DZIŚ SPECJALNY DODATEK
MISTRZOWIE SMAKU
A W NIM PREZENTUJEMY LAUREATÓW AKCJI

Nr ISSN 0137-9534
Nr indeksu 3503 62

www.nowiny24.pl

Nr 224 (21 931) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT)

Środa 18.11.2026

nowiny

77 lat

INWESTYCJE
Radni z Soliny dali zielone światło dla budowy kliniki uzdrowiskowej w Polańczyku. Korzyści z inwestycji? 140 miejsc pracy, nowoczesna baza lecznicza i szansa na przyciągnięcie pacjentów z Polski – str. 7

ZDROWIE
Nieleczona cukrzyca sieje spustoszenie w całym organizmie. Polecamy 13 uzdrowisk – gdzie warto wybrać się jesienią

Relaks
Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Interwencje

Nie pozwolimy, aby samochody rozjeździły naszą ulicę

200 mieszkańców ul. Ropczyckiej w Rzeszowie podpisało protest przeciwko planom miasta przebudowy drogi
– Str. 5

Ważne sprawy

Fala uchodźców z Ukrainy może dotrzeć do Przemyśla

Rosyjskie ataki na ukraińskie linie energetyczne mogą doprowadzić do kolejnego dużego napływu uchodźców do Polski
– Str. 4

W pożarze stracili swój rodzinny dom. Trwa zbiórka pieniędzy, która ma pomóc rodzinie z Wielopola Skrzyńskiego **– Str. 6**

18-letni złodziej ukrył się w toalecie. Gdy obsługa opuściła stację benzynową, ukradł 47 tys. zł i papierosy. Szybko został zatrzymany przez policję **– Str. 4**


FOT. POLICJA

Niezwykły projekt

To będzie prawdziwy hit! W Rzeszowie ma powstać najszybsza w Europie tyrolka

Kinga Dereniowska

Rzeszowski drapacz chmur już stał się ogromną atrakcją zarówno dla Rzeszowian, jak i turystów. Ledwo otworzona została kawiarnia w chmurach, a już w planach jest tyrolka z najwyższego piętra Olszynki Park.

Od dwóch tygodni na 38. piętrze Olszynki Park działa już kawiarnia The View. Przy kawie goście mogą podziwiać panoramę Rzeszowa z lotu ptaka. Aby wjechać na górę, należy wykupić bilet wstępu. Od wtorku do piątku bilet kosztuje 15 zł, a w sobotę i niedzielę – 20 zł. Na górę wjeżdża się przeszkloną windą, a dzięki temu, że budynek stoi w samym centrum, można stamtąd oglądać miasto z każdej strony.

Na wyższym piętrze znajduje się galeria The View. Obecnie można tam oglądać wystawę fotografii Jana Skwary zatytułowaną „Aghorii. Portret przeszłości". Wystawę przygotowali pracownicy Galerii Fotografii Miasta Rzeszowa.

Jak przekazał Nowinom przedstawiciel firmy Apklan, jest plan na kolejną wielką atrakcję turystyczną.

Najwyższa tyrolka w Europie

Tyrolka, czyli zjazd na stalowej linie zawieszonej nad Wisłokiem, ma prowadzić aż pod sam most Naruszewicza, zwany przez mieszkańców tęczowym. Ma mieć 674 metry długości i być najszybszą w Europie. Użytkownicy będą zjeżdżać z 41. piętra Olszynki Park. Na razie nie wiadomo, kiedy tyrolka miałaby ruszyć. Na użytkowanie działki przy Wisłoku miała zgodzić się Rada Miasta Rzeszowa podczas październikowej sesji. Stosowny projekt uchwały pojawił się w harmonogramie obrad. Niespodziewanie Konrad Fijołek go wycofał.


FOT. PAWEŁ ŁDUBIEL

Tyrolka ma mieć 674 metry długości i być najszybszą w Europie. Użytkownicy będą zjeżdżać z 41. piętra Olszynki Park w stronę mostu Naruszewicza.

Prezydent Rzeszowa: Chcemy takich atrakcji

O powody tej decyzji zapytaliśmy Konrada Fijołka. Zapewnia on, że pomysł rzeszowskiego dewelopera bardzo mu się podoba.

– Chcemy takich atrakcji w Rzeszowie. Jestem bardzo wdzięczny pomysłodawcy, że chce coś takiego w naszym mieście zorganizować – zachwala prezydent Rzeszowa w rozmowie z Nowinami.

Choć Konrad Fijołek pomysł wspiera, to na drodze ku najszybszej tyrolce w Europie pojawił się pewien problem. Działkę, na której według projektu miałby kończyć się zjazd, miasto przeznaczyło już pod inny cel.

– Mamy tam projekt unijny, gdzie chcemy urządzać zieleń. Zdjąłem tę uchwałę, ponieważ chcemy lepiej skomponować tę dolną stację tyrolki w ten nasz projekt, aby nie był on zagrożony – wyjaśnia prezydent Rzeszowa.

Zapowiada on, że prawdopodobnie wróci z projektem uchwały na najbliższą sesję.

– Być może przeniesiemy tę stację na sąsiednią działkę – zastanawia się Konrad Fijołek. – Rozwiążemy ten problem – zapewnia.

Najwyższy budynek w Rzeszowie

Olszynki Park to najwyższy budynek w Rzeszowie, mający 41 pięter. Wraz z iglicą ma 220,67 metra wysokości, co czyni go najwyższym budynkiem mieszkalnym w Polsce. W klasyfikacji najwyższych budynków w Polsce zajmuje on trzecie miejsce. Wyprzedzają go: Varso Tower w Warszawie (310 metrów) oraz Pałac Kultury i Nauki (237 metrów). W dolnych częściach kompleksu znajduje się centrum handlowo-usługowe. Są tam m.in. restauracja czy siłownia.

Olszynki Park wzbudza zainteresowanie od samego początku swojego powstawania. Montaż iglicy na samej górze oglądał praktycznie cały Rzeszów. Właściciel musiał wynająć specjalnie do tego typu prac przeznaczony helikopter.

W maju budynek znowu znalazł się w centrum uwagi, gdy Adrian Bartecki oddał kilka skoków ze spadochronem z dachu budynku w ramach charytatywnej akcji dla chorego Krystiana.

Wańkowa

Najdłuższy w Polsce i Europie Środkowo-Wschodniej dwulinowy zjazd tyrolski funkcjonuje na Podkarpaciu w Ośrodku Narciarskim BIESZCZAD.ski Wańkowa. Ta niezwykła atrakcja oferuje nie tylko zapierające dech w piersiach widoki na bieszczadzkie wzgórza, ale także niezapomniane wrażenia z szybkiej jazdy, będąc podwieszonym do liny 48 metrów nad ziemią na długości 1350 metrów.

eprasa.pl aa3ff74a9f

POLECAMY

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

18.11.2026
Środa

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

NOWINY24

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

www.nowiny24.pl

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

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

BIESZCZADZKI ODDZIAŁ STRAŻY GRANICZNEJ

Awanse i odznaczenia dla pograniczników

opr. NZ

Bieszczadzki Oddział Straży Granicznej uczcił na uroczystym apelu Narodowe Święto Niepodległości.

W uroczystości wziął udział prezydent Przemyśla Wojciech Bakun, gościem spotkania była również Teresa Kubas-Hul, wojewoda podkarpacki

Z okazji przypadającego na 11 listopada Dnia Pracownika Straży Granicznej wręczono awanse, medale i odznaczenia. Uroczystość była okazja do uhonorowania wyróżniających się funkcjonariuszy oraz pracowników. Wręczono m.in. Medale za Zasługi dla Straży Granicznej, Medale za Zasługi dla Obronności Kraju, Odznaki SG oraz Odznaki za Ochronę Granicy Rzeczypospolitej Polskiej.

Z okazji Święta Niepodległości 34 funkcjonariuszy korpusu oficerów uzyskało awanse na kolejne stopnie. 93 strażników granicznych zostało mianowanych na wyższe stopnie w korpusie chorążych oraz 243 w korpusie podoficerów.



FOT. BIOSG

Uhonorowano wyróżniających się funkcjonariuszy oraz pracowników

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Nowiny”

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.nowiny24.pl

POGODA

dziś
11°C/7°C

jutro
12°C/7°C

NASZ PATRONAT

Sala pękała w szwach. Kobiety nie tylko marzą o lepszym jutrze. One je tworzą

Urszula Sobol

Teatr Maska w Rzeszowie wypełnił się uczestniczkami Konferencji Kobieta Jutra. Panie z całego regionu spotkały się, by rozmawiać o rodzinie, rozwoju, społecznej odpowiedzialności i kobiecej sile, która inspiruje do działania i zmieniania świata na lepsze.

Konferencja była okazją do rozmowy o sprawach ważnych dla kobiet, rodzin i lokalnych społeczności. Uczestnicy wysłuchali inspirujących historii o sile relacji oraz znaczeniu wzajemnego wsparcia. Ważnym tematem były również rodziny zastępcze i potrzeba tworzenia nowych domów dla dzieci. Podkreślano, że w Rzeszowie wciąż brakuje rodzin gotowych podjąć się tej odpowiedzialnej i niezwykle potrzebnej misji.

W programie znalazły się także zagadnienia związane ze zdrowym stylem życia i aktywnością fizyczną, która pomaga zachować energię oraz równowagę w codziennym życiu. Uczestnicy rozmawiali o sztucznej inteligencji i jej coraz większym wpływie na pracę, edukację i funkcjonowanie społeczeństwa.

Nie zabrakło przy tym osobistych świadectw, wzruszających historii i rozmów pokazujących, że kobieca siła przejawia się zarówno w życiu zawodowym, jak i w codziennej trosce o drugiego człowieka.

Wydarzenie uzupełniła część artystyczna przygotowana przez SZPiT „Połoniny”, a także koncert laureatki Carpathia Festival 2026 Kasi Kokoryn.

Anna Skiba, organizatorka konferencji podkreślała, że celem spotkania było nie tylko dzielenie się wiedzą i doświadczeniem, ale także budowanie przestrzeni do rozmowy, wzajemnej inspiracji i tworzenia społeczności ludzi, którym bliskie są wartości takie jak rodzina, odpowiedzialność i wzajemna życzliwość. ©℗



FOT. ARCHIWUM A.SKIBA

Pełna sala i ogromne zainteresowanie. Konferencja Kobieta Jutra przyciągnęła setki uczestników z całego województwa



FOT. ARCHIWUM A.SKIBA

Jednym z najcenniejszych elementów spotkania była wymiana doświadczeń i inspirujących historii kobiet z Podkarpacia



FOT. ARCHIWUM A.SKIBA

Artystycznym otwarciem Konferencji Kobieta Jutra był występ zespołu „Połoniny”, nagrodzony gromkimi brawami publiczności

eprasa.pl aa3ff74a9f

ZDROWIE

Chirurdzy w szpitalu w Brzozowie przeprowadzili pierwsze zabiegi z użyciem robota da Vinci

Szpital Specjalistyczny w Brzozowie już przygotowuje się do zakupu własnego robota chirurgicznego.

Ewa Gorczyca



FOT. SZPITAL W BRZOZOWIE

Robot realizuje polecenia chirurga, przenosząc ruchy jego dłoni z mikroskopijną dokładnością

Szpital otrzymał prawie 300 milionów złotych na inwestycje, związane z nowoczesnym leczeniem onkologicznym, w ramach programu SIS-Onko. Te fundusze pozwolą nie tylko na rozbudowę i modernizację obiektów szpitala, ale także na zakup nowoczesnych urządzeń medycznych. Jednym z nich ma być robot chirurgiczny.

- Otrzymaliśmy od różnych firm oferty dotyczące przetestowania systemów. Wybraliśmy firmę Synketik, która zaoferowała montaż urządzenia na sali operacyjnej, co stworzyło możliwość realnego prowadzenia zabiegów, a nie tylko prezentacji jego działania, na przykład na fantomach. Firma zaoferowała także wsparcie w przygotowaniu lekarzy do prowadzenia operacji w asyście robota - tłumaczy Tomasz Kondraciuk, dyrektor szpitala w Brzozowie.

Jak dodaje, bezpłatne użyczenie robota nie jest zobowiązaniem do jego zakupu. Ale pozwala na zapoznanie się z technologią, bez obciążania budżetu szpitala.

Z robotem pracuje certyfikowany zespół dwóch lekarzy z oddziału chirurgii onkologicznej. To Marcin Paczosa (operator konsolowy) i Krzysztof Petryk (asystent operatora). Przeszli cykl szkoleń w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Lublinie, końcowy egzamin zdali w Londynie.

Jak podkreśla Marcin Paczosa, zespół jest dobrze przygotowany do operowania, a pacjenci mogą czuć się bezpiecznie, bo technologia w rękach doświadczonych chirurgów nie jest eksperymentem. Jak tłumaczy – przejście na robota to kwestia adaptacji i przełożenia wieloletniego doświadczenia z chirurgii tradycyjnej oraz laparoskopowej na nowe, bardziej precyzyjne narzędzie.

Pierwszymi operowanymi byli chorzy z nowotworami jelita grubego.

- Zabiegi z tego zakresu są refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia. NFZ refunduje obecnie trzy rodzaje operacji, wykonywanych przy pomocy robota. Pozostałe dotyczą nowotworów urologicznych i ginekologicznych - mówi dyrektor Tomasz Kondraciuk.

Brzozowski ośrodek już przygotowuje się do realizacji świadczeń z zakresu onkologii ginekologicznej. Operacje raka macicy z użyciem robota medycznego są refundowane przez NFZ, szpital chce zapewnić swoim pacjentkom taką możliwość leczenia.

- Nawiązaliśmy kontakt z prof. Tomaszem Kluzem, kierownikiem Kliniki Ginekologii, Ginekologii Onkologicznej i Położnictwa w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Rzeszowie i konsultantem wojewódzkim w dziedzinie ginekologii onkologicznej. Ma ogromne doświadczenie w dziedzinie chirurgii robotycznej i jest zarazem proktorem, czyli specjalistą uprawnionym do certyfikowania lekarzy operujących przy użyciu robota - mówi Tomasz Kondraciuk.

Szkolenie rozpoczął już dwuosobowy zespół lekarzy-ginekologów. Certyfikuje się także jeszcze jeden zespół chirurgów.

- Na razie nasze warunki lokalowe nie pozwalają na wykonywanie dużej liczby zabiegów w asyście robota. Mamy tylko pięć sal operacyjnych. Po rozbudowie szpitala będzie ich więcej. Powstanie też specjalna sala przeznaczona dla robota - zapowiada dyrektor Kondraciuk.

Urządzeniem, użyczonym przez firmę Synketik, ośrodek będzie dysponował co najmniej do końca roku. Pozwoli to na przeprowadzenie 20-25 zabiegów.

-Gdy będziemy mieć własny sprzęt, planujemy 180 zabiegów rocznie - mówi Tomasz Kondraciuk.

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORANGE 0011610592

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

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



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

Telefon dla siebie, a drugi dla bliskiej osoby

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

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

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

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

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

Internet i telewizja jako uzupełnienie domowej oferty

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

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

Rozwiązania przygotowane z myślą o przedsiębiorcach

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

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

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

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

eprasa.pl aa3ff74a9f

JAROSŁAW, RZESZÓW

Schował się w toalecie i ukradł 47 tys. zł

kod

Pieniądze zaczął wydawać niemal od razu. Kupił m.in. zegarek, laptop, hulajnogę i nowe ubrania. Jego wolność nie trwała jednak długo.

Do zdarzenia doszło na stacji paliw w Jarosławiu. Według ustaleń policji młody mężczyzna tuż przed zamknięciem wszedł do toalety przeznaczonej dla osób z niepełnosprawnościami.

Pracownice kończące zmianę zamknęły sklep, nie zdając sobie sprawy, że klient wciąż znajduje się w środku.

Kiedy budynek opustoszał, 18-latek opuścił toaletę i zaczął szukać pieniędzy. Dostał się do pomieszczenia, w którym przechowywana była gotówka.

Spakował banknoty do foliowego worka i opuścił budynek. Jak ustalili śledczy, zabrał również liquidy do e-papierosów. Ze stacji zniknęło ponad 47 tys. zł.

Kryminalni szybko ustalili, kto stoi za kradzieżą. Trop doprowadził ich do 18-letniego mieszkańca Jarosławia.

