

JEDYNA GAZETA REGIONALNA NA PODKARPACIU

nowiny

nowiny24.pl

Środa
18.03.2026

Nr 53 (21 760)

www.nowiny24.pl
Cena 5,00 zł (w tym 8% VAT)

Dzięki zbiórce w regionie sześć generatorów prądu trafi na Ukrainę str. 4

Strona Zdrowia. Co najbardziej nawadnia organizm str. 9

Zainteresowanie tanimi mieszkaniami w Boguchwale jest ogromne str. 7

Nr ISSN 0137-9534

Nr indeksu 350362



FOT. FOT. MUZEUM HISTORICZNE W SANOKU

REGION

Część radzieckiej haubicy i 36 tys. innych wyjątkowych przedmiotów odkryto w zamkowej studni w Sanoku str. 6

ŁAŃCUT

Parking wkrótce będzie płatny

Dotychczas darmowy parking przy przy ulicy Żardeckiego w Łańcutie wkrótce będzie płatny. W internecie krążą informacje o protestach mieszkańców i wycofaniu się z tego pomysłu przez miasto. Ale burmistrz zapewnia, że z niczego nie rezygnuje. Według jego relacji podczas konsultacji zgłosiła się jedynie jedna osoba, której pomysł płatnego parkowania w tym miejscu się nie spodobał. Były dwa protesty mieszkańców spoza Łańcuta.

Czytaj str. 5



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Po rezygnacji lekarzy szpital zawieszona działalność Poradni Endokrynologicznej str. 3

Trzy dożywotnie zakazy nic nie dały, znów pił i jechał. Trafił do więzienia i stracił samochód str. 3

RZESZÓW BĘDZIE POŁĄCZONE Z SOR I CENTRUM URAZOWYM

Lądowisko powstanie 28 metrów nad ziemią

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Trwa budowa nowoczesnego lądowiska dla śmigłowców ratownictwa medycznego przy Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim w Rzeszowie. Znajdzie się ono na dachu wielopoziomowego parkingu mieszczącego niemal 500 aut.

Barbara Rogowska, dyrektor Klinicznego Szpitala Wojewódzkiego w Rzeszowie, przyznaje, że z powodu silnych mrozów w styczniu i lutym prace budowlane są opóźnione o ok. trzy tygodnie. - Teraz, gdy warunki atmosferyczne są sprzyjające, generalny wykonawca prowadzi prace montażowe w systemie dwuzmianowym, aby nadrobić powstałe opóźnienia - podkreśla dyrektor szpitala.

Parking na 500 samochodów

Obiekt będzie miał osiem kondygnacji nadziemnych i pomieści parking dla prawie 500 samochodów osobowych.

- Na dachu, na wysokości 28 metrów nad terenem, powstaje lądowisko dla śmigłowców ratownictwa medycznego, które będzie mogło przyjmować także helikoptery wojskowe - dodaje dyrektor szpitala. - Będzie to pierwsze w Polsce wyniesione lądowisko przy szpitalu, przystosowane do obsługi śmigłowców wojskowych typu Black Hawk. Z tego względu zaprojektowano je z większą powierzchnią i wzmocnioną konstrukcją umożliwiającą lądowanie maszyn o masie do 11,5 tony.

Inwestycja pod przyszłe centrum

Dyrektor zwraca uwagę, że inwestycja jest etapem przygotowawczym do jeszcze większego przedsięwzięcia - budowy Podkarpackiego Centrum Medycyny Dziecięcej. - Prace



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

To pierwsze w Polsce wyniesione lądowisko przy szpitalu, które będzie obsługiwać także helikoptery wojskowe typu Black Hawk

nad PCMD będą mogły rozpocząć się dopiero po wybudowaniu nowego lądowiska. Obecne lądowisko naziemne musi zostać zlikwidowane, ponieważ w jego miejscu powstanie główny budynek centrum. Zanim jednak do tego dojdzie, nowe lądowisko musi zostać ukończone i oddane do użytku, aby zachować ciągłość funkcjonowania Centrum Urazowego i SOR-u - wyjaśnia Barbara Rogowska.

Dodaje, że nowe lądowisko zostanie połączone z SOR-em i Centrum Urazowym systemem poziomych galerii oraz dwóch pionów komunikacyjnych, w których znajdują się klatki schodowe i windy szpitalne.

Koszt przekracza 75 mln zł

Całkowity koszt budowy nowego lądowiska wraz z pierwszym etapem infrastruktury podziemnej oraz parkingiem wielopoziomowym przekracza 75 mln zł. - Większość środków na realizację tej inwestycji pochodzi z budżetu Samorządu Województwa Podkarpackiego, który przekazał na ten cel ponad 71 mln zł - wylicza dy-

rektor szpitala. - Dodatkowe 3,5 mln zł szpital otrzymał z budżetu państwa w ramach programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej na lata 2025-2026. Pozostałą część pokryją środki własne placówki.

Zakończono już wykonanie fundamentów budynku głównego, a także fundamentów i pierwszej kondygnacji pionu komunikacyjnego przy SOR. Obecnie trwają prace przy montażu prefabrykowanych elementów na wyższych kondygnacjach oraz instalacjach elektrycznych na niższych piętrach. Równocześnie prowadzone są roboty związane z budową kanalizacji deszczowej. Wybudowano już podziemny zbiornik retencyjny, który odciąży miejską sieć podczas nawalnych opadów. W marcu przewidziano wykonanie środkowej kondygnacji budynku oraz budowę płyty lądowiska dla śmigłowców nad tą częścią obiektu. W częściach północnej i południowej powstaną po dwie kondygnacje. Równoległe będą kontynuowane prace instalacyjne na niższych piętrach. ©©

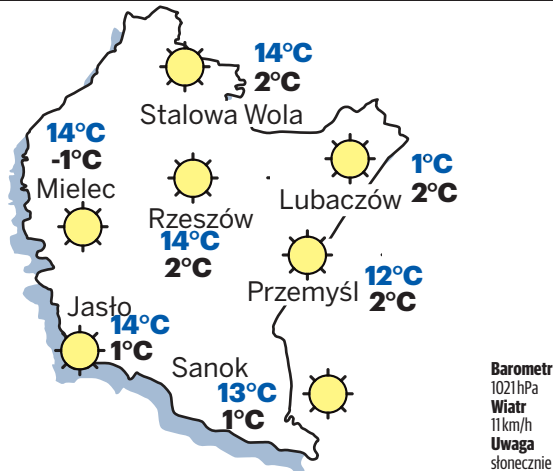
Jutro w naszej gazecie Pod paragrafem

● Bitnicy, gitowcy, szalikowcy. Skinheadzi i poppersi. Hipisi, punki, metalowcy. W PRL subkultury młodzieżowe były solą w oku ówczesnej władzy.

Zamów prenumeratę

Nowiny ☎ 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowiny24.pl

Pogoda w regionie



Od czwartku chmury

18 MARCA 2026

Dziś 77. dzień roku
Do sylwestra pozostało 288 dni.

Wschód Słońca w Rzeszowie: o godz. 5.40, zachód o godz. 17.43

Przysłowia na dziś:
Gdy w marcu deszcz pada, rolnik biada, gdy słońko jaśnieje, to rolnik się śmieje
Gdy na święty Józef (19 bm.) bociek przybędzie, to już śniegu nie będzie.

Imieniny dziś obchodzą:
Krystian, Cyryl, Edward

KALENDARIUM

1241

I najazd mongolski na Polskę: porażka wojsk polskich w bitwie pod Chmielnikiem. Mongołowie zdobyli Kraków.

1939

Po zajęciu przez armię węgierską Karpato-Ukrainy powstała granica polsko-węgierska. Tym szlakiem we wrześniu uciekali polscy żołnierze.



WIKIPEDIA

1971

Telewizja Polska wyemitowała 1. odcinek serialu „Wakacje z duchami” w reż. Stanisława Jędryki. W tym filmie zagrał Henryk Gołębiewski (nz.)

1945

1. Armia Wojska Polskiego zdobyła Kołobrzeg. Odbyły się zaślubiny Polski z morzem. W 1920 r. podobny gest wykonał generał Józef Haller.

2004

Arcybiskup przemyski Józef Michalik został przewodniczącym Konferencji Episkopatu Polski. Pełnił tę funkcję do 2014 r.

Baśnie i podania będą prezentowane w cyfrowym „Legendarium”

opr. jer
j.leniart@nowiny24.pl

Podkarpackie podania i legendy, znane dotychczas głównie z literatury lub przekazów ustnych, mają szansę na nowe życie dzięki technologii.

Samorząd Województwa Podkarpackiego zaprosił artystów i animatorów do udziału w tworzeniu cyfrowej bazy legend regionu w ramach projektu LEGENDARIUM.ART. Autorzy pięciu najlepszych prac otrzymają nagrody w wysokości 4 tys. złotych.

Atrakcyjna forma dla młodszego pokolenia

LEGENDARIUM.ART to nowa odsłona cyklicznego programu PODKARPAC-KIE.ART, która wykracza poza ramy zwykłego konkursu. Jego istotą jest przeniesienie lokalnych opowieści do rzeczywistości wirtualnej, dzięki czemu unikalny dorobek regionu może stać się atrakcyjny dla młodego pokolenia.

- Uczniowie szkół podstawowych poprzez tak przygotowany materiał edukacyjny będą mogli w atrakcyjny dla siebie sposób poznać historię i tradycje swojej Małej Ojczyzny zapisane w lokalnej pamięci i przekazach - poinformowała Sylwia Tęcza z biura prasowego Podkarpackiego Urzędu Marszałkowskiego.

Zaznaczyła, że projekt to także okazja dla twórców do pokazania talentu bez ograniczeń technicznych. W grę wchodzi zarówno klasyczna kreska, jak i nowoczesne techniki 3D czy animacja lalkowa.

Werdykt w Dniu Dziecka

Nabór prac potrwa do 18 maja 2026 r. Propozycja skierowana jest do dorosłych twórców związanych z Podkarpackiem - tu urodzonych, uczących się lub pracujących. O tym, które filmy są najlepsze, zdecyduje komisja złożona z zawodowych filmowców i animatorów. Werdykt zostanie ogłoszony 1 czerwca, w Dniu Dziecka.

LEGENDARIUM.ART to również kolejny krok samorządu w stronę promowania regionalizmów. Od 2020 r. w ramach projektu PODKARPAC-KIE.ART zrealizowano kilka akcji. Twórcy brali na warsztat m.in. obiekty z listy UNESCO (UNESCO.ART), postać Ignacego Łukasiewicza (ŁUKASIEWICZ.ART) czy zabytkową architekturę Pruchnika (PRUCHNIK.ART) i ruin zamku Sobień (SOBIEN.ART). Ostatnia edycja, ŹRÓDŁA.ART, badała wspólnie postrzeganie tożsamości. Efektem tych działań jest już blisko sto dzieł sztuki, które w nieszablony sposób opowiadają o bogactwie Podkarpackia. (AL/PAP)

10. rocznica powstania muzeum w Markowej

Piotr Samolewicz
piotr.samolewicz@polskapress.pl

Były prezydent RP Andrzej Duda uczestniczył wczoraj w uroczystościach 10. rocznicy powstania Muzeum Polaków Ratujących Żydów podczas II Wojny Światowej im. Rodziny Ulmów w Markowej.

Wizyta byłego prezydenta miała kameralny charakter. Towarzyszył mu wiceprezes IPN Mateusz Szpytma, kurator stałej wystawy w muzeum, a rolę gospodarzy pełnili marszałek województwa Władysław Ortyl i dyrektor muzeum Waldemar Rataj. Wśród obecnych byli również przewodnicząca komisji edukacji, kultury i kultury fizycznej w sejmiku podkarpackim Ewa Draus, dyr. IPN o. Rzeszów Dariusz Iwaneczko, wójt gminy Markowa Aleksander Cwynar i postulator w procesie beatyfikacyjnym rodziny Ulmów ks. Witold Burda.

Andrzej Duda odwiedził jeszcze raz muzeum. Szczególną uwagę byłego prezydenta wzbudziła przygotowana we współpracy z Archiwum IPN ekspozycja „Błogosławieni sprawiedliwi, albowiem...”. Gromadzi ona artefakty wydobyte podczas ekshumacji grobu rodziny Ulmów na cmentarzu w Markowej oraz odnalezione podczas badań archeologicznych na miejscu pierwotnego pochówku Ulmów, czyli na terenie ich domostwa, tam gdzie dokonany został akt zbrodni. Ekspozycja powstała w 2023 r.



Byłemu prezydentowi towarzyszył m.in. marszałek Władysław Ortyl i wiceprezes IPN Mateusz Szpytma

po beatyfikacji rodziny Ulmów. Tworzą ją jeszcze książki i modylitewniki Józefa Ulmy, portrety fotograficzne całej beatyfikowanej rodziny udekorowane po markowsku, czyli kwiatami, i tak samo udekorowane wizerunki Matki Bożej i Jezusa, typowe dla I poł. XX w. Charakter wiejskiej chaty dopełnia płynący z głośników głos ludowej śpiewaczki.

Po złożeniu wieńca przed kamieniem pamięci rodziny Ulmów - postawionym przez społeczność Markowej 24 marca 2004 - były prezydent rozmawiał z dziennikarzami. Powiedział „Nowinom”, że swoje częste wizyty w Markowej traktuje „raczej w kategoriach patriotycznych, niż politycznych, chociaż to jest element polityki historycznej”.

- Jest bardzo ważne, by pamięć historyczna broniła pol-

skich interesów. Bronimy ich, pokazując prawdę, prawdziwą historię, bardzo często zafałszowywaną w różnych prestrzeniach na świecie. Jest ważne, żeby tę pamięć historyczną pokazywać, dokumentować w jak największym stopniu i upowszechniać. To muzeum temu właśnie służy, muzeum w 100 procentach oparte na prawdzie. Muzeum, w którym są dokumenty, a także zabytki i artefakty odkryte na miejscu zbrodni, która została dokonana na rodzinie Ulmów za pomoc żydowskim sąsiadom. Jest to niezwykle ważne, by to pokazywać, mówiąc, że najwięcej Sprawiedliwych wśród Narodów Świata jest Polakami. To dokumentuje instytut w Jad Waszem. To dokumentuje też Muzeum Polaków Ratujących Żydów w Markowej. Ono stanowi nasz do-

wód na postawę Polaków w tamtych czasach - powiedział były prezydent.

Andrzej Duda 17 marca 2016 r. uczestniczył jako głowa państwa w otwarciu muzeum w Markowej, a we wrześniu 2023 we mszy beatyfikacyjnej rodziny Ulmów. - Było to dla mnie niezwykle ważne i ogromnie wzruszające. Proszę pamiętać, że byłem wówczas w 2023 roku, urzędującym prezydentem RP, kiedy tutaj z decyzji ojca świętego Franciszka obchodziliśmy uroczystość beatyfikacyjną rodziny Ulmów. Jest to niezwykle wyróżnienie, które, można powiedzieć, rozślawiło na cały świat to miejsce, tę rodzinę i tę postawę, którą ona zaprezentowała: chrześcijańską, ludzką, braterską. Jest to w tej chwili bardzo specyficzne i specjalne miejsce - powiedział Andrzej Duda. ©

Nasz REGION

www.nowiny24.pl

KRÓTKO

ŁAŃCUT

Miasteczko wielkanocne

21 i 22 marca Park Angielski przy MDK zamieni się w przestrzeń rodzinnych spotkań, twórczej zabawy i świątecznych inspiracji. Przez dwa dni będą tu stoiska z rękodziełem i lokalnymi produktami, warsztaty dla dzieci i dorosłych, konkursy, spektakl teatralny oraz wiele niespodzianek.

W programie m.in.: warsztaty rodzinne „Wielkanocne cuda z gliny” oraz tworzenie przestrzennego zajęcia wielkanocnego; rodzinne poszukiwanie jajek i Zajęczkowy

Turniej Rodzinny; prezentacja i rozstrzygnięcie konkursu „Wypasiona Pisanka”; spektakl teatralny dla dzieci „Zgrywka” w wykonaniu Teatru NEMNO; konkurs „Super babka” połączony z degustacją domowych ciast; kreatywne zabawy plastyczne i Wiosenna Scena MDK - otwarta dla wszystkich chętnych. MDK zaprasza w sobotę od godz. 13 do 16, w niedzielę od 14 do 15.30.

W razie złej pogody część wydarzeń odbędzie się w budynku MDK. baj

PRZEMYŚL

Będą sekundniki przy światłach

Podczas wczorajszej sesji radni zarezerwowali pieniądze na zakup i montaż sekundników przy sygnalizacji świetlnej. Wyświetlacze odliczające czas do zmiany światła pojawiają się na skrzyżowaniu ulic: 3 Maja, Krasińskiego i Grunwaldzkiej, które należą do najruchliwszych w mieście.

- To bardzo dobra wiadomość, ponieważ od dłuższego czasu zabiegałem o wprowadzenie tego rozwiązania. Wielokrotnie sygnalizowałem ten problem i cieszę się, że udało się doprowadzić sprawę do konkretnego efektu - twierdzi Ry-

szard Kulej, radny Koalicji Obywatelskiej.

- Nie jest tajemnicą, że wyjazd z ul. Krasińskiego od dawna bywa problematyczny. Kierowcy często nie wiedzieli, czy zdażą bezpiecznie wjechać i opuścić skrzyżowanie, szczególnie ci skręcający w stronę mostu. Sekundniki pozwolą lepiej ocenić sytuację, co powinno poprawić płynność ruchu, komfort jazdy i bezpieczeństwo - uważa radny.

Podobnie jest z kierowcami jadącymi ul. Grunwaldzką i skręcającymi w ul. 3 Maja. NZ

RZESZÓW

Wielkanocne targi

Wielkanocne Targi Ekonomii Społecznej odbędą się 21 marca w CH PLAZA. Organizatorem jest Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej. Targi to okazja, by nawiązać kontakt z lokalnymi podmiotami ekonomii społecznej i odkryć produkty tworzone z pasją przez organizacje porządkowe oraz przedsiębiorstwa społeczne. Odwiedzają

jący będą mieli okazję zapoznać się z szeroką ofertą rękodzieła, produktów spożywczych, garmazeryjnych, ozdób świątecznych, a także ciast, witraży, roślin, ceramiki i biżuterii. Każdy z produktów to efekt pracy ludzi, którzy łączą działalność gospodarczą z misją wspierania dobra społecznego. Targi potrwają od godz. 10 do 17. baj

POWIAT KOLBUSZOWSKI

Przekroczenie prędkości, niestosowanie się do znaku P-4 - „linia podwójna ciągła” oraz wyprzedzanie innego pojazdu na oznakowanym przejściu dla pieszych - to wykroczenia jakie popełnił kierujący Citroenem. 26-letni mieszkaniec powiatu kolbuszowskiego został ukarany mandatem w wysokości 3200 złotych i 33 punktami karnymi. Mężczyzna stracił również prawo jazdy.



PRZEMYŚL

Zimowa Karpacka Piątka

W niedzielę, 22 marca, IX edycja biegu Zimowa Karpacka Piątka. W biegu o dystansie 5 km weźmie udział ok. 300 zawodników w wieku powyżej 14 lat. Start o godz. 14 z Rynku.

FOT. PRZEMYSKI KLUB BIEGACZA

Po rezygnacji lekarzy działalność poradni zostanie zawieszona

Kinga Dereniowska

kinga.dereniowska@polskapress.pl

- Szpital został pozbawiony obsady kadrowej w Poradni Endokrynologicznej - informuje dyrektor szpitala w Krośnie. Dwaj lekarze, którzy w niej przyjmowali, zrezygnowali z pracy.

W lutym dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Podkarpackiego w Krośnie poinformował, że od 1 kwietnia 2026 roku zostanie zawieszona działalność Poradni Endokrynologicznej. W oświadczeniu można było przeczytać, że od 16 lutego przyjmujący tam endokrynolog „nie realizuje świadczeń” w tej poradni i wszystkie zaplanowane wizyty zostały odwołane. Tak, jak skierowania na badania wystawione przez tego lekarza. Do 31 marca w poradni przyjmuje jeszcze inny lekarz tej specjalizacji.

Posłanka KO Joanna Frydrych interweniowała w tej sprawie. Napisła do dyrektora szpitala w Krośnie, marszałka i wojewody.

Dyrektor tłumaczy, że lekarz przyjmujący w poradni złożył w styczniu oświadczenie o rozwiązaniu umowy w trybie natychmiastowym. - Pomimo kwestionowania przez szpital zasadności złożonego oświadczenia (...) i wzywania go do realizacji świadczeń zdrowotnych w poradni, od 19 stycznia 2026 r. faktycznie zaprzestął realizowania tych świadczeń -



FOT. EWA GORCZYCA/ARCHIWUM

1 kwietnia 2026 roku zostanie zawieszona działalność Poradni Endokrynologicznej

wyjaśnia dyr. Leszek Kwaśniewski.

Co więcej, szpital widząc, że wezwania nic nie dają, postanowił 13 lutego 2026 r. sam rozwiązać umowę bez zachowania okresu wypowiedzenia. Co więcej, do tej pory szpital na swój koszt wykonywał badania diagnostyczne, które wystawił ten lekarz. Mimo, że nie były już one refundowane przez NFZ (warunkiem rozliczenia jest wizyta pacjenta u lekarza).

Co do drugiego z lekarzy, złożył on wypowiedzenie umowy.

Z pisma dyrektora do posłanki dowiadujemy się, że lekarze nie zaakceptowali nowych warunków rozliczenia

przez NFZ. Ich umowy przewidywały wynagrodzenia obliczane w oparciu o liczbę punktów za porady rozliczane przez NFZ. Jednak w kwietniu ubiegłego roku zarządzeniem prezesa NFZ znowelizowano przepisy określające warunki zawierania i realizacji umów o udzielanie świadczeń.

Zmiany, które weszły w życie od listopada 2025 r., objęły m.in. poradnie endokrynologiczne. Wprowadzały tzw. wskaźnik degressywny, który polega na zastosowaniu współczynnika obniżającego znacznie wycenę porad w sytuacji, gdy poradnia nie osiągnęła określonego przez NFZ odsetka porad pierwszorazowych w stosunku do ogółu porad. - Po-

mimo prowadzonych rozmów obaj lekarze nie zaakceptowali nowych warunków NFZ - informuje dyrektor szpitala.

Tłumaczy też, dlaczego nie mógł znaleźć nowego lekarza wcześniej. - Do 19 stycznia Poradnia Endokrynologiczna funkcjonowała bez przeszkód (...). Problem zaistniał w chwili porzucenia pracy przez lekarza.

Poradnia wznowi działanie, jak tylko znajdą się chętni pracować tam lekarze. Ale łatwo nie będzie. - Z uwagi na deficyt lekarzy specjalistów na naszym terenie nie możemy określić żadnej daty wznowienia działalności - nie ukrywa dyrektor.

Jeśli nikt się nie znajdzie, to szpital będzie zmuszony do długotrwałego zawieszenia działalności poradni lub jej zamknięcia.

Dyrektor zaznacza, że szpital poinformował wszystkich pacjentów poradni o sytuacji, zamieścił komunikat na stronie szpitala, przygotowano ulotkę z wykazem poradni endokrynologicznych funkcjonujących w ramach NFZ w okolicy. Oprócz tego kopie dokumentacji medycznej są udostępniane pacjentom bezpłatnie. - W sytuacjach zagrażających życiu, wymagających natychmiastowej interwencji medycznej, pacjenci mają zapewniony dostęp do świadczeń w ramach SOR lub oddziałów szpitalnych, w tym w Oddziale Chorób Wewnętrznych i Metabolicznych - informuje dyr. Leszek Kwaśniewski. ©©

Trzy dożywotnie zakazy nic nie dały

opr. PS

piotr.samolewicz@polskapress.pl

Policjanci ruchu drogowego Komendy Miejskiej Policji w Rzeszowie zatrzymali 49-latkę, która złamała trzy dożywotnie zakazy prowadzenia pojazdów. Już dobieg po zatrzymaniu usłyszał wyrok.

Jak poinformowała wczoraj rzeszowska policja, do zatrzymania pijanego 48-latka doszło w piątek, przed godziną 13, na ulicy Krakowskiej. Klient jednego ze sklepów, widząc

nietrzeźwego kierującego Fiatem Marea, poinformował o tym służby.

Miał w sobie ponad 3 promile

Policjanci potwierdzili zgłoszenie. Sprawdzili stan trzeźwości 48-latka i ustalili, że kierowca mając w organizmie 3,2 promila.

W trakcie weryfikacji jego danych funkcjonariusze ustalili, że mężczyzna w przeszłości również kierował pojazdem w stanie nietrzeźwości. Za tego typu przestępstwa miał orze-

zione trzy dożywotnie zakazy prowadzenia wszelkich pojazdów mechanicznych. Mężczyzna został zatrzymany i osadzony w policyjnej izbie zatrzymań.

