DZIŚ SPECJALNY DODATEK
PUPIL ROKU
A W NIM PREZENTUJEMY ZWYCIĘZCÓW WE WSZYSTKICH KATEGORIACH

Nr ISSN 2353-6152
Nr indeksu 350-206

www.gazetawroclawska.pl

Nr 245 | Cena 5 zł (w tym 8% VAT)

Środa, 21.10.2026

78 lat

Gazeta WROCŁAWSKA

Relaks

Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV

Z naszych stron

Wskazują drogę pacjentom w szpitalnych zakamarkach

Uniwersytecki Szpital Kliniczny przy Borowskiej zatrudnił osoby, które wskazują drogę do odpowiednich gabinetów i na oddziały.
– Str. 4

Z naszych stron

Prawie 40-letni autobus Jelcz L11 znów wyjedzie na nasze ulice

Kolekcja Klubu Sympatyków Transportu Miejskiego we Wrocławiu powiększyła się o kolejny wyremontowany autobus. Dobrze się prezentuje.
– Str. 5

Nowe nazwy we Wrocławiu.
Radni mają na stole propozycje dotyczące placu, ronda i skwerów
– Str. 2

Ante Šimundža przed próbą.
Mecz Śląska z Wieczystą Kraków może zdecydować o przyszłości słoweńskiego trenera
– Str. 16



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Z naszych stron

Renowacja zegara i wymiana budynków między Ossolineum i Uniwersytetem

Remigiusz Biały

Zacznie się od zegara, ale to zadanie na całą dekadę. Wrocławskie Ossolineum będzie remontować bibliotekę przy ulicy Szajnochy. Budynek zostanie przejęty od Uniwersytetu Wrocławskiego.

Choć obiekt jest w dobrym stanie, na jego elewacji widać ząb czasu. Wnętrza nie przetrwały powojennych trendów wykończeniowych rodem z PRL. To ma się zmienić – dawna biblioteka uniwersytecka przy ul. Szajnochy, w pobliżu skrzyżowania ulic Kazimierza Wielkiego i Krupniczej, ma odzyskać swój dawny blask.

– Rozpoczynamy projekt „Czas na Szajnochy". Chcemy przywrócić mieszkańcom i przyjezdnym piękno dawnego budynku bibliotecznego przy ulicy Szajnochy. A dziś zaczynamy od rzeczy niewielkiej, lecz symbolicznej – od odrestaurowania zabytkowego zegara na wieży. Oryginalne tarcze i mechanizm wciąż tam są. Chcemy je przywrócić do życia – mówi dr Marek Mutor, wicedyrektor Ossolineum.



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Zegar na wieży biblioteki zostanie zastąpiony tym oryginalnym

Obecna biała tarcza zostanie zastąpiona czarną, a cyfry będą pozłacane. Odlewane będzie także nowe „serce", aby zegar znów mógł wybijać godziny. Władze Ossolineum liczą, że uda się go uruchomić w przyszłym roku. Potrzebne jest jednak 30 tys. zł. Kwota ma pokryć również projekt konserwatorski mechanizmu zegara z 1890 roku. Pieniądze mają zostać zebrane w publicznej zbiórce.

– Chciałem bardzo podziękować za zaproszenie do tego projektu. Jako Zrzutka.pl czujemy się lokalnymi patriotami i jesteśmy dumni, że możemy w nim uczestniczyć. Bardzo nam zależy, żeby ta akcja się udała – to jest serce Wrocławia. Pokażmy, na co nas stać i jak bardzo nam na tym zależy – mówi Tomasz Chołast, założyciel portalu Zrzutka.pl.

Projekt „Czas na Szajnochy" ma związek również z wymianą budynków, na jaką umówiły się Ossolineum i Uniwersytet Wrocławski.
Czytaj dalej na str. 3

Wrocław

Chińskie auto nie wjedzie na parking przy cmentarzu

Michał Perzanowski

Chodzi o parking zwykle udostępniany z okazji Wszystkich Świętych przez wojsko w pobliżu Cmentarza Osobowickiego we Wrocławiu.

Mowa o wojskowym parkingu na terenie Centrum Szkolenia Wojsk Inżynieryjnych i Chemicznych przy Cmentarzu Osobowickim we Wrocławiu. Parking wojskowy będzie dostępny 31 października i 1 listopada. Zgodnie z decyzją Sztabu Generalnego Wojska Polskiego na teren jednostki nie wjadą samochody określonych marek, a także pojazdy wyprodukowane w wybranych państwach. Ograniczenia mają związek z ochroną obiektów wojskowych i strategicznych.

Na liście znalazły się m.in. samochody marek BYD, MG, Omoda, Jaecoo, Chery, Geely i XPeng. Zakaz obejmie również wybrane modele Volvo oraz pojazdy innych producentów. Zakaz obejmie również samochody wyprodukowane w Chinach, Białorusi, Rosji, na terenach byłego ZSRR i w Korei Północnej. Weryfikacja będzie odbywać się m.in. na podstawie numerów VIN, czyli numerów identyfikacyjnych pojazdów.

Problemem mogą być urządzenia rejestrujące obraz. Zgodnie z zaleceniami wojska kierowcy muszą przed wjazdem zdemontować wideorejestratory. Wyłączone lub skutecznie zasłonięte powinny być również autonomiczne czujniki parkowania umożliwiające rejestrację obrazu i dźwięku.

eprasa.pl c3637c4bd3

POLECAMY

JUTRO: Ile komornik może zabrać z emerytury PIĄTEK: Czy oddamy AI nasze myśli i uczucia?