Ten część pieniędzy zdążył już wydać. Na liście zakupów znalazły się między innymi ubrania, posiłki w restauracjach, zegarek, bransoletka, laptop oraz hulajnoga. Policjanci zabezpieczyli przedmioty kupione za skradzione pieniądze.

Do zatrzymania doszło na dworcu PKP w Rzeszowie. W akcji uczestniczyli funkcjonariusze z Jarosławia oraz policjanci z Wydziału Poszukiwań i Identyfikacji Osób oraz Wydziału Kryminalnego Komendy Wojewódzkiej Policji w Rzeszowie.

Przy zatrzymanym znaleziono jeszcze blisko 11 tys. zł gotówki. Towarzyszyły mu również dwie osoby nieletnie.

18-latek trafił do policyjnej izby zatrzymań i usłyszał zarzut kradzieży. Przyznał się do popełnienia czynu. Grozi mu kara do 5 lat pozbawienia wolności.

0011614500

Pani Krystynie Pisarek
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
Mamy
składają
Zarząd oraz koleżanki i koledzy
ze Spółdzielni Mieszkaniowej „Nowe Miasto" w Rzeszowie

0011614603

Drogiemu Koledze
Mieczysławowi Potocznemu
wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci
MAMY
składają
Dyrektor oraz koledzy i koleżanki
z Teatru im. Wandy Siemaszkowej w Rzeszowie

REKLAMA 0011606237



WAŻNE SPRAWY

Fala uchodźców z Ukrainy może dotrzeć do Przemyśla. Rząd analizuje różne scenariusze

Rosyjskie ataki na ukraińskie linie energetyczne mogą oprowadzić do kolejnego dużego napływu uchodźców do Polski.

oprac. Łukasz Solski



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Przemyśl. W 2022 roku po rozpoczęciu wojny na Ukrainie Polska uruchomiła punkty recepcyjne przeznaczone dla osób uciekających przed rosyjską agresją

Nadchodząca zima może okazać się dla mieszkańców Ukrainy najtrudniejsza od początku wojny. Eksperci ostrzegają, że w przypadku masowego exodusu do naszego kraju mogłoby przyjechać nawet 2,5 mln osób. Polski rząd analizuje trzy możliwe scenariusze i przygotowuje się również na najbardziej niekorzystny wariant.

Rosyjskie wojska coraz częściej uderzają w obiekty odpowiedzialne za dostawy energii i ciepła na Ukrainie. Celem ataków są nie tylko elektrownie i infrastruktura ciepłownicza, ale również linie przesyłowe, wodociągi oraz systemy kanalizacyjne. Zdaniem ekspertów działania te mogą doprowadzić do sytuacji, w której funkcjonowanie największych ukraińskich miast stanie się bardzo trudne, a nawet niemożliwe.

Krzysztof Nieczypor z Ośrodka Studiów Wschodnich ocenia, że Rosja dąży do wywołania blackoutu i katastrofy humanitarnej. Długotrwały brak ogrzewania, energii elektrycznej i dostępu do podstawowych usług komunalnych może zmusić mieszkańców do opuszczenia swoich domów.

Skala ewentualnej migracji może być bardzo duża. Jak informuje „Rzeczpospolita", ppłk Maciej Korowaj, były oficer Służby Wywiadu Wojskowego, uważa, że możliwy exodus mieszkańców ukraińskich miast może przewyższyć falę uchodźców, która pojawiła się po rozpoczęciu rosyjskiej inwazji w 2022 roku.

2,5 mln uchodźców może trafić do Polski

Według rozmówcy gazety szczególnie duże znaczenie mają sytuacje w Kijowie i Odessie. W obu miastach mieszka łącznie około 4,5 mln ludzi. Jeżeli warunki życia znacząco się pogorszą, część mieszkańców może zdecydować się na wyjazd za granicę.

W takim przypadku Polska może ponownie stać się jednym z głównych kierunków ucieczki Ukraińców. Szacunki przywoływane przez „Rzeczpospolitą" wskazują, że do naszego kraju mogłoby przyjechać nawet 2,5 mln osób.

Nie oznacza to jednak, że taki rozwój wydarzeń jest przesądzony. Obecnie rząd uznaje masowy napływ uchodźców za najmniej prawdopodobny spośród analizowanych wariantów. Sytuacja pozostaje jednak monitorowana ze względu na skalę zagrożenia i możliwe skutki rosyjskich ataków.

Służby monitorują granicę

Jak ustaliła „Rzeczpospolita", Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji przygotowuje się na trzy możliwe sytuacje.

- Pierwsza zakłada, że nie dojdzie do kolejnego napływu uchodźców.
- Druga przewiduje przyjazd Ukraińców, którzy mają w Polsce rodziny i będą mogli znaleźć u nich schronienie.
- Trzeci wariant zakłada masową migrację ludności z Ukrainy.

Resort zapewnia, że bierze pod uwagę również najbardziej wymagający scenariusz. Wojewodowie przeprowadzili już inwentaryzację dostępnej infrastruktury oraz zasobów, które mogłyby zostać wykorzystane w przypadku zwiększonej liczby przyjeżdżających osób.

Sytuację na granicy polsko-ukraińskiej obserwuje również Straż Graniczna. Działania służb mają pozwolić na odpowiednio szybkie reagowanie, jeśli liczba osób szukających schronienia w Polsce zacznie gwałtownie rosnąć.

Wiceminister:Nie ma sytuacji alarmowej

Wiceminister spraw wewnętrznych Maciej Duszczyk, cytowany przez „Rzeczpospolitą", wskazuje, że najbardziej prawdopodobny jest obecnie przyjazd Ukraińców mających w Polsce bliskich.

Jak zaznaczył, „pojawiają się już pojedyncze pytania o możliwość schronienia się w Polsce na zimę".

Jednocześnie przedstawiciel rządu podkreśla, że na ten moment nie ma powodów do ogłaszania stanu alarmowego. Duszczyk wyraził opinię, że „nie ma obecnie sytuacji alarmowej".

Dwa punkty recepcyjne dla uchodźców nadal działają

Przygotowania do ewentualnego kolejnego napływu uchodźców odbywają się w warunkach innych niż w 2022 roku. Po rozpoczęciu pełnoskalowej wojny na Ukrainie Polska uruchomiła liczne punkty recepcyjne oraz miejsca przeznaczone do masowego zakwaterowania osób uciekających przed rosyjską agresją.

Większość tych obiektów została już jednak zlikwidowana. Jak podaje „Rzeczpospolita", obecnie w Polsce funkcjonują dwa punkty recepcyjne.

Znajdują się one w Przemyślu (dworzec PKP) i Lublinie. To właśnie te miejsca pozostają częścią infrastruktury przygotowanej do przyjmowania uchodźców z Ukrainy. ©℗

eprasa.pl aa3ff74a9f

SYGNAŁ OD CZYTELNIKÓW

Mieszkańcy protestują przeciwko rozbudowie drogi. Boją się drastycznego zwiększenia ruchu

200 mieszkańców ul. Ropczyckiej podpisało protest przeciwko planom udrożnienia połączenia drogowego w kierunku ronda Coopera i ul. Technologicznej. Wąska, bez chodnika i oświetlenia ulica może stać się skrótem dla kierowców.

Wojciech Tatara

Mieszkańcy podkreślają, że ul. Ropczycka ma miejscami zaledwie około 2,6 metra szerokości, a samochody mają problem z bezpiecznym rozminięciem. W przesłanych do władz miasta dokumentach zwracają uwagę, że zwiększenie ruchu mogłoby stworzyć poważne zagrożenie dla pieszych, rowerzystów i dzieci. Protestują przeciwko wykorzystaniu ulicy jako alternatywnej trasy dojazdowej obsługującej rozwijające się osiedla mieszkaniowe i tereny gospodarcze.

Temat został poruszony podczas sesji Rady Miasta przez radną Annę Woźniak-Kunicką. Apelowała o wstrzymanie działań do czasu znalezienia kompleksowego rozwiązania problemów komunikacyjnych w tej części miasta.

– Chodzi o ulicę Ropczycką, bo tam jest kawałek działki miejskiej. - mówiła radna. - Na radzie osiedla wpłynęło pismo z 197 podpisami z protestem. Było bardzo dużo mieszkańców z ul. Ropczyckiej, którzy tłumaczyli, że planowane przez miasto zmiany pogłębią zagrożenie na wąskiej drodze, gdzie już teraz jest niebezpieczne.



FOT. ARCHIWUM

Mieszkańcy: ul. Ropczycka jest zbyt wąska dla dużego ruchu pojazdów

Mieszkańcy osiedla oczekują spotkania z władzami miasta oraz wstrzymania wszelkich prac związanych z udrażnianiem połączenia.

- Chcemy się tu spotkać z mieszkańcami i panem prezydentem, aby wstrzymać te prace i żeby to bezpieczeństwo było zachowane. Dopóki nie będzie innych rozwiązań na udrożnienie ulicy Ceramicznej, dopóki nie będzie obwodnicy czy otworzonego szlabanu na ul. Miłocińskiej, bardzo proszę, żeby wstrzymać decyzję z udrożnianiem ul. Ropczyckiej, bo ona absolutnie nie jest dostosowana do takiego zwiększonego ruchu – argumentowała Anna Woźniak-Kunicka.

Do obaw mieszkańców odniósł się prezydent Rzeszowa. Zapewnił, że miasto nie podjęło decyzji o rozpoczęciu inwestycji, a pojawienie się słupków w terenie miało jedynie charakter techniczny.

- Będziemy się widzieć z mieszkańcami ul. Ropczyckiej. Niech się oni nie niepokoją słupkami, ponieważ były one wytyczone tylko po to, żebyśmy stwierdzili w terenie, gdzie jest nasza część działki. Nie oznacza to, że zaraz wjadą buldożery i będą drogę budować. Wygląda na to, że będziemy musieli zrobić wszystkie połączenia naraz, więc na razie takiego stresu tutaj nie ma – zapewnił Konrad Fijołek, prezydent Rzeszowa.

Mieszkańcy ul. Ropczyckiej zapowiadają jednak, że będą uważnie śledzić dalsze działania miasta i oczekują konkretnych gwarancji, że ich ulica nie stanie się trasą tranzytową dla rosnącego ruchu samochodowego.

Protestujący liczą także na bezpośrednie spotkanie z władzami, które pozwoli wyjaśnić plany dotyczące przyszłości układu drogowego w rejonie Dworzyska.

©℗

MATERIAŁ INFORMACYJNY PFR 0011613908

TEAM POLAND FORUM BIZNESU

„Budujemy ogólnopolski ruch na rzecz globalnej ekspansji polskiego biznesu"

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

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

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

One-stop shop dla polskich firm

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

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

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



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

Team Poland rozszerza grono partnerów

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

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

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

PZU pomoże ograniczać ryzyko zagranicznej działalności

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

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

Giełda jako źródło kapitału na rozwój

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

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

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

Od rozmów do konkretnych projektów

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

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

eprasa.pl aa3ff74a9f

NA GRANICY

Przemytnicy brali od 260 do 300 euro za osobę

opr. NZ

To był jeden z największych, międzynarodowych sukcesów śledczych funkcjonariuszy Bieszczadzkiego Oddziału Straży Granicznej. Dzięki informacjom operacyjnym rozpracowali grupę przestępczą masowo przemycającą nielegalnych imigrantów z Syrii, Egiptu i Turcji „szlakiem bałkańskim".

Na trop procederu wpadli funkcjonariusze Wydziału Operacyjno-Śledczego Bieszczadzkiego Oddziału SG. Śledztwo prowadzone było pod nadzorem Prokuratury Okręgowej w Łodzi.

- Nielegalna działalność polegała na organizowaniu nielegalnego przewozu migrantów z rejonu granicy bośniacko-chorwackiej przez terytorium Chorwacji, a następnie do innych państw Unii Europejskiej - informuje kpt. SG Piotr Zakielarz, rzecznik komendanta BiOSG.

Potwierdzone w sprawie przypadki transportu miały miejsce w 2024 roku. Oskarżeni wykorzystywali do tego celu busy wynajmowane w wypożyczalniach zlokalizowanych na terenie województwa łódzkiego.

- W toku śledztwa ustalono, że członkowie zorganizowanej grupy przestępczej uczestniczyli w organizowaniu przewozu ponad 100 nielegalnych imigrantów z Syrii, Egiptu i Turcji - precyzuje kpt. Zakielarz.

W wyniku skoordynowanych akcji i informacji przekazanych przez podkarpackich strażników granicznych we współpracy ze służbami Chorwacji wykryto pięć takich zdarzeń.

Kierowcy zaangażowani w przestępczy proceder otrzymywali od 260 do 300 euro za przewóz jednego imigranta. W jednym z przypadków przewozili w busie - przeznaczonym do przewozu towarów - nawet 42 cudzoziemców. Wynagrodzenie kierowcy za realizację pojedynczego transportu mogło wynosić nawet 12 tys. euro.

W ramach śledztwa zarzuty usłyszało 5 mężczyzn i kobieta, to obywatele Polski, którzy w chwili popełniania przestępstw mieli od 17 do 40 lat. Wszyscy są mieszkańcami województwa łódzkiego.

- Wszystkim podejrzanym przedstawiono zarzuty udziału w zorganizowanej grupie przestępczej oraz organizowania nielegalnego przekraczania granicy, z czego uczynili sobie stałe źródło dochodu. Jednemu z nich dodatkowo postawiono zarzut kierowania zorganizowaną grupą przestępczą - informuje kpt. Zakielarz.

W wyniku przeprowadzonego śledztwa prokurator skierował do sądu akt oskarżenia przeciwko 6 osobom. Postępowanie dotyczące siódmego podejrzanego jest na tę chwilę jest zawieszone.

POTRZEBNA POMOC

Pożar zabrał im dom. Trwa zbiórka na odbudowę

Marcin Trzyna

W jednej chwili rodzice i ich dwaj synowie zostali bez dachu nad głową. Teraz trwa zbiórka pieniędzy, która ma pomóc odbudować dom.

W płomieniach znalazł się dom, w którym mieszkali Krystyna i Rafał oraz ich dwaj synowie - Łukasz i 14-letni Krystian, który zmaga się z niepełnosprawnością.

Jak opisuje córka i siostra poszkodowanych na portalu Pomagam.pl, pożar wybuchł nagle. Domownicy uciekali z budynku tak, jak stali - bez kurtek, mając na sobie jedynie domowe ubrania i obuwie.



FOT. POMAGAM.PL

Rodzina z Wielopola Skrzyńskiego (pow. ropczycko-sędziszowski) straciła dom w pożarze, do którego doszło 14 listopada

Konieczna będzie rozbiórka

Najważniejsze jest to, że wszyscy przeżyli. Niestety, budynek został zniszczony w takim stopniu, że nie nadaje się ani do zamieszkania, ani do remontu. Konieczna będzie jego rozbiórka i budowa nowego domu.

- Moi rodzice przez całe życie ciężko pracowali, aby stworzyć nam bezpieczny dom. Dziś, mając ponad 60 lat, muszą zmierzyć się z tragedią, na którą nikt nie jest w stanie się przygotować. Na co dzień troszczą się również o swojego niepełnosprawnego, 14-letniego syna Krystiana, który wymaga szczególnej opieki, troski i poczucia bezpieczeństwa. Teraz, oprócz codziennych wyzwań, stanęli przed koniecznością odbudowania całego swojego życia - informuje organizatorka zbiórki.

Potrzeba 400 tys. złotych

Rodzina podkreśla, że samodzielne sfinansowanie takiej inwestycji jest niemożliwe. Dlatego uruchomiona została internetowa zbiórka, której celem jest zebranie 400 tys. zł na odbudowę domu. Na koncie zbiórki było wczoraj już ponad 74 tys. zł.

- Ogień zabrał im dom, ale wierzę, że dzięki ludziom o dobrych sercach nie odbierze im nadziei - napisała organizatorka zbiórki.

Pożar w Wielopolu Skrzyńskim gasili m.in. druhowie miejscowej Ochotniczej Straży Pożarnej. Dziś także oni zachęcają do pomocy pogorzelcom.

- Zachęcamy wszystkich do wsparcia uruchomionej zbiórki. Każda wpłata, nawet najmniejsza, ma ogromne znaczenie. Jeśli nie możesz wesprzeć zbiórki finansowo, prosimy o udostępnienie, niech informacja dotrze do jak największej liczby osób - napisali..