Szybki i surowy wyrok

Funkcjonariusze Wydziału do spraw Wykroczeń i Prześstępstw w Ruchu Drogowym Komendy Miejskiej Policji w Rzeszowie zgromadzili materiał dowodowy w tej sprawie. Skierowali także do sądu wniosek o zastosowanie wobec 48-latka trybu przyspie-

szonego. W niedzielę mieszkaniec powiatu rzeszowskiego został doprowadzony do Sądu Rejonowego w Rzeszowie.

Sąd skazał go na dwa lata bezwzględnie pozbawienia wolności, nałożył obowiązek zapłaty 15 tysięcy złotych na rzecz Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej oraz orzekł przepadek pojazdu, jakim kierował.

Do czasu uprawomocnienia się wyroku 48-latek został objęty policyjnym dozorem.

Mieszkańcy ul. Dębickiej w Rzeszowie nie muszą już brodzić w błocie

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

Mieszkańcy w końcu mogą korzystać z nowej nakładki asfaltowej. Starali się o nią od 5 lat. Dzięki determinacji nie muszą wiosną brodzić w błocie, idąc do domu.

O problemie mieszkańców informowaliśmy w kwietniu ubiegłego roku. Małżeństwo Mateusz i Jolanta nie mogli bezpiecznie dojść do domu, bo musieli brodzić w błocie. Zaangażowali się w to, aby na ich drodze wykonać nakładkę asfaltową. Zadbali o niezbędną dokumentację, namówili sąsiadów na zrzeczenie się fragmentów działek. Prezydent Konrad Fijołek nakładkę obiecał publicznie, ale czas mijał, a nakładki nie było. Dlatego mieszkańcy o nagłośnienie sytuacji poprosili redakcję Nowin. Niedawno przekazali, że początkiem marca zakończyły się

prace wykończeniowe. - Mamy nową nawierzchnię. Prezydent dotrzymał słowa - cieszy się mieszkanka Rzeszowa. - Choć droga do osiągnięcia tego celu nie była łatwa i trwała aż 5 lat, to się udało. Kluczowym w tym wszystkim było przekonanie właścicieli działek do oddania kilku centymetrów na rzecz miasta.

Artur Gernand z kancelarii prezydenta przypomina, że przebudowa tego odcinka ulicy Dębickiej to efekt rozmów prezydenta z mieszkańcami. - W sumie kosztowało to prawie 300 tys. zł. Przebudowano odcinek o długości ok. 440 metrów i szerokości do 3,5 metra. Powierzchnia wykonanej nawierzchni to 1240 mkw. - wylicza.

Choć główne prace drogowe zostały zakończone w grudniu 2025 roku, to z uwagi na mroźną zimę z wykończeniem trzeba było poczekać do marca. ©



Koniec z koszmarnym błotem. Mieszkańcy ul. Dębickiej mają już porządną drogę

REKLAMA

0011485969



Zakład Usług
Pogrzebowych i Cmentarnych
MPGK Rzeszów Sp. z o.o.
35-323 Rzeszów ul. Cienista 3

CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE

☎ 601 402 991 ☎ 17 853 53 48

- Sprzedaż niezbędnych akcesoriów pogrzebowych
- Przewóz zwłok z miejsca zgonu do chłodni
- Przygotowanie ciała do pochówku
- Organizacja ceremonii pogrzebowej
- Organizacja kremacji
- Załatwienie formalności ZUS, KRUS, inne

Biuro czynne: pon.-pt. 7.00-16.00, sobota 8.00-14.00

www.zupic.pl

6 generatorów prądu trafi do potrzebujących na Ukrainie

Andrzej Płes
a.ples@nowiny24.pl

Generatory kupiono ze zbiórki w ramach akcji „Solidarni z Kijowem”. Wicekonsul Ukrainy w Rzeszowie dziękował wczoraj wszystkim, którzy się do tego przyznili.

To była błyskawiczna akcja, zainicjowana przez konsula, zorganizowana przez Fundację OCG, wsparta przez SSE EURO-PARK Mielec, Stanisława Mazurę i jego Medyk. Przedstawiciele tych instytucji właśnie ją podsumowali. - Generatory trafią do ośrodków medycznych i szkół, miejsc, które ich najbardziej potrzebują - zapewnił wicekonsul. - Zapewne do obwodów sumskiego lub czernichowskiego, ale o tym zdecyduje nasz MSZ w Kijowie. Każdy grosz, jaki dostaliśmy, zostanie przekazany na pomoc obywatelom Ukrainy. To czwarty rok wojny, jesteście z nami od pierwszego dnia, angażujecie się, pomagacie, dziękuję każdemu z was osobiście, bez was nie damy rady.

Prezes Fundacji OCG Mariusz Tywoniuk przyznał, że decyzja o organizacji zbiórki została podjęta błyskawicznie i błyskawicznie została przeprowadzona.

- Udało nam się zebrać niespełna 40 tysięcy złotych, za które kupiliśmy sześć agregatów prądotwórczych i ban-



Przedstawiciele instytucji, które zorganizowały zbiórkę w ramach akcji „Solidarni z Kijowem”, właśnie ją podsumowali

ków energii, które mogą na przykład przez dziesięć godzin podtrzymywać działanie sprzętu medycznego podtrzymującego życie w szpitalach - wyliczał. - Dostarczymy go do Kijowa prawdopodobnie z końcem tego tygodnia.

W spotkaniu podsumowującym uczestniczył też prezes firmy Euro - Eko, która wsparła akcję. Przyznał, że firma, którą prowadzi, funkcjonuje na rynku ukraińskim, co było tylko dodatkowym bodźcem do włączenia się do akcji pomocy.

- Przedsiębiorstwa, ludzie tworzą system wspólnoty, który podlega wstrząsowi w sytuacjach krytycznych - tłumac-

zył wsparcie zbiórki Wiktor Cichoń, dyrektor SSE EURO-PARK Mielec. - Jeśli jesteśmy w stanie wypracować jakąś formę solidarności i wspólnotę wartości również dla społeczeństwa ukraińskiego, dla naszych sąsiadów, to w godzinie próby, oby nigdy do niej nie doszło, będziemy w stanie lepiej funkcjonować.

Stanisław Mazur, prezes Medyka, swój udział w zbiórce wyjaśnił także względami bardzo osobistymi. Wspomnił o swoim teściu, który w 1939 roku trafił do sowieckiej niewoli wraz z dwoma kolegami.

- Gdyby Ukraińcy nie pomogli im uciec, to trafiliby do Kатыnia - opowiadał. - Część ro-

dziny mojej żony została na Ukrainie, nawet jej nie znamy. To pokazuje, jak bardzo losy naszych narodów się przeplatają.

Złożył też deklarację, że ze względu na zmianę przepisów dotyczących Ukraińców, a odbierających ubezpieczenie zdrowotne i prawo do opieki medycznej tym, którzy nie pracują, Medyk nikomu z Ukraińców nie odmówi pomocy. Nawet jeśli nie jest ubezpieczony. Zapewnił też, że gotów jest na daleko posuniętą pomoc także finansową dla naszych sąsiadów, o ile nie będzie wiązać się z militaryzacją, bo byłoby to sprzeczne także z jego poczuciem etyki zawodowej. ©

Rzeszów zyskuje Erasmus+ InnHUB - centrum innowacji i współpracy edukacyjnej

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Inauguracja Centrum Innowacji Erasmus+ InnHUB Rzeszów odbyła się na Politechnice Rzeszowskiej. Nowa przestrzeń ma wspierać współpracę międzynarodową i edukację w regionie.

Na Politechnice Rzeszowskiej podpisano porozumienia między uczelnią a Fundacją Rozwoju Systemu Edukacji, inaugurujące działalność punktu Erasmus+ InnHUB. - Będzie to punkt dedykowany wielu interesariuszom, także spoza Politechniki Rzeszowskiej - podkreślił prof. dr. hab. inż. Piotr Koszelnik, rektor Politechniki Rzeszowskiej.

I dodał, że ten dzień to inicjacja wydarzenia. - W październiku zaprosimy na ofi-



Porozumienie podpisane przez Mirosława Marczewskiego oraz prof. dr. hab. inż. Piotra Koszelnika

cialne otwarcie punktu, który zacznie realizować zadania na rzecz całej społeczności zainteresowanej współpracą międzynarodową i rozwojem systemów edukacji w regionie -

zaznaczył rektor, podkreślając rolę hubu jako katalizatora rozwoju Podkarpacia.

Mirosław Marczewski, dyrektor generalny Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji pełni-

cej rolę Narodowej Agencji Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności dodał: - Sieć Centrum Informacji InnHUB Erasmus+ jest jedyną tego typu w Unii Europejskiej. Nasze centra mają działać nie tylko w dużych miastach, ale również lokalnie, na rzecz wszystkich sektorów programu Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności.

Zwrócił uwagę, że programy Erasmus+ i EKS są skierowane nie tylko do uczelni, ale także szkół, organizacji pozarządowych, klubów sportowych i innych instytucji działających na rzecz edukacji młodych i dorosłych. - Każda szkoła czy organizacja może zgłosić się do naszego hubu, skonsultować swoje projekty i dowiedzieć się, jak najlepiej przygotować wnioski - wyjaśnił dyrektor. ©

Darmowy parking przy ul. Żardeckiego w Łańcucie wkrótce będzie płatny

Kinga Dereniowska
kinga.dereniowska@polskapress.pl

W internecie krążą informacje o protestach mieszkańców i wycofaniu się z tego pomysłu przez miasto. Ale burmistrz zapewnia, że z niczego nie rezygnuje.

Jakub Czarnota, były wójt gminy Łańcut, obwieścił w sieci, że w mieście dochodzi do skandalu. - Chorzy i niepełnosprawni będą płacić za jedyny publiczny parking koło szpitala nawet w Boże Narodzenie i Wielkanoc - napisał na platformie społecznościowej.

Jeden z lokalnych portali informuje nawet o protestach mieszkańców i chęci odwołania burmistrza ze stanowiska oraz o tym, że decyzja o uruchomieniu systemu została wstrzymana.

Burmistrz przekonuje, że mieszkańcy są „za”

Burmistrz Łańcuta Damian Szubart wyjaśnia, że choć parking znajduje się przy szpitalu,



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Na parkingu zamontowaną już całą infrastrukturę potrzebną do pobierania opłat od kierowców

należy do miasta, a nie do placówki medycznej.

- Jak mieszkańcy chcą tam zaparkować od godziny 7 do godz. 19, nie mają na to szans, bo wszystkie miejsca są zajęte - mówi samorządowiec. - W tej chwili parkują tam

w większości pracownicy szpitala oraz osoby spoza miasta, które zostawiają tam samochody, przesiadają się do komunikacji publicznej i jadą do Rzeszowa - przekazuje.

Urzednicy dysponują badaniami, według których miesz-

Wstępnie cena za godzinę wyniesie 2 zł. Opłata prawdopodobnie zostanie wprowadzona od godz. 6 do godz. 18 lub 19

kańcy Łańcuta stanowią 10 procent zajmujących miejsca parkingowe przy ul. Żardeckiego. Reszta to przyjezdni.

- Ten cały hejt, który się wyłął, to nie od mieszkańców miasta, ale okolicznych miejscowości - ocenia burmistrz. - Nasi obywatele sponsorują parking sąsiadom, sami nie mogą z nich korzystać - dodaje.

Według relacji burmistrza, podczas konsultacji zgłosiła się jedynie jedna osoba, której pomysł płatnego parkowania się nie spodobał. Były dwa protesty mieszkańców spoza Łańcuta.

Od kwietnia trzeba będzie płacić

Burmistrz zapewnia, że nic się nie zmieniło i wkrótce zostaną wprowadzone opłaty za parking. Infrastruktura jest już gotowa, ale urzednicy musieli poczekać, aż wojewoda opublikuje uchwałę rady miasta w tej sprawie w Dzienniku Urzędowym Województwa Podkarpackiego.

- Z niczego się nie wycofuję - zaznacza burmistrz Damian

Szubart. - Radni upoważnili mnie jako burmistrza do wprowadzenia tych opłat - dodaje.

Teraz burmistrz będzie musiał zarządzeniem wprowadzić cennik i regulamin korzystania z parkingu. Wstępnie cena za godzinę wyniesie 2 zł. Osoby z niepełnosprawnościami, na wyznaczonych miejscach będą parkować bezpłatnie.

Opłata prawdopodobnie zostanie wprowadzona od godz. 6 do godz. 18 lub 19. Później stawka będzie albo niższa, albo opłaty nie będzie wcale. W sobotę i niedzielę parking ma być bezpłatny wzorem strefy płatnego parkowania, która w te dni jest w Łańcucie wyłączona. Płatności ruszą przed Świętami Wielkanocnymi.

Damian Szubart zapowiada, że mieszkańcy Łańcuta będą mogli parkować bezpłatnie przez dwie godziny każdego dnia, ale muszą wyrobić sobie kartę mieszkańca. Karta ma dać im również możliwość darmowego parkowania przez półgodziny w strefie płatnego parkowania. Prace nad Łańcucką Kartą Mieszkańca trwają. ©

REKLAMA

0011491387

Pakiet „Senior” w „Uzdrowisko Horyniec” Sp. z o.o.

Z myślą o osobach po 60. roku życia „Uzdrowisko Horyniec” Sp. z o.o. przygotowało wyjątkowy Pakiet „Senior”, łączący profesjonalną opiekę medyczną, skuteczne zabiegi uzdrowiskowe oraz komfortowy wypoczynek w sercu malowniczego Roztocza.

Kompleksowa kuracja – 7 lub 14 dni

Pakiet dostępny jest w wariantach 7 lub 14 dni (6 lub 13 dob pobytowych).

W jego ramach kuracjusze korzystają z dwóch zabiegów dziennie, realizowanych od poniedziałku do soboty.

Rodzaj terapii dobierany jest indywidualnie podczas konsultacji lekarskiej w dniu przyjazdu.

Co oferujemy?

- Dwa zabiegi dziennie do wyboru, poranna gimnastyka na świeżym powietrzu, konsultacje lekarskie i opieka medyczna, dostęp do rowerów, kijków nordic walking,
- Voucher na podstawowe badania laboratoryjne.
- Poza pakietem jest możliwość skorzystania z dodatkowo płatnych badań:
- USG narządu ruchu i tkanek miękkich (REUMATRIX – prof. dr hab. n. med. Teresa Matecka-Massalska),
- badanie gęstości kości,
- rozszerzone pakiety badań laboratoryjnych.

Zakwaterowanie i wyżywienie:

- Sanatorium „Dom Zdrojowy” lub „Jawor”, śniadania i kolacje w formie bufetu
- Komfortowe warunki pobytu

W cenie pobytu zapewnione są:

- śniadania i kolacje w formie bufetu szwedzkiego,
- dwudaniowe obiady,
- dostęp do internetu,
- sezonowo leżaki w pokojach,
- biblioteka, stół bilardowy oraz tenis stołowy,
- wypożyczalnia rowerów i kijków nordic walking (Dom Zdrojowy),
- dostęp do plenerowej siłowni, mini tężni oraz malowniczych ścieżek spacerowych i rowerowych, w tym trasy Green Velo.



Pakiet „Senior”

w „Uzdrowisko Horyniec” Sp. z o.o.

to przemyślana propozycja dla kuracjuszy, którzy chcą połączyć skuteczną terapię z wypoczynkiem w komfortowych warunkach – w miejscu, gdzie zdrowie i dobre samopoczucie są zawsze na pierwszym miejscu.

wyróżnienie
w konkursie

2025

N nasze
DOBRE



„Uzdrowisko Horyniec” Sp. z o.o.
to miejsce sprzyjające wyciszeniu
i aktywnemu wypoczynkowi
– w otoczeniu natury,
z dala od miejskiego zgiełku.

ATRAKCJE I OPCJE DODATKOWE

Dla zainteresowanych dostępne są dodatkowo płatne zabiegi Beauty Medical, wydarzenia kulturalne, koncerty, wieczorki taneczne oraz ogniska integracyjne. Organizowane są również wycieczki lokalne i regionalne, m.in. do Zamościa, Przemyśla oraz po Roztoczu.

REZERWACJE

16 631 30 88

rezerwacja@uzdrowisko-horyniec.com.pl
www.uzdrowisko-horyniec.com.pl

Część haubicy z II wojny i 36 tys. wyjątkowych przedmiotów odkryto w zamkowej studni

Norbert Ziętał
n.zietal@nowiny24

Muzeum Historyczne w Sanoku zaprasza do odwiedzenia zamkowej studni i wystawy znalezionych w niej przedmiotów. A było ich aż 36 tysięcy.

Na dziedzińcu zamku w Sanoku na turystów czeka nowo wyremontowana studnia. - To miejsce przez lata skrywało wiele tajemnic. Odkryto w niej ponad 36 000 przedmiotów: od XVII-wiecznej monety po militaria z II wojny światowej.

Legendarny „tajemny korytarz”? Wojenne ślady? Prawdziwe archeologiczne emocje? Wystawa plenerowa na dziedzińcu zamku opowiada historię studni - do odwiedzin zachęca Muzeum Historyczne w Sanoku.

Muzealnicy publikowali informacje o tajemnicach studni. A przez kilkadziesiąt lat sporo się ich nazbierało.

Studnia ma 24,5 metra głębokości

- Pierwszy raz została wymieniona w inwentarzu z 1548 roku. Wykopał ją starosta Mikołaj Wolski. Dziesięć lat później opisywano ją jako murowaną, zadaszoną gontem, z kołem i okutymi wiadrami. Według legendy miała zostać wykuta w skale przez jeńców - informuje sanockie muzeum.

I dalej:



Na dziedzińcu zamku na turystów czeka nowo wyremontowana studnia. - Zapraszamy wszystkich do odwiedzin Muzeum Historycznego w Sanoku i zobaczenia studni na własne oczy - zachęcają sanocki muzealnicy

- W źródłach pojawia się ponownie na planach z przełomu XVIII i XIX wieku. W okresie międzywojennym znana była już z pocztówek - z miedzianą kopułą i podwójnym kołowrotem. Zadaszenie dodano w 1900 roku z inicjatywą starosty Antoniego Pogłódowskiego. Zniszczona pod koniec II wojny światowej, przez lata pozostawała w uproszczonej formie. Dziś, po rewitalizacji, odzyskała swój dawny, szlachetny wygląd.

W 2024 roku, za zgodą Wojewódzkiego Urzędu Ochrony Zabytków, prowadzono badania archeologiczne studni. Kierował nimi dr Piotr Kotowicz, a prace wykonywali doświadczeni wspinacze i strażacy przy wsparciu pracowników Muzeum Historycznego w Sanoku oraz firmy „PBA”.

Najpierw wypompowano ponad 6 metrów wody - jej lustro znajdowało się 12 metrów pod dziedzińcem. Zamiast spodziewanych 38 metrów głębo-

kości, studnia miała 24,5 metra. Z jej wnętrza wydobyto ponad 36 tysięcy przedmiotów - niemych świadków historii otaczającej przez wieki ten obiekt.

- Wśród tysięcy przedmiotów wydobytych ze studni szczególnie miejsce zajmują militaria. Najbardziej spektakularnym znaleziskiem jest część radzieckiej haubicy wz. 1938 (M-30) kal. 122 mm - jednego z podstawowych dział Armii Czerwonej w czasie II wojny. Odkryto także łuski do tego

działa, dwa radzieckie hełmy (w tym jeden przestrzelony), łuski kal. 88 mm, ponad 120 łusek karabinowych i pistoletowych (m.in. do Mosina i TT) oraz dwie niemieckie klamry wojskowe z napisem „Gott mit uns” - przekazuje Muzeum Historyczne w Sanoku.

Dużo monet i dwa krążki hokejowe

Najstarszą monetą okazał się miedziany szeląg koronny króla Jan II Kazimierz Wazy

z 1664 roku. Wśród innych numizmatów znalazły się m.in. austro-węgierskie 10 halerzy z 1895 r., międzywojenne polskie 50 groszy i 1 zł, radzieckie 2 kopiejki z 1939 r., niemieckie 50 fenigów z 1940 r. oraz francuskie 2 franki z 1944 r. z czasów Vichy. Najwięcej było jednak monet z PRL i III RP - rekordowe ilości 20- i 10-groszówek oraz ponad 4600 jednogroszówek.

Studnia okazała się też kroniką codzienności ostatnich dekad. Górne warstwy wypełniały plastikowe opakowania, puszkki i ślady turystycznych wizyt. Niżej takich przedmiotów już niemal nie było.

- Wśród ciekawszych znalezisk znalazły się malowane kamienie z kodami pocztowymi (śląd zabawy w „kamyczki”), fragment szyby z gwiazdą Dawida - być może związany z dawną synagogą naprzeciw zamku - oraz buteleczka z napisem „DER LACHS”, przedwojennego gdańskiego producenta likierów. Odnaleziono także butelkę po piwie Okocim z nazwiskiem jego założyciela, Johann Evangelist Götz, puszkę z rosyjskim napisem „Świnina”, medaliki, krzyżyk oraz liczną biżuterię - przekazuje muzealnicy.

Ciekawostką są również dwa krążki hokejowe - jeden z logo EKS Łódź i herbem Łodzi - a także liczne fragmenty cegieł z sygnaturami wytwórców, w tym warsztatu Finkela. ©©

FOT. /MUZEUM HISTORYCZNE W SANOKU

Zalew fałszywych dokumentów na granicy

opr. NZ
n.zietal@nowiny24.pl

W tym roku strażnicy graniczni z Podkarpacia wykryli już ponad 630 fałszywych dokumentów. To skuteczny sposób walki z przestępcami trudniącymi się produkcją i dystrybucją fałszywek.

Na przejściu samochodowym w Korczowej podczas kontroli obywatela Mołdawii wjeżdżającego do Polski funkcjonariusze Straży Granicznej nabrali podejrzeń co do autentyczności przedstawionego prawa jazdy.

- W dokumencie kierowcy brakowało zabezpieczeń stosowanych w tego typu dokumentach. Ostatecznie z wykorzystaniem specjalistycznego sprzętu potwierdzono fałszerstwo - informuje por. SG Piotr Zakielarz,

rzecznik Bieszczadzkiego Oddziału Straży Granicznej.

34-letni cudzoziemiec usłyszał zarzut wykorzystania fałszywego dokumentu, do czego się przyznał. Dobrowolnie poddał się karze 6 miesięcy pozbawienia wolności z warunkowym zawieszeniem wykonania kary na rok. Podróż kontynuował w fotelu pasażera.

Do podobnego zdarzenia doszło w Budomierzu. Obywatel Ukrainy przestawił do kontroli prawo jazdy wydane rzekomo przez władze Ukrainy. Różniło się znacznie od prawdziwego wydawanego przez władze Ukrainy. Dokument zatrzymano. Cudzoziemiec przyznał się do próby wykorzystania fałszywki.

W tym roku funkcjonariusze Bieszczadzkiego Oddziału SG wyrzyli już ponad 200 fałszywych praw jazdy.

Schronisko powstało dzięki wolontariuszom ze Stowarzyszenia „Psia przystań”

Zdzisław Surowaniec
wydawcy@nowiny24.pl

W powstaniu schroniska dla psów w Stalowej Woli pomogło także wsparcie od rządu i samorządu.

Nowoczesne schronisko powstało w zacisznym miejscu, przy wjeździe do oczyszczalni ścieków. Jest tam dużo miejsca na wyprowadzanie psów na spacer, aby nie siedziały cały czas w kojach. A tych jest 28. Są także miejsca dla kotów. Jest także budynek z 20 pomieszczeniami do opieki nad zwierzętami, m.in. łazienką do kąpieli, pokojem do zabiegów, magazynem na żywność dla zwierząt.

Inwestycja kosztowała 2,818 mln zł, z czego 2 mln zł pochodziło z rządowego Polskiego Ładu, reszta to miejskie fundusze.