21.10.2026
Środa

Dziś imieniny obchodzą: Urszula, Celina i Elżbieta
Telefon alarmowy: 112

GAZETA WROCŁAWSKA

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

www.gazetawroclawska.pl

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

POLSKA PRESS GRUPA

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

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

KOMUNIKACJA

Wrocław Główny to najlepszy dworzec w Polsce

Remigiusz Biały

W rankingu najbardziej ruchliwych dworców w Europie lepsze od nas są jedynie dworce w Zurychu, Paryżu, Amsterdamie.

European Railway Station Index 2026 powstał na podstawie oficjalnych danych i statystyk, opracowanych przez badaczy z Consumer Choice Center. Dworce oceniano pod kątem dostępności usług, udogodnień dla podróżnych, oferty handlowej i gastronomicznej, jakości infrastruktury oraz innowacyjnych rozwiązań wspierających mobilność.

Szwajcaria ponownie dominuje zestawienie: Zürich Hauptbahnhof utrzymuje pozycję lidera dzięki rekordowej punktualności. Berno i Lucerna również potwierdzają szwajcarską niezawodność, a francuskie dworce - zwłaszcza Gare du Nord - notują wyraźną poprawę.

„Wrocław Główny nadal wyznacza doskonały standard dla Europy Wschodniej, będąc numerem jeden wśród najmniejszych stacji oraz czwartą w rankingu ogólnym. Jego wynik punktowy spadł jedynie nieznacznie z powodu wzrostu liczby opóźnionych pociągów" - czytamy w raporcie.

Co ciekawe, w klasyfikacji dworców obsługujących rocznie poniżej 60 mln pasażerów Wrocław i Kraków zajęły odpowiednio pierwsze i drugie miejsce.

Jak wypadły inne polskie dworce?

Kraków Główny, tegoroczny debiutant, który uplasował się w klasyfikacji ogólnej na 9. miejscu, został doceniony za integrację z handlową Galerią Krakowską, jedenaście peronów z windami i schodami ruchomymi, bezpłatne wifi oraz przyjazność dla osób z niepełnosprawnościami.

Poznań Główny również znalazł się w zestawieniu. Jego profil jest zbliżony do Krakowa - szeroka oferta usług, integracja z centrum handlowym Avenida, dobre połączenia krajowe i międzynarodowe. Brakuje jedynie poczekalni pierwszej klasy.

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Gazetę Wrocławską"

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

POGODA

dziś
18°C

jutro
10°C

PROPOZYCJE

Nowy plac, rondo i skwery we Wrocławiu. Uhonorują świętego, organizację i ludzi

Remigiusz Biały

Wraz z pojawianiem się nowych ulic i przestrzeni na terenie miasta, trzeba znaleźć dla nich odpowiednie nazwy.

Mamy listę najnowszych propozycji, którymi zajmują się wrocławscy radni.



FOT. WIZUALIZACJA ZZM

Centralnym punktem skweru u zbiegu ulic Podchorążych i Sztabowej jest rzeźba „Święto Kwiatów" Janiny Piskorowskiej-Pieli

Plac św. Maurycego

Nazwę otrzyma teren u zbiegu ulic gen. Romualda Traugutta i Dobrzyńskiej. Nieruchomość należy do parafii św. Maurycego, która wystąpiła z wnioskiem o upamiętnienie swojego patrona w związku z jubileuszem 800 lecia parafii. Kult św. Maurycego zaznaczył się już na przedwojennych planach Breslau, gdzie w sąsiedztwie dzisiejszego kościoła funkcjonowała ulica St. Mauritiusstraße.

Rondo Wandy Mejbaum -Katzenellembogen

Nazwę otrzyma rondo położone w Marszowicach, na skrzyżowaniu ulic Marty Burbianki i Władysława Ślebodzińskiego. Wanda Lucyna Mejbaum Katzenellenbogen (1914–1986) była wybitną polską biochemiczką, twórczynią wrocławskiej szkoły biochemicznej i profesorką nauk medycznych. Jej dorobek naukowy, dydaktyczny i organizacyjny został uhonorowany licznymi odznaczeniami państwowymi.

Skwer ks. Stanisława Orzechowskiego „Orzecha"

Nazwę otrzyma skwer położony na terenie Przedmieścia Świdnickiego, na działkach pomiędzy ulicami Peronową i Stawową przy Dworcu Głównym. Wniosek o upamiętnienie ks. Stanisława Orzechowskiego złożyły Duszpasterstwo Kolejarzy Diecezji Wrocławskiej oraz Stowarzyszenie Przyjaciół Duszpasterstwa Akademickiego „Wawrzyny". Ksiądz Stanisław Orzechowski „Orzech" (1939–2021) był jedną z najbardziej rozpoznawalnych postaci wrocławskiego duszpasterstwa. Kapelan „Solidarności", wieloletni duszpasterz Świata Ludzi Pracy i Kolejarzy Dolnośląskich, a także ceniony opiekun Duszpasterstwa Akademickiego „Wawrzyny". Za swoją działalność otrzymał liczne odznaczenia państwowe, a w 2015 roku Rada Miejska Wrocławia uhonorowała go tytułem Civitate Wratislaviensi Donatus.