Osoby, które chcą wesprzeć rodzinę, mogą to zrobić za pośrednictwem serwisu Pomagam.pl. Zbiórka pod hasłem" Pomóżmy mojej rodzinie odzyskać dach nad głową!" ©℗

AKCJA SPECJALNA

Ranking Gmin Podkarpacia. Zwycięzców poznamy już w czwartek

Redakcja

19 listopada, o godz. 10, podczas konferencji dedykowanej przedstawicielom samorządu terytorialnego, organizowanej przez FRDL Podkarpacki Ośrodek Samorządu Terytorialnego, poznamy wyniki Rankingu Gmin Podkarpacia 2026.

Ranking jest efektem współpracy Fundacji Rozwoju Demokracji Lokalnej im. Jerzego Regulskiego i „Nowin", przy merytorycznym wsparciu Urzędu Statystycznego w Rzeszowie. To znaczące przedsięwzięcie podkreśla osiągnięcia gmin wyróżniających się dynamicznym rozwojem społeczno-gospodarczym.

Małgorzata Nieroda, dyrektor regionalnego ośrodka Fundacji Rozwoju Demokracji Lokalnej im. Jerzego Regulskiego w Rzeszowie, która już od kilkunastu lat organizuje Ranking Gmin Podkarpacia, podkreśla, że ideą Rankingu jest wyróżnienie i promocja gmin, które najlepiej rozwijają się pod względem społecznym i gospodarczym w województwie podkarpackim.

Uroczysta gala odbędzie się w Podkarpackim Urzędzie Wojewódzkim.



FOT. PAWEŁ DUBIEL

Celem rankingu jest wyróżnienie samorządów, które najskuteczniej wspierają rozwój społeczny i gospodarczy swoich mieszkańców

ORGANIZATOR
Fundacja Rozwoju Demokracji Lokalnej im. Jerzego Regulskiego
PARTNER MEDIALNY
NOWINY24
PARTNERZY
Urząd Statystyczny w Rzeszowie
KIR
BGK Bank Gospodarstwa Krajowego

eprasa.pl aa3ff74a9f

INWESTYCJE

Radni z Soliny dali zielone światło dla kliniki uzdrowiskowej w Polańczyku, choć mają wątpliwości

Korzyści z inwestycji? 140 miejsc pracy, nowoczesna baza lecznicza i szansa na przyciągnięcie pacjentów z Polski.

Dorota Mękarska

Rada Gminy Solina podjęła uchwałę dotyczącą zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Uzdrowisko Polańczyk, co otwiera drogę do budowy nowego szpitala uzdrowiskowego. Zatrudnienie znaleźliby tu nie tylko pracownicy medyczni, ale również osoby reprezentujące inne specjalności. Adam Piątkowski, wójt gminy Solina, przekonuje, że inwestycja może znacząco wzmocnić pozycję miejscowości. - To może być wyjątkowy obiekt w skali Polski - podkreśla.

Rada Gminy Solina w 2025 r. zadecydowała o przystąpieniu do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Uzdrowisko Polańczyk. Chodzi o teren o powierzchni 1,53 hektara, przeznaczony pod zabudowę usług zdrowia i pomocy społecznej. Działka została już nabyta przez inwestora.

Nieruchomość przy ul. Zdrojowej znajduje się w strefie A ochrony uzdrowiskowej, gdzie obowiązują szczególne wymagania dotyczące zagospodarowania przestrzeni i zachowania funkcji leczniczej uzdrowiska. Radni dopuścili też realizację infrastruktury towarzyszącej, w tym parkingów, usług gastronomicznych, sportu i rekreacji, a uchwała uwzględnia także rozwiązania dotyczące rozbudowy sieci kanalizacyjnej, wodociągowej i gazowej.

Wójt: Polańczyk potrzebuje nowej jakości

Adam Piątkowski przekonuje, że placówka mogłaby być ważnym impulsem dla rozwoju uzdrowiska. Jego zdaniem Polańczyk ma duży potencjał przyrodniczy i turystyczny, ale powinien znacznie mocniej rozwijać również ofertę leczniczą. Podkreśla, że konkurencja między uzdrowiskami nie ogranicza się dziś do walorów klimatycznych i krajobrazowych. Coraz większe znaczenie mają standard obiektów, wyposażenie, jakość zabiegów i kompleksowa opieka nad pacjentami.

- Mamy piękne otoczenie, z którego kuracjusze są zadowoleni, ale jeśli chodzi o bazę zabiegową, jest jeszcze sporo do zrobienia. Potrzebujemy inwestycji, które podniosą jakość usług uzdrowiskowych - argumentuje.

Istotnym atutem lokalizacji jest położenie działki bezpośrednio nad jeziorem. Daje ona możliwość stworzenia dodatkowego zaplecza rehabilitacyjnego i rekreacyjnego, związanego z wykorzystaniem walorów zalewu.

Wójt liczy także na korzyści gospodarcze. Wskazuje na nowe miejsca pracy, wpływy podatkowe i większą rozpoznawalność Polańczyka jako miejscowości uzdrowiskowej.

Radni: Nie mamy żadnej gwarancji

Entuzjazmu wójta nie podzielają wszyscy radni. Pojawiły się zastrzeżenia dotyczące przede wszystkim braku szczegółowych informacji o planowanej inwestycji, a także wątpliwości co do sukcesu tego przedsięwzięcia przy zapaści ochrony zdrowia.

Radny Łukasz Dytkowski zwraca uwagę, że przed podjęciem decyzji rada powinna poznać konkretną propozycję inwestora. Jego zdaniem wystarczyłoby nawet krótkie opracowanie.

- Co szkodziło, żeby ten inwestor napisał, co chce tu budować? – pyta. - Dla mnie to jest nieprzejrzyste i nie mamy żadnej gwarancji, że po uchwaleniu nie zostaną zbudowane korty, jakieś restauracje, a szpitala nikt nie zobaczy.

Wątpliwości dotyczą również udziału mieszkańców w dyskusji, ale procedura konsultacyjna została przeprowadzona i trwała około miesiąca. Dodatkowe spotkanie z udziałem projektantów odbyło się 25 września br. Według informacji przekazanych przez gminę nikt w nim nie uczestniczył.

Kolejnym punktem spornym są koszty przygotowania zmiany dokumentów planistycznych. Radni pytają, dlaczego wydatki związane z procedurą ponosi samorząd, skoro inwestycja ma być prywatnym przedsięwzięciem.

Wójt nie widzi w tym niczego nadzwyczajnego. Jak wyjaśnia, przygotowanie planów zagospodarowania przestrzennego należy do zadań gminy. Zdaniem samorządowca jest to wydatek, który może się zwrócić, jeśli inwestycja rzeczywiście zostanie zrealizowana.

Wójt Piątkowski ocenia, że przedsięwzięcie jest realne. Według jego informacji inwestorzy mają już projekt i przygotowują się do kolejnych formalności związanych z uzyskaniem pozwolenia na budowę. ©℗

NASZA AKCJA

Złota Setka Firm Podkarpacia. Wkrótce wyniki naszego rankingu

Renata Tereszkiewicz-Mac

Kończymy prace nad kolejną edycją rankingu Złota Setka Firm Podkarpacia, organizowanego przez „Nowiny" przy współudziale podkarpackiego oddziału Polskiego Towarzystwa Ekonomicznego i Małopolskiego Instytutu Gospodarczego. Patronem Honorowym Rankingu jest Związek Województw Rzeczypospolitej Polskiej, a Patronem Merytorycznym Dun & Bradstreet Poland, wiodący i globalny dostawca danych i analiz.

Ranking Złota Setka Firm Podkarpacia od lat jest ważnym źródłem informacji o kondycji i rozwoju podmiotów gospodarczych naszego regionu, a przygotowywane przez nas zestawienie opiera się na wiarygodnych danych.

Po raz kolejny przedstawimy firmy mające największy wpływ na rozwój naszego regionu. Do udziału w gali Rankingu zaprosiliśmy przedstawicieli podkarpackich firm, samorządów, podmiotów z sektora publicznego. Zainteresowanych uczestnictwem, którzy takiego zaproszenia jeszcze nie otrzymali, prosimy o kontakt pod nr. tel. 510 026 862. Partnerem wydarzenia jest Województwo Podkarpackie.

Więcej na www.nowiny24.pl/zlota100



FOT. PAWEŁ DUBIEL

Które firmy okażą się liderami Podkarpacia? Wyniki już 30 listopada

ORGANIZATOR
NOWINY24
WSPÓŁPRACA
Małopolski Instytut Gospodarczy
PTE
OGÓLNOPOLSKI PARTNER MERYTORYCZNY
dun & bradstreet
OGÓLNOPOLSKI PATRON MERYTORYCZNY
ZWIĄZEK WOJEWÓDZTW RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ
REGIONALNY PARTNER GALI
arp
euro-park mielec
euro-park wisłosan
PARTNERZY
BESTA
BURY
INŻYNIERIA
HSW
PGZ
PODKARPACKIE przestrzeń otwarta
www.podkarpackie.eu
asseco
RARR
aeropolis
castorama RZESZÓW
PATRONAT HONOROWY
WOJEWODA PODKARPACKI
MARSZAŁEK WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO
JERZY BORCZ PRZEWODNICZĄCY SEJMIKU WOJEWÓDZTWA PODKARPACKIEGO
Konrad Fijołek Prezydent Miasta Rzeszowa
STAROSTA RZESZOWSKI
BCC
PODKARPACKI KLUB BIZNESU
IZBA PRZEMYSŁOWO-HANDLOWA W RZESZOWIE
PATRONAT MEDIALNY
TVP3 RZESZÓW
TVP info
Polskie Radio RZESZÓW

eprasa.pl aa3ff74a9f

ŚWIĄTECZNE GWIAZDECZKI

Patrzcie na te buzialki! Tak się zaczyna magia świąt

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

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

Więcej o naszej akcji na: nowiny24.pl/gwiazdeczki

MALUSZKI do lat 2



Adam Cisek, powiat łańcucki



Adam Grzanka, powiat mielecki



Ewa Gutierrez, powiat jasielski



Laura Polek, Tarnobrzeg i powiat tarnobrzeski



Wiktor Karaś, powiaty brzozowski i sanocki



Julia Warcaba, powiat przeworski



Nikodem Walewicz, powiat jarosławski



Leo Stadnik, powiat przemyski



Pola Wdowiak, powiat lubaczowski



Róża Mazur, Przemyśl

DZIEWCZYNKI i CHŁOPCY od lat 2



Emilia Kaminska, Przemyśl



Tobiasz Dziurzyński, powiat przeworski



Zuzanna Wieczorek, powiat mielecki



Dawid Dunajski, powiat jasielski



Antonina Nowogrodzka, powiat jarosławski



Tymon Kochmański, powiat łańcucki



Lena Pieńczak, Krosno



Kacper Radoń, powiat przemyski



Nikola Żółtowska, powiat przemyski



Leon Kosior, Tarnobrzeg i powiat tarnobrzeski

eprasa.pl aa3ff74a9f

MISTRZOWIE SMAKU 2026



FOT. GETTY

PARTNERZY PLEBISCYTU

Stowarzyszenie Polskich Kucharzy

Stowarzyszenie Kelnerów Polskich SKP

Polish Bartenders Association IBA member

POLAGRA food • horeca • foodtech

eprasa.pl aa3ff74a9f

FINAŁ PLEBISCYTU

Oto Mistrzowie Smaku 2026. Nagrodziliśmy ich na gali w Poznaniu

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

oprac. kk









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

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

Oto laureaci rankingu ogólnopolskiego

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Były podziękowania

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

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

eprasa.pl aa3ff74a9f

KUCHARZ ROKU MIEJSCE I

Kamila Pawliszak



Kamila Pawliszak przygodę z gastronomią rozpoczęła siedem lat temu. Od samego początku gotowanie było dla niej czymś więcej niż tylko pracą. - Dziś mam ogromny zaszczyt być szefem kuchni w Firmie Cateringowej „Tabgha". Nadal z ogromną przyjemnością gotuję, tworząc dania, które mają nie tylko dobrze smakować, ale również dawać ludziom odrobinę domowego ciepła - mówi. W tej pracy najbardziej ceni sobie możliwość tworzenia czegoś, co sprawia ludziom przyjemność. Największą satysfakcję daje jej uśmiech i zadowolenie osób, które próbują przygotowanych przez nią dań. - Lubię również to, że gastronomia każdego dnia przynosi coś nowego: nowe pomysły, wyzwania i możliwość rozwijania własnych umiejętności. Najbardziej cieszy mnie jednak świadomość, że przez swoją pracę mogę dawać ludziom nie tylko dobry posiłek, ale także odrobinę domowego smaku i serca - tłumaczy.

MIEJSCE II

Karol Głowacki



Karol Głowacki (Restauracja Fuente, Rzeszów) opisuje, że w branży gastronomicznej pracuje 11 lat. - Zaczynałem od pracy kelnera w gruzińskiej restauracji w Krakowie - dodaje. Co ceni sobie w tej pracy najbardziej? - Brak rutyny. Każdy dzień przynosi coś nowego - odpowiada. Zdobywca drugiego miejsca w skali całego naszego województwa największą satysfakcję czerpie, gdy potrawy, które przygotowuje, smakują gościom.

Prywatnie lubi podróżować. - Przy czym mogę poszerzać swoją wiedzę na temat gotowania - podkreśla doceniony przez was kucharz.

MIEJSCE III

Wojciech Horak



Z gastronomią jest związany już od 20 lat. Wojciech Horak (Dolina Pstrąga, Machowa) mówi, że nauczyła go pokory. Tutaj człowiek nigdy nie może powiedzieć, że wie już wszystko. Zawsze można poznać nowy produkt, technikę, połączenie smaków czy spojrzeć na dobrze znane danie zupełnie inaczej: - Największą satysfakcję daje mi jednak reakcja gości. Moment, kiedy talerz wraca pusty, kiedy ktoś prosi, żeby przekazać kuchni, że było naprawdę dobre, albo wraca do restauracji właśnie po konkretne danie - to dla kucharza najlepsza forma uznania. Dzisiaj, jako szef kuchni, satysfakcję czerpię też z pracy z zespołem i przekazywania swojej wiedzy dalej.

KELNER ROKU MIEJSCE I

Małgorzata Szaro



Dobre emocje związane z udziałem pani Małgorzaty w plebiscycie Mistrzowie Smaku 2026 pojawiły się już na etapie nominacji do niego. Zespół Stołówki Rodzinnej w Dobrzechowie, z którą jest związana, wprost oznajmił, że zgłoszenie to powód do dumy! „Kochani, z ogromną radością informujemy, że dwie wspaniałe Dziewczyny ze Stołówki Rodzinnej zostały nominowane w plebiscycie Mistrzowie Smaku 2026 organizowanym przez portal Nowiny24!". Wśród nich była właśnie Małgorzata Szaro - z nominacją w kategorii Kelner Roku. Przedstawiono ją jako osobę, która każdego dnia z ogromnym zaangażowaniem dba o to, aby goście wychodzili z uśmiechem. Już sama nominacja była pięknym docenieniem jej pracy, pasji i serca, które wkłada w to, co robi. A potem okazało się, że tak bardzo cenicie jej miłą obsługę, że to właśnie pani Małgorzata została Mistrzem Smaku 2026!

MIEJSCE II

Izabela Reczek



W świecie gastronomii jest sześć lat. Najbardziej ceni w niej kontakt z klientami. Lubi poznawać nowych ludzi, rozmawiać z nimi i sprawiać, żeby czuli się dobrze i byli zadowoleni z obsługi. - Cenię też dynamiczną atmosferę pracy oraz to, że każdy dzień jest trochę inny - opisuje Izabela Reczek (Elita Smaku, Jasło). Prywatnie lubi aktywnie spędzać czas. Zajmuje się stylizacją paznokci, w wolnych chwilach jeździ na rolkach, spotyka się ze znajomymi. Lubi próbować nowych rzeczy. Wyróżnienie w plebiscycie jest dla niej ogromnym powodem do dumy i motywacją do dalszego rozwoju, docenieniem całokształtu pracy.