Chętni mogą wspierać schronisko przez wolontariat, przekazywanie karmy i datków oraz 1,5 proc. podatku

Prezes Stowarzyszenia „Psia przystań” Anna Szwed - podczas poniedziałkowego oficjalnego otwarcia - przypominała trudne początki organizacji pomocy dla bezdomnych zwie-

rząt. - Dziesięć lat zleciało nam tak naprawdę jak jeden dzień i kiedy popatrzymy na historię stowarzyszenia i na pierwsze kroki, które stawialiśmy na tej pięknej, ale bardzo trudnej dro-

dze, nie możemy podkreślić, że nie byłoby nas tutaj dzisiaj, gdyby nie prezydent Lucjusz Nadbereźny. Nie mieliśmy się gdzie podziąć z kilkoma zwierzętami i to prezydent udostępnił nam kawałek terenu. Dzięki temu mogliśmy to wszystko przetrzymać, rozpocząć naszą działalność - mówiła Anna Szwed. Jak stwierdziła, schronisko jest jak sanatorium, które leczy złamane serca zwierząt, tutaj przywraca się im zdrowie, pomaga. - Trafiają do nas zwierzęta z ogromnymi traumami, musimy z nimi czasami miesiącami pracować, zanim będą mogły ruszyć dalej. Jesteśmy tą bezpieczną przystanią, mamy nadzieję, że chwilową, ale są też zwierzęta, które jeżeli nie znajdą swojego domu, zostaną tu i my będziemy musieli być dla nich tym domem - mówiła prezes. ©©

FOT. ZDZISŁAW SUROWANIEC

Duże zainteresowanie tanimi mieszkaniami w Boguchwale

Wojciech Tataro
wojciech.tataro@polskapress.pl

Aż 1280 wniosków wpłynęło na tanie mieszkania budowane w ramach Społecznej Inicjatywy Mieszkaniowej (SIM). W 11 blokach w Boguchwale powstanie 700 lokali.

Żeby zamieszkać w nowoczesnym mieszkaniu, wystarczy wpłacić 20 procent jego wartości.

Lokale w ramach SIM są przeznaczone dla osób, które nie mają własnego mieszkania, ani też szans na otrzymanie kredytu hipotecznego, ale stać je na regularne płacenie czynszu i mają wkład własny w wysokości 20 procent wartości mieszkania. Otrzymanego lokum nie można podnajmować i trzeba się w nim zameldować na stałe.

Mieszkania do 75 mkw.

To już kolejny etap budowy tanich mieszkań w ramach SIM. Bloki w Boguchwale staną na osiedlu Gaj przy ul. Krasiń-



Tanie mieszkania budowane w ramach SIM niczym nie różnią się od tych dostępnych na komercyjnym rynku

skiego, Kasprowicza i Mickiewicza w bezpośrednim sąsiedztwie już istniejących trzech budynków.

W pierwszym etapie powstało 225 mieszkań gotowych pod klucz, w których już od maja zamieszkają lokatorzy. Mieszkania mają od 40 do 75 m kw. powierzchni. Przy blokach, które liczą sześć kondygnacji, są miejsca parkingowe, każdy mieszkaniec otrzyma do dys-

pozycji również komórkę lokatorską.

700 lokatorów

- Przystąpienie naszej gminy do Społecznej Inicjatywy Mieszkaniowej okazało się strzałem w dziesiątkę. Olbrzymie zainteresowanie i duża liczba wniosków od potencjalnych lokatorów pokazują, jak bardzo potrzebne są takie inwestycje. Teraz trwa

analiza złożonych wniosków i na podstawie przyznanej punktacji zostanie wyłonionych 700 lokatorów, do których trafią mieszkania. Dzięki temu, że mieszkań nie można podnajmować, nasza gmina zyska wartościowych mieszkańców. Te lokale będą służyć osobom, które faktycznie w nich zamieszkają, a nie inwestorom, którzy dość często w zakupie mieszkania lokują swój kapitał i wynajmują. Zastanawiamy się nad pozyskaniem kolejnych terenów i kontynuowaniu w przyszłości budowy tanich mieszkań - mówi Wiesław Kąkol, burmistrz Boguchwały.

SIM Podkarpacie to spółka 9 gmin: Boguchwały, Dynowa, Jarosławia, Leżajska, Miejsca Piastowego, Nowej Sarzyny, Sędziszowa Młp., Sokołowa Młp., Wietrzychowic oraz Krajowego Zasobu Nieruchomości. Jej zadaniem jest budowa mieszkań na wynajem o umiarkowanym czynszu z możliwością uzyskania własności mieszkania po kilkunastu latach. ©

oprac. jer
j.leniart@nowiny24.pl

Podkarpacki Zarząd Dróg Wojewódzkich w Rzeszowie podpisał umowę na budowę drogi dla pieszych i rowerów wzdłuż drogi wojewódzkiej nr 867.

Trasa połączy Basznię Dolną z uzdrowskiem Horyniec-Zdrój. Inwestycja o wartości ponad 12,6 mln zł zostanie zrealizowana w systemie „zaprojektuj i wybuduj”.

Jak poinformowała rzeczniczka PZDW Joanna Szarata, wykonawcą zadania została firma Strabag, która na realizację całości prac ma 30 miesięcy. Inwestycja zostanie zrealizowana w ramach projektu pod nazwą „Nowa jakość Roztocza”, który ma na celu rozwój turystyki rowerowej w regionie i jest finansowany z programu Fundusze Europejskie dla Podkarpacia 2021-2027.

- Inwestycja stanowi rozwinięcie szlaku rowerowego, który prowadzi od Lubaczowa do Baszni Dolnej i został zmo-

dernizowany we wcześniejszych latach. Nowa droga dla rowerów rozpocznie się na moście w Baszni Dolnej, oddanym do użytku w 2024 roku, i pobiegnie do przejazdu kolejowego w Horyńcu-Zdroju - dodała.

Trasa o szerokości minimum 2,5 metra zostanie wyposażona w system odwodnienia, nowe oznakowanie oraz urządzenia bezpieczeństwa ruchu drogowego. Obecnie wykonawca przystępuje do prac projektowych. Rozpoczęcie robót w terenie zaplanowane jest na przyszły rok, po uzyskaniu decyzji ZRID.

Budowa ścieżki to element szerszej strategii województwa, która zakłada stworzenie spójnej sieci tras rowerowych w najbardziej atrakcyjnych turystycznie częściach regionu. Samorząd województwa planuje również budowę ścieżek rowerowych m.in. w Bieszczadach.

Z danych urzędu marszałkowskiego wynika, że w ciągu ostatnich 10 lat samorząd zainwestował w rozbudowę dróg na Roztoczu ponad 630 mln zł. (PAP)HUK/

Kolejna edycja Lider Regionu. Wyróżnienie dla tych, którzy rozwijają nasze województwo

Urszula Sobol
u.sobol@nowiny24.pl

Jeszcze w marcu wyróżnimy podmioty, które swoją aktywnością gospodarczą i społeczną wnoszą szczególną wartość w rozwój regionu i wzmacniają jego potencjał.

To już 15. edycja nagrody Lider Regionu, która od ponad dekady wyróżnia dynamiczne i innowacyjne firmy, instytucje oraz samorządy z województwa podkarpackiego.

Długoletnia tradycja tego prestiżowego wyróżnienia świadczy o silnej obecności pionierów przedsiębiorczości i nowoczesnych rozwiązań



Statuetka Lider Regionu to wyróżnienie dla przedsiębiorstw i instytucji, które poprzez swoją pracę aktywnie przyczyniają się do rozwoju regionu

w naszym regionie, szczególnie w obszarach nowych technologii oraz nowatorskich metod zarządzania.

Nie brakuje również instytucji, które wyróżniają się ponadprzeciętnymi osiągnięciami i znacząco przyczyniają się do rozwoju Podkarpacia, podnosząc prestiż regionu i inspirowując inne podmioty do działania.

Kto ma szansę zostać Liderem Regionu ?

Nagroda Lider Regionu to wyróżnienie dla tych, którzy wnoszą szczególny wkład w rozwój lokalnego biznesu i społeczności, stając się prawdziwymi liderami naszego regionu.

O tytuł Lidera Regionu mogą ubiegać się wszystkie firmy, instytucje i samorządy - bez względu na wielkość zatrudnienia czy formę prawną. To doskonała okazja, aby pokazać osiągnięcia i innowacyjne działania, które przyczyniają się do rozwoju Podkarpacia.

Laureatów poznamy wkrótce

Projekt zwieńczy finał wraz z uroczystą galą, podczas której wręczone zostaną statuetki i oficjalnie poznamy tegorocznych laureatów nagrody Lider Regionu 2025. Statuetki trafiają do tych, którzy inspirowali innych, wprowadzając innowacje oraz budując potencjał podkarpackiego biznesu. ©

FOT. ARCHIWUM POLSKA PRESS

Q604890762A

ORGANIZATOR

PATRONAT HONOROWY

PATRONAT MEDIALNY



WOJEWODA PODKARPACKI



MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO



PRZEWODNICZĄCY SEJMIKU
WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO



Konrad Fijołek
Prezydent Miasta Rzeszowa



STAROSTA
RZESZOWSKI



KRÓTKO

POZNAŃ

Sprawa Ewy Tylman nie ma końca

Sąd Apelacyjny w Poznaniu uchylił we wtorek wyrok sądu I instancji uniewinniający Adama Z. od zarzutu zabójstwa Ewy Tylman i przekazał sprawę do ponownego rozpoznania przez sąd okręgowy. Orzeczenie jest prawomocne.

Decyzja sądu oznacza, że Sąd Okręgowy w Poznaniu rozpozna sprawę Adama Z. już po raz czwarty.

W marcu 2025 r. Sąd Okręgowy w Poznaniu po raz trzeci uniewinnił Adama Z. od zarzutu zabójstwa Ewy

Tylman. Nie znalazł również podstaw do uznania go za winnego nieudzielenia pomocy kobiecie. Od tego orzeczenia apelację do sądu II instancji skierowali pełnomocnik oskarżyciela posiłkowego, ojca Ewy Tylman, i prokuratura, domagając się uchylecia nieprawomocnego wyroku i przekazania sprawy do ponownego rozpoznania przez sąd I instancji.

Ewa Tylman zaginęła w listopadzie 2015 roku. Po kilku miesiącach z Warty wyłowiono jej ciało.

KOŁOBRZEG

„Tu jest Polska. Tu jest morze”



Marszałek Senatu Małgorzata Kidawa-Błońska przemawiała wczoraj podczas uroczystości upamiętniającej włączenie ziem zachodnich i północnych do Rzeczypospolitej Polskiej pt. „Tu jest Polska. Tu jest morze” w Regionalnym Centrum Kultury w Kołobrzegu.

KAS W AKCJI

Nielegalny handel w internecie

Dolnośląska Krajowa Administracja Skarbowa skontrolowała sprzedaż towarów na jednym z popularnych portali społecznościowych. Wykryła ponad 36 tys. transakcji realizowanych bez zarejestrowanej działalności gospodarczej. Wartość sprzedaży towarów w internecie wyniosła ponad 9,6 mln zł. Funkcjonariusze ustalili, że towar - odzież dam-

ska, w większości kupiona we Włoszech - sprzedawany był w Polsce, w innych państwach Unii Europejskiej i poza nią. Zamówienia były realizowane głównie za pośrednictwem firm kurierskich.

Na poczet przyszłych zobowiązań podatkowych zabezpieczono nieruchomości, ruchomości i milion złotych w gotówce.

PRAWO

We wtorek w życie weszła nowelizacja Prawa o notariacie oraz ustawy o księgach wieczystych i hipotece, przyspieszająca procedurę wpisów. W ocenie Krajowej Rady Notarialnej nowe przepisy oznaczają koniec kolejek w sądach, bo wniosek o wpis do księgi będzie można już złożyć bezpośrednio u notariusza nawet podczas tej samej wizyty, w trakcie której sporządzany jest akt poświadczenia dziedziczenia.

Awantura o TK. Czy prezydent przyjmie przysięgę sędziów?

Adam Kielar
Warszawa

Wciąż trwa zamieszanie wokół Trybunału Konstytucyjnego. Obecna ekipa rządowa wybrała sześć nowych sędziów, jednak nie ma pewności, że prezydent odbierze od nich ślubowanie. Rząd zapowiada, że ma „plan B”.

Podczas ostatniego posiedzenia Sejmu wybranych zostało sześć nowych sędziów Trybunału Konstytucyjnego. Są to: Krystian Markiewicz, Maciej Taborski, Marcin Dziurda, Anna Korwin-Piotrowska, Dariusz Szostek i Magdalena Bentkowska.

Podjęto także uchwałę na temat obecnego. Jak stwierdzono, „w świetle standardów konstytucyjnych oraz wiążących RP standardów międzynarodowych i europejskich, przestał spełniać swoją funkcję jako organ bezstronny i niezawisły, służący obywatelom Rzeczypospolitej jako najważniejszy strażnik ich konstytucyjnych praw”. „Sejm uznaje za konieczne podjęcie działań służących ukształtowaniu składu osobowego Trybunału Konstytucyjnego w taki sposób, by trybunał ten spełniał wymogi sądu ustanowionego na mocy prawa, niezawisłego i bezstronnego, w tym w szczególności dokonania wyboru sędziów Trybunału Konstytucyjnego na wolne miejsca, z uwzględnieniem potrzeby odbudowy zaufania pu-



Chaos w tej instytucji trwa w różnych formach od 2015 roku. Czy wybór nowych sześciu sędziów coś zmieni?

blicznego do tego organu” - czytamy.

Po wyborze nowi sędziowie powinni zostać zaprzysiężeni przez prezydenta. Jednak nie jest wcale powiedziane, że Karol Nawrocki to zrobi. Wszystko przez to, że obóz władzy wybrał ich jednorazowo, a nie w momentach, gdy kończyły się kadencje poszczególnych sędziów.

- Ale nie chcieliście tego robić, dlatego że TK, gdzie nie miałbyście większości, nie byłby pod butem waszego rządu i premiera. Teraz widzicie tę szansę, by w 48 godzin zaareztować TK i wybrać byle jak, byle

”

Prezydent Karol Nawrocki nie ma uprawnień konstytucyjnych ani wiedzy do zajmowania się polityką europejską

Radosław Sikorski, szef MSZ

- Jeżeli chodzi o przyjęcie ślubowania od sędziów Trybunału Konstytucyjnego, to na mocy wszystkich przepisów powinien to zrobić prezydent Nawrocki. I czekam na to - mówił polityk Lewicy.

Jakby mało było chaosu, to jeszcze w lutym posłowie PiS złożyli do... Trybunału Konstytucyjnego skargę na przepisy dotyczące wyboru sędziów TK. Część z nich została uchwalona za rządów właśnie tej partii.

Zaskarżony został m.in. przepis stanowiący, że „sędziogo Trybunału wybiera Sejm”, „kadencja sędziogo trwa 9 lat”, a „zasady wyboru i związane z tym terminy procedowania określa Regulamin Sejmu”. Jak wskazano, procedura zgłaszania kandydatów powinna być „w sposób pełny i transparentny uregulowana w ustawie”, a nie jak obecnie przez Regulamin Sejmu.

Wczoraj Trybunał miał zająć się tym wnioskiem. Zdaniem ministra Żurka, wyrok będzie wydany „na zlecenie”. - Spodziewam się tego, że ten Trybunał będzie działał na zlecenie. Czyli: jest zapotrzebowanie wśród osób z politycznego grona, które nas wybrało, no to my orzekniemy - mówił 16 marca w TVN24.

Jeśli faktycznie dojdzie do takiej decyzji TK, to chaos w tej instytucji, który trwa w różnych formach od 2015 roku, tylko się wzmacni. PAP

Polityka mieszkaniowa: zamiast rządowych dopłat do kredytów - wsparcie budownictwa społecznego

Alina Mazurska
Warszawa

W tym roku na wsparcie różnych form budownictwa społecznego rząd planuje wydać 8,7 mld zł - poinformował minister Andrzej Domański. Nie będzie natomiast dopłat do kredytów.

Minister finansów i gospodarki Andrzej Domański zapowiedział, że w tym roku rząd zakontraktuje budowę i remonty 18

tys. mieszkań, a na budownictwo mieszkaniowe ze środków z Krajowego Planu Odbudowy wyda 8,7 mld zł. Zauważył, że program mieszkaniowy rządu bierze pod uwagę zarówno budowę lokali socjalnych, jak również mieszkań przeznaczonych dla osób znajdujących się w tzw. luźnej czynie społecznej, których nie stać na mieszkanie własnościowe, a jednocześnie nie spełniają kryteriów umożliwiających im skorzystanie z mieszkań socjalnych. Z informacji płynących z rządu

w ostatnich miesiącach wynika, że w polityce mieszkaniowej realizowanej przez obecną koalicję rządową nastąpiła istotna zmiana. Rząd porzucił bowiem plany wprowadzenia kolejnego programu stymulującego popyt, a zamiast tego rekordowe środki skierował w zwiększenie podaży.

Koalicja Obywatelska, największe ugrupowanie tworzące obecny rząd, zapowiadała przed wyborami wprowadzenie „kredytu z oprocentowaniem 0

proc. na zakup pierwszego mieszkania”.

Po utworzeniu rządu Donalda Tuska postulat ten podzielił jednak koalicję i ostatecznie nie wszedł w życie. Przeciwno była Lewica i Polska 2050. W samym rządzie zdecydowanie wypowiedziała się przeciw temu pomysłowi minister funduszy i polityki regionalnej Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz z Polski 2050, przekonując, że doprowadzi on do wzrostu cen mieszkań, a najbardziej skorzystają na nim deweloperzy. PAP

Mistrzowie Agro

ROLNIK ROKU



Estera Morawska,
Ostrów

LIDER/LIDERKA SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ



Bartłomiej Chyłek,
Barycz

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ROKU



KGW Dziewczyny z Pazurem Czerwona Wola, gmina Sieniawa

GOSPODARSTWO AGROTURYSTYCZNE ROKU



Ośrodek Wypoczynkowy Mamczur Pizun,
Narol

SOŁTYS ROKU



Grzegorz Cielec, Sołectwo Siennów,
gmina Zarzecz

SOŁECTWO ROKU



Sołectwo Przysietnica,
gmina Brzozów

NADLEŚNICZY ROKU



Andrzej Chrabąszcz,
Nadleśnictwa Dębica

Patroni honorowi:

MISTRZOWIE AGRO 2025 POZNAJ LAUREATÓW Z WOJEWÓDZTWA I KRAJU. ZOBACZ WIĘCEJ ZDJĘĆ Z GALI NA STREFAAGRO.PL

U honorowaliśmy Mistrzów, którzy tworzą polską wieś

Anna Bilska
oprac. ab

Podsumowaliśmy akcję Mistrzowie Agro 2025. Najlepsi sołtysi, rolnicy i liderzy społeczności odebrali nagrody za promowanie wsi. Tytuły powędrowały też do sołectw, KGW i agroturystyk.

Plebiscyt Mistrzowie Agro to wielka akcja prezentująca życie polskiej wsi i jej mieszkańców, ich działania i sukcesy. Kandydatów do nagród nominowali partnerzy, patroni akcji i dziennikarze, swoje propozycje mogli zgłaszać także Czytelnicy.

Zwycięzców nagrodziliśmy w sobotę, 14 marca, w Targach Kielce, podczas 31. Międzynarodowych Targów Techniki Rolniczej Agrotech 2026 i 25. Targów Przemysłu Drzewnego i Gospodarki Zasobami Leśnymi Las-Expo.

Podczas gali uhonorowaliśmy laureatów w siedmiu plebiscytowych kategoriach w każdym województwie (pełną listę laureatów wojewódzkich plebiscytu Mistrzowie AGRO 2025 znajdziesz na naszej stronie internetowej).

Nagrodziliśmy też laureatów ogólnopolskich w każdej z kategorii. Oto oni!

Rolnik Roku - I miejsce: Rafał Kaleciński, Galonki (woj. łódzkie), II miejsce: Krystyna Tkaczyk, Krasne (woj. lubelskie), III miejsce: Izabela i Mateusz Osajda, Przykona (woj. wielkopolskie).

Sołtys Roku - I miejsce: Ewa Krasowska, Sołectwo Nowosiedlice, gmina Dobroszyce (woj. dolnośląskie), II miejsce: Gabriela Dorota Molka, Sołectwo Aleksandrów, gmina Sanniki (woj. mazowieckie), III miejsce: Jan Trzywiński, Sołectwo Żębów, gmina Lwówek (woj. wielkopolskie).

Liderka/Lider Społeczności - I miejsce: ks. dr Grzegorz Kaliszewski, Złota (woj. świętokrzyskie), II miejsce: Krzysztof Ksobiak, Występ, Zakład Karny w Potulicach (woj. kujawsko-pomorskie), III miejsce: Teresa Richoz, Fundacja Biegamy Polesie z Polesia (woj. łódzkie).

Nadleśniczy Roku - I miejsce: Grzegorz Wojtanowski, Nadleśnictwo Gromnik (woj. małopolskie), II miejsce: Maciej Młynarczyk, Nadleśnictwo Człopa (woj. zachodniopomorskie), III miejsce: Jacek Śliwiński, Nadleśnictwo Gubin (woj. lubuskie).

Koło Gospodyń Wiejskich - I miejsce: KGW Dziewczyny z Pazurze Czerwona Wola, gmina Sieniawa (woj. podkar-

packie), II miejsce: KGW Złoty Kłos, gmina Wołów (woj. dolnośląskie), III miejsce: KGW Masłowianki Masłowo, gmina Rawicz (woj. wielkopolskie).

Agroturystyka Roku - I miejsce: Kraina Dolnej Wisły, Zła Wieś (woj. kujawsko-pomorskie), II miejsce: Agroturystyka JUDYTA, Korfantów (woj. opolskie), III miejsce: Agroturystyka Domek Młynarza, Osola (woj. dolnośląskie).

Sołectwo Roku - I miejsce: Sołectwo Przysietnica, gmina Brzozów (woj. podkarpackie), II miejsce: Sołectwo Włocin-Kolonia, gmina Błaszki (woj. łódzkie), III miejsce: Sołectwo Pazurek, gmina Olkusz (woj. małopolskie).

Galę uświetniło też wielu innych wspaniałych gości

Mistrzom Agro gratulowali między innymi: poseł Henryk Smolarz, Renata Janik (marszałek województwa świętokrzyskiego), Andrzej Mochoń (prezes Targów Kielce SA), Dariusz Kołacz (prezes Makroregionu Południe Polska Press Grupy) oraz Rafał Piasecki (dyrektor marketingu Polska Press Grupy) i Kamila Kalinowska (koordynatorka plebiscytu). Galę ze swadą poprowadziła Anna Gleisner.

Nowością podczas wydarzenia była nagroda dla Nadleśniczego Roku. Ten tytuł otrzymał Grzegorz Wojtanowski z Nadleśnictwa Gromnik. - To ogromne wyróżnienie dla całego nadleśnictwa, którym mam zaszczyt kierować, wszystkich jego pracowników. To też docenienie pracy i wszystkiego, co robimy dla polskich lasów - mówił laureat.

Nie zabrakło też artystycznego akcentu. Na scenie zaprezentowało się Koło Gospodyń Wiejskich Dziewczyny z Pazurze Czerwonej Woli w gminie Sieniawa na Podkarpaciu. Panie specjalnie z okazji gali Mistrzów Agro przygotowały trzy pełne humoru utwory. Publiczność bawiła się doskonale!

Gala była również okazją do ważnych rozmów dotyczących rolnictwa. W Targach Kielce odbyła się debata „Rolnictwo w rytmie intensywnych zmian. Co dziś oznacza nowoczesność w gospodarstwie?”. Gośćmi Agaty Wodzień-Nowak, redaktor serwisu StrefaAgro.pl, byli: dr Jacek Skudlarski (wykładowca ze Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie), Agata Stachowiak (rolniczka „Księżowa Rolnika”), Agnieszka Pietrzak (dyrektor Świętokrzyskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego), dr Andrzej Mochoń (prezes Targów Kielce SA).





ROLNIK ROKU MIEJSCE I

Estera
Morawska

- Razem z mężem prowadzimy gospodarstwo rolne, które specjalizuje się głównie w chowie kur niosek z przeznaczeniem na jaja konsumpcyjne. Uprawiamy też zboża takie jak pszenica, kukurydza, rzepak, soja i zajmujemy się również uprawą warzyw - mówi Estera Morawska (Ostrów). Jak podkreśla, gospodarstwo zostało przejęte po rodzicach, a każda decyzja inwestycyjna jest dokładnie przemyślana. - Staramy się stabilnie inwestować w gospodarstwo, racjonalnie planować park maszynowy i dbać o estetykę. To dla nas ogromne wyzwanie, bo z wielką dbałością podchodzimy do miejsca, w którym mieszkamy, spędzamy czas i przyjmujemy gości. To ma być nie tylko miejsce pracy, ale przede wszystkim miejsce, w którym chce się być i gdzie jest bezpiecznie - podkreśla. Każdy dzień podporządkowany jest rytmowi zwierząt i rodziny. - Wstajemy bardzo wcześnie, bo praca przy kurach wymaga systematyczności. Dzień zaczynamy od wypuszczenia kur, sprawdzenia ich stanu zdrowia, zbioru jaj, karmienia i zapewnienia wody - opo-



wiadła Estera Morawska. Obok pracy przy zwierzętach są też obowiązki administracyjne, logistyka oraz codzienne przygotowanie dzieci do szkoły, które musi idealnie wpasować się w rytm gospodarstwa. Zakres prac zmienia się wraz z porami roku - od siewów i sadzenia wiosną, przez pielęgnację i zbiory latem, po przygotowanie pól jesienią i planowanie zimą. - Dzień kończymy bardzo późno, a kluczem do sukcesu jest dobra organizacja i podział obowiązków, także włączanie dzieci w proste prace, by uczyły się odpowiedzialności i szacunku do pracy - zaznacza.

wiadła Estera Morawska. Obok pracy przy zwierzętach są też obowiązki administracyjne, logistyka oraz codzienne przygotowanie dzieci do szkoły, które musi idealnie wpasować się w rytm gospodarstwa. Zakres prac zmienia się wraz z porami roku - od siewów i sadzenia wiosną, przez pielęgnację i zbiory latem, po przygotowanie pól jesienią i planowanie zimą. - Dzień kończymy bardzo późno, a kluczem do sukcesu jest dobra organizacja i podział obowiązków, także włączanie dzieci w proste prace, by uczyły się odpowiedzialności i szacunku do pracy - zaznacza.