Skwer Towarzystwa Miłośników Wrocławia

Nazwę otrzyma skwer położony nieopodal Mostu Szczytnickiego – równolegle do ulicy Parkowej. Wniosek o uhonorowanie Towarzystwa Miłośników Wrocławia złożyło Stowarzyszenie Polaków Represjonowanych przez III Rzeszę, a inicjatywa wpisuje się w obchody 70-lecia powstania TMW.

Skwer Janiny Piskorowskiej-Pieli

Nazwę otrzyma bezimienny dotąd teren zieleni u zbiegu ulic Podchorążych i Sztabowej. Miejsce zostało niedawno odnowione dzięki środkom z Funduszu Osiedlowego i zaangażowaniu Rady Osiedla Powstańców Śląskich. Janina Piskorowska Piela (1935–1988) była wybitną wrocławską rzeźbiarką, związaną ze środowiskiem artystycznym miasta od lat powojennych. Studiowała w Państwowej Wyższej Szkole Sztuk Plastycznych we Wrocławiu, specjalizując się w rzeźbie figuralnej i dekoracyjnej, często o syntetycznej, nowoczesnej formie. Centralnym punktem skweru jest rzeźba „Święto Kwiatów" autorstwa Piskorowskiej-Pieli – przykład wrocławskiej rzeźby plenerowej lat 70. XX wieku.

Skwer Ofiar niemieckich obozów II Wojny Światowej

Nową nazwę otrzyma skwer położony między ulicami Kiełczowską i Gorlicką (dziś nazywany parkiem międzyosiedlowym). Inicjatywa nadania nazwy wynika z uchwały Rady Osiedla Psie Pole Zawidawie, która zwróciła się o upamiętnienie obozu pracy przymusowej Breslau Hundsfeld. Umieszczono w nim około 1500 więźniarek pochodzenia żydowskiego z Polski, Węgier, Holandii, Rumunii i Niemiec, przywiezionych z KL Auschwitz. Kobiety pracowały w zakładach Rheinmetall Borsig przy produkcji celowników artyleryjskich, zapalników do bomb, amunicji pokładowej i innych elementów uzbrojenia. W styczniu 1945 roku więźniarki ewakuowano do Gross Rosen, dokąd dotarły po trzech dniach marszu.

eprasa.pl c3637c4bd3

WROCŁAW/DOLNY ŚLĄSK

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

OLEŚNICA

Z karabinami na groźnego przestępcę. Szybka akcja kontrterrorystów na MOP

Michał Perzanowski

Dolnośląscy policjanci namierzyli groźnego przestępcę, który od pewnego czasu ukrywał się przed wymiarem sprawiedliwości. Został zatrzymany po widowiskowej akcji.

Mężczyzny poszukiwali funkcjonariusze Wydziału Kryminalnego Komendy Wojewódzkiej Policji we Wrocławiu. 39-latek był poszukiwany listem gończym wydanym przez łódzki sąd okręgowy. Mężczyzna został skazany za kierowanie zorganizowaną grupą przestępczą, która zajmowała się rozbojami i kradzieżami. Ukrywał się. Finał poszukiwań rozegrał się, gdy policjanci ustalili, że poszukiwany może przebywać na MOP Syców Południe w powiecie oleśnickim. Funkcjonariusze musieli działać szybko.

Do działań skierowano funkcjonariuszy Samodzielnego Pododdziału Kontrterrorystycznego Policji we Wrocławiu. Policjanci wkroczyli do akcji, gdy 39-latek siedział w samochodzie razem z drugim mężczyzną. Wrzucili pod auto granaty hukowe i błyskowe, a następnie błyskawicznie wybiegli z nieoznakowanego busa. W pełnym umundurowaniu otworzyli drzwi i zajęli się poszukiwanym.

- Liczyła się szybka reakcja i sprawne skoordynowanie sił, aby zatrzymać poszukiwanego - przekazuje kom. Przemysław Ratajczyk z Sekcji Prasowej Komendy Wojewódzkiej Policji we Wrocławiu.

39-latek nie uniknie już zasądzonej kary. Po zatrzymaniu policjanci doprowadzili go do jednostki penitencjarnej, gdzie ma do odsiedzenia wyrok 9 lat i 8 miesięcy pozbawienia wolności.



FOT. POLICJA

Akcja policjantów ze specjalnego oddziału pod Sycowem

KRÓTKO

Wrocław

Tragiczny wypadek na torach kolejowych

W poniedziałkowy wieczór człowiek zginął pod kołami pociągu IC „Heweliusz" z Gdyni do Bielska-Białej. Zdarzenie miało miejsce na linii kolejowej Poznań - Wrocław, pomiędzy osiedlami Popowice i Różanka. Skład IC „Heweliusz" utknął na kilka godzin na miejscu wypadku i - jak informowało PKP PLK - został odwołany na dalszej części trasy. Pasażerowie jadący przez Wrocław do Bielska-Białej, a także do Jeleniej Góry przesiadła się do innych składów zmierzających do tych stacji. ruch na głównej linii kolejowej z Wrocławia do Poznania, odbywa się wahadłowo - jednym torem.

