicz (ALKS AJP Gorzów) zdobyła 3889 pkt. w 5-boju, uzyskała tylko o 71 „oczek” mniej od rekordu Polski, który ma już 10 lat. Jej kolega klubowy - Aleksander Banach - znakomicie spisał się w trójskoku. Jego wynik - 14,55 - to rekord życiowy, który poprawił aż o 72 cm.

Z kolei w skoku wzwyż po złoto „pofrunął” Mateusz

TENIS

Natalia Cytrycka, zawodniczka Zielonogórskiego Klubu Tenisowego, sięgnęła po kolejne ważne sukcesy. Zielonogórzanka dwukrotnie stanęła na najwyższym stopniu podium w rozegranym w Sobocie Ogólnopolskim Turnieju Klasyfikacyjnym Młodziczek. Triumfowała w rywalizacji singlistek i w grze podwójnej. W zmaganiach deblistek Natalii Cytryckiej partnerowała Emilia Bąk z Bydgoskiej Akademii Tenisowej.



FOT. FB/ZKT ZIELONA GÓRA

FUTSAL

W 11. kolejce spotkań I ligi kobiet, futsalistki AZS-u Zielona Góra przegrały w Opolu z Unią 0:4. Zielonogórski zespół w tabeli grupy III zajmuje siódme (przedostatnie) miejsce z dorobkiem 9 punktów (bramki 23:39).



FOT. FACEBOOK/PZLA/TOMASZ KASJANUK

Gorzowianin Mateusz Posmyk „pofrunął” na wysokość 2.06 i obronił tytuł mistrza Polski

Posmyk. Zawodnik AZS AWF Gorzów obronił tytuł mistrzowski wynikiem 2,06. Konkurs miał pasjonujący przebieg. Największym konkurentem gorzowianina był lider europejskich tabel - Dawid Barański. Zawodnik MKS Bolesławia Bolesławiec dopiero w trzecich próbach zaliczył 1.92 i 1.98 oraz w drugiej 2.06. W ostatecznym rozrachunku mimo, że ostatecznie uzyskał tą samą wysokość, co Mateusz Posmyk, to większa liczba

zrzutek sprawiła, że musiał zadowolić się „tylko” srebrnym medalem.

- Chciałbym podziękować Dawidowi nie tylko za ten konkurs, ale za cały sezon halowy. Dziś to ja jestem górą. Trzymałem za niego kciuki, natomiast to ja wygrałem konkurs - powiedział Mateusz Posmyk serwisowi pzla.pl. - To były wspaniałe zawody, a ja wyrównałem halowy rekord życiowy. Na stadionie skakałem wyżej, 2.13. Jestem jed-

nak przeszczęśliwy. Świetną robotę zrobili też kibice, bardzo mnie napędza ich wsparcie.

Jedyną lubuską zawodniczką, która w Rzeszowie dwukrotnie stawała na podium była Aleksandra Jeż, jedna z laureatek ostatniego Plebiscytu Sportowego „Gazety Lubuskiej”, wyróżniona tytułem najlepszego lubuskiego sportowca młodzieżowego w 2025 roku. Reprezentantka gorzowskiego AZS

AWF w rywalizacji juniorów zdobyła srebrny medal w biegu na 60 m (7,52) i brązowy na dystansie 200 m (24,55).

Lubuscy medalisci mistrzostw Polski juniorów (U-20)

● **Srebrne medale:** Zofia Rojek (AZS AWF Gorzów): bieg 60 m ppł. - 8,48. Aleksandra Jeż (AZS AWF Gorzów): bieg na 60 m - 7,52.

● **Brązowe medale:** Aleksandra Jeż (AZS AWF Gorzów): bieg na 200 m - 24,55. Filip Sadza (Agros Żary): biegu na 400 m - 48,47 (halowy rekord życiowy).

Lubuscy medalisci mistrzostw Polski juniorów młodszych (U-18)

● **Złote medale:** Aleksandra Kondratowicz (ALKS AJP Gorzów): 5-bój - 3889 pkt. (halowy rekord życiowy).

Aleksander Banach (ALKS AJP Gorzów): trójskok - 14,55 (halowy rekord życiowy). Mateusz Posmyk (AZS AWF Gorzów): skok wzwyż - 2,06 (halowy rekord życiowy).