MIEJSCE II

Robert
Sówka

Robert Sówka (Bachórz) od lat konsekwentnie buduje swoje gospodarstwo, spełniając marzenie, które towarzyszyło Mu od dzieciństwa. - Dziadkowie gospodarzyli na roli, hodowali bydło mleczne i od dziecka marzyłem, by zająć się rolnictwem. Po ojcu przejąłem ziemię i zacząłem realizować swoje marzenia - mówi. Dziś prowadzi hodowlę bydła mięsnego rasy Hereford oraz zajmuje się uprawą zbóż, łącząc tradycję z nowoczesnym podejściem do pracy. Codziennosc w gospodarstwie ma swój stały rytm. - Przeważnie około godziny 6.00 jestem na ranczu u swoich zwierząt, karmię je, doglądam i wykonuję konieczne prace gospodarcze - opowiada. Jak podkreśla, w sezonie letnim, szczególnie w okresie sianokosów, praca trwa „na pełny zegar” i wymaga pełnego zaangażowania. - Zdecydowanie moją pracę ułatwiają nowoczesne maszyny, natomiast niezmienna jest codzienna obsługa stada - zaznacza. To właśnie regularność i odpowiedzialność wobec zwierząt są fundamentem Jego gospodarstwa. Poza pracą znajduje też czas na odpoczynek. - W wolnym czasie lubię jeździć na rowerze i wędkuję - mówi.



Robert Sówka (Bachórz) od lat konsekwentnie buduje swoje gospodarstwo, spełniając marzenie, które towarzyszyło Mu od dzieciństwa. - Dziadkowie gospodarzyli na roli, hodowali bydło mleczne i od dziecka marzyłem, by zająć się rolnictwem. Po ojcu przejąłem ziemię i zacząłem realizować swoje marzenia - mówi. Dziś prowadzi hodowlę bydła mięsnego rasy Hereford oraz zajmuje się uprawą zbóż, łącząc tradycję z nowoczesnym podejściem do pracy. Codziennosc w gospodarstwie ma swój stały rytm. - Przeważnie około godziny 6.00 jestem na ranczu u swoich zwierząt, karmię je, doglądam i wykonuję konieczne prace gospodarcze - opowiada. Jak podkreśla, w sezonie letnim, szczególnie w okresie sianokosów, praca trwa „na pełny zegar” i wymaga pełnego zaangażowania. - Zdecydowanie moją pracę ułatwiają nowoczesne maszyny, natomiast niezmienna jest codzienna obsługa stada - zaznacza. To właśnie regularność i odpowiedzialność wobec zwierząt są fundamentem Jego gospodarstwa. Poza pracą znajduje też czas na odpoczynek. - W wolnym czasie lubię jeździć na rowerze i wędkuję - mówi.

MIEJSCE III

Magdalena
Strzęp

Magdalena Strzęp (Dydnia) prowadzi gospodarstwo kóz mlecznych, oparte na naturalnych metodach hodowli i poszanowaniu dobrostanu zwierząt. Ich codzienna praca skupia się na uważnej opiece nad stadem oraz tworzeniu warunków, w których zwierzęta funkcjonują w zgodzie z naturą. W gospodarstwie powstają sery kozie, które są efektem połączenia jakości surowca, tradycyjnych receptur oraz rzemieślniczego podejścia do przetwórstwa. Magdalena Strzęp stawia na naturalność i prosty skład, traktując produkcję nie jako masową działalność, lecz jako świadomy wybór i formę pasji. Bliiskość natury, dbałość o detale i zaangażowanie w każdy etap pracy sprawiają, że oferowane produkty odzwierciedlają charakter miejsca i ludzi, którzy je tworzą. To przykład gospodarstwa, w którym tradycja i jakość idą w parze z szacunkiem do zwierząt i środowiska.

SOŁTYS ROKU MIEJSCE I

Grzegorz
Cielec

Grzegorz Cielec od 2024 roku pełni funkcję sołtysa Siennów w gminie Zarzecze. Jak podkreśla, decyzja o kandydowaniu była naturalnym krokiem wynikającym z potrzeby działania i pracy z ludźmi na rzecz wspólnego dobra. - Lubię ludzi i współpracę z nimi. Zawsze ważne było dla mnie zaangażowanie w sprawy lokalnej społeczności i realny wpływ na to, co dzieje się w naszej miejscowości - mówi sołtys. Zaufanie, jakim obdarzyli Go mieszkańcy, traktuje jako zobowiązanie do rzetelnej pracy i reprezentowania ich potrzeb. Największą motywacją w codziennym działaniu są dla Niego momenty, w których widzi aktywność i współpracę mieszkańców oraz Rady Sołeckiej. - Świadomość, że mogę liczyć na ludzi przy realizacji zadań służących całej wsi, daje mi ogromną energię do działania. Wspólne rozmowy, inicjatywy i ich efekty pokazują, że to, co robimy, naprawdę ma znaczenie - podkreśla. Jak przyznaje, największą trudnością w pełnieniu funkcji sołtysa są ograniczenia formalne, finansowe i czasowe, które



Grzegorz Cielec od 2024 roku pełni funkcję sołtysa Siennów w gminie Zarzecze. Jak podkreśla, decyzja o kandydowaniu była naturalnym krokiem wynikającym z potrzeby działania i pracy z ludźmi na rzecz wspólnego dobra. - Lubię ludzi i współpracę z nimi. Zawsze ważne było dla mnie zaangażowanie w sprawy lokalnej społeczności i realny wpływ na to, co dzieje się w naszej miejscowości - mówi sołtys. Zaufanie, jakim obdarzyli Go mieszkańcy, traktuje jako zobowiązanie do rzetelnej pracy i reprezentowania ich potrzeb. Największą motywacją w codziennym działaniu są dla Niego momenty, w których widzi aktywność i współpracę mieszkańców oraz Rady Sołeckiej. - Świadomość, że mogę liczyć na ludzi przy realizacji zadań służących całej wsi, daje mi ogromną energię do działania. Wspólne rozmowy, inicjatywy i ich efekty pokazują, że to, co robimy, naprawdę ma znaczenie - podkreśla. Jak przyznaje, największą trudnością w pełnieniu funkcji sołtysa są ograniczenia formalne, finansowe i czasowe, które

Grzegorz Cielec od 2024 roku pełni funkcję sołtysa Siennów w gminie Zarzecze. Jak podkreśla, decyzja o kandydowaniu była naturalnym krokiem wynikającym z potrzeby działania i pracy z ludźmi na rzecz wspólnego dobra. - Lubię ludzi i współpracę z nimi. Zawsze ważne było dla mnie zaangażowanie w sprawy lokalnej społeczności i realny wpływ na to, co dzieje się w naszej miejscowości - mówi sołtys. Zaufanie, jakim obdarzyli Go mieszkańcy, traktuje jako zobowiązanie do rzetelnej pracy i reprezentowania ich potrzeb. Największą motywacją w codziennym działaniu są dla Niego momenty, w których widzi aktywność i współpracę mieszkańców oraz Rady Sołeckiej. - Świadomość, że mogę liczyć na ludzi przy realizacji zadań służących całej wsi, daje mi ogromną energię do działania. Wspólne rozmowy, inicjatywy i ich efekty pokazują, że to, co robimy, naprawdę ma znaczenie - podkreśla. Jak przyznaje, największą trudnością w pełnieniu funkcji sołtysa są ograniczenia formalne, finansowe i czasowe, które

MIEJSCE II

Sabina
Ślęzak-Barczak

- Decyzja o kandydowaniu na sołtysa wyniknęła z potrzeby działania na rzecz naszej miejscowości. Od dłuższego czasu angażowałam się w sprawy lokalne i widziałam, że wiele inicjatyw można usprawnić dzięki lepszej współpracy i dialogowi z mieszkańcami. Chciałam mieć realny wpływ na to, co dzieje się w naszej wsi - opowiada Sabina Ślęzak-Barczak (Wysoka Głogowska, gmina Głogów Małopolski). Historia Jej pracy w tej roli rozpoczęła się rok temu, w momencie, gdy mieszkańcy obdarzyli Ją zaufaniem. Od tego czasu - jak podkreśla - stara się rzetelnie reprezentować ich potrzeby i aktywnie działać na rzecz rozwoju lokalnej społeczności. Największe znaczenie mają dla Niej sytuacje, w których widzi konkretne efekty codziennej pracy. - Są to zarówno drobne sprawy, rozwiązany problem mieszkańca, wspólna rozmowa czy podziękowanie, jak i większe inicjatywy, które udało się zrealizować dzięki zaangażowaniu całej społeczności - podkreśla. Najtrudniejsze jest - jak zaznacza - pogodzenie różnych oczekiwań mieszkańców z ograniczonymi możliwościami ich realizacji. Wymaga to cierpliwości, rozmów i poszukiwania kompromisów.



- Decyzja o kandydowaniu na sołtysa wyniknęła z potrzeby działania na rzecz naszej miejscowości. Od dłuższego czasu angażowałam się w sprawy lokalne i widziałam, że wiele inicjatyw można usprawnić dzięki lepszej współpracy i dialogowi z mieszkańcami. Chciałam mieć realny wpływ na to, co dzieje się w naszej wsi - opowiada Sabina Ślęzak-Barczak (Wysoka Głogowska, gmina Głogów Małopolski). Historia Jej pracy w tej roli rozpoczęła się rok temu, w momencie, gdy mieszkańcy obdarzyli Ją zaufaniem. Od tego czasu - jak podkreśla - stara się rzetelnie reprezentować ich potrzeby i aktywnie działać na rzecz rozwoju lokalnej społeczności. Największe znaczenie mają dla Niej sytuacje, w których widzi konkretne efekty codziennej pracy. - Są to zarówno drobne sprawy, rozwiązany problem mieszkańca, wspólna rozmowa czy podziękowanie, jak i większe inicjatywy, które udało się zrealizować dzięki zaangażowaniu całej społeczności - podkreśla. Najtrudniejsze jest - jak zaznacza - pogodzenie różnych oczekiwań mieszkańców z ograniczonymi możliwościami ich realizacji. Wymaga to cierpliwości, rozmów i poszukiwania kompromisów.

MIEJSCE III

Aleksander
Dudek

Aleksander Dudek (Piskorowice, gmina Leżajsk) objął funkcję sołtysa w 2011 roku. - Mojemu sołectwu potrzebny był rozwój i realizacja koniecznych inwestycji, dlatego za namową mieszkańców zdecydowałam się kandydować na sołtysa i jestem nim do dziś. W tym roku minie 14 lat od kąd pełnię tę funkcję - mówi. W swojej opowieści wielokrotnie wraca do współpracy z samorządem i lokalnymi organizacjami. To właśnie dzięki wspólnym działaniom udało się zrealizować szereg inwestycji, które miały realny wpływ na codzienne życie mieszkańców. - Przy współpracy Wójta i Rady Gminy Leżajsk oraz organizacji grup działających w sołectwie udało się zrealizować konieczne inwestycje, np. budowę sieci kanalizacyjnej, instalacje OZE, budowę i remonty dróg powiatowych i gminnych, chodników, oświetlenia oraz remonty budynków użyteczności publicznej - podkreśla. Jak zaznacza, praca sołtysa to nie tylko inwestycje, ale również codzienne wyzwania związane z relacjami międzyludzkimi. Najtrudniejsze bywają konflikty, które wymagają rozmów i poszukiwania rozwiązań akceptowalnych dla wszystkich stron.



Aleksander Dudek (Piskorowice, gmina Leżajsk) objął funkcję sołtysa w 2011 roku. - Mojemu sołectwu potrzebny był rozwój i realizacja koniecznych inwestycji, dlatego za namową mieszkańców zdecydowałam się kandydować na sołtysa i jestem nim do dziś. W tym roku minie 14 lat od kąd pełnię tę funkcję - mówi. W swojej opowieści wielokrotnie wraca do współpracy z samorządem i lokalnymi organizacjami. To właśnie dzięki wspólnym działaniom udało się zrealizować szereg inwestycji, które miały realny wpływ na codzienne życie mieszkańców. - Przy współpracy Wójta i Rady Gminy Leżajsk oraz organizacji grup działających w sołectwie udało się zrealizować konieczne inwestycje, np. budowę sieci kanalizacyjnej, instalacje OZE, budowę i remonty dróg powiatowych i gminnych, chodników, oświetlenia oraz remonty budynków użyteczności publicznej - podkreśla. Jak zaznacza, praca sołtysa to nie tylko inwestycje, ale również codzienne wyzwania związane z relacjami międzyludzkimi. Najtrudniejsze bywają konflikty, które wymagają rozmów i poszukiwania rozwiązań akceptowalnych dla wszystkich stron.

LIDERKA/LIDER SPOŁECZNOŚCI ROKU MIEJSCE I

Bartłomiej Chylek

Bartłomiej Chylek (Barycz) to radny gminy Domaradz, który swoją działalność publiczną opiera na silnym związku z lokalną społecznością i realnym zaangażowaniu w jej codzienne sprawy. Prezentowanie gminy traktuje nie tylko jako funkcję, ale przede wszystkim jako odpowiedzialność i pasję, wynikającą z potrzeby wspierania miejsca, z którym jest związany od lat. Jako radny aktywnie angażuje się w działania na rzecz zrównoważo-



negu rozwoju gminy, poprawy infrastruktury oraz tworzenia warunków sprzyjających komfortowemu życiu mieszkańców. W centrum Jego uwagi znajdują się zarówno bieżące potrzeby lokalnej społeczności, jak i perspektywa przyszłych pokoleń, dla których ważne są stabilne fundamenty rozwoju i dobrze funkcjonująca przestrzeń do życia. Jego aktywność nie kończy się na pracy w radzie gminy. Bartłomiej Chylek jest również członkiem Rady Sołectkiej, co pozwala Mu na bezpośredni kontakt z mieszkańcami wsi i szybkie reagowanie na lokalne po-

trzeby. Ważnym elementem Jego zaangażowania jest także działalność w Ochotniczej Straży Pożarnej, gdzie pełni rolę druha strażaka, dbając o bezpieczeństwo i gotowość do niesienia pomocy innym. Szczególną wagę przykładają do pracy z młodymi ludźmi, sprawując opiekę nad dwiema Młodzieżowymi Drużynami Pożarniczymi - męską i żeńską - przekazując im wartości odpowiedzialności, współpracy i służby. W swojej działalności kieruje się zasadami szacunku, odpowiedzialności oraz otwartości na dialog.

MIEJSCE II

Piotr Drożdżowski

Decyzja o zaangażowaniu społecznym nie była dla Niego nagłym impulsem, lecz naturalną konsekwencją drogi życiowej. Piotr Drożdżowski z Brzyńca, prezes Dzielności Domu Pomocy i Klubu Seniora, na co dzień związany z Łysakówkiem w gminie Borowa, podkreśla, że odpowiedzialność za miejsce, w którym się żyje, wyłożył z domu, pracy i własnych doświadczeń.



Decyzja o działaniu na rzecz lokalnej społeczności wynikała z wychowania, doświadczeń zawodowych i zwykłej ludzkiej odpowiedzialności za miejsce, w którym żyję. Tu poznałem żonę, wychowałem dwóch synów i tu chcę zostawić po sobie coś trwałego - mówi. Jak zaznacza, praca zawodowa, działalność społeczna, służba w OSP oraz pełnienie funkcji radnego nauczyły Go, że rozwój nie dzieje się sam i trzeba go konsekwentnie budować. W centrum Jego działań zawsze są ludzie. - Najważniejszą wartością, którą staram się przekazywać, jest odpowiedzialność za drugiego człowieka i wspólnotę. Chcę pokazywać, że każdy - niezależnie od wieku czy zawodu - może mieć wpływ na swoje otoczenie - podkreśla.

MIEJSCE III

Patrycja Styś

- Najważniejsze są dla mnie: wzajemne wsparcie, szacunek i poczucie, że żadna z nas nie jest sama. Chcemy pokazywać kobietom, że mają w sobie siłę, sprawczość i prawo do rozwoju - niezależnie od wieku czy sytuacji życiowej - mówi Patrycja Styś (Potok). Nasza laureatka to współzałożycielka Stowarzyszenia Babski Młyn - miejsca tworzonego przez kobiety dla kobiet, oparte



na wsparciu, zrozumieniu i wspólnym działaniu. - Decyzja o działaniu przyszła bardzo naturalnie - z potrzeby serca i z obserwacji kobiet wokół mnie. Widziałam, jak wiele z nas ma ogromny potencjał, talenty i marzenia, ale często brakuje przestrzeni, odwagi albo zwyczajnie czasu, by zrobić coś dla siebie - wspomina. Każde spotkanie jest wyjątkowe. Szczególnie poruszające było to zorganizowane w ramach Różowego Października, poświęcone profilaktyce raka piersi. - To była przestrzeń pełna kobiecych wzruszeń, zrozumienia i prawdziwych emocji - rozmawialiśmy o zdrowiu, dzieliłyśmy się doświadczeniami, płakałyśmy, śmiałyśmy się i tańczyłyśmy. Wtedy poczułyśmy jak wielką siłę daje wspólnota kobiet - opowiada nasza laureatka.

NADLEŚNICZY ROKU MIEJSCE I

Andrzej Chrabąszcz

Las był z Nim od pierwszego dnia pracy. Andrzej Chrabąszcz, nadleśniczy Nadleśnictwa Dębica, opowiada o drodze zawodowej, która zaczęła się od stażu, a z czasem przerodziła w wieloletnią relację opartą na fascynacji, odpowiedzialności i szacunku do przyrody. - Od pierwszego dnia pracy, wtedy na stanowisku stażysty, później podleśniczego - las mnie fascynował. Od swej bioróżnorodności i tajemniczości, po sferę techniczną -



mówi. Jak podkreśla, będąc leśniczym miał już realny wpływ na kształtowanie „swojego” fragmentu lasu, co wiązało się z intensywną pracą, ale też ogromną satysfakcją płynącą z widocznych efektów i współpracy z ludźmi pełnymi pasji i miłości do lasu. Z czasem Jego perspektywa się poszerzała. - Powierzono mi stanowisko Inżyniera Nadzoru, a moje „podwórko” znacznie się rozrosło. Oznaczało to ogrom spraw, zadań i problemów, które wyzwalały chęć działania i szukania rozwiązań - opowiada. Równoległe angażował się w działalność samorządową jako

radny i starosta Powiatu Mieleckiego, zdobywając doświadczenie w podejmowaniu trudnych i odpowiedzialnych decyzji. Kolejnym etapem była praca w Generalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Warszawie, aż wreszcie decyzja, by wykorzystać zdobytą wiedzę i doświadczenie w roli nadleśniczego. Zapytany o fundamenty pracy leśnika, odpowiada jasno. - Wiedza, konsekwencja i rzetelność. Wiedza to stałe doszkalać i współpracować, a konsekwencja i rzetelność to cechy charakteru. Wszystko to musi odbywać się we wzajemnym szacunku - podkreśla.

MIEJSCE II

Bogdan Tomaszewski

Od lutego 2025 roku Bogdan Tomaszewski (Nadleśnictwo Leżajsk) pełni obowiązki nadleśniczego Nadleśnictwa Leżajsk, wchodząc w nową rolę z bogatym doświadczeniem zawodowym zdobywanym przez lata pracy w Lasach Państwowych. Jego ścieżka zawodowa od początku łączyła pracę w terenie z zadaniami organizacyjnymi i zarządczymi, co dziś stanowi solidne zaplecze do kierowania nadleśnictwem. Jest absolwentem Wydziału Leśnego SGGW w Warszawie oraz studiów podyplomowych AGH w Krakowie z zakresu Systemów Informacji Przestrzennej i Szacowania Nieruchomości. Przez wiele lat związany był z Nadleśnictwem Tuszyn, gdzie przeszedł kolejne etapy kariery - od stanowisk wykonawczych, przez specjalistyczne, aż po funkcję zastępcy nadleśniczego. Pozwoliło Mu to dobrze poznać zarówno praktyczne, jak i administracyjne aspekty gospodarki leśnej. W pracy odpowiada za koordynowanie działań związanych z zagospodarowaniem lasów, ich ochroną oraz codziennym funkcjonowaniem jednostki. Skupia się na zachowaniu równowagi między potrzebami przyrody, gospodarki leśnej i oczekiwaniami społecznymi.



MIEJSCE III

Ireneusz Żelazny

Ireneusz Żelazny (Nadleśnictwo Głogów) zajął 3. miejsce w plebiscywie Mistrzowie Agro, znajdując się w gronie najwyższej ocenionych nadleśniczych. Nominacja i zajęcie trzeciego miejsca w plebiscywie są dla Ireneusza Żelaznego dowodem uznania dla Jego pracy oraz całego zespołu Nadleśnictwa Głogów. Już samo znalezienie się w tak prestiżowym gronie profesjonalistów postrzega jako sukces i wyraz zaufania, którym obdarzono zarówno Jego, jak i jednostkę, którą kieruje.



W swojej działalności stawia na profesjonalizm, współpracę i wzajemne zaufanie, uznając je za fundament sprawnego funkcjonowania nadleśnictwa i realizacji codziennych zadań.

Pełniąc funkcję nadleśniczego Nadleśnictwa Głogów, podkreśla znaczenie zespołowej pracy i profesjonalizmu kadry, bez których realizacja codziennych wyzwań nie byłaby możliwa.

Kierowanie nadleśnictwem traktuje jako zaszczyt i odpowiedzialność, a jednocześnie jako źródło satysfakcji, mimo licznych wyzwań, jakie niesie ze sobą ta rola.

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH MIEJSCE I

KGW Dziewczyny z Pazurem
Czerwona Wola

Koło Gospodyń Wiejskich Dziewczyny z Pazurem (Czerwona Wola, gmina Sieniawa) od 15 lat konsekwentnie buduje swoją pozycję jako jedną z najbardziej aktywnych i rozpoznawalnych grup społecznych w okolicy. W ostatnim roku skład Koła znacząco się powiększył, a do działań dołączyli nie tylko Panie, lecz także Panowie, wzmacniając wspólnotowy charakter inicjatyw i nadając im nową dynamikę.

Od początku swojej działalności KGW pielęgnuje tradycje zapoczątkowane wiele lat temu, łącząc je z nowoczesnym podejściem do animowania życia społecznego. Nazwa „Dziewczyny z Pazurem” doskonale oddaje charakter Koła - determinację, energię i gotowość do przekuwania pomysłów w realne działania. Każda inicjatywa realizowana jest z zaangażowaniem i wyraźnym poczuciem celu.

Działalność Koła obejmuje szerokie spektrum aktywności: od działań charytatywnych, przez inicjatywy wspólnotowe, po projekty artystyczne. Członko-



wie KGW współpracują z różnymi środowiskami, integrują pokolenia i skutecznie zarażają innych chęcią do wspólnego działania. Ich aktywność pokazuje, że siłą lokalnej społeczności jest współpraca i otwartość na ludzi.

Zwycięstwo w plebiscywie Agro w kategorii KGW stało się potwierdzeniem wieloletniej pracy i zaangażowania. To wyróżnienie jest dla „Dziewczyny z Pazurem” nie tylko powodem do dumy, ale także silną motywacją do dalszego działania na rzecz Czerwonej Woli i całej gminy Sieniawa.

MIEJSCE II

Stowarzyszenie KGW
Granice

- Kontynuujemy pracę rozpoczętą przez nasze poprzedniczki. Szczególnie bliska jest nam integracja społeczna całego naszego osiedla poprzez organizację wydarzeń kulturalnych, muzycznych oraz prowadzenie warsztatów kulinarnych - opowiada Magdalena Malinowska ze Stowarzyszenia KGW Granice (gmina Ropczyce). Jak podkreśla, to właśnie wspólne spotkania i działania spr-

wiają, że coraz więcej mieszkańców angażuje się w życie lokalnej społeczności. - Jesteśmy dumne z faktu, że udało się nam wprowadzić coś, czego do tej pory nie było w życiu lokalnej społeczności - coroczne warsztaty kulinarne dla dzieci i młodzieży, które z każdym rokiem gromadzą coraz większą liczbę uczestników - mówi Magdalena Malinowska. Koło współpracuje także z druhami i druhami z lokalnej jednostki OSP, realizując inicjatywy służące rozwojowi mieszkańców osiedla. Działalność Stowarzyszenia KGW Granice obejmuje szerokie spektrum działań. - To praca w zakresie integracji lokalnej społeczności, kultuwanie lokalnych tradycji oraz aktywizowanie mieszkańców poprzez organizację zabaw, pikników, spotkań dla seniorów i warsztatów kulinarnych - podkreśla.