Jerzy Wójcik

Legnica

Pożar Biedronki

Policja zatrzymała 31-letniego mężczyznę, który ma być zamieszany w podpalenie sklepu spożywczego sieci Biedronka przy ul. Orzeszkowej w Legnicy. Najpierw płonęło zaplecze, później ogień zajął też sklep.Mundurowi zatrzymali w tej sprawie mężczyznę i wyjaśniają sprawę. **Karolina Kwiatek**

BEZPIECZEŃSTWO

Saperzy zabrali bombę z centrum Wrocławia

Michał Perzanowski

Około 3 tysięcy mieszkańców zostało wczoraj przed południem ewakuowanych z powodu niewybuchu, który musiał być wywieziony na poligon w Świętoszowie.

Na placu budowy przy ul. Kolejowej 8–10 we Wrocławiu znaleziono w minionym tygodniu bombę lotniczą z czasów II wojny światowej. Pocisk SC-250 ważył około 250 kg. We wtorek saperzy zabrali niewybuch po sprawnie przeprowadzonej akcji.

Ze względów bezpieczeństwa na dość dużym obszarze obejmującym kilka ulic przylegających do nasypu kolejowego trzeba było usunąć ludzi. Z naszych informacji wynikało, że nie mogło być osób postronnych w promieniu około 300 metrów od miejsca, w którym pracować będą saperzy.Dla nich przygotowano specjalne autobusy, które przewiozły chętnych w pobliże Narodowego Forum Muzyki przy pl. Wolności. Ostatecznie skorzystało z tej możliwości około 120 osób.



FOT. JAROSŁAW JAKUBCZAK

Działania saperów trwały około godziny

Zabezpieczający teren akcji strażacy przekazali naszemu reporterowi, że 11 osób wymagało specjalnej pomocy w ewakuacji i opuszczeniu mieszkań.

Po godz. 10 zatrzymano ruch tramwajów i autobusów miejskich w pobliżu terenu, gdzie prowadzona była akcja saperów. Nie mogły przejechać między innymi ulicami Grabiszyńską i Piłsudskiego.

Nie kursowały również przez godzinę pociągi jadące w kierunku dworca Wrocław Główny, a także te, które planowo miały stamtąd wyjechać.

Drugi niewybuch

Tak się złożyło, ze saperzy mieli jeszcze jedno zadanie do wykonania we Wrocławiu. Wczoraj rano, w w pobliżu przedszkola i Zespołu Szkół nr 1 znaleziono kolejny niewybuch. To pocisk moździerzowy o długości około 30 cm. Z zagrożonego rejonu ewakuowano ponad 500 osób.

WROCŁAW

Ossolineum ma plany na wiele lat dla zabytku przy Szajnochy

Remigiusz Biały

Ossolineum i Uniwersytet Wrocławski zamienią się budynkami. Dawna biblioteka uniwersytecka stanie się biblioteką Ossolineum, a Uniwersytet przejmie obiekt przy ul. Sołtysowickiej.

Dokończenie ze str. 1

– Dla każdej ze stron to jest dokładnie taki budynek, jakiego potrzebujemy - wyjaśnia dr Marek Mutor, wicedyrektor Ossolineum. - Nam kończy się miejsce w bibliotece, musimy stworzyć nową przestrzeń. Jako przyszły właściciel będziemy też zobowiązani do jego remontu, podzielonego na etapy. Zaczynamy od zegara, potem magazyn i czytelnia, a w perspektywie kilku, może nawet dziesięciu lat doprowadzimy cały obiekt do stanu, w którym znów będzie świecił pełnym blaskiem. Budynek jest pod ochroną konserwatorską, więc to trudny projekt, wymagający dużych nakładów. Mamy tu polichromie przykryte powojenną farbą, wielki strych do adaptacji, elewację do odczyszczenia i mnóstwo detali do odnowienia. Konieczna będzie także winda, bo dostępność jest ogromnym wyzwaniem. Pracy jest dużo, na wiele lat, ale wierzę, że czytelnia i magazyny powstaną w ciągu 3-4 lat.



FOT. KRZYSZTOF KANIEWSKI

Cześć mechanizmu zegarowego

I dodaje, że budynek przy ul. Szajnochy jest zbyt ważny, by pełnił inną niż biblioteczną rolę. - Chcemy tu umieścić naszą bibliotekę. W tym budynku powstało Towarzystwo Miłośników Ossolineum. Patron ulicy, Karol Szajnocha, był także Ossolińczykiem – mówi dr Marek Mutor.

Rzeczniczka Ossolineum, Katarzyna Uczkiewicz, zapowiada, że 29 października Ossolineum i Narodowe Centrum Kultury zorganizują tu II Forum Mecenatu Kultury Capital of Culture.

– Będzie to okazja do rozmowy o kapitale i kulturze, o rozwiązaniach prawnych dla mecenatu prywatnego, o roli samorządu i o ochronie dziedzictwa – mówi Katarzyna Uczkiewicz.

eprasa.pl c3637c4bd3

WROCŁAW

Przypalał sąsiada palnikiem gazowym

Karolina Kwiatek

Wstrząsający finał kłótni na wrocławskich krzykach. Śledczy podejrzewają Mirosława K. o przypalanie palnikiem gazowym swojego sąsiada. Wcześniej miał go bić i grozić, że zabije. 72-latek jest już w areszcie.

Prokuratura Rejonowa dla Wrocławia Krzyki - Zachód prowadzi śledztwo w sprawie zdarzeń, które miały miejsce 13 października 2026 roku. Tego dnia 72-letni Mirosław K. miał zaatakować swojego sąsiada palnikiem gazowym.