MIEJSCE III

Iwona Nieckarz



- Najbardziej cenię sobie kontakt z ludźmi. Dla mnie dobry kelner to nie tylko osoba, która podaje dania, ale przede wszystkim ktoś, kto potrafi zadbać o atmosferę - wyjaśnia Iwona Nieckarz (Uzdrowisko Horyniec, Horyniec-Zdrój). Z gastronomią jest związana od pięciu lat. Mówi, że każdy dzień w tej branży przynosi nowe doświadczenia, nowych ludzi i sytuacje, które uczą czegoś nowego. - Poza praca jestem przede wszystkim żoną, mamą i kobietą, która cieszy się każdą chwilą. Po intensywnych dniach w pracy najbardziej doceniam spokój i czas spędzony z rodziną - mówi laureatka trzeciego miejsca w województwie.

BARMAN/BARISTA ROKU MIEJSCE I

Weronika Zborowska



Weronika Zborowska (Royal Palace, Sanok) za barem pracuje od 7 lat. Najpierw uczyła się na kucharza i początkowo miała to być jedyna ścieżka jej kariery - nauczyć się dobrze gotować, bo przyrządzanie jedzenia dla drugiej osoby sprawiało jej wielką satysfakcję. Zmieniło to się, kiedy na praktykach dostała propozycję przyjścia na weekend jako kelnerka. - Zgodziłam się i ten dzień odmienił całkowicie moje spojrzenie. Czułam się jak ryba w wodzie, stojąc za barem oraz na sali. Pamiętam swoje pierwsze drinki oraz swoją pierwszą zrobioną kawę, gdzieś spienianie mleka nie szło mi za dobrze. Tak mi się spodobała ta strona baru że postanowiłam już za nią zostać - wspomina. Pojawiła się możliwość zrobienia kursu I stopnia na kelnera/barmana/baristę. Tam dowiedziała się, że ma i predyspozycje, do tego, i ogromny talent. Tak się zaczęło.

MIEJSCE II

Celina Miśkiewicz



C elina Miśkiewicz (CeliBar, Przemyśl) działalność prowadzi od roku, z gastronomią związana jest od kilku lat, ale jej przygoda zaczęła się w szkole średniej. Na każdej imprezie zamiast bawić się z innymi, najchętniej przygotowywała drinki. Największą satysfakcję ma wtedy, kiedy wygląda on tak dobrze, że nim ktokolwiek go wypije, przechodzi obowiązkową sesję zdjęciową: - Czasami ktoś już trzyma kieliszek przy ustach, a ja słyszę: „Stop! Jeszcze zdjęcie!". I chyba właśnie wtedy wiem, że zrobiłam dobrą robotę. Bo jeśli drink najpierw trafia na Instagram, a dopiero później do brzucha, to chyba nie może być źle!

MIEJSCE III

Krzysztof Michalik



Krzysztof Michalik (Lord Jack, Rzeszów) od dziewięciu lat jest obecny w świecie gastronomii. W tej branży ceni sobie przede wszystkim to, co jest wpisane w jej DNA, czyli kontakt z ludźmi. W czasie wolnym pan Krzysztof gra w lokalnym klubie sportowym.
A jak laureat trzeciego miejsca w skali całego naszego województwa przyjął swoją wygraną i miejsce na podium w kategorii Barman/Barista Roku? . Okazuje się, że była dla niego olbrzymim zaskoczeniem. - Nie sądziłem nawet, że ktoś mnie zgłosi - wspomina Krzysztof Michalik.

eprasa.pl aa3ff74a9f

MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU MIEJSCE I

Wiesław Niepokój



Miłość do cukiernictwa przejął po rodzicach,którzy przekazali mu rodzinną recepturę. - Zawód cukiernika wykonuję od 30 lat i prowadzę rzemieślniczą cukiernię Jagodzianka w Dukli, która istnieje od 1946 roku. Wypiekam drożdżówki z owocami, serem, rogaliki z marmoladą i czekoladą, a także kremówki, pączki, eklerki, szlafroczki, rożki, torty i ciasta - mówi Wiesław Niepokój. Największą radość daje mu uśmiech i zadowolenie klientów,którzy wracają i chwalą wypieki. - Ważne jest dla mnie, aby wypieki drożdżowe tworzone były według tradycyjnej rodzinnej receptury, z naturalnych składników - mówi nasz zwycięzca. Wolny czas spędza z rodziną. Poza tym stara się dużo przebywać na świeżym powietrzu. - Uwielbiam łowić ryby, jeździć w Bieszczady, podziwiać piękno przyrody oraz chętnie wykonuję pracę w ogrodzie. To mnie uspokaja i dodaje energii - wyjaśnia. Wyróżnienie w plebiscycie to dla niego ogromna radość.

MIEJSCE II

Kacper Duran



Kacper Duran (Puszek z okruszek, Tarnobrzeg) mówi, że od dziecka lubił piec z babcią, zmieniać przepisy, tworzyć dekoracje, udoskonalać smaki. - Przez to wszystkie przepisy, z których piekę dla państwa, są tworzone od zera przez moją osobę, mając na uwadze naturalne składniki oraz jak najmniej chemii, z dbałością o smak - podkreśla. Opinie zwrotne klientów i zdjęcia solenizantów z tortami bardzo dużo dla niego znaczą. Bo ma potwierdzenie, że to, co robi, smakuje i się podoba. A największą satysfakcję ma z wyzwań, którym podoła, wymyślając cały czas nowe projekty i metody zdobień - dla urozmaicenia i zaskoczenia.

MIEJSCE III

Patrycja Bal



Gdy Patrycja Bal (Upiekło mi się, Rzeszów) zaczęła na poważnie piec, cukiernictwo całkiem skradło jej serce! Do tego stopnia, że zostawiła dotychczasową branżę i w pełni mu się poświęciła. W 2025 roku zrobiła kolejny duży krok - otworzyła własną pracownię cukierniczą. Robiąc słodkości, odpoczywa, a zdarza jej się spędzać w kuchni po kilkanaście godzin dziennie. Ma mnóstwo pomysłów na nowe smaki, formy i słodkości, które może testować i wprowadzać do swojej oferty. W ciągu zaledwie roku udało jej się zbudować grono stałych, zaufanych klientów, dzięki którym zamówienia pojawiają się właściwie bez przerwy.

MENEDŻER GASTRONOMII ROKU MIEJSCE I

Daria Jelińska



Daria Jelińska (Lorento Restauracja, Nagawczyna) w gastronomii pracuje od niespełna dwóch lat. Przez ten czas bardzo dużo się nauczyła, zdobyła nowe doświadczenia i przede wszystkim przekonała się, jak wiele satysfakcji może dawać praca z ludźmi. Największą daje jej przede wszystkim zadowoleni goście, którzy wracają do jej restauracji. - To dla mnie najlepsze potwierdzenie, że to, co robimy, ma sens. Bardzo cenię również naszą załogę. Mamy naprawdę wspaniały zespół, możemy na siebie liczyć. To właśnie ludzie i atmosfera sprawiają, że ta praca daje mi tak dużo radości - podkreśla. Poza pracą jest przede wszystkim żoną i mamą trojga dzieci, więc zdecydowanie nie narzeka na brak zajęć. Rodzina zajmuje bardzo ważne miejsce w jej życiu. Wolny czas najchętniej spędza właśnie z najbliższymi - na wspólnych chwilach, rozmowach i codziennych, małych przyjemnościach. Stara się cieszyć każdą chwilą razem.

MIEJSCE II

Agnieszka Jaskot



Goście najczęściej widzą efekt pracy całego zespołu. Co jest dla niej najważniejsze w budowaniu miejsca, do którego ludzie chcą wracać? - Najważniejsze to przede wszystkim klimat, który czuć od progu. Tworzą go ludzie - uśmiechnięta, zaangażowana załoga, szczera gościnność i atmosfera, w której każdy czuje się mile widziany. Goście wracają tam, gdzie czują się dobrze, gdzie są pamiętani i traktowani z sercem. Dobra restauracja karmi nie tylko jedzeniem, ale także emocjami. To właśnie one sprawiają, że chce się wracać - przekazuje Agnieszka Jaskot (Fratelli, Mielec), zdobywczyni drugiego miejsca w całym województwie.

MIEJSCE III

Krystian Gajdek



- Dla mnie najważniejsze jest to, żeby ludzie wychodzili od nas z uśmiechem i chcieli do nas wrócić. Staramy się traktować każdego gościa tak, jak sami chcielibyśmy być traktowani - z życzliwością, szacunkiem i zaangażowaniem - mówi Krystian Gajdek (Zapiekanki rzeszowskie, Rzeszów). Bardzo ważna jest dla niego także pomoc innym. - Jeśli tylko możemy, wspieramy lokalne inicjatywy, akcje charytatywne czy osoby potrzebujące, bo wierzę, że biznes powinien nie tylko dobrze funkcjonować, ale też dawać coś od siebie. To właśnie ludzie i relacje z nimi są dla mnie największą wartością - podkreśla nasz laureat.

RESTAURACJA ROKU MIEJSCE I

Restauracja Ratusz

Restauracja Ratusz (Przeworsk, Rynek 1) to miejsce, w którym stawiają przede wszystkim na dobry smak, świeże składniki i serdeczną atmosferę. „W naszej kuchni łączymy tradycyjne, dobrze znane smaki z bardziej nowoczesnymi propozycjami. W menu znajdziecie zarówno klasyczne dania obiadowe, jak i autorskie kompozycje naszego zespołu, makarony, pizze, sałatki oraz desery przygotowywane z dbałością o każdy szczegół. Każdego dnia chcemy, aby nasi Goście czuli się u nas swobodnie i po prostu dobrze. Dbamy nie tylko o to, co trafia na talerz, ale również o miłą obsługę, przyjazną atmosferę i estetyczne podanie dań" - przekazywali nam po zwycięstwie w pierwszym etapie plebiscytu i awansie do etapu wojewódzkiego. To wyróżnienie jest dla nich szczególnie ważne, ponieważ stoi za nim zaufanie i głosy ich gości.

MIEJSCE II

Restauracja La Vida Loca



Restauracja La Vida Loca (Przemyśl, Bohaterów Getta 13) to przede wszystkim domowa kuchnia polska: tradycyjne obiady, dania mięsne, ziemniaki i surówki. W menu są m.in. schabowy, kotlet drobiowy, schab pieczony, karkówka czy gulasz. Lokal oferuje dania dnia, możliwość zamówienia jedzenia z dostawą oraz wynajem sali, organizację wydarzeń i ma zamknięte podwórko dla dzieci. To miejsce stworzone z miłości do dobrego jedzenia, wyjątkowej atmosfery i spotkań, które zostają w pamięci na długo. To restauracja, w której każdy może poczuć prawdziwy smak, także życia!

MIEJSCE III - EX AEQUO

Mięso i Piana oraz Vis a Vis



Vis a Vis (Łańcut, Pl.Sobieskiego 14) na co dzień dba o to, żeby w brzuchach się zgadzało, klimat był domowy, a jedzenie smaczne i dla każdego. Mięso i Piana (Stalowa Wola, Energetyków 18A) to restauracja z charakterem powstała z miłości do dobrego jedzenia, porządnych porcji i kuchni, która nie udaje tego, czym nie jest. Tu rządzi mięso: - Nie jesteśmy kolejnym lokalem „od wszystkiego". Specjalizujemy się w konkretnych, wyrazistych smakach, dużych porcjach i daniach, które mają sprawiać prawdziwą przyjemność.

eprasa.pl aa3ff74a9f

BAR/BISTRO/JADŁODAJNIA ROKU MIEJSCE I

Bar Wiki

Bar Wiki (Jasło, Sikorskiego 7) na rynku jest już od ponad 19 lat. - Wszystko zaczęło się od pasji i miłości do domowej kuchni, którą stworzyła moja babcia. To właśnie ona założyła lokal, wkładając w niego całe swoje serce, energię i zamiłowanie do gotowania. Po jej nagłej śmierci prowadzenie lokalu przejęłam ja, jej wnuczka. Dziś kontynuuję dzieło babci, starając się zachować to, co najważniejsze - rodzinną atmosferę, tradycyjne smaki i kuchnię przygotowywaną z sercem - opisuje Wiktoria Kurowska. Specjalnością i wizytówką Baru Wiki są ręcznie lepione pierogi. Każdy z nich powstaje z dbałością o szczegóły i tak, jak przygotowywało się je w domu - ręcznie, świeżo i z cierpliwością. Stawiają przede wszystkim na świeże, domowe dania, przygotowywane na bieżąco z troską o smak i jakość: - Wierzymy, że w jedzeniu można poczuć serce, dlatego każde danie przygotowujemy tak, jakbyśmy gotowali dla naszych najbliższych.

MIEJSCE II

Babki przy garach



„Firma powstała na fundamentach przyjaźni kobiecej trzech koleżanek. Wszystkie lubimy gotować, smakować i poznawać nowe kulinarne inspiracje" - przekazują Babki przy garach. To dwa lokale, jedna pasja do gotowania z sercem. Z miłości do domowej, tradycyjnej kuchni. Na rynku są już prawie 5 lat, a od 3 lat zapraszają do lokalu przy ul. Zamkowej 3 w Rzeszowie . To kameralne miejsce z kilkoma stolikami, w którym można zatrzymać się na chwilę i zjeść domowy, przygotowany z sercem obiad. Babki przy garach to marka, gdzie najważniejsze są smak, jakość i atmosfera kojarząca się z prawdziwym domowym obiadem.

MIEJSCE III

Kuchnia Polska Nie Inaczej

„Gotowanie to nasza pasja. Smaczne, proste, uczciwe domowe jedzonko. Polska kuchnia regionalna gotowana z serca. Organizujemy przyjęcia okolicznościowe. Catering okolicznościowy, firmowy" - przedstawia się Kuchnia Polska Nie Inaczej (Sanok, Błonie 1). Klienci nie mogą się nachwalić firmy, którą została laureatką trzeciego miejsca w całym naszym województwie w kategorii Bar/Bistro/Jadłodajnia Roku. Opisują, że dania są naprawdę pyszne, świeże i mają ten wyjątkowy, domowy smak, a dodatkowo porcje są solidne. Czuć, że potrawy są robione z sercem i dbałością o jakość.

KAWIARNIA/CUKIERNIA ROKU MIEJSCE I

BaMal

BaMal (Przeworsk, pl. Mickiewicza 3) to miejsce, w którym od lat łączą tradycję z nowoczesnym podejściem do cukiernictwa. „Każdego dnia przygotowujemy świeże ciasta, torty, desery, aromatyczną kawę oraz tradycyjne lody, dbając o najwyższą jakość produktów i profesjonalną obsługę. Naszym największym sukcesem jest zaufanie klientów, którzy każdego dnia wybierają BaMal i chętnie do nas wracają. Nieustannie rozwijamy naszą ofertę, tworzymy nowe smaki oraz dbamy o wyjątkową atmosferę naszego lokalu, aby każda wizyta była prawdziwą przyjemnością" - opisują. Już nominacja w kategorii Kawiarnia/Cukiernia Roku to dla nich było ogromne wyróżnienie i motywacja do dalszego rozwoju. Finalnie okazało się, że bardzo lubicie ich wypieki, torty, desery, kawę i lody oraz cenicie jakość, smak i serdeczną atmosferę. Dziękują za każde wsparcie i za to, że wspólnie z nimi tworzycie historię BaMalu.

MIEJSCE II

Kawiarenka Słodka Koza

Kawiarenka Słodka Koza (Iwonicz-Zdrój, Al.Słoneczna 7) to miejsce stworzone z miłości do domowych wypieków i regionalnych smaków. „Każdego dnia pieczemy z sercem, a nasze jagodzianki stały się prawdziwym hitem wśród Gości. Największą radość dają nam uśmiechy i powroty naszych Klientów. Nominacja w plebiscycie Mistrzowie Smaku to dla nas ogromne wyróżnienie. Dziękujemy za każde odwiedziny i prosimy o głos - razem twórzmy smak Podkarpacia!" apelowali podczas trwania naszej akcji, w której finalnie zajęli doskonałe drugie miejsce w skali całego naszego województwa.