● **Srebrne medale:** Jagoda Książ (Agros Żary): bieg na 600 m - 1.34,01. Mateusz Lewandowski (Agros Żary): skok w dal - 6,85 (halowy rekord życiowy). ©

KRÓTKO

TENIS STOŁOWY

Rozegrali trzy mecze na wyjazdach. Wszystkie przegrali Lubuskie zespoły, grające na zapleczu Superligi mężczyzn, w ostatnich meczach nie zdołały wywalczyć ani jednego punktu. Wszystkie drużyny grały na wyjazdach. Proste Domy Gorzovia Gorzów zmierzyła się w Łęborku z Poltarex Pogonią i przegrała 2:8 (Kamil Dziadek - 1, Kacper Petaś - 1, Antoni Kowalczyk - 0, Radosław Żabski - 0). W tabeli gorzowianie spadli na 7.miejsce, mają na koncie 13 „oczek”.

Z kolei pierwsza drużyna ZKS Palmiarni Zielona Góra, grająca bez swojego lidera - Patryka Żyworodka - przegrała w Czechowicach-Dziedzicach z MKS 4:6 (Irisbek Artkumetov - 2, Samuel Michna - 2, Alan Bryk - 0, Dominik Soliło - 0). Mimo porażki zielonogórzanie zachowali trzecią lokatę w tabeli (19 pkt.). Z tym samym rywalem walczyły rezerwy ZKS Palmiarni, też przegrały 4:6 (Bakdaulet Akimali - 1,5, Krzysztof Michno - 1,5, Łukasz Wachowiak - 1, Dawid Staniowski - 0). Po przegranej sytuacja zielonogórzan jest już bardzo trudna. Do tej pory zgromadzili tylko 4 pkt. i ciągle zaj-

mują ostatnie miejsce w tabeli.

TENIS STOŁOWY

Świetna gra młodych zielonogórzan w Osijeku

W zawodach Europe Youth Series-Croatia Open w Osijeku startowało dwoje zielonogórzan. W turnieju drużyn mieszanych U15 w składzie z Leną Puzio (1,5 pkt.) Polacy w finale pokonali Izrael 5:0 i cieszyli się ze „złota”. W turnieju debloy U15 partnerką Lubuszanek była Nicol Bartoszek (Bronowianka Kraków), z którą wywalczyła srebrny medal. Natomiast w turnieju drużyn mieszanych U13 Polacy, w składzie z Miłoszem

Grocholskim w półfinale przegrali z Rumunią 1:6 (późniejszym triumfatorom turnieju), ale zdobyli medal brązowy.

TENIS STOŁOWY

Weterani do Drzonkowa przyjechali z całego województwa Z udziałem 49 zawodników odbył się w hali drzonkowskiego WOSiR II wojewódzki turniej kwalifikacyjny weteranów. Wyniki: kategoria 40-49 lat - 1. Radosław Żelengowski (AZS UZ Zielona Góra), 2. Grzegorz Mik (STS Wulmar Shubice), 3. Krzysztof Gac (Dziesiątka Nowa Sól), 4. Artur Grabowski (Witniczanie Witnica); 50-59 lat - 1. Artur Sawoch (Pełcz Górki Noteckie), 2. Ma-

rek Szwer (Jofrakuda Świebodzin), 3. Marek Szuplak (STS Wulmar), 4. Wiesław Paszkiewicz (ZKS Zielona Góra); 60-69 lat - 1. Roman Wączek (Gorzovia Gorzów), 2. Dariusz Franc (Jofrakuda), 3. Tomasz Jurgoński (AZS UZ), 4. Tomasz Kanarek (Iskra Janczewo); 70 lat i starsi - 1. Henryk Zduński (Sokół Dąbrówka Wlkp.), 2. Romuald Stasielowicz (Drezdenko), 3. Jacek Łysiak (Dziesiątka), 4. Bogdan Kwasiński (Sokół).

TENIS STOŁOWY

Lubuscy mastersi pięć razy na podium Zielona Góra gościła niemal 200 uczestników szóstego

w tym sezonie turnieju Grand Prix Polski weteranów. Startowała spora grupa Lubuszan. Bardzo dobrze spisały się zielonogórzanki. Emilia Kijok wygrała kategorię 40-49 lat, a w grupie wiekowej 50-54 lat Aleksandra Michlik była trzecia. Czwartą lokatę w kategorii 70-79 lat zajęła Krystyna Beyga z Lipinek Łużyckich. W rywalizacji mężczyzn lubuskim liderem był Andrzej Gryczan (Witnica), który dotarł do finału kategorii 70-74 lat, ale musiał uznać wyższość rywala. Z kolei Romualda Stasielowicza z Drezdenka sklasyfikowano na czwartym miejscu w kategorii 80-84 lat. (rk)