Jakub Dłubacz, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej we Wrocławiu informuje, że w trakcie zajścia senior miał grozić swojemu sąsiadowi, że go zabije. 72-latek uderzył mężczyznę w głowę, powodując obrzęk w okolicy czoła, i przypalił palnikiem gazowym jego klatkę piersiową, co doprowadziło do oparzeń I i II stopnia.

Mirosław K. miał też zniszczyć drzwi wejściowe do mieszkania sąsiada - po raz drugi. Z ustaleń śledczych wynika, że podobne zajście, w którym uszkodził drzwi, miało miejsce 2 tygodnie wcześniej (tj. 30 września). Śledczy nie informują, co było jego przyczyną. Nieoficjalnie udało nam się ustalić, że chodzi o sąsiedzki konflikt.

- Przesłuchany w charakterze podejrzanego Mirosław K. nie przyznał się do popełnienia zarzuconych czynów, a treść jego wyjaśnień nie znalazła potwierdzenia w pozostałych dowodach - informuje prokurator.

W piątek (16 października) sąd podjął decyzję o aresztowaniu mężczyzny. Spędzi w nim 3 miesiące. O jego dalszym losie zadecyduje wrocławski sąd.

SŁUŻBA ZDROWIA

Asystenci wskazują drogę w zakamarkach szpitala

Monika Fajge

Uniwersytecki Szpital Kliniczny przy ul. Borowskiej we Wrocławiu zatrudnił asystentów, których zadaniem jest wskazywanie drogi do odpowiednich gabinetów i na oddziały.



FOT. MONIKA FAJGE

Ubrani w pomarańczowe bluzy asystenci witają pacjentów w holu głównym szpitala

Witają pacjentów przy wejściu do szpitala, fizycznie kierują do odpowiednich wind, pięter czy poradni, pomagają odnaleźć oddział lub pracownię diagnostyczną. W Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym we Wrocławiu pojawili się asystenci pacjenta. O tym, że są potrzebni świadczy fakt, że każdy asystent „obsługuje" w ciągu dnia kilkadziesiąt osób.

Szpital przy ul. Borowskiej to olbrzymi kompleks, w którym trudno jest się odnaleźć osobie z zewnątrz. Pacjenci mają problem z dotarciem do konkretnego miejsca, a niejednokrotnie zdarza się, że wbiegają do szpitala na ostatnią chwilę, spiesząc się do poradni czy do pracowni na badanie. Wchodząc do szpitala, często czują się zdezorientowani. Wprowadzając usługę asystenta, chcieliśmy to zmienić - mówi Patrycja Korolewicz, kierowniczka Działu Statystyki i Dokumentacji Medycznej USK.

Dziś „drogę wskazują" pacjentom trzy osoby. W szpitalu pracują na etacie, od poniedziałku do piątku w godz. od 7 rano do 14:35. To absolwenci Wydziału Zdrowia Publicznego wrocławskiego Uniwersytetu Medycznego.

- Dziennie podchodzi do mnie nawet 40 pacjentów. Czasem werbalne wskazówki wystarczą, ale jeśli jest taka potrzeba, podprowadzamy pacjentów pod same drzwi konkretnego gabinetu - wyjaśnia Aleksandra Turowska.

Zanim została asystentką musiała dokładnie poznać topografię szpitala.

Asystent oprócz tego, że jest osobą empatyczną, cierpliwą, chętną do niesienia pomocy, musi mieć dobrą orientację w terenie. Szpital jest ogromny, musieliśmy się nauczyć, jak się po nim poruszać - przyznaje.

Usługa została wprowadzona w szpitalu pilotażowo, na razie na rok. Niewykluczone jednak, że asystenci zostaną na Borowskiej na stałe i że asystentów będzie więcej.

0011600863

Naszej drogiej Koleżance

Basi Jurze-Kadłubowskiej

oraz

Jej Najbliższym

wyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci

ŚP

Taty

składają

koleżanki i koledzy z „Gazety Wrocławskiej"
oraz „Gazety Lubuskiej"

REKLAMA

0011486419

ZAKŁADY POGRZEBOWE

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

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

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

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

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

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

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

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

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

AUTOPROMOCJA



Wspomnienia.
Te najważniejsze...

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

AUTOPROMOCJA

Nekrologi

zamówisz tutaj:
Wrocław, ul. św. Antoniego 2/4,
71 374 82 49
reklama.wroclaw@polskapress.pl

Dziś pożegnamy

Pogrzeby 21.10

● **OSOBOWICE**
Elżbieta Zmyślona, g. 12.40
Tadeusz Słodkiewicz, 13.20

Lidia Boroń, 14
Danuta Koprianiuk, 14.40

● **GRABISZYN**
Wojciech Wolniewicz, g. 11
Piotr Kozłowski, 12

Leokadia Kocur, 13

● **JERZMANOWO**
Jan Chudzik, g. 12

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

eprasa.pl c3637c4bd3

HISTORIA

Prawie 40-letni autobus znów wyjedzie na ulice Wrocławia. Zakończyła się renowacja Jelcza L11

Remigiusz Biały

Kolekcja Klubu Sympatyków Transportu Miejskiego we Wrocławiu powiększyła się o kolejny wyremontowany autobus.