MIEJSCE III

Ciacho Prac. Cukiernicza

Ciacho Pracownia Cukiernicza (Błażowa Dolna 194 B) powstała z pasji do domowych wypieków i dbałości o tradycję, której są wierni od lipca 2018 roku. „Tworzymy nasze słodkości zgodnie z recepturami przekazywanymi przez pokolenia, łącząc klasyczne smaki z subtelnymi akcentami nowoczesności. Naszą misją jest dostarczanie wyrobów, które nie tylko zachwycają smakiem, ale też przywołują wspomnienia domowego ciepła i rodzinnych spotkań" - przekazują. Wierzą, że prawdziwy smak kryje się w prostocie i naturze, dlatego używają wyłącznie naturalnych składników i współpracują z lokalnymi dostawcami.

PIZZA ROKU MIEJSCE I

Trattoria Pizzeria Da Zio

Trattoria Pizzeria Da Zio (Mielec, Wolności 258) to lokal, który powstał z miłości do pizzy, makaronów i przede wszystkim ludzi. - Chcemy, żeby każdy, kto przekracza nasze drzwi, czuł się jak u siebie, swobodnie, rodzinnie i bez zbędnego zadęcia. Największą radość daje nam moment, kiedy po zjedzonej pizzy słyszymy „Ale było pyszne!" - opisują. Dobre słowa, uśmiechy i zadowolenie klientów są dla nich najlepszym dowodem, że to, co robią, ma sens. To właśnie dzięki gościom mają energię, żeby każdego dnia wkładać w swoją pizzę jeszcze więcej serca. Udział w plebiscycie Mistrzowie Smaku 2026 jest dla nich ogromnym wyróżnieniem. „Dziękujemy każdemu, kto jest z nami, wraca, poleca nas dalej i tworzy razem z nami to miejsce. Bo dla nas lokal to nie tylko pizza to ludzie, spotkania i wspólnie spędzony czas" - podkreślają.

MIEJSCE II

Stacja Smaków

Stacja Smaków (Jawornik Polski, Rynek 34) z ogromną radością informowała już o samym fakcie nominowania do prestiżowych Mistrzów Smaku: „To dla nas wyjątkowe wyróżnienie, które potwierdza, że nasza pasja do tworzenia autentycznej, włoskiej pizzy, z najwyższej jakości składników, została doceniona przez naszych Klientów. Każda pizza w Stacji Smaków to dzieło sztuki - od idealnie wyrośniętego ciasta, przez świeże sosy, po starannie dobrane dodatki. Wierzymy, że sekret tkwi w prostocie i doskonałości składników, a także w sercu, które wkładamy w każde danie".

MIEJSCE III

Ti Amo - z Miłości do Pizzy



Ti Amo - z Miłości do Pizzy (Przemyśl, Słowackiego 1) to miejsce stworzone z pasji do prawdziwej kuchni włoskiej. Tu serwują autentyczną pizzę neapolitańską, wypiekaną w tradycyjnym rzemieślniczym piecu z wykorzystaniem najwyższej jakości włoskich składników. Każda pizza powstaje z miłością, cierpliwością i dbałością o najmniejszy detal. Od ponad 3 lat szef codziennie stoi przy piecu, nieustannie doskonaląc receptury i podnosząc jakość, aby każda wizyta była wyjątkowym doświadczeniem. Ten lokal to jednak nie tylko pizza,ale również wyjątkowa atmosfera, włoski klimat i serdeczna obsługa.

eprasa.pl aa3ff74a9f

LODY ROKU MIEJSCE I

Lody Lodowa Pokusa

Lody Lodowa Pokusa (Dynów, Rynek 16) dziękują za kolejne wyróżnienie ich firmy, zwłaszcza punktu w Dynowie. „To dla Nas wyjątkowe miejsce, właśnie tutaj znajduje się jeden z pierwszych punktów Lodowej Pokusy, który przez lata wspólnie z Wami tworzyliśmy, rozwijaliśmy i budowaliśmy markę, do której chce się wracać! W Lodowej Pokusie czeka na Was Nasze autorskie Gelato, tworzone z prawdziwego mleka i śmietany, oryginalnych włoskich dodatków oraz starannie wyselekcjonowanych owoców. Dbamy o jakość składników i wyjątkowy smak, który wyróżnia Nasze lody!" - opisują. Oprócz gelato znajdziecie u nich również m.in. lody włoskie własnej produkcji, kremowe amerykańskie świderki: „Ogromne podziękowania należą się również Naszemu zespołowi, który od pierwszych dni z pełnym zaangażowaniem dba o każdy szczegół i o to, aby każdy Gość wychodził od Nas z uśmiechem".

MIEJSCE II

Lodziarnia Mario



Lodziarnia Mario - Lody Rzemieślnicze (Rzeszów, Krasne 730) powstała z zamiłowania do dobrych lodów i chęci stworzenia miejsca, do którego będę chętnie wracać i dzieci, i dorośli. „Zależy nam przede wszystkim na smaku, jakości i tym, żeby każdy znalazł u nas coś dla siebie. W naszej ofercie można znaleźć lody włoskie i gałkowe, sorbety, granity, desery oraz milkshaki. Cały czas staramy się urozmaicać ofertę i wprowadzać nowe smaki, ale nie zapominamy też o tych klasycznych, które nasi klienci wybierają najczęściej" - przekazują. Cieszą się, że mogą być częścią lokalnej społeczności, że tak wiele osób odwiedza ich regularnie.

MIEJSCE III

Rożek



Rożek (Dąbrówka, Dąbrówka 17) to pyszne lody włoskie i gałkowe oraz niepowtarzalny smak kawy. - Według autorskiego przepisu serwujemy kawy mrożone oraz unikatowe desery lodowe z dodatkami na życzenie klienta. W chłodniejsze dni proponujemy także rurki z bitą śmietaną, gorącą czekoladę i inne ciepłe napoje - mówią. Największy nacisk kładą na jakość produktów i smak sprzedawanych zestawów. - Zależy nam, aby klienci wracali do nas z uśmiechem i dalszym zaufaniem do próbowania nowych smaków w następnych sezonach - opisują. Wszystkie produkty przygotowujemy z największą dbałością i starannością.

BURGER ROKU MIEJSCE I

SoMa Restaurant



SoMa Restaurant (Klimkówka, Kasztanowa 30) to młode miejsce, stworzone przez Maćka i Sophie z myślą o dobrej kuchni, swobodnej atmosferze i restauracji, do której samemu chce się wracać. „Działamy od marca 2026 roku i od początku stawiamy na własny charakter - bez sztywnej, formalnej atmosfery i bez podejścia „jak wszędzie". Naszym znakiem rozpoznawczym są burgery i smash burgery, przygotowywane z wołowiny formowanej i smażonej bezpośrednio na gorącej płycie" - przekazują. W menu można znaleźć zarówno klasyczne połączenia, jak i bardziej charakterystyczne kompozycje, w których bawią się smakami i dodatkami. Tu jedzenie jest ważną częścią całego doświadczenia, ale nie jedyną. Zależy im na tym, żeby goście czuli się u nich swobodnie. Można wpaść na szybkiego burgera, spotkać się ze znajomymi, pograć w gry czy po prostu spędzić wieczór w miłej atmosferze.

MIEJSCE II

Stacja Smaków



W Stacji Smaków (Jawornik Polski, Rynek 34) wierzą, że prawdziwy smak zaczyna się od pasji i najlepszych składników. Z dumą ogłosili, że ich lokal został nominowany do Mistrzów Smaku 2026: „To dla nas ogromne wyróżnienie i potwierdzenie, że nasze burgery, przygotowywane z najwyższą starannością i kreatywnością, podbiły serca naszych Gości. Każdy burger w Stacji Smaków to kulinarna podróż - od soczystej wołowiny, przez świeże warzywa, po autorskie sosy i idealnie wypieczone bułki. Dbamy o każdy detal, aby zapewnić niezapomniane doznania smakowe w przyjaznej i wyjątkowej atmosferze".

MIEJSCE III

Szach Mat Bistro



Szach Mat Bistro (Gorzyce, 3-go Maja 7A) to lokal, który powstał z pasji do prawdziwych burgerów i od samego początku to właśnie pasja i zadowolenie gości napędzają ich do działania. Już samą nominację w plebiscycie Mistrzowie Smaku 2026 w kategorii Burger Roku odebrali jako ogromne wyróżnienie i szansę, by dotrzeć do jeszcze większego grona miłośników dobrego jedzenia, a co za tym idzie - rozwój ich lokalu. Okazało się, że głosujący docenili smak burgerów i to, co robi załoga lokalu, oddając na niego swoje głosy i zapewniając mu trzecie miejsce w skali całego naszego województwa.

KEBAB ROKU MIEJSCE I

LOLO Kebab



Zwycięski lokal znajduje się przy ul. Grunwaldzkiej 97A i działa od 1 grudnia 2023 roku. Specjalnością są kebaby przygotowywane z kraftowych mięs oraz świeżych składników. W menu znajdziecie klasyczne kebaby w bułce, lawaszu i tortilli, a także bardziej oryginalne propozycje, takie jak kebab nachos czy panini kebab. „Kochani! Potrzebujemy Waszego wsparcia! Jeśli choć raz jedliście u nas i smak naszych kebabów przypadł Wam do gustu, poświęćcie chwilę i oddajcie na nas swój głos. Każdy głos ma ogromne znaczenie i motywuje nas do dalszego tworzenia pysznych kebabów dla Was!" - apelowali jeszcze podczas trwania naszego plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026. Apelowali tak skutecznie, że finalnie wygrali akcję w swojej kategorii Kebab Roku w skali całego naszego województwa.

MIEJSCE II

Master Keb's

Master Keb's (Tyczyn, Grunwaldzka 37C) to zdobywca drugiego miejsca w skali całego naszego województwa w kategorii Kebab Roku plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026. Klienci naszego laureata polecają go między innymi z uwagi na smaczne, dobrze zrobione mięso, sosy i świeże dodatki, jak również chrupiące bułki. Goście podkreślają, że dużym plusem jest zarówno duży, darmowy parking pod lokalem, jak również jego obsługa - określana jako bardzo miła i pomocna.

MIEJSCE III

Dzikowianka



Trzecie miejsce w skali całego naszego województwa w kategorii Kebab Roku plebiscytu Mistrzowie Smaku 2026 należy do lokalu Dzikowianka (Stary Dzików 74a).

To miejsce, które w okolicy słynie z dobrej jakości mięsa, świeżych dodatków, sprawdzonych połączeń smakowych oraz z... pasji, którą załoga wkłada do każdego dania - niezależnie, czy jest to pizza, kebab, burger, sałatka, czy choćby frytki - tutaj dba się o to, aby smakowało, porcje były porządne, atmosfera przyjazna, a ceny rozsądne.

eprasa.pl aa3ff74a9f

LAUREACI PLEBISCYTU MISTRZOWIE SMAKU 2026

KUCHARZ ROKU

Krosno i powiat krośnieński	**Izabela Załazińska**, Fundacja Łęki Dukielskie, Łęki Dukielskie
Przemyśl i powiat przemyski	**Kamila Pawliszak**, Firma Cateringowa Tabgha, Przemyśl
Rzeszów i powiat rzeszowski	**Karol Głowacki**, Restauracja Fuente, Rzeszów
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzeski	**Zenon Durda**, Leśny Dwór, Knapy
powiat bieszczadzki	**Paweł Czachur**, Miętowy Anioł, Równia
powiat brzozowski i powiat sanocki	**Rafał Barchański**, Restauracja Stary Kredens, Sanok
powiat dębicki	**Wojciech Horak**, Dolina Pstrąga, Machowa
powiat jarosławski	**Piotr Bielak**, Sala Bankietowa Lawendowe Zacisze, Święte
powiat jasielski	**Dawid Wojtas**, Restauracja Świtezianka, Jasło
powiat kolbuszowski i powiat mielecki	**Monika Jamróż**, Sushi House 77, Kolbuszowa Dolna
powiat leski	**Oleg Hymon**, Perełka Bieszczady, Cisna
powiat leżajski i powiat niżański	**Mariusz Szczęszek**, Capri, Nisko
powiat stalowowolski	**Sylwia Momot**, MensaQul, Stalowa Wola
powiat strzyżowski	**Ewelina Matera**, Stołówka Rodzinna, Dobrzechów

KELNER ROKU

Krosno i powiat krośnieński	**Karolina Kowalska**, Karczma Stary Lwów, Krasna
Przemyśl i powiat przemyski	**Mateusz Drozdowicz**, Cukiernia Szanter, Przemyśl
Rzeszów i powiat rzeszowski	**Sandra Koziarz**, Wiercimak, Sokołów Małopolski
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzeski	**Magdalena Maciąg**, Karczma Jorgula Restauracja & Przyjęcia, Nowa Dęba
powiat bieszczadzki	**Jadwiga Watychowicz**, Baza pod Otrytem, Polana
powiat dębicki	**Maria Machowska**, Dom Weselny nad Strumykiem, Zawadka Brzostecka
powiat jarosławski	**Bożena Wiśniowska**, Hot Wok Bistro, Jarosław
powiat jasielski	**Izabela Reczek**, Elita Smaku, Jasło
powiat kolbuszowski i powiat mielecki	**Norbert Pakłos**, Oranżeria Przyjęcia, Komorów
powiat leski	**Karolina Tomkiewicz**, Z innej Beczki, Solina
powiat leżajski i powiat niżański	**Zuzanna Babiarz**, Zodiak Pizzerie, Leżajsk
powiat lubaczowski	**Iwona Nieckarz**, Uzdrowisko Horyniec, Horyniec-Zdrój
powiat łańcucki i powiat przeworski	**Natalia Telega**, Stacja Smaków, Jawornik Polski
powiat ropczycko-sędziszowski	**Marlena Stec**, Restauracja Orientalna Omatsu - SUSHI, Ropczyce
powiat strzyżowski	**Małgorzata Szaro**, Stołówka Rodzinna, Dobrzechów

RESTAURACJA ROKU

Krosno i powiat krośnieński	**Fundacja Łęki Dukielskie**, Łęki Dukielskie, Łęki Dukielskie 77
Przemyśl i powiat przemyski	**Restauracja La Vida Loca**, Przemyśl, Bohaterów Getta 13
Rzeszów i powiat rzeszowski	**Wiercimak**, Sokołów Małopolski, Lubelska 56
Tarnobrzeg i powiat tarnobrzeski	**Leśny Dwór**, Knapy, Leśna 4
powiat bieszczadzki	**Piwniczka**, Ustrzyki Dolne, Rynek 17
powiat dębicki	**Dolina Pstrąga**, Machowa, Machowa 7A
powiat jasielski	**Restauracja Świtezianka**, Jasło, Lenartowicza 24
powiat kolbuszowski	**Sushi House 77**, Kolbuszowa Dolna, Tarnobrzeska 20
powiat leski	**Oberża Pod Kudłatym Aniołem**, Cisna, Cisna 130
powiat leżajski	**Restauracja w Sosnowym Gaju**, Leżajsk, 11-go Listopada 1
powiat łańcucki	**Vis a Vis**, Łańcut, Pl.Sobieskiego 14
powiat niżański	**Basta pierogi z ciasta**, Nisko, pl. Wolności 10
powiat przeworski	**Restauracja Ratusz**, Przeworsk, Rynek 1
powiat ropczycko-sędziszowski	**Restauracja Rodzinka**, Sędziszów Małopolski, Tarnowskich 13
powiat sanocki	**Chata Starych Znajomych**, Zahutyń, Zahutyń 281
powiat stalowowolski	**Mięso I Piana**, Stalowa Wola, Energetyków 18A
powiat strzyżowski	**Pod Herbami**, Pułanki, Pułanki 110

BAR/BISTRO/JADŁODAJNIA ROKU

Przemyśl i powiat przemyski	**CeliBar**, Przemyśl, Fredry 1/01U
Rzeszów i powiat rzeszowski	**Babki przy garach**, Rzeszów, Zamkowa 3
powiat dębicki	**Swojskie Smaki**, Pustynia, Pustynia 33B
powiat jarosławski	**Lunch Bar Europejskie Klimaty**, Jarosław, Kasprowicza 5/1
powiat jasielski	**Bar Wiki**, Jasło, Sikorskiego 7
powiat przeworski	**Bar Pod Kasztanem**, Sieniawa, Sikorskiego 1
powiat sanocki	**Kuchnia Polska Nie Inaczej**, Sanok, Błonie 1
powiat strzyżowski	**Stołówka Rodzinna**, Dobrzechów, Dobrzechów 3