MIEJSCE III

KGW
Pławo

- Impulsem do rozwoju Koła Gospodyń Wiejskich było połączenie energii i świeżych pomysłów młodszych członków z doświadczeniem i wiedzą starszego pokolenia - opowiada Anna Urbaś z KGW Pławo w gminie Borowa. Choć historia Koła sięga wielu lat wstecz, to - jak podkreśla - dopiero ostatnie ponad dwa lata przyniosły nową dynamikę i wyraźne ożywienie działań. KGW Pławo dziś mocno stawia na integrację mieszkańców i wspólne zaangażowanie. - Najbardziej napędza nas chęć integracji lokalnej społeczności, potrzeba wspólnego działania oraz zaangażowanie w działalność społeczną na rzecz mieszkańców - mówi Anna Urbaś. To właśnie ta potrzeba bycia razem i działania „dla innych” stała się fundamentem codziennej pracy Koła. Siłą KGW Pławo jest różnorodność pokoleń, które potrafią działać ramię w ramię. - Jako Koło Gospodyń Wiejskich jesteśmy najbardziej dumni z wyjątkowej integracji naszej grupy, mimo dużej liczby członków reprezentujących różne pokolenia - podkreśla. Współpraca, wzajemnie wsparcie i dobra atmosfera sprawiają, że doświadczenie spotyka się tu z nową energią, a wspólne cele realizowane są z pasją.

AGROTURYSTYKAROKU MIEJSCE I

Ośrodek Wypoczynkowy
Mamczur Pizuny

Są miejsca, które nie powstają z planu, lecz z potrzeby serca. Ośrodek Wypoczynkowy Mamczur Pizuny w Narolu to właśnie taka opowieść - zakorzeniona w historii, naturze i rodzinnej ciągłości. O tym miejscu opowiada Małgorzata Mamczur, która dziś kontynuuje historię rozpoczętą przed laty. - Są miejsca, które nie powstają przypadkiem. One po prostu czekają. Tu, pośród roztoczańskich lasów, gdzie cisza ma swój zapach, a rzeka płynie tak samo jak



przed laty, kiedyś tętniło życie dawnej wsi - mówi. Jak podkreśla, to teren Piżdun, miejsce naznaczone historią i spokojem, gdzie przyszła na świat siostra Bernardyna Jabłońska, współtwórczyni Zgromadzenia Albertynek. To właśnie ten duch ciszy i dobra do dziś jest tu wyczuwalny. Do tego miejsca życie wróciło dzięki Jej tacie. - Wiele lat później mój tata postanowił odbudować życie w tym miejscu. Z miłości do natury, do tej ziemi i do marzenia o przestrzeni, w której ludzie będą mogli odpocząć naprawdę - opowiada Małgorzata Mamczur. Ośrodek powstawał krok

po kroku, z cierpliwością i szacunkiem do tego, co już było. Dziś historia trwa dalej. - Dziś ja kontynuuję tę historię. A razem ze mną mój syn - trzecie pokolenie, które dba o to, by to miejsce nadal żyło, rozwijało się i dawało wytchnienie kolejnym rodzinom - mówi. To, co wyróżnia Ośrodek Wypoczynkowy Mamczur Pizuny, to autentyczność i prawdziwa cisza. - 10 hektarów lasu i przestrzeń, w której można naprawdę zwolnić. Jest tworzone przez trzy pokolenia jednej rodziny, dlatego Goście czują się tu bardziej jak u siebie niż w zwykłym ośrodku - podkreśla.

MIEJSCE II

Domki U Niedźwiadka
Andrzej Tokarz

Na skraju lasu, w Woli Sękowej, powstało miejsce stworzone z myślą o ciszy i prawdziwym odpoczynku. Domki U Niedźwiadka to przestrzeń, w której tempo codzienności wyraźnie zwalnia, a bliskość natury staje się najważniejszym elementem pobytu. Jak podkreśla Andrzej Tokarz, to miejsce dla osób szukających ciszy, prywatności i autentycznego kontaktu

z górką przyrodą, z dala od miejskiego zgiełku. O wyjątkowości Domków U Niedźwiadka decyduje połączenie położenia i komfortu. - Wyróżnia nas wyjątkowe położenie pod samym lasem, pełna prywatność oraz wysoki standard komfortu. Każdy domek posiada własną saunę, przestronny taras z widokiem na malownicze tereny oraz nowoczesne, w pełni wyposażone wnętrza - podkreśla. Dodatkowym atutem jest ogrodzenie każdego obiektu, które daje swobodę gościom podróżującym ze zwierzętami. Największą dumą są jednak ludzie, którzy wracają. - Najbardziej dumni jesteśmy z zaufania, jakim obdarzają nas nasi goście, oraz z licznych powrotów osób, które już raz u nas wypoczywały - podkreśla gospodarz.



MIEJSCE III

Labirynt
w Łopuszce Małej

Labirynt (Łopuszka Mała) to niezwykła atrakcja na Podkarpaciu, która zaprasza do świata rodzinnej przygody w samym sercu natury. Na rozległym terenie powstał imponujący labirynt w kukurydzy, dający przestrzeń do wspólnej zabawy, odkrywania i aktywnego spędzania czasu na świeżym powietrzu. To miejsce, w którym radość z bycia razem łączy się z ruchem, śmiechem i chwilą ode-

rwania od codzienności. Na odwiedzających czeka także mini zoo z kilkunastoma zagrodami, gdzie można z bliska spotkać zwierzęta, a nawet je nakarmić, co dla najmłodszych stanowi ogromną atrakcję i niezapomnianą przeżycie. Dzieci mogą korzystać z dmuchańców oraz wyjątkowej piaskownicy wypełnionej kukurydzą, która pobudza wyobraźnię i zachęca do swobodnej zabawy. Całe rodziny chętnie wybierają się również na przejażdżkę ciuchcią, podziwiając malowniczą okolicę i spokojny krajobraz. Labirynt w Łopuszce Małej to miejsce tworzone z myślą o wspólnym czasie, w przyjaznej, rodzinnej atmosferze. Otoczenie natury, różnorodność atrakcji i swobodna przestrzeń sprawiają, że każdy - niezależnie od wieku - znajdzie tu coś dla siebie.



SOŁECTWOROKU MIEJSCE I

Sołectwo Przysietnica, gmina Brzozów

Przysietnica to malownicza wieś położona w gminie Brzozów, w województwie podkarpackim. Leży wśród łagodnych wzgórz Pogórza Karpackiego, gdzie pola, sady i łąki przeplatają się z lasami, a przez środek miejscowości płynie rzeka Sietnica. To jedna z większych wsi w gminie - dziś zamieszkiwana przez ponad 3 800 osób - i ważny ośrodek życia społecznego w regionie. - Naszym celem jest tworzenie atmosfery, w której każdy czuje się



mile widziany - zarówno mieszkańcy, jak i goście. Chcemy, aby nasza miejscowość była miejscem gościnnym, przyjaznym, spokojnym i bezpiecznym - mówi Krzysztof Zubel. Jak podkreśla, podstawą codziennych działań są szacunek, empatia, uważność i gotowość do słuchania, które tworzą przestrzeń sprzyjającą współpracy i budowaniu relacji. Historia Przysietnicy sięga średniowiecza - jej dzieje związane są m.in. z biskupem przemyskim Maciejem Janiną i Zyndramem z Maszkowic, bohaterem spod Grunwaldu. Przez wieki wieś rozwijała się w rytmie pracy rolniczej

i życia religijnego, zachowując silną tożsamość lokalną, widoczną do dziś w działalności organizacji społecznych, Ochotniczej Straży Pożarnej, szkół, klubów sportowych i zespołów ludowych. - Jesteśmy dumni przede wszystkim z siebie nawzajem. Z gotowości do pomocy, z empatii i z odwagi, by działać razem - niezależnie od różnic między nami - podkreśla Krzysztof Zubel. Jak dodaje, to właśnie współpraca i zaangażowanie mieszkańców sprawiają, że Przysietnica jest miejscem, w którym każdy może czuć się potrzebny i wysłuchany.

MIEJSCE II

Sołectwo Chrzastówka, gmina Jasło



Chrzastówka w gminie Jasło to jedno z najmniejszych sołectw w gminie - liczy niespełna 300 mieszkańców - ale właśnie ta kameralność buduje jego charakter, spokój i wyjątkową atmosferę. - Chrzastówka to miejsce stworzone dla tych, którzy szukają ciszy, spokoju i bliskiego kontaktu z naturą - opowiada Marzena Bachta-Szpak. Jak podkreśla, wieś położona jest w podobnej odległości od Jasła i Krosna, co daje mieszkańcom wygodny dostęp do zaplecza miejskiego, a jednocześnie pozwala zachować typowo wiejski rytm życia. Sołectwo otoczone jest zielenią, polami i lasami. To przestrzeń sprzyjająca spacerom, wycieczkom rowerowym i sezonowemu grzybobraniu. W okolicy nie brakuje dzikiej zwierzyny, a przy dobrej pogodzie można stąd dostrzec nawet panoramę Tatr. Na miejscu działa także baza noclegowa - Hotel Magurska Panorama - położony tuż przy lesie, z dala od zgiełku. - Cisza, poczucie pełnego bezpieczeństwa oraz brak zwałtej zabudowy sprawiają, że wypoczynek w Chrzastówce sprzyja relaksowi i prawdziwej regeneracji ciała i umysłu - mówi Marzena Bachta-Szpak. Miejscowość oferuje również nowoczesną infrastrukturę rekreacyjną: plac zabaw, boisko wielofunkcyjne i siłownię plenerową, z których korzystają całe rodziny.

MIEJSCE III

Sołectwo Posada Jaślińska gmina Jaślińska

Posada Jaślińska to miejscowość, w której przyroda wyznacza rytm życia, a historia i krajobraz tworzą spójną całość. Położona w sercu Beskidu Niskiego, na pograniczu polsko-słowackim, jest jednym



z tych miejsc, które poznaje się powoli - przez ciszę lasów, górskie ścieżki i zyczliwość mieszkańców. - Posada Jaślińska leży w samym sercu Beskidu Niskiego, w miejscu, gdzie zachowała się dzika, niemal pierwotna przyroda, a lasy, torfowiska i źródła tworzą niepowtarzalny krajobraz - mówi Krzysztof Kostycz. Jak podkreśla, rezerwat Kamień nad Jaśliškami chroni masyw góry Kamień wraz z bukowo-jodłowymi lasami, unikalnymi formami skalnymi i torfowiskami zwanymi przez miejscowych „berezedniami”, a świat zwierząt obejmuje m.in. wilki, rysie, jelenie karpackie, a nawet niedźwiedzie brunatne. Równie cenny jest rezerwat Źródła Jasiołki, obejmujący obszary źródliskowe Wisłoka i Jasiołki, z bogactwem roślin naczyniowych, torfowisk i łąk górskich. To teren, gdzie przyroda wciąż rządzi się własnymi prawami, a ingerencja człowieka została ograniczona do minimum. - Posadę Jaślińską warto odwiedzić ze względu na wyjątkowe walory przyrodnicze, liczne szlaki turystyczne oraz filmową historię okolicy - mówi Krzysztof Kostycz. Jak przypomina, zarówno Posada Jaślińska, jak i Jaślińska były plenerami wielu produkcji filmowych, w tym filmu Wino Truskawkowe, a region bywa nazywany „Jaślińskim Hollywood”.

AUTOPROMOCJA

Polecamy →

strefa AGRO

Czytaj

strefaagro.pl

LAUREACI PLEBISCYTU

SOŁTYS ROKU

powiat bieszczadzki	Agnieszka Dziubińska , Sołectwo Łobozew Dolny, gmina Ustrzyki Dolne
powiat brzozowski	Bogdan Marusia , Sołectwo Grabownica Starzeńska, gmina Brzozów
powiat dębicki	Dorota Dziedzic , Sołectwo Zagórze, gmina Jodłowa
powiat jarosławski	Andrzej Socha , Sołectwo Wiązownica, gmina Wiązownica
powiat jasielski	Krzysztof Pszczola , Sołectwo Niegłowice, gmina Jasło
powiat kolbuszowski	Krzystian Kielb , Sołectwo Domatków, gmina Kolbuszowa
powiat krośnieński i Krosno	Piotr Rachwał , Sołectwo Świerzowa Polska, gmina Chorkówka
powiat leżajski	Aleksander Dudek , Sołectwo Piskorowice, gmina Leżajsk
powiat lubaczowski	Marta Bębnik , Sołectwo Futory, gmina Oleszyce
powiat łańcucki	Marcin Mierzwa , Sołectwo Wydrze, gmina Rakszawa
powiat mielecki	Jan Walczak , Sołectwo Przebendów, gmina Wadowice Górne
powiat niżański	Anna Olszówka , Sołectwo Kamionka Górna, gmina Krzeszów
powiat przemyski i Przemysł	Piotr Mazur , Sołectwo Siedliska, gmina Medyka
powiat przeworski	Grzegorz Cielec , Sołectwo Siennów, gmina Zarzecze
powiat ropczycko-sędziszowski	Iwona Glinka , Sołectwo Brzezówka, gmina Ropczyce
powiat rzeszowski i Rzeszów	Sabina Ślęzak-Barczak , Sołectwo Wysoka Głogowska, gmina Głogów Małopolski
powiat sanocki	Jan Macko , Szczawne
powiat stalowowolski	Piotr Stec , Sołectwo Kołodziejce, gmina Bojanów
powiat strzyżowski	Arkadiusz Piskadło , Sołectwo Bonarówka, gmina Strzyżów
powiat tarnobrzeski i Tarnobrzeg	Alija Zych , Sołectwo Jadachy, gmina Nowa Dęba

ROLNIK ROKU

powiat bieszczadzki	Bogumiła Sobas , Ustrzyki Dolne
powiat bieszczadzki	Piotr Michalewski , Czarna Góra
powiat brzozowski	Magdalena Strzęp , Dydnia
powiat dębicki	Kamil Fryc , Nawsie Brzostockie
powiat jarosławski	Estera Morawska , Ostrów
powiat kolbuszowski	Teresa Prajsnar , Niwiska
powiat krośnieński i Krosno	Bartłomiej Pelczar , Korczyn
powiat leżajski	Damian Ryczkowski , Jelna
powiat lubaczowski	Daniel Ważny , Nowe Siolo
powiat łańcucki	Piotr Rupa , Łańcut
powiat mielecki	Robert Dąbrowski , Wola Zdakowska
powiat niżański	Maciej Balamut , Przędzel
powiat przemyski i Przemysł	Marcin Koterbicki , Brzuska
powiat przeworski	Tomasz Miłucha , Przeworsk
powiat ropczycko-sędziszowski	Roman Depowski , Brzezówka
powiat rzeszowski i Rzeszów	Robert Sówka , Bachórz
powiat sanocki	Józef Bodziak , Sanok
powiat stalowowolski	Zenon Sajda , Chwałowice
powiat strzyżowski	Daniel Furtek , Stępina
powiat tarnobrzeski i Tarnobrzeg	Małgorzata Wyczarska-Wdowiak , Tarnowska Wola

LIDER SPOŁECZNOŚCI ROKU

powiat bieszczadzki	Angelina Kujawska , Michniowiec, KGW w Michniowcu Michniowianki
powiat brzozowski	Bartłomiej Chytek , Barycz, radny gminy
powiat dębicki	Mateusz Pyskaty , Głowaczowa, Aktywni Razem
powiat jarosławski	Paweł Makarski , Wietlin Trzeci, PPM INSTAL
powiat jasielski	Natalia Piękoś , Sowina, OSP Sowina
powiat kolbuszowski	Krzystian Kielb , Domatków, sołtys wsi Domatków
powiat krośnieński i Krosno	Patrycja Stys , Potok, Stowarzyszenie Nasz Babski Młyn
powiat lubaczowski	Piotr Zubowski , Lubaczów, dyrektor Muzeum Kresów
powiat łańcucki	Wojciech Parys , Krzemienica, właściciel przedsiębiorstwa Parys-Projekt Usługi Budowlane
powiat mielecki	Piotr Drożdżowski , Brzyście, prezes Dziennego Domu Pomocy i Klub Seniora
powiat niżański	Magdalena Hasiak , Bieliny, członkini Stowarzyszenia Bieliny - wieś nad Sanem
powiat przemyski i Przemysł	Dorota Gierula , Chyrzyna, KGW Dziewczyn z Chyrzyny
powiat ropczycko-sędziszowski	Zdzisław Kwiek , Ropczyce, Podkarpacka Grupa Wojewódzka IPA
powiat rzeszowski i Rzeszów	Wioletta Frańczak , Wola Rafałowska, prezes Zarządu Młodzieżowej Akademii Przygody
powiat sanocki	Jacek Sroka , Prusiek, sołtys wsi Prusiek
powiat stalowowolski	Dawid Paterek , Burdze, sołtys wsi Burdze

KOŁO GOSPODYN WIEJSKICH ROKU

powiat bieszczadzki	KGW w Lutowiskach , gmina Lutowska
powiat brzozowski	KGW Domaradz Góra , Domaradz
powiat dębicki	KGW MachoWianki z Pasją , gmina Pilzno
powiat jarosławski	KGW Grabowiec , gmina Radymno
powiat jasielski	KGW Wróblowa , gmina Brzyska
powiat kolbuszowski	KGW Wilczanie Wilcza Wola , gmina Dzikowiec
powiat krośnieński i Krosno	KGW Lubatowa , gmina Iwnicz-Zdrój
powiat leski	KGW w Średniej Wsi , gmina Lesko
powiat leżajski	KGW Wola Zarczycka , gmina Nowa Sarzyna
powiat lubaczowski	KGW w Nowym Siole , gmina Cieszanów
powiat łańcucki	KGW Albigowa , gmina Łańcut
powiat łańcucki	KGW Klub Miłośników Wsi Smolarzyny , gmina Żołyń
powiat łańcucki	KGW Węgliska , gmina Rakszawa
powiat mielecki	KGW Pławo , gmina Borowa
powiat niżański	KGW Przędzelanki , gmina Rudnik nad Sanem
powiat przemyski i Przemysł	KGW Hucisko Nienadowskie , gmina Dubiecko
powiat przeworski	KGW Dziewczyn z Pazurem Czerwona Wola , gmina Sieniawa
powiat ropczycko-sędziszowski	Stowarzyszenie KGW Granice , gmina Ropczyce
powiat rzeszowski i Rzeszów	KGW Terliczka , gmina Trzebownisko
powiat sanocki	KGW w Dobrej nad Sanem , gmina Sanok
powiat stalowowolski	KGiGW Kołodziejce , gmina Bojanów
powiat strzyżowski	KGW Wyżne , gmina Czudec
powiat tarnobrzeski i Tarnobrzeg	KGW Jammiczanki w Jammicy , gmina Grębów

SOŁECTWO ROKU

powiat brzozowski	Sołectwo Przysietnica , gmina Brzozów
powiat dębicki	Sołectwo Polomia , gmina Pilzno
powiat jarosławski	Sołectwo Leżachów Osada , gmina Jarosław
powiat jasielski	Sołectwo Chrzastówka , gmina Jasło
powiat krośnieński i Krosno	Sołectwo Posada Jaśliska , gmina Jaśliska
powiat leski	Sołectwo Jankowce , gmina Lesko
powiat leżajski	Sołectwo Majdan Łętowski , gmina Nowa Sarzyna
powiat łańcucki	Sołectwo Wydrze , gmina Rakszawa
powiat mielecki	Sołectwo Kliszów , gmina Gawłuszowice
powiat niżański	Sołectwo Kamionka Górna , gmina Krzeszów
powiat przemyski i Przemysł	Sołectwo Kupna , gmina Krzywca
powiat ropczycko-sędziszowski	Sołectwo Gnojnica Dolna , gmina Ropczyce
powiat sanocki	Sołectwo Poręby , gmina Besko
powiat stalowowolski	Sołectwo Olszowiec , gmina Pysznica
powiat strzyżowski	Sołectwo Blizianka , gmina Niebylec
powiat tarnobrzeski i Tarnobrzeg	Sołectwo Żupawa Orlińska , gmina Grębów

AGROTURYSTYKA ROKU

powiat bieszczadzki	U Macieja - Twoje Miejsce W Bieszczadach , Teleśnica Oszwarowa
powiat leski	Agroturystyka Dom Kowala , Jankowce
powiat lubaczowski	Ośrodek Wypoczynkowy Mamczur Pizuny , Narol
powiat mielecki	Agroturystyka ROGALA , Młodochów
powiat przemyski i Przemysł	Agroturystyka Sólcańska Iwona Romanowska , Sólca
powiat przeworski	Labirynt , Łopuszka Mała
powiat sanocki	Domki U Niedźwiadka Andrzej Tokarz , Wola Sękowa
powiat stalowowolski	Gospodarstwo Ryszard Wiczerzak , Bojanów
powiat strzyżowski	Wesoła Zagroda , Glinik Dolny

NADLEŚNICZY ROKU

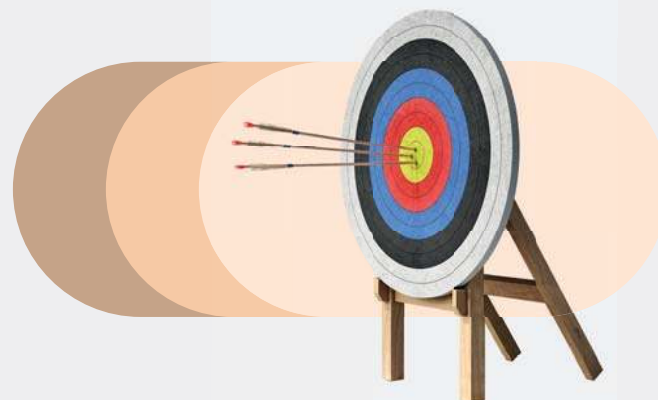
1 miejsce	Andrzej Chrabąszcz , nadleśniczy Nadleśnictwa Dębica
2 miejsce	Bogdan Tomaszewski , nadleśniczy Nadleśnictwa Leżajsk
3 miejsce	Ireneusz Żelazny , nadleśniczy Nadleśnictwa Głogów

AUTOREKLAMA

Polecamy →

strefa
BIZNESU.plKnow-how
w dobrym biznesie

strefabiznesu.pl



strona ZDROWIA

stronazdrowia.pl

W NUMERZE:

Silni na zewnątrz, samotni w kryzysie

10 marca obchodziliśmy Dzień Mężczyzny. To święto mniej popularne niż Dzień Kobiet, ale coraz częściej stając się okazją do rozmowy

o zdrowiu psychicznym panów. Statystyki są smutne. W Polsce nawet ok. 85 proc. samobójstw popełniają mężczyźni. Wciąż działa silny społeczny wzorzec „twardego mężczyzny”, który ma radzić sobie sam i dobrze działać pod presją.

ZA TYDZIEŃ:

- Gruźlica to nadal realne zagrożenie. Objawia się nie tylko kaszlem. Jak ją rozpoznać i leczyć?
- NFZ alarmuje: Polacy nie chcą się leczyć w sanatoriach



FOT. 123RF

To nie woda jest najbardziej nawadniającym napojem

Katarzyna Wąs-Zaniuk
redakcja@stronazdrowia.pl

Zgodnie z zaleceniami Europejskiej Rady Informacji o Żywności (EUFIC) należy spożywać co najmniej 2,5 litra wody dziennie. Choć woda uchodzi za najlepszy wybór, badania wskazują coś innego.

Zaskakujące wyniki analiz wykazały, że mleko może nawadniać skuteczniej niż woda i choć brzmi to paradoksalnie, istnieje ku temu logiczne uzasadnienie.

Nieoczekiwany mistrz nawadniania: mleko

Pierwszym wiarygodnym źródłem, które zwróciło uwagę na to zagadnienie, było brytyjskie badanie z 2007 roku opublikowane w bazie PubMed, analizujące wpływ różnych napojów po wysiłku fizycznym.

Wyniki zaskoczyły wielu: mleko powodowało mniejsze wydalanie moczu w porównaniu z wodą, utrzymując dodatni poziom nawodnienia nawet do pięciu godzin po spożyciu, podczas gdy inne napoje wykazywały krótszy efekt nawadniający, trwający około jednej godziny.