FOT. KLUB

Tak prezentował się autobus już po nowym malowaniu. Więcej zdjęć z remontu na: gazetawroclawska.pl

W sobotę, 24 października, Klub Sympatyków Transportu Miejskiego zaprezentuje odrestaurowanego Jelcza L11. Będzie to jednocześnie zwieńczenie trwającego ponad rok remontu pojazdu. Na potrzeby prac autobus został rozebrany niemal do samego szkieletu.

– Stopień korozji kratownicy okazał się bardzo wysoki, co skutkowało koniecznością wymiany znacznej liczby poszczególnych profili. Było to jednak niezbędne, aby zapewnić odpowiednią sztywność i nośność konstrukcji, konieczne dla trwałości remontowanego nadwozia oraz bezpieczeństwa przewożonych w przyszłości pasażerów. Aby przywrócić autobusowi oryginalną formę, odtworzono tylną i czołową ścianę wraz ze świetlikiem nad przednią szybą – mówi Krzysztof Kołodziejczak z Klubu Sympatyków Transportu Miejskiego.

Podczas prac odtworzono również detale charakterystyczne dla Jelcza L11, w tym schowek na koło zapasowe, klapy oraz pozostałe elementy oblachowania. Ze względu na korozję i odkształcenia, całe poszycie wykonano od nowa.

Po odbudowie szkieletu nadwozie zabezpieczono podkładami antykorozyjnymi, a następnie pomalowano w historycznych barwach – żółto-kremowych. Sprawdzono również stan osprzętu silnika, skrzyni biegów, układu hamulcowego oraz zawieszenia. Zregenerowano elementy przy moście napędowym i osi przedniej, a także wymieniono siłowniki hamulcowe wraz z przewodami i zaworami. Po ponownym zamontowaniu podzespołów na odnowionej kratownicy możliwe było uruchomienie silnika.

Podczas remontu w jak największym stopniu wykorzystywano oryginalne części. Każdy element w pierwszej kolejności poddawano regeneracji. Dopiero gdy nie było to możliwe ze względów technicznych lub bezpieczeństwa, zastępowano go nowym albo wykonywano jego kopię.

W 2026 roku odtworzono również wnętrze pojazdu. Po przejściu badań technicznych autobus będzie mógł ponownie wyjechać na wrocławskie ulice, prezentując wygląd odpowiadający pierwotnej wersji Jelcza L11/2 z lat 1988–1989. Ten pojazd został wyprodukowany w styczniu 1989 roku w Jelczańskich Zakładach Samochodowych. Od początku był przeznaczony dla Dyrekcji Wrocławskiej Przedsiębiorstwa Komunikacji Samochodowej. Przydzielono go do oddziału w Dzierżoniowie.

W latach 1995–2002 pojazd kursował na liniach regularnych komunikacji miejskiej ZKM Bielawa. W 2001 roku Jelcz przeszedł generalny remont, podczas którego zamontowano plastikową ścianę przednią i tylną. Dwa lata później autobus trafił do placówki terenowej PKS Dzierżoniów w Ząbkowicach Śląskich. Pozostawał tam aż do wycofania z ruchu pod koniec 2010 roku, kiedy został unieruchomiony w wyniku awarii.

W lutym 2011 roku Jelcz został odkupiony przez Klub Sympatyków Transportu Miejskiego. Członkowie klubu własnymi siłami przywrócili go do ruchu w latach 2011–2012. Od 2014 roku autobus stacjonuje pod dachem. Początkowo znajdował się w Jelczu-Laskowicach, później trafił na teren dawnej zajezdni tramwajowej „Dąbie", a obecnie znajduje się na zajezdni „Popowice".

WROCŁAW

Świeżo wyremontowana Pomorska znów w remoncie

Konrad Bałajewicz

Ponad 70 mln zł kosztowała przebudowa ul. Pomorskiej we Wrocławiu. Kilka dni temu robotnicy zaczęli wyrywać z niej kostkę i układać ją od nowa. Wszystko dlatego, że nie wytrzymała obciążeń.



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Kostka na torowisku wypadła i musi zostać ułożona jeszcze raz

O problemie z kostką na Pomorskiej pisaliśmy już w styczniu 2026 roku. Wtedy, półtora roku po zakończeniu drogiej, kompleksowej przebudowy, kamienne elementy zaczęły wypadać z nawierzchni. Najgorzej wyglądał odcinek między Dubois a Pl. Staszica.

Wielka przebudowa ul. Pomorskiej trwała od sierpnia 2022 do czerwca 2024 roku. W ramach inwestycji wymieniono m.in. torowisko, sieci podziemne i nawierzchnię. Dziś część prac trzeba wykonać ponownie.

Na czas ponownego remontu, kilka linii tramwajowych zostało czasowo zawieszonych, inne kursują zmienionymi lub skróconymi trasami. W okresie poprzedzającym Wszystkich Świętych to problem dla osób chcących posprzątać groby na cmentarzach. Co prawda, remont ma zakończyć się w drugiej połowie października i tramwaje mają wrócić na Pomorską jeszcze przed Wszystkimi Świętymi, ale nie wiadomo, kiedy dokładnie.

Dlaczego kostka zaczęła wypadać? Zdania są podzielone. Zgodnie z wytycznymi konserwatorskimi wykorzystano tzw. kostkę staroużyteczną, czyli kamienne elementy odzyskane z innych miejsc we Wrocławiu. Kostka z odzysku ma różne wymiary, kształty i stopień zużycia. Trudniej ją precyzyjnie ułożyć i szczelnie wypełnić. Na Pomorskiej dochodzi do tego intensywny ruch tramwajów oraz ciężkich autobusów elektrycznych.