KAWIARNIA/CUKIERNIA ROKU

Krosno i powiat krośnieński	**Kawiarenka Słodka Koza**, Iwonicz-Zdrój, Al.Słoneczna 7
Przemyśl i powiat przemyski	**Pizza Cafe**, Przemyśl, Słowackiego 7
Rzeszów i powiat rzeszowski	**Ciacho Pracownia Cukiernicza**, Błażowa Dolna, Błażowa Dolna 194 B
powiat dębicki	**Bistro Cafe**, Pilzno, Rynek 33
powiat jasielski	**La Dolce Vita**, Siepietnica, Siepietnica 133
powiat leżajski	**Kawiarnia Eliza**, Leżajsk, Rynek 11
powiat lubaczowski	**Pracownia Cukiernicza Katarzynki**, Nowy Dzików, Nowy Dzików 116
powiat przeworski	**Bamal**, Przeworsk, pl. Mickiewicza 3
powiat ropczycko-sędziszowski	**Słodka Ja**, Nawsie, Nawsie 352
powiat sanocki	**Nasza Sanocka**, Sanok, Kościuszki 15
powiat stalowowolski	**Konesso cafe**, Stalowa Wola, al. Jana Pawła II 18F
powiat strzyżowski	**Cukiernia Sweetlandia**, Strzyżów, Dąbrowskiego 6

LODY ROKU

Rzeszów	**Lodziarnia Mario - Lody Rzemieślnicze**, Rzeszów, Krasne 730
Podkarpacie południowe	**Rożek**, Dąbrówka, Dąbrówka 17
Podkarpacie wschodnie	**Lody z Pogórza**, Hucisko Jawornickie, Hucisko Jawornickie 259
Podkarpacie zachodnie	**Lody Lodowa Pokusa**, Dynów, Rynek 16

PIZZA ROKU

Przemyśl	**Ti Amo - z Miłości do Pizzy**, Przemyśl, Słowackiego 1
Rzeszów	**Pizzeria GONDOLA**, Rzeszów, Lisa Kuli 2
Podkarpacie południowe	**PizzaPunkt**, Jasło, Wincentego Pola 4
Podkarpacie południowe	**Terra Nostra**, Miejsce Piastowe, Krośnieńska 52
Podkarpacie wschodnie	**Stacja Smaków**, Jawornik Polski, Rynek 34
Podkarpacie zachodnie	**Trattoria Pizzeria Da Zio**, Mielec, Wolności 258
Podkarpacie zachodnie	**Pizzeria Masz Ci Placek**, Babica, Babica 205A

BARMAN/BARISTA ROKU

1. miejsce	**Weronika Zborowska**, Royal Palace, Sanok
2. miejsce	**Celina Miśkiewicz**, CeliBar, Przemyśl
3. miejsce	**Krzysztof Michalik**, Lord Jack, Rzeszów

MISTRZ SŁODKOŚCI ROKU

1. miejsce	**Wiesław Niepokój**, Cukiernia Jagodzianka, Dukla
2. miejsce	**Kacper Duran**, Puszek z okruszek, Tarnobrzeg
3. miejsce	**Patrycja Bal**, Upiekło mi się, Rzeszów

MENEDŻER GASTRONOMII ROKU

1. miejsce	**Daria Jelińska**, Lorento Restauracja, Nagawczyna
2. miejsce	**Agnieszka Jaskot**, Fratelli, Mielec
3. miejsce	**Krystian Gajdek**, Zapiekanki rzeszowskie, Rzeszów

BURGER ROKU

1. miejsce	**SoMa Restaurant**, Klimkówka, Kasztanowa 30
2. miejsce	**Stacja Smaków**, Jawornik Polski, Rynek 34
3. miejsce	**Szach Mat Bistro**, Gorzyce, 3-go Maja 7A

KEBAB ROKU

1. miejsce	**LOLO Kebab**, Przemyśl, Grunwaldzka 97A
2. miejsce	**Master Kebs**, Tyczyn, Grunwaldzka 37C
3. miejsce	**Dzikowianka**, Stary Dzików 74a

eprasa.pl aa3ff74a9f

AUTOREKLAMA

Wszystkie smaki kuchni

stronakuchni.pl



Strona Kuchni

eprasa.pl aa3ff74a9f

STRONA ZDROWIA

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

PROFILAKTYKA

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

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

Monika Żurawska

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

Mechanizm działania choroby

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

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

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

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



FOT. 123RF

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

Cukrzyca typu 1

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

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

Cukrzyca typu 2

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

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

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

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

Na czym polega leczenie cukrzycy?

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

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

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

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

Te badania wykonuje się przy podejrzeniu cukrzycy:

● stężenie cukru we krwi na czczo – jest to laboratoryjny pomiar poziomu glukozy w krwi żylnej po min. 8 godzinach od ostatniego posiłku,

● tolerancję glukozy – test tolerancji glukozy (inaczej doustnego obciążenia glukozą) to dwukrotny pomiar stężenia glukozy we krwi żylnej, pobranej na czczo oraz 2 godziny po spożyciu roztworu zawierającego 75 g glukozy,

● poziom glukozy i acetonu w moczu – to orientacyjne badanie obecności w moczu glukozy i ciał ketonowych za pomocą testów paskowych, stosowane najczęściej u kobiet w ciąży i osób z cukrzycą typu 1. Pozwala ocenić ryzyko powikłań spowodowanych bardzo wysokim stężeniem glukozy we krwi,

● stężenie peptydu C we krwi – badanie na czczo dla osób niestosujących leczenia cukrzycy, określające zdolność trzustki do produkcji insuliny,

● stężenie określonych przeciwciał uznawanych za czynniki rozwoju cukrzycy – oznaczenie antyciał takich jak ICA, anty-GAD, IAA, IA2beta i Zn8.

eprasa.pl aa3ff74a9f

SANATORIA

Jesienny turnus w uzdrowisku? Świetny pomysł

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

Poleca Emil Hoff



FOT. KARINA TROJOK

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

1. Kudowa-Zdrój: brama do Gór Stołowych

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

2. Gołdap: relaks w polskiej tajdze

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

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

3. Dąbki: tam nasycisz się jodem

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

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

4. Duszniki-Zdrój: idealne na wakacje smogowe

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

5. Polańczyk: relaks u bram Bieszczadów

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

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

6. Nałęczów: jesienią wzmocnisz tu swoje serce

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

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

7. Goczałkowice-Zdrój: weekend na kolorowo

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

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

8. Szczawnica: jesienne wczasy dla aktywnych

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

9. Muszyna: niezwykłe ogrody w jesiennej szacie

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

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

10. Supraśl: miejsce pachnące żywicą

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

11. Rabka-Zdrój: tu zadbasz o zdrowie dzieci

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

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

12. Świeradów-Zdrój: ścieżka w koronach drzew

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

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

13. Augustów: jesień pośród jezior

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

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

eprasa.pl aa3ff74a9f

CHOROBY WIRUSOWE



FOT. GETTY IMAGES

Zakażenie RSV może mieć poważne konsekwencje, szczególnie u osób starszych

Wirus RSV w natarciu. Seniorzy powinni mieć się na baczności

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

oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk

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

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

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

Ryzyko rośnie z wiekiem

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

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

Darmowa szczepionka dla seniorów

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

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

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

Warto się zaszczepić

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

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

PROFILAKTYKA

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

oprac. Katarzyna Wąś-Zaniuk

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

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

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

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

Juvit D3 jest refundowany dla seniorów

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

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

O jakiej porze przyjmować suplementy z witaminą D?

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

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

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

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



FOT. GETTY IMAGES

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

eprasa.pl aa3ff74a9f

PROGRAMOWO



G. 16:50

Szpital św. Anny

TVN

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

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

G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

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

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



G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN



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

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

G. 20:05

Barwy szczęścia

TVP 2

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

G. 20:30

Słoneczna. Poza ciszą

TVP 1

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

Serial opowiada o mieście, gdzie istnieją tematy tabu.

G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

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

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

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



eprasa.pl aa3ff74a9f

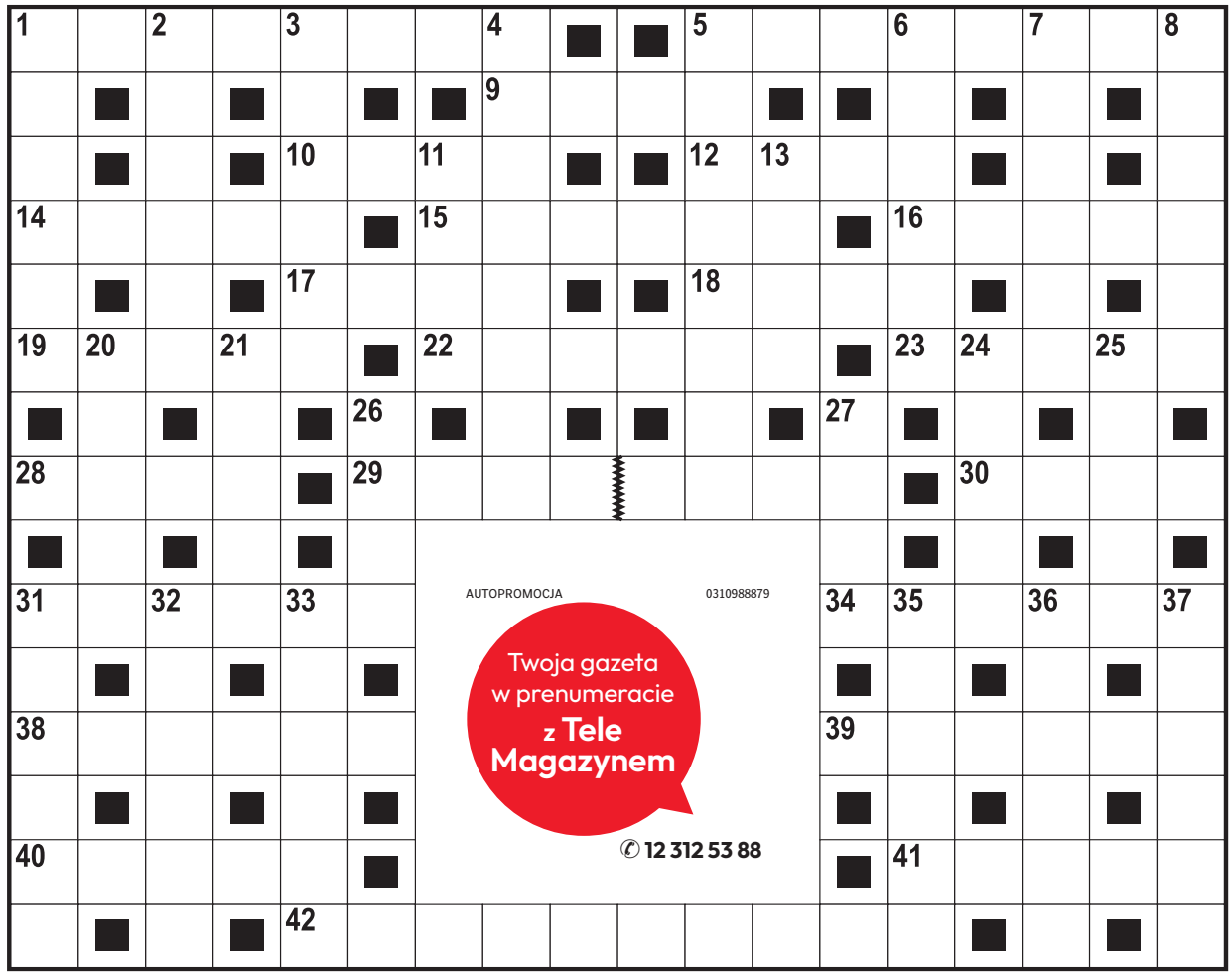
KRZYŻÓWKA NR 178

Poziomo:

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

Pionowo:

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

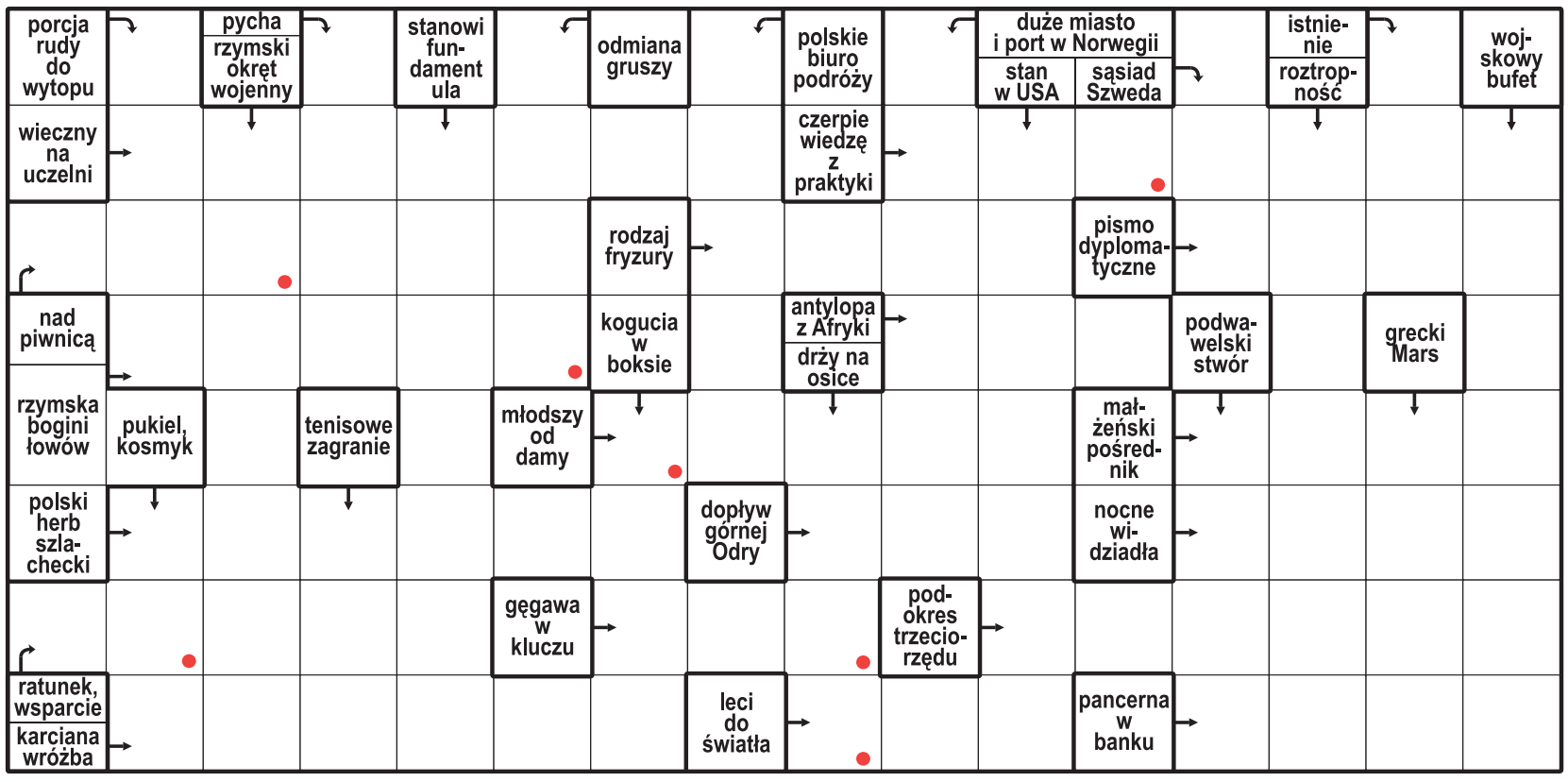


AUTOPROMOCJA 0310988879
Twoja gazeta w prenumeracie z Tele Magazynem
✆ 12 312 53 88

ROZWIĄZANIE NR 177

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: PRAWOŚĆ.

HOROSKOP

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

eprasa.pl aa3ff74a9f

DROBNE

Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

KOMINY - rozwiercanie kominów

montaż wkładów i nasad - 17 8623831

TYNKI maszynowo 604-595-128.

AUTOREKLAMA

ibo TWOJE DOMOWE BIURO OGŁOSZEŃ

Ogłoszenia drobne

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

ibo.polskapress.pl

REKLAMA 0011613736

Rudnik nad Sanem, dnia 18 listopada 2026 r.