Dziesięć lat później kolejne badanie przeprowadzone na Uniwersytecie Limerick w Irlandii potwierdziło tę obserwację.

Po raz kolejny mleko okazało się bardziej skuteczne niż woda w utrzymywaniu nawodnienia, dzięki składnikom odżywczym, takim jak sód, białko i tłuszcz, które współpracują ze sobą, aby spowolnić utratę płynów w organizmie.

To zwycięskie trio zapobiega „wysychaniu” organizmu, co może się łatwo zdarzyć w palącym lipcowym słońcu.

Jeszcze bardziej kompleksowe było badanie z 2016 roku, opublikowane w American Journal of Clinical Nutrition, w którym porównano 13 różnych napojów



W utrzymywaniu nawodnienia mleko okazało się bardziej skuteczne niż woda

na próbie 72 mężczyzn. Od piwa, przez herbatę, kawę, soki i napoje gazowane, po mleko pełne i odtłuszczone oraz specjalne roztwory nawadniające, to właśnie mleko i roztwory nawadniające osiągnęły najlepsze wyniki pod względem skuteczności nawodnienia.

Dlaczego mleko nawadnia lepiej niż woda?

To skład mleka sprawia, że jest ono bardziej nawadniające niż woda. Woda, pozbawiona substancji spowalniających jej przejście przez przewód pokarmowy, jest szybko wchłaniana i wydalana z organizmu.

Natomiast mleko zawiera elektrolity, takie jak sód i potas, a także kalorie i białka, które wydłużają czas przeby-

wania płynów w żołądku i zmniejszają produkcję moczu. Oznacza to, że organizm dłużej zatrzymuje przyjęte płyny, zapewniając trwalsze nawodnienie.

Tego błędu unikaj!

Mleko odtłuszczone szczególnie wyróżnia się wysoką zdolnością nawadniania, dzięki zawartości elektrolitów i mniejszej ilości kalorii w porównaniu do mleka pełnego, bez tłuszczu, który przy częstym spożyciu może obciążać organizm.

Woda to podstawa codziennego nawodnienia, a mleko zasługuje na miano nawadniającego napoju, który stanowi cenne wsparcie

Należy jednak unikać błędów polegających na traktowaniu mleka jako zamiennika wody, spożywanego w dużych ilościach przez cały dzień.

Badania wskazujące na właściwości nawadniające mleka mają pewne ograniczenia, takie jak niewielka liczba uczestników i krótki czas trwania.

Ponadto mleko dostarcza kalorii i białka, które, choć wspomagają nawodnienie, wpływają na dzienny bilans energetyczny, co jest istotne dla osób pragnących uniknąć nadmiaru kalorii.

W rzeczywistości oficjalne zalecenia nadal wskazują wodę jako podstawę prawidłowego nawodnienia.

Żaden napój nie powinien jej całkowicie zastępować, choć mleko może stanowić

cenne uzupełnienie w określonych sytuacjach - na przykład po intensywnym wysiłku fizycznym lub w okresach dużych upałów, gdy wzrasta ryzyko odwodnienia.

Woda czy mleko. Co wybrać?

Wobec tych ustaleń nasuwa się naturalne pytanie: woda czy mleko - który napój wybrać, by skutecznie się nawodnić? Najlepszą odpowiedzią jest zachowanie równowagi.

Woda pozostaje niezbędna - prosta, bezkaloryczna i idealna do codziennego, regularnego spożycia.

Mleko natomiast, dzięki zdolności dłuższego zatrzymywania płynów w organizmie, może być przydatne w określonych sytuacjach, zwłaszcza dla osób potrzebu-

jących dodatkowej energii przy jednoczesnym nawodnieniu.

W najgorętsze dni szklanka zimnego mleka może stanowić uzupełnienie wody, nie jej zamiennik, zapewniając dłuższe nawodnienie bez konieczności sięgania po napoje słodzone czy gazowane.

Podsumowując: woda to podstawa codziennego nawodnienia, natomiast mleko zasługuje na miano wyjątkowo nawadniającego napoju, który może stanowić cenne wsparcie, szczególnie gdy upał wzmacnia potliwość i zwiększa ryzyko odwodnienia.

Dlaczego więc nie sięgać po oba napoje naprzemiennie, by skutecznie nawodnić organizm i lepiej znieść letnie upały?

Silni na zewnątrz, samotni w kryzysie. Mężczyźni rzadziej proszą o pomoc

Barbara Wesoła
redakcja@stronazdrowia.pl

10 marca obchodziliśmy Dzień Mężczyzny. To święto mniej popularne niż Dzień Kobiet, ale coraz częściej stające się okazją do rozmowy o zdrowiu psychicznym panów. Statystyki są smutne.

W Polsce nawet ok. 85 proc. samobójstw popełniają mężczyźni. Wciąż działa silny społeczny wzorzec „twardego mężczyzny”, który ma radzić sobie sam i dobrze działać pod presją.

Choć w przestrzeni publicznej temat zdrowia psychicznego pojawia się coraz częściej, mężczyźni nadal rzadziej niż kobiety korzystają z pomocy specjalistów.

Potwierdzają to również dane. W Polsce około 85 proc. samobójstw popełniają mężczyźni - to nawet 11 z 13 przypadków dziennie (według danych z 2024 roku). Jednocześnie kobiety częściej podejmują próby samobójcze, ale rzadziej kończą się one śmiercią. Z kolei wśród osób leczonych psychiatrycznie mężczyźni stanowią zaledwie około 30-40 proc. pacjentów.

Czy to oznacza, że mężczyźni są bardziej odporni psychicznie? Nie dotyczą ich kryzysy tak mocno lub często, jak w przypadku kobiet lub dzieci? Niestety, powód tkwi w tym, że mężczyźni gorzej radzą sobie z nazywaniem emocji, z ich regulacją czy z prośbą o wsparcie.

Mężczyźni w kryzysie psychicznym

Statystycznie to kobiety częściej też otrzymują diagnozę depresji. Według specjalistów te dane są efektem tego, że w wielu przypadkach mężczyźni po prostu nie trafiają do lekarzy ani terapeutów.

- Dane statystyczne są zatrważające. Gdy pod uwagę weźmiemy, że są niedoszacowane, to tym bardziej musimy zacząć działać. Depresja to choroba, która z każdym rokiem zbiera coraz większe żniwo. Według danych WHO i polskiego NFZ, nawet 1,2 mln Polaków z nią się zmaga. Widać również, że kobietom łatwiej jest mówić o uczuciach, emocjach, wypaleniu i przeciążeniu, co jest bardzo dobrym zjawiskiem, w przypadku mężczyzn to wciąż tematy tabu. Wszak faceci mają dowodzić, budować, mają być liderami, nie mogą okazywać słabości, smutku. To głównie pokłosie wychowania obecnych Milleńsów, gdzie emocje nie były dobrze widziane w społeczeństwie, a nawet w rodzinie. I do-



FOT. FREEPIK

W wielu środowiskach wciąż funkcjonuje przekonanie, że mężczyzna powinien radzić sobie sam, nie okazywać słabości i zawsze „dowodzić” rezultaty

pierzo dzisiejsze dzieci mają powiedziane, że mogą je pokazywać. Że chłopczyk może płakać, ma prawo „się mazać”, a dziewczynka nie musi być cicha i grzeczna cały czas. To zawsze jakiś początek - komentuje Jakub B. Bączek, trener mentalny, szkoleniowiec i mentor od lat zajmujący się tematem odporności psychicznej.

Według Światowej Organizacji Zdrowia depresja do 2030 roku może stać się najczęstszą występującą chorobą na świecie. Już dziś dotyka ok. 4,6 proc. mężczyzn i 6,9 proc. kobiet, choć w przypadku panów skala problemu jest prawdopodobnie niedoszacowana.

Stereotyp „twardego mężczyzny” wciąż działa

Choć świadomość społeczna rośnie, stereotyp silnego, niewzruszonego mężczyzny nadal jest bardzo silny - także w Polsce. W wielu środowiskach wciąż funkcjonuje przekonanie, że mężczyzna powinien radzić sobie sam, nie okazywać słabości i zawsze „dowodzić” rezultaty.

- Ja również jako chłopak ze Śląska wychowałem się dokładnie z takim przekonaniem, że po prostu „chłopaki nie płaczą”. Okazywanie smutku czy bezrad-

ności nadal bywa postrzegane jako słabość. Kobiety także ewolucyjnie oczekują od partnera siły, opieki, przysłowiowego dowożenia spraw, zabezpieczenia. Jest to naturalne. Stereotypy nie stety sprawią, że wielu panów nie mówi o swoich emocjach, nie zgłasza się po pomoc nawet w sytuacjach, gdy stres lub choroba zaburza ich życie. Próbują przeczekać kryzys, a to nigdy nie jest dobrym rozwiązaniem - mówi Jakub B. Bączek.

Zmiana powinna zaczynać się już w dzieciństwie, bo chłopcy tak samo jak dziewczynki potrzebują rozmowy o emocjach, uwagi i poczucia bezpieczeństwa. To buduje fundament, który w dorosłym życiu może pomóc lepiej radzić sobie z kryzysami.

Kryzys u mężczyzny często wygląda inaczej

Problem polega również na tym, że kryzys psychiczny u mężczyzny często nie przypomina stereotypowego obrazu depresji. Zamiast smutku czy płaczu mogą pojawiać się wybuchy złości, drażliwość, ucieczka w pracę czy używki.

Dlatego otoczenie nie zawsze szybko rozpoznaje problem. Eksperti wskazują, że sygnałami ostrzegawczymi mogą być m.in.:

- długotrwałe obniżenie nastroju,
- poczucie beznadziei i spadek poczucia własnej wartości,
- problemy ze snem i koncentracją,
- przewlekłe zmęczenie,
- rezygnacja z aktywności, które wcześniej sprawiały przyjemność.

- W czasach, gdy praktycznie większość doby spędzamy z nosem w telefonie czy laptopie, serdecznie namawiam do powrotu do prawdziwych relacji. Zwracajmy uwagę na bliskich, przyjaciół, ale też współpracowników. Gdy zauważymy, że osoba zachowuje się inaczej, rozpoznajmy symptomy, reagujmy. Delikatnie, przyjacielską rozmową, może poświęconym czasem. W tym wszechobecnym pędzie nie możemy zapominać o człowieku. To jest odpowiedzialność rodziców za dzieci, współmałżonków o siebie nawzajem, ale też szefów i liderów za osoby w ich zespołach - radzi Jakub B. Bączek.

Odporność psychiczna to także codzienne nawyki

W przypadku depresji nie zawsze mamy wpływ na wszystkie czynniki, bo choroba może mieć podłoże biologiczne lub gene-

tyczne. Jednak w wielu sytuacjach styl życia i codzienne nawyki mogą wspierać dobrostan psychiczny.

- Jak mantrę będę powtarzał, że podstawa to sen, ale taki zdrowy, z zachowaną higieną, czasem bez ekranów. Umiarkowana aktywność fizyczna wpływa na poziom serotoniny, więc jest również korzystna. Namawiam do odrzucenia lub bardzo dużego ograniczenia alkoholu, który jest depresantem i negatywnie wpływa na nasz mózg. Mowa tu o każdej ilości. Są to wydawałoby się podstawowe rzeczy, które niestety za bardzo skomplikowaliśmy, zaburzyliśmy i teraz trzeba nad nimi pracować, aby wrócić do równowagi - tłumaczy ekspert.

Znaczenie mają też relacje społeczne, nauka regulowania emocji oraz szybkie reagowanie na pierwsze symptomy kryzysu.

Dzień Mężczyzny jako pretekst do ważnej rozmowy

Dzień Mężczyzny coraz częściej przestaje być tylko okazją do składania życzeń sukcesów czy bogactwa. Dla wielu osób to również moment, by zapytać bliskiego mężczyznę o to, jak naprawdę się czuje.

WARTO WIEDZIEĆ

Jeśli jesteś w kryzysie i zmagasz się z negatywnymi myślami, nie musisz zostawać z tym sam. Pomoc znajdziesz pod numerami telefonów:

● dla dzieci i młodzieży - 116 111; 800 121 212 (całodobowo),

● dla dorosłych - 116 123, 800 702 222 (całodobowo),

● „Telefon pogadania” - 800 012 005 (codziennie 12.00-20.00),

● telefon dla dorosłych w sprawach dzieci - 800 100 100 (pon.-pt. 12.00-15.00); 800 800 602 (pon.-pt. 15.00-19.00)

● „Dobre Słowa - telefon dla seniorów” - 12 333 70 88 (codziennie 10.00-12.00 i 17.00-19.00),

● „Telefon Zaufania Młodych - 22 484 88 04 (pon.-sob. 11.00-21.00),

● „Antydepresyjny Telefon Zaufania” - 22 484 88 01 (pon.-pt. 15.00-20.00,

● „Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji” - 22 594 91 00 (środa-czwartek 17.00-19.00).

Czasem wystarczy proste pytanie: czy wszystko u ciebie w porządku, czy mogę w czymś pomóc, może wyjdziemy razem na spacer lub kawę.

- Zmiana zaczyna się od rozmowy. Od komunikacji. Gdy widzimy, że ktoś w naszym bliskim otoczeniu ma objawy typowe dla zaburzeń psychicznych, depresji, chandry, przysłowiowego doła, reagujemy. Bardzo często wystarczy nasze zainteresowanie, aby ta osoba poczuła, że nie jest w tym wszystkim sama. Mężczyźni, którzy być może nie potrafią o emocjach rozmawiać, docenią działania, wspólny czas. W przypadku facetów bardzo dobrze działa wsparcie innych mężczyzn. Najważniejsze to nie odwracać głowy. To może spotkać każdego, nawet szefa na wysokim stanowisku z wielką wypłatą i sukcesami na koncie - podsumowuje Jakub B. Bączek.

Rosnąca liczba inicjatyw - warsztatów, grup wsparcia czy tzw. kręgów męskich - pokazuje, że temat zdrowia psychicznego mężczyzn zaczyna być coraz częściej podejmowany. Eksperti podkreślają jednak, że kluczowa jest dalsza edukacja i zmiana społecznej narracji.

Bo prośbienie o pomoc nie jest oznaką słabości. Coraz częściej uznaje się je za oznakę odwagi.

Bo każda z nas to niepowtarzalna historia

Za nami pierwszy tydzień głosowania w plebiscycie Kobięca Twarz Roku. To akcja, która potwierdza, że każda z nas jest niepowtarzalną, wspaniałą historią. Plebiscyt powstał, by ją pokazać.

Co kobieta, to historia - pełna codziennych wyzwań, zwycięstw, ale też porażek i refleksji, różnych spojrzeń na wiele spraw i opinii na różne tematy. Plebiscyt Kobięca Twarz Roku powstał po to, by te historie pokazać i dać im przestrzeń, by mogły wybrzmieć. W żadnym wymiarze nie jest to konkurs urody ani ranking wygładzonych twarzy! To tętniąca radością, życiem i emocjami opo-

wieść o kobiecych pasjach, wybojach i roli, jaką kobiety odgrywają w swoim życiu.

- Kobięca Twarz Roku to magiczna, niezwykła akcja, w ramach której szukamy - najpierw w skali województwa, a potem całej Polski - pięknych i radosnych, ale przede wszystkim silnych, odważnych i mądrych życiowo kobiet w trzech kategoriach pokoleniowych: Córki, Matki i Kobiety Dojrzałe - mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek, która odpowiada za cały plebiscyt.

Na uczestniczki tej edycji czekają wspaniałe nagrody, a wśród nich zachwycający samochód - Citroen C3 Aircross Plus! Są też vouchery na wczasy

o wartości 5000 zł oraz limitowane zaproszenia na FORUM KOBIECOŚCI. Zawsze jesteśmy o to pytani przez chętne panie i zawsze odpowiadamy zgodnie z zasadami - nie, na to forum nie da się kupić biletu. To pełne atrakcji całonocne wydarzenie zarezerwowane jest wyłącznie dla uczestniczek akcji Kobięca Twarz Roku.

Organizujemy ją już po raz kolejny, dlatego wiemy, że zapada w pamięć na bardzo długo, stając się wspomnieniem pełnym wzruszających, dobrych i budujących emocji, o czym wzruszająco opowiadają liderki poprzednich edycji, a o czym przeczytacie na naszej stronie internetowej. Poprzed-

nie lata pokazały też, jak ogromnym zainteresowaniem cieszą się takie inicjatywy. Tysiące zgłoszeń i setki inspirujących historii udowodniły, że kobiety to prawdziwa duma naszego województwa.

Do udziału zgłaszają się panie w różnym wieku, o różnych doświadczeniach: od młodych kobiet rozpoczynających własną drogę, przez mamy, po kobiety dojrzałe, które mają za sobą bogate doświadczenia życiowe. Jedne decydują się na udział spontanicznie, inne za namową rodziny i przyjaciół. Dla niektórych to sposób, by opowiedzieć swoją historię, dla innych - by spojrzeć na siebie z nowej perspektywy lub po-

dzielić się pasjami i codzienną energią.

Kobięca Twarz Roku pozwala dostrzec, jak różnorodne mogą być kobiece doświadczenia. To także okazja do refleksji nad tym, czym jest kobiecość w codziennym życiu - w pracy, rodzinie, drobnych pasjach i wyborach. Każda z uczestniczek wnosi coś wyjątkowego: swoje podejście do życia, sposób działania, wrażliwość i determinację. - W tym właśnie tkwi siła plebiscytu - w docenieniu różnorodności i indywidualności - mówi Daria Jankiewicz-Kaczmarek. Poniżej prezentujemy sylwetki pierwszych uczestniczek z naszego województwa, które już zdecy-

dowały się dołączyć do akcji i opowiedzieć o tym, co dla nich ważne. Ich historie różnią się od siebie, ale łączy je jedno: autentyczność, radość życia i chęć bycia sobą! Każda sylwetka pozwala spojrzeć na świat oczami jednej z nas i zrozumieć, że bycie kobietą ma wiele wymiarów. Zapraszamy do poznania tych historii. W sylwetkach uczestniczek znajdziecie inspirację, różnorodność doświadczeń i oblicze współczesnej kobiecości. Kolejne panie pojawiają się za tydzień, bo Kobięca Twarz Roku to także przestrzeń spotkania w babskim gronie - nie tylko podczas Forum Kobiecości, ale również na łamach gazety i w internecie.

Więcej o akcji na www.nowiny24.pl/kobiety

KATEGORIA POKOLENIOWA: CÓRKI



● **WERONIKA ŚLEDŹ**
● Tarnobrzeg i powiat tarnobrzęski

Weronika Śledź to kobieta, która swoje życie buduje z chwil, emocji i marzeń. Największą wartością mają dla Niej momenty - te drobne, codzienne, które tworzą poczucie sensu i pozwalają odnaleźć spokój. Dbą o siebie, rozwijają swoje pasje i stara się żyć w zgodzie z własną autentycznością. Szczególne miejsce w Jej życiu zajmuje mama - osoba, która jest dla Niej wsparciem, inspiracją i źródłem siły każdego dnia. - Kocham celebrować każdy dzień razem z moją ukochaną mamą, która ze mną jest zawsze i wierzy we mnie, gdy ja sama czasem przestaję - podkreśla. Choć relacje z ludźmi nie zawsze były dla Niej łatwe, dziś patrzy na nie z większą świadomością. Zrozu-

miała, że prawdziwy komfort życia daje budowanie zdrowych więzi oraz wyznaczanie własnych celów i marzeń - nawet tych najprostszych, jak pragnienie bycia szczęśliwą. Jednym z jej największych marzeń jest praca z dziećmi. - Chcę zostać dobrym pedagogiem - z pasji, z serca, z potrzeby i powołania. Kocham dzieci, bo tylko dzięki nim świat jest lepszy i szczęśliwszy - mówi. Pisanie wierszy jest dla niej sposobem na wyrażanie emocji i porządkowanie myśli. Tworzy z chwil i wspomnień swoją własną opowieść, w której najważniejsze jest odnalezienie spokoju ducha. Najwięcej energii daje Jej świadomość, że może iść naprzód i spełniać swoje marzenia. Udział w konkursie „Kobięca Twarz Roku” jest dla niej symbolem odwagi i nowego etapu w życiu.

KATEGORIA POKOLENIOWA: MATKI



● **MONIKA RYSZ**
● Krosno i powiat krośnieński

- W codziennym życiu najbardziej sprawia, że czuję się sobą, możliwością bycia autentyczną - ze swoimi wadami i zaletami, w zgodzie ze swoimi wartościami - mówi Monika Rysz - kobieta, dla której najważniejsze jest życie w prawdzie i bez udawania. Nie potrzebuje masek ani dopasowywania się do cudzych oczekiwań. Największą siłą odnajduje w tym, że może być sobą i dzielić się tym, co w niej najważniejsze - miłością, spokojem i radością, które nosi w sobie. Jej kobiecość rodzi się w codzienności - w prostych gestach, w trosce o innych i w chwilach spędzanych z rodziną. Radość odnajduje

w zwyczajnych momentach, które dla niej mają ogromną wartość. Jedną z takich chwil jest przygotowywanie jedzenia dla bliskich - pieczenie ciast czy robienie kanapek, które sprawiają jej przyjemność i pozwalają okazać troskę o tych, których kocha. Jedną z takich chwil jest przygotowywanie jedzenia dla bliskich - pieczenie ciast czy robienie kanapek, które sprawiają Jej przyjemność i pozwalają okazać troskę o tych, których kocha. - W rozmowach z synami i wspieraniu ich w codziennym życiu odnajduję poczucie spokoju i siły - podkreśla. Monika Rysz wierzy w relacje oparte na szacunku i wolności. Nie zatrzymuje nikogo na siłę przy sobie, ale jednocześnie chce być słuchana i rozumiana.

KATEGORIA POKOLENIOWA: KOBIETY DOJRZAŁE



● **MARLENA DULIBAN**
● Rzeszów

- W moim codziennym życiu jest wiele chwil, które sprawiają, że czuję się sobą i w pełni kobietą. Najczęściej są to zwykłe, proste momenty dnia - rozmowa z drugim człowiekiem, uśmiech, bliskość z rodziną czy chwila radości. To właśnie w takich sytuacjach najbardziej czuję, że jestem w zgodzie ze sobą - tak o swojej codzienności opowiada Marlena Duliban. Uczestniczka naszej akcji to kobieta, dla której największą wartością są relacje z ludźmi, rodzina oraz umiejętność dostrzegania piękna w zwyczajnych chwilach. W jej życiu ogromną rolę odgrywa praca z ludźmi. To właśnie spotkania, rozmowy i poznawanie historii

innych osób dają jej poczucie sensu oraz energię do działania. - Staram się zawsze podchodzić do ludzi z szacunkiem i życzliwością, bo wierzę, że to jest podstawa dobrych relacji - mówi. Najważniejszym filarem jej życia pozostaje jednak rodzina. Jest mamą dwojga dzieci i właśnie ta rola nauczyła ją cierpliwości, troski oraz bezwarunkowej miłości. - Ogromną radością jest dla mnie również moja wnuczka. Kiedy spędzam z nią czas, przypominam sobie, jak piękne są proste chwile - wspólny śmiech czy zwykła zabawa - dodaje. Marlena Duliban jest osobą, która naprawdę lubi życie i potrafi cieszyć się jego drobnymi momentami. Czasem wystarczy dobra rozmowa lub spotkanie z kimś bliskim, by poczuć wdzięczność za to, co przynosi codzienność.

DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne lub nekrolog?
Przez internet: ibo.polskapress.pl
e-mail: nowiny.ogloszenia@polskapress.pl

Biuro Ogłoszeń NOWIN, Rzeszów, ul. Unii Lubelskiej 3,
tel. 17 86 72 330, fax 17, 86-72-343,
e-mail: nowiny.ogloszenia@polskapress.pl,
biuro czynne pon.-pt. 8.00 -16.00

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów
montaż wkładów i nasad - 17 8623831

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

Usługi pogrzebowe

MEMORY, Rzeszów, Jagiellońska 21,
całodobowo 601491271. 17-853-29-22

AUTOPROMOCJA

nowiny
n o w i n y 2 4 . p l

Nie przegap
piątku

Kup dziennik
z dodatkiem
TeleMagazyn

nowiny24.pl

REKLAMA

0011496228

OBWIESZCZENIE z dnia 18.03.2026 r.

Stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. *Kodeks postępowania administracyjnego* (t.j. Dz. U. z 2025 r., poz. 1691), w związku z art. 11f ust. 3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. *o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych* (t.j. Dz. U. z 2024 r., poz. 311) oraz art. 72 ust. 6 i art. 95 ust. 3 ustawy z dnia 3 października 2023 r. *o udostępnieniu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko* (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r., poz. 1112)

STAROSTA RZESZOWSKI zawiadamia o wydaniu decyzji nr 2/2026, z dnia 27.02.2026 r., znak: AB.6740.15.19.2025

o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „Budowa odcinka drogi gminnej wraz z niezbędną infrastrukturą techniczną, budynkami i urządzeniami budowlanymi w miejscowości Trzebownisko, a także rozbudowa odcinka publicznej drogi gminnej nr 108854R w miejscowości Nowa Wieś i Trzebownisko wraz z niezbędną infrastrukturą techniczną, budynkami i urządzeniami budowlanymi, gmina Trzebownisko”, na rzecz Wójta Gminy Trzebownisko, 36-001 Trzebownisko 976.

Z treścią ww. decyzji strony lub ich pełnomocnicy mogą zapoznać się osobiście w siedzibie Starostwa Powiatowego w Rzeszowie, Wydział Budownictwa i Architektury, Referat Zezwoleń na Realizację Inwestycji Drogowych, 35-959 Rzeszów, ul. Grunwaldzka 15, w dniach pracy Urzędu - po uprzednim zarezerwowaniu wizyty w systemie internetowej rezerwacji dostępnej pod adresem: <http://kolejka.powiat.rzeszowski.pl>.

Pouczenie o przysługujących środkach odwoławczych zawarte jest w decyzji. Decyzję uznaje się za doręczoną po upływie czterech dni od dnia publicznego ogłoszenia.

Zgodnie z art. 72 ust. 6 ustawy o udostępnieniu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko, wskazuje się jako dzień udostępnienia treści decyzji, dzień 18 marca 2026 r. Udostępnienie następuje na okres 14 dni.

0011496112

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

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

ibo.polskapress.pl

OBWIESZCZENIE z dnia 18.03.2026 r.

Stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. *Kodeks postępowania administracyjnego* (tekst jednolity Dz. U. z 2025 r., poz. 1691) oraz w związku z art. 11d ust. 5 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. *o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych* (tekst jednolity Dz. U. z 2024 r., poz. 311),

STAROSTA RZESZOWSKI zawiadamia

że na wniosek z dnia 12.12.2025 r., złożony przez Wójta Gminy Trzebownisko, 36-001 Trzebownisko 976, *reprezentowanego przez pełnomocnika Pana Marcina Bechta*, zostało wszczęte postępowanie administracyjne o sygnaturze AB.6740.15.20.2025, w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: „**Rozbudowa drogi gminnej nr 108842R Łąka-Łukawiec wraz z niezbędną infrastrukturą techniczną, budynkami i urządzeniami budowlanymi**”.

Przedmiotowa inwestycja zlokalizowana jest na poniżej wymienionych działkach ewidencyjnych:

1. Działki położone w liniach rozgraniczających teren inwestycji:

jednostka ewidencyjna: 181613_2 Trzebownisko, obręb 0002 Łąka:
działki nr ewid.: **1637/2, 1632/1** (1632), **3212/13** (3212/1), **3212/15** (3212/3), **3212/17** (3212/10), **3206/7** (3206/4), **3206/5** (3206/3), **4073/1** (4073), **4103/1** (4103), **1636/1** (1636), **4129/1** (4129), **4105/1** (4105), **4106/1** (4106), **4107/1** (4107), **4109/1** (4109), **4110/1** (4110), **4111/1** (4111), **4112/1** (4112), **4113/1** (4113), **4114/1** (4114), **4115/1** (4115), **4116/1** (4116), **4117/1** (4117), **4118/1** (4118), **4119/1** (4119), **4120/1** (4120), **4121/1** (4121), **4122/1** (4122), **4123/1** (4123), **4124/1** (4124), **4125/1** (4125), **4126/1** (4126), **1609/1**, **4170**;

(w przypadku działek podlegających podziałowi, w nawiasie wskazano numery działek przed podziałem, a działki przeznaczone pod inwestycję drogową zaznaczono **pogrubioną czcionką**)

2. Działki znajdujące się w granicach terenu niezbędnego dla obiektów budowlanych:

jednostka ewidencyjna: 181613_2 Trzebownisko, obręb 0002 Łąka:
działki nr ewid.: **1637/1, 1876, 3206/8** (3206/4), **4103/2** (4103), **4104, 3206/6** (3206/3), **1636/2** (1636), **1651, 4129/2** (4129), **4101, 4072, 4106/2** (4106), **4107/2** (4107), **4109/2** (4109), **4110/2** (4110), **4111/2** (4111), **4112/2** (4112), **4113/2** (4113), **4114/2** (4114), **4115/2** (4115), **4116/2** (4116), **4117/2** (4117), **4118/2** (4118), **4119/2** (4119), **4120/2** (4120), **4121/2** (4121), **4122/2** (4122), **4123/2** (4123), **4124/2** (4124), **4125/2** (4125);
jednostka ewidencyjna: 181609_2 Krasne, obręb 0003 Palikówka:
działki nr ewid.: **6/2, 1521**;

(w przypadku działek podlegających podziałowi, w nawiasie wskazano numery działek przed podziałem, a działki objęte terenem niezbędnym zaznaczono **pogrubioną czcionką**)

3. Działki związane z przejściem inwestycji drogowej przez tereny wód płynących (w związku z art. 20a ust. 1 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. *o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych*):

jednostka ewidencyjna: 181613_2 Trzebownisko, obręb 0002 Łąka:
działka nr ewid.: **3574**.

Z aktami sprawy zainteresowane strony postępowania lub ich pełnomocnicy mogą zapoznać się w terminie 21 dni od daty ogłoszenia obwieszczenia, od poniedziałku do piątku w godzinach pracy tut. Urzędu osobiście w siedzibie Starostwa Powiatowego w Rzeszowie, Wydział Budownictwa i Architektury, Referat Zezwoleń na Realizację Inwestycji Drogowych, 35-959 Rzeszów, ul. Grunwaldzka 15 – po uprzednim zarezerwowaniu wizyty w systemie internetowej rezerwacji dostępnej pod adresem: <http://kolejka.powiat.rzeszowski.pl>.

Wgląd w akta sprawy nie jest obowiązkowy. Ewentualne zastrzeżenia lub uwagi można zgłaszać pisemnie w ww. terminie.

AUTOREKLAMA

strona **zdrowia**



Czytaj dla zdrowia

stronazdrowia.pl

Od kolegów ze studiów słyszałam, że jestem za inteligentna, żeby być aktorką



Paulina Gałązka w Pudelku Fot. Adam Jankowski

Z ŻYCIA GWIAZD

Emilia Komarnicka zaapelowała do widzów
Aktorka pożegnała się z „Tańcem z gwiazdami” już w trzecim odcinku. Werdykt wywołał falę oburzenia w sieci. Komarnicka zabrała głos po porażce i napisała na Instagramie: „Nie obrażajcie się na »Taniec z gwiazdami«. Ten program rządzi się swoimi prawami. Ja jestem mu totalnie wdzięczna za ten proces”.

Krzysztof Ibisz pomylił Kayah z Korą
Prezenter zaliczył małą wpadkę na żywo w najnowszym odcinku „Tańca z gwiazdami”. Gdy witał widzów po przerwie, zamiast „Kayah Night” powiedział „Kora Night”. Stojąca obok niego współprowadząca program Paulina Sykut-Jeżyna spojrzała nań z niedowierzaniem, po czym schowała twarz w dłoniach.

Iza Miko zagrożona w Los Angeles
Aktorka przyleciała z USA do Polski na występy w „Tańcu z gwiazdami”. I w ostatnim wywiadzie dla Pudelka narzeka na życie w amerykańskiej metropolii. – Iść sobie na spacer w Warszawie? Nie ma problemu. Ja się nie czuję tutaj zagrożona. W Los Angeles się absolutnie czuję zagrożona. Ja się czuję zagrożona czasami w samochodzie. (...) Raz pamiętam, jak rozmawiałam z mamą przez telefon i ona zobaczyła moją twarz, jak ja krzyknęłam, bo facet wybiegł normalnie z nożem przed samochód. (GZL) Fot. Sylwia Dąbrowa



W TELEWIZJI



Szeregowiec Ryan
Paramount, 20:00
Francja, rok 1944, krótko po inwazji w Normandii. Film opowiada o oddziale żołnierzy Armii Stanów Zjednoczonych, realizujących trudne zadanie za liniami wroga. Ryzykują życie, by uratować jednego człowieka: spadochroniarza Jamesa Ryana.

Dziewczyna, która zniknęła
Ale Kino+ HD, 20:10
Aaro poznaje miłość swojego życia. Jednak młoda kobieta, dla której traci głowę, okazuje się kimś innym, niż sądził. Frenetyczny romans urywa się, gdy dziewczyna nagle znika. Aaro zaczyna jej szukać.

Miasto złodziei
TVN 7, 21:00
Ben jest szefem bandy napadającej na banki. W czasie kolejnego napadu banda bierze na zakładniczkę Claire (Rebecca Hall). Wypuszczają ją, ale Doug prowokuje spotkanie. Wkrótce rozkwita między nimi romans. Przed Dougiem trudna decyzja.

Wszyscy jesteście Chrystusami
Kino Polska, 23:00
Alkoholik Adam Miauczynski zniszczył przez picie nie tylko siebie, ale i rodzinę. Po latach przeprowadza rachunek sumienia i staje twarzą w twarz z synem, by prosić o wybaczenie. Czy można się wyrwać z obsesji picia i odzyskać utraconą kontrolę nad życiem?

KRZYŻÓWKA NR 42

Poziomo:
3) powieść Czesława Miłosza,
10) główny składnik czekolady,
11) reklamuje przedstawienie teatralne,
12) sprzedaje bilety kolejowe,
14) nakrycie głowy komandosa,
15) „... zwany pożądaniem”, sztuka Tennessee Williamsa,
16) pączki kwiatowe używane jako przyprawa,
19) dwugarbny kuzyn dromadera,
23) gladiator rzymski walczący z zakrytymi oczami,
27) najcięższy ptak latający,
28) numerowy na dworcu kolejowym,
29) pielęgnacyjne cięcie lasu,
30) zwykły lub kwadratowy,
33) przełożony szkoły wyższej,
37) ostra przyprawa do golonki,
38) Bista lub Sienkiewicz,
39) „Ostatni ... filmowy”, dramat amerykański,
40) Krzysztof, prezenter telewizji Polsat,
41) wyprawa wojskowa lub naukowa.

Pionowo:
1) pojazd zimowy wyposażony w dwie narty,
2) owad nazywany szczypawką,
3) Dolittle lub Judym,
4) larwa owadów; gąsienica,
5) biblijny budowniczy arki,
6) mężczyzna o ciemnych włosach,
7) japoński konkurent Kawasaki,
8) drzewko wyrosłe z nasienia,

1	■	2	■	3		4		5		6		7	■	8	■	9
10					■		■		■			■	11			
	■			12					13			■		■		
14					■		■	■		■		15				
	■		■		■	16	17			18		■		■		■
19	20		21		22			■	■	23		24		25		26
■		■				■	27				■		■		■	
28								■	■	29						
■		■		■								■		■		■
30		31		32								33	34		35	36
	■		■		■							■		■		■
37												38				
	■		■		■							■		■		■
39												■	40			
	■		■		41								■		■	

AUTOPROMOCJA 0210988879

nowiny
n o w i n y 24.pl
w prenumeracie z Tele Magazynem
12 312 53 88

ROZWIĄZANIE NR 41

C	J	M	A	L	A	M	O	S	K	W	A	O	B			
Z	I	E	L	E	A	E	R	P	E	T	L	A				
E	D	G	I	M	N	A	S	T	Y	K	A	Y	M			
S	O	W	K	A	A	Y	M	C	H	L	E	B				
N	A	N	G	A	Z	N	I	K	Z	I	U					
E	M	B	L	E	M	A	T	R	A	B	E	L	A	I	S	
L	O	A	O	Z	O	G	U	A	N							
B	A	N	D	E	R	A	S	A	R	T	E	M	I	D	A	
W	E	Z														
D	A	F	N	I	A											
Y	I	M														
M	A	Z	E	P	A											
S	Y	O														
Z	A	K	O	S												
A	A	T	A	P	I	C	E	R	N	I	A	S	S			

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Dziś warto zaufać swoim marzeniom. Horoskop dzienny zapowiada, że mały krok w ich stronę może przynieść zaskakująco dobre rezultaty.
Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywność pomoże Ci rozwiązać trudny problem. Horoskop na dziś radzi działać nieszyklonowo. Znajdziesz dzięki temu najlepsze wyjście.
Baran (21.03 - 19.04)
Wytrwałość przyniesie efekty, choć nie od razu. Horoskop dzienny na środę podpowiada, by nie zniechęcać się - jesteś na dobrej drodze.

Byk (20.04 - 20.05)
Pojawi się okazja do nauki czegoś nowego. Otwórz się na doświadczenia. Horoskop dzienny zapowiada, że poszerzą one Twoje horyzonty.
Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja będzie Twoim przewodnikiem. Horoskop na dziś to wskazówka, by ufać przeczucom, szczególnie w sprawach osobistych.
Rak (22.06 - 22.07)
Szukaj dziś równowagi między pracą a odpoczynkiem. Horoskop dzienny na środę wróży, że małe przyjemności poprawią Ci humor.

Lew (23.07 - 22.08)
Dzień sprzyja porządkom i organizacji. Horoskop dzienny wróży, że uporządkowanie spraw da Ci spokój i większą kontrolę nad sytuacją.
Panna (23.08 - 22.09)
Twoja pewność siebie będzie przyciągać uwagę innych. Horoskop na dziś mówi, że to dobry moment, by pokazać swoje możliwości.
Waga (23.09 - 22.10)
Emocje mogą być intensywne, ale pozwól Ci lepiej zrozumieć siebie. Horoskop dzienny na środę radzi zadbać o chwilę odpoczynku.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Komunikacja będzie kluczem do sukcesu. Horoskop dzienny zapowiada, że rozmowa z kimś bliskim wyjaśni nieporozumienia i da ulgę.
Strzelec (22.11 - 21.12)
Spokój i rozważa przyniosą najlepsze efekty. Horoskop dzienny na środę radzi skupić się na drobnych rzeczach, które poprawią Twój nastrój.
Koziorożec (22.12 - 19.01)
Dziś poczujesz przyływ energii i chęć działania. Horoskop dzienny na środę to wskazówka, by wykorzystać to i ruszyć z planami.

Pierwsza taka kara. Śląsk się odwoła, a Wisła chce grać

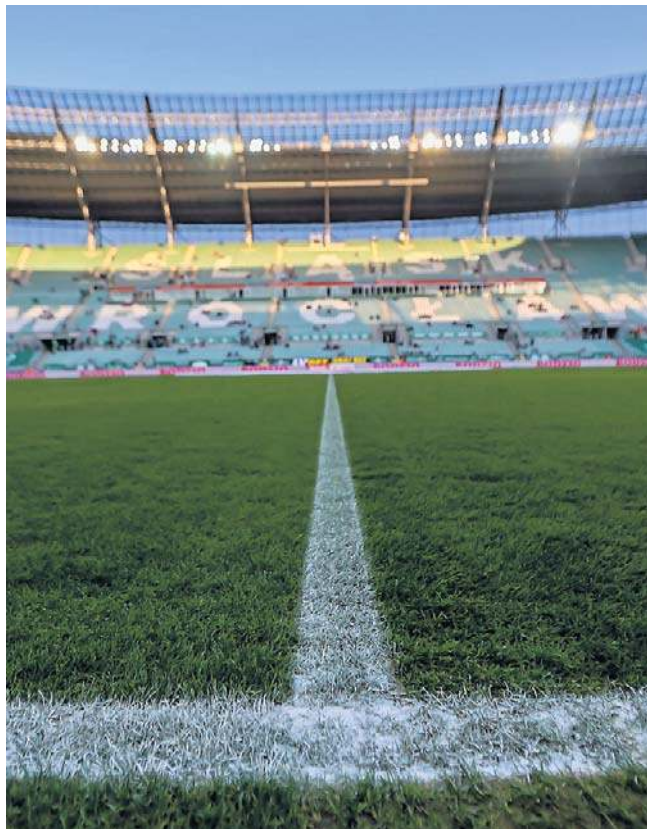
Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Pierwszy raz PZPN nałożył siedmiocyfrową karę finansową z powodu niewpuszczenia kibiców gości. Okragły milion złotych ma bowiem zapłacić miejski Śląsk Wrocław.

Przypomnijmy - Śląsk miał podjąć Wisłę Kraków 7 marca. Jej fanom zawczasu odmówił wejścia na stadion, zasłaniając się rzekomymi względami bezpieczeństwa. W geście solidarności piłkarze drużyny lidera tabeli I ligi nie przyjechali do Wrocławia. Doszło do kuriozalnych scen. Po kwadransie oczekiwania obecny na murawie sędzia Tomasz Kwiatkowski odgwiżdżał zakończenie meczu. Parę dni później Komisja ds. Rozgrzywek PZPN zgodnie z przepisami orzekła karę walkowera na korzyść gospodarzy, którzy właśnie awansowali na drugie miejsce w tabeli, także gwarantując bezpośredni awans do ekstraklasy.

Drugą karę poznaliśmy w poniedziałek. PZPN nie przyjął argumentów Śląska i nałożył na niego grzywnę w wysokości aż miliona złotych. To przełom, gdyż wcześniej inne kluby z powodu nieprzyjęcia kibiców Wisły były karane kwotą 20 lub 30 tysięcy złotych. Sprawa bynajmniej na tym się nie skończy.

Śląsk twierdzi, że miał szczególne powody, by Wisłę na stadion nie wpuścić. „Odmowa dotyczyła wyłącznie zorganizowanej grupy gości, nie kibiców Wisły w ogóle” - broni się w oświadczeniu. Już zapowiedział złożenie odwołania od decyzji PZPN. Co może ugrać? Z całą pewnością znaczne obniżenie grzyw-



Śląsk miał podjąć Wisłę 7 marca. Jej fanom zawczasu odmówił wejścia na stadion, zasłaniając się rzekomymi względami bezpieczeństwa

ny, może nawet o połowę, ale zapewne nie jej anulowanie. Jednocześnie działacze zapowiedzieli walkę o odszkodowanie od Wisły z tytułu poniesionych kosztów organizacji meczu. „Klub wprost deklarował gotowość organizacyjną i sportową do rozegrania meczu oraz zapewniał o pełnym bezpieczeństwie drużyny, sztabu i zarządu Wisły” - czytamy w komunikacie Śląska.

Dalsze działania planuje również Wisła, czekająca na pisemne uzasadnienie decyzji w sprawie kar. - Decyzja PZPN jasno pokazuje skalę uchybień oraz absolutny brak kontroli nad zarządzaniem kwestiami

bezpieczeństwa w klubie z Wrocławia, a co za tym idzie również nad dysponowaniem mieniem publicznym przez narażenie klubu na kary dyscyplinarne - twierdzi prezes „Białej Gwiazdy” Jarosław Królewski. I dodaje: Werdykt (w sprawie Śląska - red.) jest kluczowy zarówno dla dalszych odwołań, jak i dla przyszłości polskiej piłki nożnej oraz innych przyszłych ważnych spraw, np. odwołania od walkowera na niekorzyść Wisły jak i odwołań innych klubów niż Wisła, od niego.

Wisła optuje za tym, by mecz... jednak się odbył po uprzednim anulowaniu

walkowera. To akurat najmniej prawdopodobny scenariusz, choć trzeba przyznać, że PZPN już szedł jej w niedalekiej przeszłości na rękę - w ubiegłym roku przeniósł Superpuchar Polski do Warszawy, na neutralny teren, gdy Jagiellonia Białystok - tak jak Śląsk - odmówiła przyjęcia kibiców z Krakowa.

Do końca sezonu Wisła ma rozegrać jeszcze pięć meczów wyjazdowych. Na ten najbliższy, z Odrą Opole, jej kibice zostaną wpuszczeni na stadion, co zapowiedział sam prezydent miasta Arkadiusz Wiśniewski, który zaprosił prezesa Jarosława Królewskiego do łoża na wspólne śledzenie widowiska. „Niech wygra lepszy! Niech wygra sport i widowisko, na które czekają kibice” - napisał Wiśniewski.

Wisłę na pewno wpuści też zaprzyjaźniony z jej fanami Ruch Chorzów, i to w nadkomplecie, bo w drugiej połowie kwietnia planuje wypełnić Stadion Śląski. Tam pojawić może się nawet 15-20 tysięcy Wiślaków, tak jak w zeszłym roku.

Co z innymi meczami? Sympatyków Wisły zapraszają do siebie również Polonia Warszawa i Stal Rzeszów. Wszystko wskazuje na to, że z udziałem Krakowian odbędzie się spotkanie na kameralnym stadionie Polonii Bytom, którą tak jak inne kluby przestrzegł Cezary Kulesza. „Bojkotowanie zorganizowanej grupy kibiców gości, ale również bojkotowanie meczu nie będą metodami akceptowanymi przez PZPN. Będziemy w tej sprawie nieugięci i sięgniemy po wszelkie dostępne narzędzia, które położą kres temu procederowi” - napisał prezes związku.

©

„Duma Katalonii” sprawdzi angielskie „Sroki”. Szymon Marciniak wraca do gry

Paweł Wiśniewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Przed nami kolejne mecze rewanżowe 1/8 finału piłkarskiej Ligi Mistrzów. FC Barcelonę Roberta Lewandowskiego i Wojciecha Szczęsnego czeka poważne wyzwanie na Camp Nou.

Ubiegłotygodniowy mecz na stadionie St. James Park w Newcastle był bardzo trudny dla piłkarzy FC Barcelona, która wyrównała na 1:1 z rzutu karnego w samej końcówce.

Barcelona gra bardzo ofensywnie. Jej piłkarze trafiali do siatki w każdym z ostatnich 16 domowych meczów Ligi Mistrzów, strzelając średnio ponad trzy gole w spotkaniu, a łącznie w 28 z ostatnich 29 występów w tych rozgrywkach. Problemem może być natomiast, że nie zachowała czystego konta w ostatnich 12 spotkaniach.

Historia przemawia za Barceloną, która odniosła cztery zwycięstwa w sześciu potyczkach ze „Srokami” i była górą w pięciu

ostatnich rywalizacjach 1/8 finału przeciwko angielskim drużynom.

Newcastle w weekend pokonało na wyjeździe Chelsea 1:0, a zespół trenera Eddiego Howe'a przyjedzie do stolicy Katalonii po serii sześciu meczów bez porażki w Champions League.

Zaden z sześciu angielskich klubów nie odniósł zwycięstwa w pierwszych meczach 1/8 finału LM. Sędzią głównym rewanżowego spotkania FC Liverpool - Galatasaray na Anfield Road będzie Szymon Marciniak. ©

Liga Mistrzów, środa, 18 marca:

- FC Barcelona - Newcastle United (godz. 18.45). Pierwszy mecz 1:1;
- Bayern Monachium - Atalanta Bergamo (godz. 21.00). Pierwszy mecz 6:1;
- FC Liverpool - Galatasaray Sтамбул (godz. 21.00). Pierwszy mecz 0:1;
- Tottenham Hotspur - Atletico Madryt (godz. 21.00). Pierwszy mecz 2:5.



W pierwszym meczu z Newcastle Robert Lewandowski spędził na boisku 70 minut, lecz niewiele to dało...

Cojocar, Forenc, Mądrzyk... Seria dziwnych goli w Polsce

Jacek Czaplewski
redakcja@polskapress.pl

PIĘKA NOŻNA. Nie było ostatnio dnia bez kuriozalne bramki na szczeblu centralnym w Polsce. Niewytłumaczalne wpadki zaliczali zwłaszcza bramkarze, i to bynajmniej nie tylko młodzi.

Czarną serię zapoczątkował Konrad Forenc w sobotnie popołudnie. Gólkiper z przeszłością w ekstraklasie broni obecnie barw drugoligowego Podbeskidzia Bielsko-Biała. W pierw-

szej połowie wyjazdowego meczu z Hutnikiem Kraków dopuścił się podwójnego, absurdalnego błędu skutkującego bramką, która zaważyła o porażce.

Stracili kuriozalną bramkę

Jak to wyglądało? Otóż 33-letni Forenc próbował wznowić grę, ale zamiast podać do najbliższego kolegi, rzucił piłkę tak, że przejął ją Kacper Prusiński, który bez przyjęcia oddał skuteczny strzał. Bramkarz „Górali” mógł się

jeszcze zrehabilitować, jednak nie dał rady zatrzymać kozłującej kilkukrotnie futbolówki. - Straciliśmy kuriozalną bramkę - podsumował trener Marcin Włodarski, któremu ciężko było zaakceptować wynik, zważywszy, że jego podopieczni stworzyli sobie kilka dogodnych sytuacji. Forenc się nie tłumaczył.