Wrocławskie Inwestycje, miejska spółka nadzorująca inwestycję, przekonuje, że ostrzeżenia przed takim rozwiązaniem pojawiały się jeszcze na etapie projektowania. W projekcie wskazywano, że stara kostka może nie wytrzymać tak dużych obciążeń.

Miasto proponowało konserwatorowi trwalszą nawierzchnię, m.in. beton z odciskiem kostki, który pozwala zachować historyczny wygląd ulicy. Wojewódzki konserwator zabytków Daniel Gibski nie zgodził się jednak na takie rozwiązanie i wskazał na konieczność pozostawienia kostki staroużytecznej, co ostatecznie zrobiono. Gibski stoi na stanowisku, że problem z ul. Pomorską wynika ze złego wykonawstwa, a nie z decyzji o zastosowaniu starej kostki w torowisku.

WROCŁAW

Centrum Sportów Rakietowych powstanie w miejscu starego basenu

Remigiusz Biały

Uniwersytet Ekonomiczny rusza z jedną z największych inwestycji sportowych w swojej historii. To nowoczesna hala do padla, badmintona i tenisa stołowego. Ma być gotowa za dwa lata.

Rozpoczęcie inwestycji zbiega się z obchodami 80-lecia Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu. Jednocześnie wpisuje się w działania związane z rozwojem oraz modernizacją kampusu UEW.

- Jestem przekonany, że nowy obiekt stanie się ważnym miejscem spotkań społeczności akademickiej oraz areną wielu wydarzeń sportowych o zasięgu regionalnym i ogólnopolskim – mówi prof. dr hab. Czesław Zając, Rektor Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu.

W miejscu starej pływalni przy ulicy Kamiennej powstanie nowoczesny obiekt wyposażony w dwa korty do padla, korty do badmintona oraz strefę tenisa stołowego. W hali znajdzie się również czterorzędowa trybuna teleskopowa.

W ramach inwestycji wybudowany zostanie także garaż podziemny dla samochodów osobowych z podgrzewaną rampą wjazdową. Nowy budynek zostanie funkcjonalnie połączony z istniejącym obiektem Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu.

Obiekt będzie wykorzystywany również przez Klub Uczelniany AZS oraz studenckie sekcje sportowe. Nowa infrastruktura umożliwi organizację wydarzeń sportowych o randze regionalnej i ogólnopolskiej, w tym Akademickich Mistrzostw Polski. Hala będzie także miejscem działań realizowanych we współpracy z Dolnośląską Federacją Sportu oraz organizacjami wspierającymi osoby z niepełnosprawnościami, m.in. stowarzyszeniem START.

Koszt hali to ponad 14,7 mln zł, z czego ok 12 mln zł pozyskano z ministerstw: nauki oraz sportu.

eprasa.pl c3637c4bd3

FOKUS

• **51 procent badanych** przez CBOS pozytywnie oceniło pracę prezydenta Karola Nawrockiego, a 39 proc. krytycznie

BEZPIECZEŃSTWO

Wzmocnienie wschodniej flanki NATO wspólnym priorytetem Polski i Litwy

Karol Nawrocki podkreślił we wtorek, że Polska i Litwa doskonale rozumieją, że największym zagrożeniem dla bezpieczeństwa państw regionu pozostaje agresywna polityka Rosji

oprac. Karolina Wrońska

Karol Nawrocki spotkał się w Pałacu Prezydenckim z prezydentem Litwy Gitanasem Nausedą. – Polskę i Litwę łączą nie tylko wielkowiekowa historia i bliskie sąsiedztwo, ale przede wszystkim wspólne interesy, strategiczne partnerstwo i odpowiedzialność za bezpieczeństwo naszej części Europy i całej wschodniej flanki NATO – powiedział Nawrocki na wspólnej konferencji z Nausedą.

Prezydent podkreślił wspólną perspektywę Polski i Litwy na sprawy międzynarodowe i kwestie bezpieczeństwa.

– Polska i Litwa doskonale rozumieją, że największym zagrożeniem dla bezpieczeństwa naszego regionu pozostaje agresywna polityka Federacji Rosyjskiej. Dlatego naszym wspólnym priorytetem musi być wzmacnianie wschodniej flanki NATO – podkreślił Nawrocki.

Jak mówił, Rosja prowadzi przeciwko państwom naszego regionu działania hybrydowe, wykorzystując cyberataki, dezinformację, sabotaż i presję na granicach. – To doświadczenie niestety dzielimy z Litwą. Odpowiedzią musi być ścisła współpraca sojusznicza i konsekwentne wzmacnianie odporności naszych państw – podkreślił Nawrocki.



FOT. PAP/RADEK PIETRUSZKA

Prezydent RP Karol Nawrocki i prezydent Litwy Gitanas Nauseda po spotkaniu w Pałacu Prezydenckim

Dodał, że „wspólnej refleksji wymaga również kwestia porozumienia Stanów Zjednoczonych z Rosją dotyczącego dostaw rosyjskiego oleju napędowe na światowe rynki". – Stabilizacja sytuacji energetycznej nie powinna prowadzić do osłabienia presji na Rosję ani podważania bezpieczeństw państw naszego regionu – dodał prezydent.