OGŁOSZENIE BURMISTRZA GMINY I MIASTA RUDNIK NAD SANEM

Z DNIA 18 LISTOPADA 2026 R.

o przedłużeniu konsultacji społecznych projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego obejmującego część Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem – część B

Na podstawie art. 17 pkt 11 w nawiązaniu do art. 8h ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 ze zm.), art. 39 ust. 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2026 r. poz. 670 ze zm.) oraz Uchwały nr XV/98/2025 z dnia 28 sierpnia 2025 r. Rady Miejskiej w Rudniku nad Sanem z dnia 28 sierpnia 2025 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego obejmującego część Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem zmienionej Uchwałą nr XXII/145/2026 Rady Miejskiej w Rudniku nad Sanem z dnia 21 stycznia 2026 r.

informuję o przedłużeniu konsultacji społecznych dotyczących projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego obejmującego część Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem – część B wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

Przedłużone konsultacje społeczne prowadzone będą w następujących formach:

- zbieranie uwag do projektu planu miejscowego w wydłużonym terminie, tj. **do 17 grudnia 2026 r.;**
- spotkanie otwarte, które odbędzie się **30 listopada 2026 r. w godzinach od 15:45 do 16:30** w sali wystawowej Centrum Wikliniarstwa, ul. Adama Mickiewicza 41, 37-420 Rudnik nad Sanem;
- dyżur projektanta, który odbędzie się **19 listopada 2026 r. w godzinach od 15:45 do 16:30** w sali wystawowej Centrum Wikliniarstwa, ul. Adama Mickiewicza 41, 37-420 Rudnik nad Sanem.

Projekt planu miejscowego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko został udostępniony w siedzibie Urzędu Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem, ul. Rynek 40, 37-420 Rudnik nad Sanem, w godzinach pracy Urzędu oraz w Rejestrze Urbanistycznym – https://rejestr-urbanistyczny.gov.pl/repository/463debe3-cdbc-423b-9a39-61631416dd6a.

Uwagi do projektu planu miejscowego należy składać do Burmistrza Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem.:

- na formularzu w postaci papierowej – osobiście lub listownie na adres Urzędu Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem, ul. Rynek 40, 37-420 Rudnik nad Sanem;
- na formularzu w postaci elektronicznej – za pomocą poczty elektronicznej na adres: *info@rudnik.pl* lub za pomocą usługi e-Doręczenia na adres: AE:PL-54705-71757-CWSHF-20 – bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym.

Uwagi należy składać wyłączenie na „formularzu pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego", który dostępny jest w Biuletynie Informacji Publicznej – https://bip.rudnik.pl/pdf/MPZP/formularz__plan_ogolny.pdf oraz w siedzibie Urzędu.

Uwagi do prognozy oddziaływania na środowisko należy składać do Burmistrza Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem w wydłużonym terminie, tj. do 17 grudnia 2026 r:

- w postaci pisemnej – osobiście lub listownie na adres Urzędu Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem, ul. Rynek 40, 37-420 Rudnik nad Sanem lub za pomocą poczty elektronicznej na adres: *info@rudnik.pl* lub za pomocą usługi e-Doręczenia na adres: AE:PL-54705-71757-CWSHF-20 – bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym;
- ustnie do protokołu w siedzibie Urzędu Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem, ul. Rynek 40, 37-420 Rudnik nad Sanem.

Uwaga powinna zawierać imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby, oraz adres poczty elektronicznej, o ile składający wniosek taki posiada, a także wskazanie, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą oraz przedmiot uwagi. Można podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Burmistrz Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem.

KLAUZULA INFORMACYJNA RODO:

Złożenie wniosku stanowić będzie odpowiedź na niniejsze ogłoszenie.

1. *Administratorem podanych danych osobowych jest Burmistrz Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem, z siedzibą ul. Rynek 40, 37-420 Rudnik nad Sanem i są one podawane w celu składania wniosków do projektu planu ogólnego Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem.*
2. *Składający wniosek ma prawo do żądania od administratora dostępu do podanych danych osobowych, ich sprostowania, ograniczenia przetwarzania, a także prawo do przenoszenia danych.*
3. *Podane dane osobowe będą przetwarzane do momentu zakończenia sprawy, po czym zostaną przekazane zgodnie z polskim prawem archiwalnym jako dokumenty kategorii „A" (oznaczającej rodzaj dokumentów przechowywany wieczyście) do siedziby archiwum zakładowego, nad którym nadzór sprawuje Archiwum Narodowe.*
4. *Składający wniosek ma prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych z siedzibą ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.*
5. *Podanie danych osobowych jest wymogiem ustawowym i ma charakter obowiązkowy.*
6. *Konsekwencją niepodania danych osobowych jest pozostawienie wniosku bez rozpoznania.*
7. *Podstawę prawną przetwarzania podanych danych stanowią przepisy ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. z 2023 r., poz. 977 z późn. zm.), tzn. dane osobowe będą przetwarzane w ramach sprawowania władzy publicznej powierzonej administratorowi.*
8. *Składający wniosek ma prawo w dowolnym momencie wnieść sprzeciw – z przyczyn związanych ze szczególną sytuacją składającego wniosek – wobec przetwarzania podanych danych osobowych.*
9. *Dane kontaktowe inspektora ochrony danych osobowych: Inspektorem Ochrony Danych jest Pan Sebastian Stój, z którym można się skontaktować:*
   a. *osobiście lub za pośrednictwem poczty: Urząd Gminy i Miasta Rudnik nad Sanem, ul. Rynek 40, 37- 420 Rudnik nad Sanem*
   b. *drogą elektroniczną e-mail: iod@rudnik.pl*
   c. *telefonicznie: 15 87 62 555*

AUTOREKLAMA

naszekomunikaty.pl

aktualne z całej Polski przetargi

REKLAMA 0011609487

Rzeszów, dnia 30 października 2026 r.

REGIONALNY DYREKTOR OCHRONY ŚRODOWISKA W RZESZOWIE
Al. Józefa Piłsudskiego 38, 35-001 Rzeszów
WPN.082.4.8.2025.MM.33

OBWIESZCZENIE

W związku z realizacją projektu nr FENX.01.05-IW.01-0106/24 „Aktualizacja planów zadań ochronnych dla obszarów Natura 2000 wraz z prowadzeniem monitoringów" dofinansowanego z Funduszy Europejskich na Infrastrukturę, Klimat i Środowisko 2021-2027, działając na podstawie art. 28 ust. 3 i 4 ustawy z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody (Dz.U. z 2026 r. poz. 1315), w związku z art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. z 2026 r. poz. 670 z późn. zm.), Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Rzeszowie zawiadamia o sporządzeniu projektu zmiany zarządzenia w sprawie ustanowienia planu zadań ochronnych dla obszaru Natura 2000 Jasiołka PLH180011. Jednocześnie informuje o:

1) możliwości zapoznania się z projektem zmiany zarządzenia Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Rzeszowie w sprawie ustanowienia planu zadań ochronnych dla obszaru Natura 2000 Jasiołka PLH180011 – w siedzibie Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Rzeszowie przy Al. Józefa Piłsudskiego 38, 35-001 Rzeszów, pokój 11, piętro I w godzinach od 8:00 do 14:00, a także na stronie internetowej pod adresem: http://www.gov.pl/rdos-rzeszow/obszar-natura-2000-jasiolka-plh180011.
2) możliwości składania przez wszystkich zainteresowanych uwag i wniosków do projektu zmiany zarządzenia Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska w Rzeszowie w sprawie ustanowienia planu zadań ochronnych dla obszaru Natura 2000 Jasiołka PLH180011 w formie pisemnej na adres: Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Rzeszowie, Al. Józefa Piłsudskiego 38, 35-001 Rzeszów, w formie ustnej do protokołu w siedzibie RDOŚ lub za pośrednictwem środków komunikacji elektronicznej (bez konieczności opatrywania ich bezpiecznym podpisem elektronicznym) na adres e-mail: sekretariat@rzeszow.rdos.gov.pl w terminie 21 dni od dnia ukazania się niniejszego obwieszczenia.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Regionalny Dyrektor Ochrony Środowiska w Rzeszowie.

Obwieszczenie podlega publikacji w prasie lokalnej i podaniu do wiadomości w sposób zwyczajowo przyjęty:

1. Urząd Gminy Miejsce Piastowe; Urząd Gminy Chorkówka; Urząd Miejski w Dukli; Urząd Gminy Jedlicze;
2. Tablica ogłoszeń Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Rzeszowie, BIP.

ZASTĘPCA REGIONALNEGO DYREKTORA OCHRONY ŚRODOWISKA W RZESZOWIE
Agnieszka Marcela
Regionalny Konserwator Przyrody w Rzeszowie

Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską

REKLAMA 0011614044

Syndyk masy upadłości upadłej Anny Białek
– osoby fizycznej nieprowadzącej działalności gospodarczej

w postępowaniu upadłościowym prowadzonym w systemie teleinformatycznym (Krajowy Rejestr Zadłużonych) pod sygnaturą akt: RZ1Z/GUp-s/580/2026 (Sąd Rejonowy w Rzeszowie V Wydział Gospodarczy) zaprasza do udziału w aukcji ustnej na sprzedaż prawa użytkowania działki ogrodowej położonej na terenie Rodzinnego Ogrodu Działkowego „Związkowiec" w Tarnobrzegu, która odbędzie się w Kancelarii Syndyka Adw. Pawła Sieranta w Tarnobrzegu przy ul. Szerokiej 5 **w dniu 15 grudnia 2026 r. o godz. 12:00.**

Przedmiotem aukcji ustnej jest:

1. prawo użytkowania działki ogrodowej nr ew. 71 o pow. 240 m² położonej na terenie Rodzinnego Ogrodu Działkowego „Związkowiec" w Tarnobrzegu wraz z nakładami poczynionymi na tej działce - za łączną cenę nie niższą niż **13 080,00 zł *(słownie: trzynaście tysięcy osiemdziesiąt złotych 00/100)*** - co stanowi 100% wartości rynkowej ustalonej na podstawie opisu i oszacowania sporządzonego przez biegłego Marka Staszowskiego z dnia 2.11.2026 r.

Jednym z warunków skutecznego przystąpienia do aukcji ustnej przedmiotowego prawa jest wpłata wadium w wysokości **10% ceny wywoławczej przedmiotu aukcji, tj. 1 308,00 zł,** na rachunek bankowy:
Kancelaria Adwokacka Adw. Paweł Sierant
nr rachunku bankowego: 53 1240 2786 1111 0011 7147 6012
- najpóźniej do dnia 11 grudnia 2026 r.

Warunki aukcji ustnej udostępnione są do wglądu na stronie *http://www.sierant-wojewoda.pl*, w zakładce postępowania upadłościowe konsumenckie - Anna Białek. Podmiot zainteresowany będzie miał możliwość wizji lokalnej przedmiotu aukcji na swój koszt we własnym zakresie - **w dniu 9 grudnia 2026 r. w godzinach: 11:00-12:00.**
Szczegółowe informacje na temat podlegającego sprzedaży przedmiotu oraz wgląd w operat szacunkowy można uzyskać po wcześniejszym uzgodnieniu dogodnego terminu w Kancelarii Syndyka - ul. Szeroka 5, 39-400 Tarnobrzeg, tel. (15) 822 81 77.

REKLAMA 0011613923

Wójt Gminy Dzikowiec

informuje, iż w siedzibie Urzędu Gminy Dzikowiec, 36-122 Dzikowiec, ul. Dworska 62, na tablicy ogłoszeń, na stronie internetowej Gminy Dzikowiec oraz w Biuletynie Informacji Publicznej zgodnie z art. 35 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami w dniu 18.11.2026 r. wywieszony został do publicznej wiadomości na okres 21 dni wykaz nieruchomości gruntowych (rolnych) oznaczonych jako działka numer: 1724 część o pow. 10,00 ha obrębu Wilcza Wola, stanowiących własność Gminy Dzikowiec, przeznaczonych do dzierżawy na rzecz dotychczasowego dzierżawcy. Szczegółowe informacje dotyczące ww. nieruchomości zostały zawarte w wykazie.

REKLAMA 0011613439

Wójt Gminy Zarszyn

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2026 r., poz. 399 ze zm.)

i n f o r m u j e,

że w siedzibie Urzędu Gminy w Zarszynie, ul. Bieszczadzka 74, 38-530 Zarszyn, w dniu 18 listopada 2026 r. został wywieszony do publicznej wiadomości na okres 21 dni wykaz nieruchomości stanowiących własność Gminy Zarszyn, przeznaczonych do sprzedaży w drodze przetargu ustnego nieograniczonego, działka nr: 751 Bażanówka oraz 418/4 Odrzechowa.

eprasa.pl aa3ff74a9f

PIŁKA NOŻNA

Kibice w Leżajsku stworzyli wyjątkową atmosferę

Michał Szewczyk

Wypełnione do ostatniego miejsca trybuny w Leżajsku poniosły reprezentację Polski do zwycięstwa 2:1 nad Luksemburgiem. Podopieczni Radosława Sobolewskiego podczas turnieju na podkarpackich boiskach zapewnili sobie awans do decydującej fazy eliminacji mistrzostw Europy U-19.



FOT. PAWEŁ DUBIEL

Reprezentacja przy wsparciu kibiców pokonała Luksemburg

Choć nad Leżajskiem przez większą część meczu wisiały ciężkie chmury, a pogoda nie rozpieszczała kibiców, atmosfera na stadionie była gorąca. Już podczas odgrywania Mazurka Dąbrowskiego kibice zaprezentowali imponującą biało-czerwoną kartoniadę, przypominającą oprawy znane ze Stadionu Narodowego. Od pierwszego gwizdka fani głośno wspierali podopiecznych Radosława Sobolewskiego, którzy od początku starali się narzucić rywalom swoje warunki gry.

Biało-czerwoni częściej utrzymywali się przy piłce i częściej gościli pod polem karnym Luksemburga, ale do przerwy brakowało im albo dokładnego ostatniego podania, albo skutecznego wykończenia akcji. Mimo przewagi Polacy nie potrafili znaleźć sposobu na bramkarza rywali i pierwsza połowa zakończyła się bezbramkowym remisem.

W przerwie selekcjoner zdecydował się na zmianę. Na boisku pojawił się występujący na co dzień w Stali Mielec Tymoteusz Gmur, który miał wnieść więcej jakości do ofensywy gospodarzy. Po zmianie stron kibice znów pokazali się z bardzo dobrej strony. Na trybunach pojawiła się efektowna oprawa z orłem i hasłem „Do boju Polsko". Chwilę później stadion eksplodował z radości. W 61. minucie Burkiewicz oddał strzał w polu karnym, bramkarz Luksemburga odbił piłkę, ale zrobił to wprost pod nogi Krystiana Rostka. Polski napastnik nie zmarnował okazji i skierował futbolówkę do siatki.

Wydawało się, że gospodarze pójdą za ciosem, jednak rywale szybko odpowiedzieli. Już sześć minut później prostopadłe podanie wykorzystał Jess Gomes Rodrigues, który strzałem między nogami polskiego bramkarza doprowadził do wyrównania. Chwilę po stracie gola Polacy byli bliscy odzyskania prowadzenia. Kapitalnym uderzeniem sprzed pola karnego popisał się Szczygieł, jednak bramkarz Luksemburga odpowiedział jeszcze lepszą interwencją.

Końcówka spotkania należała zarówno do kibiców, jak i do biało-czerwonych. Trybuny pokryła ogromna biało-czerwona flaga, a na murawie Polacy coraz mocniej naciskali na rywali. W 82. minucie groźną sytuację miał Tymoteusz Gmur, lecz ponownie świetnie zachował się golkiper Luksemburga. Po jego interwencji Polska wywalczyła rzut rożny. Dośrodkowanie wykonywał właśnie zawodnik Stali Mielec, a po zamieszaniu w polu karnym Mateusz Lauryn wepchnął piłkę do siatki i ponownie wyprowadził swój zespół na prowadzenie. Jak się później okazało, był to gol na wagę zwycięstwa. Polacy wygrali 2:1 i wykonali swoje zadanie, awansując z kompletem punktów do ostatniej, decydującej fazy eliminacji mistrzostw Europy U-19.

POLSKA U-19 - LUKSEMBURG U-19 2:1 (0:0)

Bramki: 1:0 Rostek 61, 1:1 Gomes Rodrigues 67, 2:1 Lauryn 83.