Valentin Cojocar, 30-latek z ekstraklasowej Pogoni Szczecin, w równie dziwny sposób wpuścił bramkę. Przez niego drużyna musiała gonić wynik z Koroną Kielce, który ostatecz-

nie odwróciła w ostatniej akcji za sprawą drugiego gola Jose Pozo.

Co zrobił Cojocar? Po zblokowanym dośrodkowaniu w iście siatkarskim stylu podbił piłkę, która wylądowała w siatce. Miał czas, nie był pod presją rywali, a jednak dopuścił się takiego wstydlwego samobója. - Piłka prześlizgnęła mi się po rękawicy - tłumaczył potem w przerwie przed kamerą Canal+ Sport Rumun, co wypadło odnotować, na rozgrzewce zgłosił problem z nadgarstkiem, ale po interwencji sztabu

medycznego zdecydował się grać i bynajmniej podczas meczu nie uskarżał się na dyskomfort.

Zdumiewające rzeczy działy się również w bezpośrednim zapleczu ekstraklasy. GKS Tychy po zwolnieniu Łukasza Piszczka dalej zawodzi. Mało tego, gole strzela sobie sam. Ze Śląskiem Wrocław spektakularnego samobója zaliczył Kasjan Lipkowski, którego zwrótnego podania nie zatrzymał oślepiiony słońcem i zaskoczony kozłem na kiepskiej murawie bramkarz Jakub Mądrzyk.

Po meczu trener stracił pracę

Kuriozalne bramki padły jeszcze w drugoligowym meczu Olimpii Grudziądz z Zagłębiem Sosnowiec, zakończonym hokejowym wynikiem 7:1, po którym trener gości Wojciech Łobodziński stracił pracę. Co na to wszystko PZPN? Drugiego dna się nie doszukuje, ale dla pewności w niektórych przypadkach zasięgnął wiedzy u bukmacherów, czy aby nie odnotowali podejrzanym zakładów. ©

Ostre starcia Asseco Resovii. AZS pokonany. Jedzie Jastrzębie

Marek Bluż
sport@nowiny24.pl

SIATKÓWKA. Sezon zasadniczy PlusLigi już na ostatniej prostej. Trwa zacięta rywalizacja o miejsca w osemce oraz jak najlepsze rozstawienia przed play-off. W tej grze bierze udział Asseco Resovia.

Rzeszowianie walczą o jak najlepszą pozycję w ćwierćfinale. Mają do rozegrania jeszcze dwa mecze, oba u siebie - w czwartek z JSW Jastrzębskim Węglem (godz. 20) i w niedzielę (o 17.30) ze Ślepskiem Małow Suwałki. Z piątej pozycji, jaką obecnie zajmują mogą jeszcze „wyładować” nawet na trzeciej. Muszą wygrać za 3 punkty, co nie udało się z Indykpołem AZS-em Olsztyn.

Po zaciętej, wyrównanej walce, zwrotach akcji, seriach bombowych zagrywek, świetnych akcji i ogromnych emocjach, po 151 minutach Rzeszowianie pokonali Olsztynian 3:2. To była ostra gra. Resoviacy i akademicy z Kortowa postawili na mocną zagrywkę i „okładali się” nawzajem soczystymi ciosami. W drugiej i trzeciej odsłonie rywal ze swoim liderem - Moritzem Karlitzkiem, prowadził grę. Bojowo nastawieni goście wygrywali w meczu 2:1, ale gospodarze przełamali się, podnieśli skuteczność i jakości przeważyli szalę na swoją stronę. W czwartej odsłonie nasza drużyna grała z trzema przyjmującymi. Na boisku za Karola



Rzeszów - Olsztyn 3:2. To był hit ze świetnymi akcjami i asami (10 Resovia - 8 AZS)

Butryna/Jakuba Buckiego, którzy popełniali błędy, pojawił się Klemen Cebulj. To był dobry ruch Massimo Bottiego. Słoweńiec udanie wkomponował się w „odrodzoną” drużynę, która doprowadziła do tie-breaka. Rzeszowianie kontynuowali bardzo dobrą grę; zaczęli od 5:0. Goście odpowiedzieli na 5:4. Przy zmianie stron było 8:5. AZS znów nie odpuścił (10:9). Louati przy mierzył z zagrywki, a Szalupuk zamknął to świetnie i stojące na wysokim poziomie widowisko. MVP został Danny Demyanenko.

Momentami trochę falowaliśmy. Rywale często zagrywali mocno, co powodowało u nas

dłuższe przestoje. To nie tylko oni narzucali warunki - my też robiliśmy swoje - powiedział Paweł Cieślak.

Olsztyn był bardzo ciężkim przeciwnikiem. Rywale zagrali tak, jak się spodziewaliśmy. Nie udało się wszystkiego „załatwić” od samego początku, ale staliśmy mocno na boisku do samego końca. To dla nas bardzo ważne zwycięstwo. Najważniejsze, że wygraliśmy i przygotowujemy się do następnego meczu. W czwartek gramy bardzo ważne spotkania z Jastrzębiem. W jakim będziemy grać w składzie nie ma znaczenia, ważna będzie walka do samego końca i zwycięstwo, żeby punkty zo-

stały w Rzeszowie. Zapraszam, przyjdźcie na mecz, wspierajcie nas, będzie dobra atmosfera - powiedział Klemen Cebulj.

Będzie się działo. Andrzej Kowal ze swoją mocną ekipą walczy o play-off. Resoviacy ostatni raz wygrali z Jastrzębiem 2 marca 2019 roku. Dadzą radę zrobić to znów jutro?!

ASSECO RESOVIA - INDIKPOL AZS OLSZTYN 3:2 (25:23, 23:25, 19:25, 25:16, 15:11)

Resovia: Janusz, Butryn 11, Szalupuk 22, Demyanenko 14, Poręba 11, Louati 13, Zatorski (libero) oraz Shoji, Vasina, Bucki, Nowak, Cebulj 4. Trener Massimo Botti.

AZS: Tille 5, Karlitzek 25, Hadrava 7, Lipiński, Cieślak 11, Halaba 14, Ciunatis (libero) oraz Borkowski, Majchrzak 5, Szwarz 2, Kozub, Janikowski. Trener Daniel Pliński.

Są długi, będzie kontrola, (może) nowe władze

Michał Czajka
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | 4 LIGA. Sytuacja w Karpatach Krosno wciąż jest trudna - wkrótce w klubie ma być kontrola z urzędu miasta.

Przypomnijmy, że Karpaty nie dostały pieniędzy z miasta w związku z nieprawidłowościami przy wykorzystaniu dotacji, a co za tym idzie zaległymi zobowiązaniami finansowymi oraz złożeniem oświadczenia niezgodnego ze stanem faktycznym. W ostatnim spotkaniu z Igłopolcem Dębica zawodnicy pojawili się na boisku z 10-minutowym opóźnieniem. Nie jest już tajemnicą, że zaległości w wypłatach dla nich sięgają trzech miesięcy.

W poniedziałek odbyło się walne zebranie wyborcze, ale nie zostało ono dokończona. Zapadła natomiast decyzja o skiero-

waniu do miasta wniosku o kontrolę.

- To jest warunek, by stowarzyszenie zostało przejęte przez nowe osoby, a takowe się pojawiły - tłumaczy nam obecny prezes Bogdan Józefowicz. - Dzisiaj (tj. wtorek) przygotowujemy taki wniosek i zostanie on złożony w mieście - dodaje.

Jak się jednak dowiadujemy, nawet jeśli w krośnieńskim klubie pojawią się nowe władze, to nie stanie się to jakoś szczególnie szybko.

- Walne zostało przerwane, trzeba je dokończyć - wszystkie procedury trwają i my byśmy też chcieli, by to się stało od nowego sezonu - mówi Bogdan Józefowicz. - Ja nie jestem przyspawany do stołka - nie mam z tym problemu, ale jeśli będzie potrzebna jakaś pomoc, to jestem też do dyspozycji - dodaje.

W klubie na pewno klimat nie jest najlepszy (delikatnie mówiąc), ale jednak zawodnicy zde-

cydowali się wrócić do treningów.

- Do momentu meczu z Czarnymi wróciliśmy do treningów od dzisiaj (tj. wtorek), a później zobaczymy co się wydarzy w klubie - mówi nam zawodnik Karpat Michał Stasz.

Jak mówi prezes Józefowicz cały czas trwają poszukiwania sponsorów.

- Na pewno jest to sytuacja trudna i nie da się jej załatwić z dnia na dzień - przypominę, że z miasta nie dostaliśmy dotacji w wysokości 200000 zł - mówi. Czy jednak realny jest scenariusz, że Karpaty nie dokończą tego sezonu?

- Jeśli chodzi o niedokończenie sezonu, to przyznam szczerze, że my zawodnicy takich myśli nawet do siebie nie dopuszczamy - mówi Michał Stasz. - Oczywiście różne głosy krążą, ale uważam, że byłoby to najczarniejszy scenariusz i moim zdaniem mało prawdopodobny.

Zawodnikom na pewno jest łatwo skupić się tylko na grze, ale jak mówi nam Michał Stasz, w zespole są ludzie mocno ze sobą związani.

- Wiadomo, że sytuacja jest bardzo trudna i nie pomaga w spokojnym przygotowaniu się do meczów, ale powtórzę to co już nieraz mówiłem - tworzymy drużynę, w której większość z nas zna się i gra wspólnie już wiele lat. W tak trudnych momentach na pewno trochę łatwiej się zmotywować, gdy obok Ciebie gra kolega i daje z siebie 100%. Kolega, z którym łączą cię relacje nie tylko czysto zawodowe, ale również ludzkie. To z pewnością pomaga. Wydaje mi się, że ostatnim meczem pokazaliśmy, że nieważne co się dzieje to my wychodząc na boisko chcemy wygrać i zawsze dawać z siebie wszystko, a co przyniesie przyszłość i o co będziemy grać, to ciężko powiedzieć - podsumowuje. ©

Najlepsi zawodnicy klas O, A i B dostali nagrody od Podkarpackiego ZPN-u

Marcin Jastrzębski
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA. 39 statuetek dla Piłkarza Roku 2025 w ramach XXII Podkarpackiej Nike trafiło do wyróżnionych piłkarzy.

W poniedziałek (16 marca) w Hotelu Rzeszów odbyła się uroczystość wręczenia nagród dla najlepszych w klasach O, A, B w rozgrywkach prowadzonych przez Podkarpacki Związek Piłki Nożnej.

Kapituła gali, we współpracy z wszystkimi podokreślami nominowała po 3 najlepszych piłkarzy w każdej z klas rozgrywkowych, a następnie wyłoniła laureatów.

Gościem specjalnym gali był legendarny reprezentant Polski Jan Domarski. Łącznie w gali wzięło udział ponad 70 osób.

WYRÓŻNIENI NAJLEPSI PIŁKARZE 2025 ROKU:

Klasy O Dębica:

Szymon Zbierkowski - Radomyślanka Gey-er&Hosaja Radomyśl Wielki.

Klasy A Dębica:

Grzegorz Ostaszewski - LKS Głowaczowa.

Klasy B Dębica, Grupa 1:

Jakub Ortyl - Piast Wolica Piaskowa.

Klasy B Dębica, Grupa 2:

Bartłomiej Ryrński - Borowiec Straszęcina

Klasy O Jarosław:

Krzysztof Bociek - Pogoń-Sokół II Lubaczów.

Klasy A Jarosław:

Karol Wota - Dąb Dobkowice

Klasy A Przemysł:

Oskar Kuźmiński - Biało-Czerwoni Kaszycze

Klasy A Przeworsk:

Edwin Struś - MKS Kańczuga

Klasy A Lubaczów:

Sebastian Rogowski - Zdrój Horyniec-Zdrój

Klasy B Jarosław:

Kamil Bała - Pogórze Rokietnica

Klasy B Przemysł:

Arkadiusz Orzechowski - San Hurko-Hureczko

Klasy B Przeworsk:

Jakub Wasyluk - GKS GPR Zarzecze. Klasy B Lubaczów: Artur Serwatka - Zalew Stary Lubliniec

Klasy B Krosno:

Dawid Pietrzakiewicz - LKS Zarszyn

Klasy A Krosno, Grupa 1:

Krystian Jajko - Ekoball Stal II Sanok

Klasy A Krosno, Grupa 2:

Jakub Zima - Iwonka Iwoniec

Klasy A Krosno, Grupa 3:

Dariusz Bałut - Ostoja Kołaczyce

Klasy B Krosno, Grupa 1:

Witold Tarnolicki - Lotniarz Bezmiechowa

Klasy B Krosno, Grupa 2:

Bartłomiej Ołowiarczyk - Orion Pielnia

Klasy B Krosno, Grupa 3:

Mateo Ramirez Arredondo - LKS Wzdów

Klasy B Krosno, Grupa 4:

Tomasz Kolański - Guzikówka Krosno

Klasy B Krosno, Grupa 5:

Jakub Cyran - Wisłoka Nowy Zmigród

Klasy O Rzeszów:

Piotr Janda - KS Stobierna

Klasy A Rzeszów, Grupa 1:

Michał Chmiel - KS Przybyszówka

Klasy A Rzeszów, Grupa 2:

Dawid Stopyra - Astra Medynia Głogowska

Klasy A Rzeszów, Grupa 3:

Kamil Hul - Smoczanka Mielec

Klasy B Rzeszów, Grupa 1:

Piotr Nowak - Orzeł Wysoka Głogowska

Klasy B Rzeszów, Grupa 2:

Paweł Ruszała - KS Godowa

Klasy B Rzeszów, Grupa 3:

Bartłomiej Kłoda - Polonia Hyżne

Klasy B Rzeszów, Grupa 4:

Adam Kamiński - LKS Stobierna-Krzywe

Klasy B Rzeszów, Grupa 5:

Sławomir Foltak - Złotniczanka Złotniki

Klasy B Rzeszów, Grupa 6:

Marek Lewandowski - KS SMP Tuszyn

Klasy B Rzeszów, Grupa 7:

Tomasz Okoniewski - Artbud Werynianka Werynia

Klasy O Stalowa Wola:

Kacper Fusiarz - Pogoń Leżajsk

Klasy A Stalowa Wola, Grupa 1:

Michał Serafin - Łęg Stany

Klasy A Stalowa Wola, Grupa 2:

Dominik Story - Podlesianka Podlesie Kamień

Klasy B Stalowa Wola, Grupa 1:

Paweł Furtak - LZS Tarnowska Wola

Klasy B Stalowa Wola, Grupa 2:

Michał Fitoł - Rotunda Krzeszów

Klasy B Stalowa Wola, Grupa 3:

Marcin Tur - Grabniak Hucisko. ©



Najlepsi piłkarze z niższych lig naszego województwa odbierali nagrody z rąk Jana Domarskiego (nz. z prawej)

SPORT

www.sportowy24.pl

Z Kalisza trzeba wrócić z punktami - „Stalówka” odrabia ligowe zaległości

Kamil Górniak
sport@nowiny24.pl

PIŁKANOŻNA | BETCLIC 2 LIGA.
W środę w zaległym spotkaniu ligowym Stal Stalowa Wola zagra w Kaliszu z miejscowym KKS-em. To będzie bardzo ważny pojedynek dla obu drużyn.

KKS Kalisz w ligowej tabeli znajduje się w strefie spadkowej. Do tej pory środowy przeciwnik Stali Stalowa Wola zgromadził na swoim koncie zaledwie 19 oczek. Na wiosnę ekipa z Kalisza przegrała wszystkie trzy pojedynki i, mało tego, nie zdobyła nawet gola tracąc w sumie siedem bramek. Kaliszanie po raz ostatni po zwycięstwie w meczu ligowym sięgnęli 11 października, czyli ponad 5 miesięcy temu. Pokonali wtedy na wyjeździe GKS Jastrzębie. Z tą samą ekipą również po raz ostatni w lidze wygrali zielono-czarni. Zimą w Kaliszu doszło do kilku zmian kadrowych, a najważniejszą wydaje się być odejście filara obrony Mateusza Gawlika. W ostatnim spotkaniu ligowym nie mógł zagrać doświadczony Bartosz Kiełba, lecz na mecz ze Stalą już będzie do dyspozycji trenera Damian Nowak. Z kolei czerwone kartki w ostatniej potyczce ujrzeni Krystian Derkacz oraz Nikodem Zawistowski i ich zabraknie w środowych zawodach.

Zielono-czarni podobnie jak ich najbliżsi rywale nie mają

ostatnio najlepszej serii. W trzech pierwszych meczach w lidze na wiosnę zdobyli zaledwie jeden punkt, u siebie z Podhalem Nowy Targ. Dwie kolejne potyczki przegrali. Po ostatnim spotkaniu z rezerwami Śląska Wrocław bardzo rozgoryczony był szkoleniowiec Stali Maciej Musiał. Z tonu wypowiedzi trenera na konferencji prasowej dało się wyczuć, że chciałby zrezygnować w pracy w Stalowej Woli. Ostatecznie poprowadzi on zielono-czarnych w dwóch najbliższych pojedynkach. O tym, jakie będą dalsze losy trenera zapewne zadecydują wyniki meczów z KKS Kalisz i Świttem Szczecin.

Stal, która miała wysokie cele na obecny sezon znajduje się blisko strefy spadkowej i każda kolejna porażka może właśnie zepchnąć ją na miejsce, które powodują degradację. Nie wiadomo, co jest przyczyną słabszej dyspozycji zawodników. Wielu fanów w hutniczym mieście bardzo się martwi, co będzie dalej. Mało kto wierzy w spadek, aczkolwiek po ostatnich potyczkach sytuacja Stalówki wygląda coraz gorzej. Niewątpliwie być może wygrana i przełamanie da zespołowi bodziec i zielono-czarni zamzną pięć się w górę ligowej tabeli. Jesienią w Stalowej Woli wygrała Stal 1:0. Środowy pojedynek będzie można zobaczyć w aplikacji TVP Sport. Początek zawodów w Kaliszu przewidziano na godzinę 17. ©



Aktualnie w klubie ze Stalowej Woli humory na pewno nie dopisują - czy zmieni się to po starciu w Kaliszu?

PIŁKA NOŻNA | BETCLIC 1 LIGA

Dwóch zawodników odeszło ze Stali Mielec

Natan Niedźwiedź (nz. obok) i Matvii Yanchuk nie są już zawodnikami Stali Mielec. 19-letni Niedźwiedź zdążył już zadebiutować w nowym klubie - pomocnik przeniósł się do litewskiego Hegelmana Kowno gdzie zagrał w rezerwach. W Stali zaliczył w tym sezonie 11 występów. Yanchuk to również pomocnik, ale nie dane było 18-latkowi zadebiutować w barwach mieleckiego klubu.



FOT. FKS STAL MIELEC

PIŁKA NOŻNA | KLASA A

Nowy klub Jędryasa
Doświadczony napastnik Mateusz Jędryas został nowym zawodnikiem Wisłoka Strzyżów. 36-latek jest wychowankiem Stali Rzeszów, a grał też m. in. w Sokole Sieniawa czy Wisłoce Dębica.

DevelopRes gra z Eczacibasi. Widowisko jakiego nie było!

Marek Bluż
sport@nowiny24.pl

SIATKÓWKA | LIGA MISTRZYŃ.
- W środę gramy wyjątkowy mecz. Potrzebujemy Waszego wsparcia - apelują do kibiców siatkarki DevelopResu, które zmierzą się dziś na Podpromiu z Eczacibasi Stambuł.

Rzeszowianki tydzień temu w pierwszym ćwierćfinałowym spotkaniu Ligi Mistrzyń przegrały w Stambule ze słynnym Eczacibasi Dynavit 1:3. Mistrzyni Polski postawiły się jednej z najmocniejszych klubowych drużyn w Europie. Wygrały pierwszego seta, a w czwartym były bliskie doprowadzenia do tie-breaka. Dziś o godzinie 20.30 będą gospodyniami rewanżu. Jak im pójdzie? Zdecydowanym faworytem jest ekipa z nad Bosforu, zwłaszcza, że stanie do drugiego starcia z cennym zwycięstwem za trzy punkty i ma ogromny potencjał sportowy, o czym przekonały się Rysice w minioną środę. Stawka jest wysoka, bo zwycięzca rywalizacji awansuje do turnieju finałowego Ligi Mistrzyń 2026, który zostanie rozegrany w Stambule w dniach 2-3 maja.

„Dzisiaj pokazałyśmy, że stać nas na więcej grając przeciwko nim. Przed własną publicznością pokażemy jak dobrym zespołem jesteśmy” - zapowiadała jeszcze w Stambule po porażce Laura Heyrman, środkowa DevelopResu.



FOT. KS DEVELOPRES RZESZÓW

Siatkarki KS DevelopRes Rzeszów w rewanżowym meczu ćwierćfinałowym Ligi Mistrzyń z Eczacibasi Dynavit Stambuł staną dziś wieczorem przed ogromnym wyzwaniem

Po bardzo przyzwoitym występie DevelopResu w pierwszym pojedynku z 23-krotnym mistrzem Turcji i wielu pozytywnych opiniach, przyszedł mocno niefortunny mecz derby w Mielcu z ITA Tools Stalą w Tauron Lidze przegrany w słabym stylu 1:3. Trzeba mieć nadzieję, że porażka ta wywołała tylko pozytywny „wstrząs” i bardziej mobilizująco wpłynie na rzeszowską drużynę przed wieczornym pojedynkiem i rozegra ona partię na jaką

ją stać i jeszcze bardziej postawi się gigantowi z Turcji.

Rzeszowianki, aby przedłużyć nadzieje na awans do Final Four i doprowadzić do złotego seta muszą wygrać dziś 3:0 lub 3:1. Nikt nie pompuje balonika, bo po co? Kibice oczekują na emocje i dobry mecz. Siatkarki zapraszają swoich fanów, bo pełne Podpromie potrafi dodać animuszu i wiary oraz wyzwolić dodatkowe siły. Niech dla dobra widowiska tak się stanie. Niech Magdalena Stysiak, znakomita reprezen-

tanka Polski w teamie Eczacibasi i słynnej jej klubowej koleżanki napotkają na duży opór. Co będzie jeszcze? Zobaczycie, jeżeli przyjdziecie dziś na Podpromie, albo będziecie zaciskać kciuki przed telewizorem (transmisja na żywo w Polsacie Sport 1). „Postaramy się, żeby oprawa tego spotkania współgrała z rangą wydarzenia. Razem z Wami chcemy zrobić widowisko jakiego na Podpromiu jeszcze nie było” - czytamy w mediach społecznościowych KS DevelopRes. ©

Wisłoka zaprasza na zaległy mecz z Cracovią

Tomasz Ryzner
sport@nowiny24.pl

PIŁKA NOŻNA | BETCLIC 3. LIGA.
Wisłoka odrobi dziś zaległości z 18. kolejki, inaugurując rundę rewanżową. Dębiczanie podejmą Cracovię II.

Jesienią, dokładnie 21 listopada, spotkanie zostało odwołane. W Dębicy padał śnieg, śnieg z deszczem i murawa stadionu przy Parkowej nie bardzo nadawała się do gry. Dziś mecz dojdzie do skutku - wedle prognoz ma świecić słońce.

- Boisko w niektórych miejscach wciąż pozostawia trochę do życzenia, ale mamy oczywiście nadzieję, że zdobędziemy na nim kolejne punkty - zaznacza trener Bartosz Zołtar, który w sobotę cieszył się ze swą drużyną z wygranej 1:0 ze Świdniczką i tym samym ze zdobycia pierwszego kompletu „oczek” w tym roku. - Mielśmy sporo okazji, mogliśmy strzelić więcej bramek, ale na razie nie możemy jakoś złapać większej skuteczności w ataku - komentuje coach dębickiego zespołu.

Dwa gole w trzech meczach to może niewiele, ale dały one Wisłoce 5 punktów. Cracovia weszła w rundę słabutko - w trzech meczach też zdobyła 2 bramki, ale straciła ich aż 9 i w tym roku nie powąchała jeszcze punktów.

- Mecz odbywa się w środku tygodnia, dlatego nie wykluczam, że po drugiej stronie pojawią się jakieś wzmocnienia z ekstraklasy. Pierwszy zespół ostatnio cieniuje, dlatego, kto wie, może ktoś zostanie zesłany do rezerwy - uśmiecha się coach Biało-Zielonych.

W Rącznej, gdzie krakowianie rozgrywają mecze, dębiczanie zremisowali na inaugurację sezonu 1:1. Mieli niedosyt, bo rywal wyrównał w 86. minucie. - To młody, wybiegany zespół. Próbuje wysoko podchodzić, grać agresywnie. Liczę, że otworzymy się mocniej w ataku, pójdziemy za ciosem i zgarniemy kolejne punkty - dodał trener Wisłoki.

Jeśli dębiczanie wygrają, zrównają się punktami z Podlasiem, ale pozostaną na 10. miejscu w tabeli. Mecz rozpocznie się o godzinie 18.00. ©