Polska: Zieliński - Rosół, Mackiewicz, Lauryn - Zalewski (62 Śledziński), Przybyłko, Mozie (85 Dudek), Burkiewicz (85 Ciućka), Kucharski (46 Gmur), Rostek - Szczygieł (72 Szymczak). Trener Radosław Sobolewski.

Luksemburg: Schmit - Lima, Monteiro (74 Lourenco), Oger, Da Luz (46 Nascimento) - de Castro, Batchakui, Fabio Da Silva Santos, Carolei (84 Welter), Gomes Rodrigues (87 Caradonna) - Polfer (84 Macedo). Trener Nedim Jasarovic.

Sędziował: Stary (Czechy).
Widzów: 942. ©℗

PIŁKA NOŻNA

Niemcy zbili Holandię w Lidze Narodów. Oranje przeszli z nieba do piekła

Jakub Jabłoński

Reprezentacja Niemiec rozniosła Holandię 5:0 w ostatniej kolejce Ligi Narodów i był to pierwszy aż tak przekonujący mecz za Jürgena Kloppa, który objął kadrę naszych zachodnich sąsiadów zaraz po mistrzostwach świata, gdy odpadli w 1/16 finału z Paragwajem.

Die Mannschaft tym samym po dość niemrawym początku wygrała grupę dzięki lepszemu bilansowi bramek. Na Stadionie Olimpijskim w Berlinie dwa gole dla podopiecznych Kloppa zdobył Florian Wirtz – w 60. i 71. minucie, a po jednej Derry Scherhant (41.), Nico Schlotterbeck (65.) i świetnie spisujący się ostatnio Brajan Gruda z RB Lipsk (78.), który zaliczył także dwie asysty.

– Mamy dobre przeczucia, ale pewności nigdy nie ma. W idealnym scenariuszu strzelimy pięć goli – powiedział Klopp z uśmiechem krótko przed pierwszym gwizdkiem poniedziałkowego spotkania w wywiadzie dla ARD, który szybko zyskał wielką popularność. Zaraz potem, już na poważnie, doceniając klasę rywala, dodał, iż „już zdobycie jednej bramki będzie trudne". Po meczu zapytano Kloppa o jego śmiałą prognozę i czy przeczuwał właśnie taki wynik, a trener odparł krótko: „No tak, tak".

Dla Holandii to najwyższa porażka od października 1959 roku, gdy w meczu towarzyskim przegrała z RFN 0:7. Przypomnijmy, że podopieczni Xaviego Hernandeza przed kilkoma dniami wysoko pokonali Grecję (7:0) i byli o krok od wygrania grupy.

– Jestem bardzo rozczarowany. Jest mi przykro, ponieważ wcześniej byłem bardzo dumny z tych zawodników. To, co dziś się wydarzyło, było niewiarygodne. Jako trener przeżyłem szok. To było żenujące. W 99 proc. za ten wynik odpowiada brak odpowiednich wartości, których zawodnicy dzisiaj nie pokazali. Powiedziałem im, że musimy zmienić mentalność. Nie byliśmy w stanie rywalizować, ponieważ nie pozostaliśmy wierni naszym zasadom. Rozmawiałem z zawodnikami, bo próbuję zrozumieć, co się wydarzyło – mówił po meczu selekcjoner Oranje Xavi Hernandez.

W drugim spotkaniu tej grupy Grecja, dzięki bramce w 69. minucie wprowadzonego krótko wcześniej z ławki Giorgosa Masourasa, pokonała u siebie pozostającą bez żadnego punktu Serbię 1:0.

Do 1/4 finału LN wchodzą po dwie najlepsze ekipy z czterech grup najwyższej dywizji (A).

Niemcy, Holandia i Grecja zakończyły rywalizację z taką samą liczbą punktów (po 11) oraz identycznym bilansem w bezpośrednich starciach – każda z drużyn zdobyła w nich po 5 pkt.

Dzięki okazałemu zwycięstwu zespół Kloppa zajął pierwsze miejsce w grupie A2, wyprzedzając Holendrów, którzy również awansowali do ćwierćfinałów, lepszym bilansem bramkowym. Grecja zakończyła zmagania z ujemną różnicą goli, na co znaczący wpływ miała porażka 0:7 w Amsterdamie, poniesiona w miniony piątek.

W rezultacie Niemcy będą rozstawieni w piątkowym losowaniu ćwierćfinałów, a także zyskają przywilej rozegrania rewanżowego spotkania na własnym boisku pod koniec marca.

AMP FUTBOL

Biało-Czerwoni zagrają dziś o ćwierćfinał MŚ w Amp futbolu

Zbigniew Czyż

Reprezentacja Polski w Amp futbolu zagra dziś w 1/8 finału mistrzostw świata, które odbywają się w Meksyku. Rywalem będzie Angola.

Polacy w pierwszym meczu turnieju pokonali Kostarykę 2:1, w drugim naszej kadrze przyznano walkower (3:0) za spotkanie z Iranem, gdyż reprezentacja tego kraju nie dotarła na turniej. W trzecim Biało-Czerwoni przegrali z Anglią 0:1. W spotkaniu o awans do najlepszej ósemki turnieju zespół trenera Mariusza Miecznikowskiego zmierzy się z trzykrotnym finalistą mundialu Angolą (2014, 2018 oraz 2022). Zespół z Afryki zajął pierwsze miejsce w grupie D po wygranych po 2:0 z Ghaną i Kolumbią oraz remisie z Irakiem (0:0).

Polacy przystąpili do mundialu z dużymi ambicjami. W 2025 roku wygrali Ligę Narodów. Mają na koncie trzy brązowe medale mistrzostw Europy (2017, 2021, 2024 – wygrana z Anglią). Ich największym dotychczasowym sukcesem w mistrzostwach świata jest czwarte miejsce. Początek spotkania Polska – Angola o godz. 22. Transmisja w TVP Sport. Turniej z udziałem 24 drużyn potrwa do 22 listopada.



FOT. RADOSŁAW JÓŹWIAK/CYFRASPORT

Strzela Kamil Grygiel, z lewej Bartosz Lastowski w meczu mistrzostw świata 2026 w amp futbolu Polska – Anglia (0:1) w Meksyku

eprasa.pl aa3ff74a9f

SPORT

• **Paweł Załoga odchodzi ze Stali Łańcut.** Szkoleniowiec podjął decyzję o zakończeniu współpracy z klubem z przyczyn osobistych. Załoga objął drużynę pod koniec sierpnia tego roku, , zastępując na stanowisku Grzegorza Opalińskiego.

SIATKÓWKA | TAURON LIGA

Jan Such: Trochę się martwię o Asseco Resovię

Marek Bluj

Siatkarze Asseco Resovii w sześciu kolejkach Tauron Ligi zdobyli tylko 8 punktów i zajmują w tabeli dopiero siódme miejsce. Wygrali jedynie dwa mecze, a przegrali cztery. - Porażka w sobotę ze Skrą Bełchatów, to byłoby bardzo źle - mówi Jan Such, były świetny zawodnik i trener rzeszowskiej drużyny. Także kibice są zawiedzeni i zatroskani o zespół.



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

W nadchodzącą sobotę o godzinie 15 Asseco Resovia zmierzy się na Podpromiu w klasyku ligi ze Skrą Bełchatów. Będą duże emocje

- Jak patrzę na grę drużyny, to trochę się martwię o Asseco Resovię. Mam do tego prawo, aby się martwić, bo kiedyś z Andrzejem Grzybem zakładałem ten klub - mówi Jan Such i dzieli się swoimi uwagami.

- Jest w kadrze pięciu nowych zawodników, tymczasem gra „6" i libero z tamtego sezonu, czyli zmiennicy nie wpłynęli na jakość zespołu, chociaż w związku z kontuzjami Danny'ego Demyanenki i Artura Szalpuka, do gry weszli Bela Bartha i Tobias Brand. W tamtym sezonie było czwarte miejsce w lidze, teraz natomiast obawiam się, że mogą być trudności z wejściem do czwórki, choć wszystko jeszcze jest możliwe, ale musi być duża poprawa, gdyż zespół zamiast grać coraz lepiej, dla mnie gra coraz słabiej - uważa pan Jan.

- Również mocno martwi sprawa Pucharu Polski. Już długo czekam na powtórzenie sukcesu, bo ostatni raz zdobyliśmy to trofeum 40 lat temu w Lesznie. Jeżeli nie wejdziemy do szóstki, to w tym sezonie całkowicie stracimy szanse na puchar, a w ostatniej edycji zajęliśmy drugie miejsce - wylicza nasz rozmówca.

- Gwiazdy wygrywają mecze. Kiedyś w kontekście Resovii mówiło się o Wilfredo Leonie. Patrzmy jak robi to Zawiercie. Jak rozmawiałem z Kryspinem Baranem, prezesem klubu, zespół buduje się tak, że co roku zmienia się dwóch, maksymalnie trzech zawodników. Po trzech latach jest zespół, który jest jednym z najlepszych w Europie. My w sumie zmieniamy trochę więcej, ale nie zmieniamy na gwiazdy - Jan Such porusza temat transferów. - Z tego co wiem, jest inne przemyślenie tego procesu, bo słyszałem, że Kamil Semeniuk jest już zakontraktowany do Asseco Resovii na przyszły sezon, że są duże szanse, iż za duże pieniądze dołączy także Wassim Ben Tara, że - co mnie bardzo cieszy - ma być także pochodzący z naszego regionu Norbert Huber. Idziemy w dobrą stronę, ale nie zapominajmy, że mamy jeszcze ten sezon, a najbliższy bardzo ważny mecz z Bełchatowem w tę sobotę. Martwi, że nie ma dobrej zagrywki. Każdy zespół ma zawodnika, który robi w tym elemencie różnicę. U nas zagrywka jest słaba, a później są trudności z blokiem, obroną i kontratakiem. To jest do poprawy - to część diagnozy trener a Sucha.©℗

SIATKÓWKA | TAURON LIGA KOBIET

Miały być 3 punkty, jest tylko jeden set. ITA TOOLS Stal Mielec przegrała piąty mecz

Marek Bluj

W meczu kończącym 7. kolejkę Tauron Ligi Kobiet ITA TOOLS Stal Mielec przegrała 1:3 z BKS-em ZGO Bielsko-Biała. To już piąta porażka Mielczanek. Ich sytuacja w tabeli jest coraz trudniejsza. BKS był lepszy i zwyciężył po raz trzeci.

- Wygraliśmy pierwszego seta w tym sezonie przed własną publicznością. Wiem, że to nie jest powód do radości. Graliśmy gdzieś do 15 punktu po równo, a później przeciwnik nam odjeżdżał. Graliśmy czasami bardzo dobrze i ofiarnie w obronie. Trzeba spróbować przełknąć tę kolejną porażkę, zabrać się do pracy i próbować w kolejnym meczu podjąć rękawicę. Wierzę w ten zespół, że potrafi i wiem, że przyjdzie taki moment i odbijemy się od tego przysłowiowego dna - komentował grę i wynik trener Jakub Głuszak.

Rzeczywiście, Mielczanki w pierwszym secie trzymały się do stanu 18:18, a w drugim do 13:13. Potem rywalki dysponujące lepszym, atakiem i blokiem, popełniając mniej błędów i mające bardzo skuteczną Iris Vos, szybko im uciekały na dystans kilku punktów. Rozgrywały końcowki na swoich zasadach, choć wcale nie musiało tak być.

Chwile radości Stal i jej fani mieli w zakończonej na przewagi partii numer 3. Miejscowe przeważały 22:20, ale za chwilę był remis (23:23). Rozalia Moszyńska wywalczyła piłkę setową ale udało się zamknąć tę odsłonę dopiero za czwartym setbolem. Zrobiła to blokiem Weronika Sobiczewska. Niestety, czwarty set był ostatnim. BKS od startu uzyskał wysoką przewagę (5:1, 14:10, 18:11) i skutecznie jej bronił przed ambitnie goniącymi wynik gospodyniami, które zmniejszały straty (15:19). Tylko tyle dało się już zrobić. Szkoda, bo Stal stać na dużo więcej. Czas to pokazać.

ITA TOOLS STAL MIELEC - BKS ZGO BIELSKO-BIAŁA 1:3 (20:25, 18:25, 28:26, 17:25)

Stal: Bińczycka 3, Sobiczewska 11, Adamczyk 11, Ociepa 2, Moszyńska 11, Bączyńska 16, Lutsenko (libero) oraz Twardoch 3, Andersson 1, Grabowska, Jovanović. Trener Jakub Głuszak.

BKS: Gajer 2, Miilen 18, Vos 29, Podlaska 13, Wasilewska 9, Piotrowska 3, Adamek (libero) oraz Kowalska 2, Szewczyk, Nowakowska, Abramajtys 7, Borowczak.. Trener Bartłomiej Piekarczyk.

Sędziowali: Michał Malinowski i Michał Kozieł. **MVP**: Iris Vos. **Widzów:** 670.

Pozostałe wyniki 7. kolejki: Moya Radomka Radom - Lotto Chemik Police 0:3 (20:25, 18:25, 25:27); ŁKS Commercecon Łódź - UNI Opole 3:1 (27:25, 25:17, 22:25, 25:17); DevelopRes Rzeszów - Netland MKS Kalisz 3:0 (25:10, 25:18, 25:16); #VolleyWrocław - PGE Budowlani Łódź 0:3 (16:25, 15:25, 20:25); Sokół & Hagric Mogilno - Metalkas Pałac Bydgoszcz 0:3 (20:25, 13:25, 22:25).

1.KS Developres	7	20	21:5
2.ŁKS Commercecon	7	18	20:9
3. PGE Budowlani	7	15	17:7
4.Lotto Chemik	7	14	15:11
5.UNI Opole	7	12	16:12
6.Metalkas Pałac	7	12	14:11
7.MOYA Radomka	7	12	15:12
8.BKS Bielsko-Biała	7	8	11:15
9.Netland MKS Kalisz	7	7	9:15
10.ITA TOOLS Stal Mielec	7	4	8:19
11.#Volley Wrocław	7	3	8:21
12.Sokół & Hagric Mogilno	7	1	4:21

W następnej kolejce: KS DevelopRes - UNI Opole (20.11, godz. 20.30); Lotto Chemik Police - ITA TOOLs Stal Mielec (23.11; godz. 17.30). ©℗



FOT. ANNA JAJKIEWICZ

Blok był ważnym atutem BKS-u. Rywalki zdobyły w nim 16, a Stal 9 pkt. Miały lepszy atak (skuteczność 40%-46%) i przyjęcie (42%-51%)

KOSZYKÓWKA | PZKOSZ 1 LIGA MĘŻCZYZN

Łotysz trenerem Miasta Szkła. Wraca też Piechucki

Tomasz Ryzner

Sandis Buškevičs został trenerem Miasta Szkła Krosno. Na stanowisku zastąpił Roberta Witkę, który po meczu z Qemetiką Notecią Inowrocław (78:84) podał się do dymisji. Asystentem 49-letniego Łotysza będzie Kamil Piechucki, były zawodnik i trener ekipy z Krosna.

Łotysz miał godną karierę zawodniczą - przez dziewięć lat był rozgrywającym reprezentacji swego kraju, zdobył mistrzostwo Łotwy, Litwy, Ligi Bałtyckiej, także Puchar Rosji i grał w Eurolidze. Po zakończeniu gry (w 2012 roku) był asystentem w Lietuvos Rytas i Lietkabelisie, przez cztery lata w Neptūnasie Klaipėda, a w 2025 roku, już jako pierwszy trener, zdobył mistrzostwo NKL z BC Telšiai.

Kamil Piechucki (43 lata) 15 lat temu kończył karierę zawodniczą w 2-ligowych wówczas Delikatesach Centrum PBS Bank MOSiR Krosno. W latach 2016-18 pracował w Krośnie już jak trener – najpierw był asystentem Michała Barana, a w sezonie 2017/18 poprowadził Szklany Team w 24 meczach PLK.

Po 9 kolejkach 1 ligi Szklany Team ma na koncie dwa zwycięstwa i z 11 punktami na koncie zajmuje 14. miejsce w tabeli. Buškevičs zadebiutuje wyjazdowym meczem z Polonią 1912 Leszno, liderem tabeli (komplet zwycięstw). Spotkanie odbędzie się w niedzielę 22 listopada (g. 18). ©℗

eprasa.pl aa3ff74a9f