– Dziś Litwa i Polska wspólnie działają na rzecz bezpiecznej, wolnej i zjednoczonej Europy – powiedział prezydent Litwy Gitanas Nauseda po spotkaniu z Karolem Nawrockim.

– Po raz kolejny z satysfakcją potwierdzam, że jesteśmy nie tylko partnerami strategicznymi i sąsiadami, lecz także prawdziwymi, bliskimi przyjaciółmi – mówił Nauseda.

Nauseda poinformował, że podczas spotkania poruszono też kwestię bezpieczeństwa i obronności. Jak zauważył, oba państwa są celem ataków hybrydowych, kampanii sabotażowych, dezinformacyjnych i „powtarzających się naruszeń przestrzeni powietrznej". Nauseda podkreślił konieczność przeciwdziałania wspomnianym zagrożeniom i zwiększenia presji na Rosję przez m.in. sankcje.

Premier w sprawie incydentu z dronem

Premier Donald Tusk przekazał wczoraj przed posiedzeniem rządu, że podczas planowanego po południu spotkania z prezydentem Litwy Gitanasem Nausedą omówi ostatnim incydent z ukraińskim dronem.

– Chcę potwierdzić, że będziemy współpracowali bardzo blisko z Litwą i na pewno wyjaśnimy cały ten incydent z dronem, który eksplodował blisko granicy litewsko-łotewskiej – podkreślił szef rządu. Zapewnił, że zbadane zostaną wszystkie okoliczności.

Szef rządu zaznaczył, że liczy w tej sprawie na „pełną współpracę strony ukraińskiej, tak żeby naprawdę precyzyjnie wyjaśnić sobie, co się stało". Premier przekazał też, że „niezależnie od wyników tego wyjaśnienia chce podkreślić bardzo mocno, że Polska nie zezwala na prowadzenie operacji na swoim terytorium czy nad naszym terytorium bez wyraźnej zgody państwa polskiego". – I to się nie zmieni niezależnie od tego, kto te operacje miałby przeprowadzać – zaznaczył Tusk.

PAP

SEJM

Prezes NBP przed Trybunałem Stanu?

oprac. Karolina Wrońska

Głosowanie Sejmu ws. wniosku o postawienie prezesa NBP Adama Glapińskiego przed Trybunałem Stanu zaplanowane jest na drugą połowę listopada – poinformował we wtorek marszałek Sejmu.

– Planujemy to głosowanie w drugiej połowie listopada. W związku z tym do tego momentu wszystkie sprawy zostaną wyjaśniane i przedstawię na konferencji prasowej w stosownym czasie wszystkie odpowiedzi na wszystkie rodzące się pytania. (...) Pod koniec listopada wstępnie planujemy to głosowanie – powiedział Włodzimierz Czarzasty.

W październiku sejmowa Komisja Odpowiedzialności Konstytucyjnej przyjęła sprawozdanie ws. wstępnego wniosku o pociągnięcie do odpowiedzialności konstytucyjnej przed Trybunałem Stanu prezesa NBP Adama Glapińskiego.

Prezes NBP ocenił w październiku, że postępowanie komisji nie ma żadnych podstaw. **PAP**

POLITYKA

Sikorski o bazach wojsk amerykańskich

oprac. Karolina Wrońska

– Decyzja w sprawie powstania stałej bazy amerykańskiej w Polsce jest po stronie USA – powiedział szef MSZ Radosław Sikorski.

Radosław Sikorski został zapytany przez PAP, czy niepokoi go brak ostatecznej decyzji ze strony USA w sprawie powstania nowej, stałej amerykańskiej bazy w Polsce. – Decyzja w tej sprawie jest po stronie USA i wolałbym, żeby zapadła przed wyborami połówkowymi, bo wiadomo, że politycy mają większą skłonność do dawania przed wyborami. Żebyśmy nie skończyli jak Karol Rozmarek (prezes Kongresu Polonii Amerykańskiej, za sprawą którego jesienią 1944 roku zdecydowana większość Polaków mieszkających w USA zagłosowała na Roosevelta, zapewniając mu reelekcję. Prezydent, mimo wcześniejszych sugestii, nie odwdzięczył się Polonii i poparł forsowaną przez Stalina zmianę granic przedwojennej Polski – PAP) – powiedział Sikorski. **PAP**

KRÓTKO

Łódź

Trzy gigantyczne kominy zostały wyburzone

Z krajobrazu Łodzi we wtorek zniknęły trzy charakterystyczne i mierzące ponad 100 metrów kominy dawnej elektrociepłowni EC-2 przy ul. Wróblewskiego. Obiekty wyburzono przy użyciu materiałów wybuchowych. Na poprzemysłowym terenie ma powstać osiedle mieszkaniowe. – To był wielomiesięczny proces przygotowań i zaangażowania dziesiątek specjalistów. W trzech kominach zrobiono ponad 1,5 tys. odwiertów, w których umieszczono 120 kg dynamitu – powiedziała Kaja Mirgos-Kwiatkowska, prezes firmy JHM Development, do której należy teren dawnej elektrociepłowni.

Lubuskie

Najpierw sprzedał auto, a potem je ukradł

Policjanci zatrzymali 36-latka podejrzanego o kradzież z włamaniem. Mężczyzna miał najpierw sprzedać swoje auto mieszkance pow. sulęcińskiego, a dwa dni później ukraść je, korzystając z zapasowego kluczyka. Zgodnie z Kodeksem karnym użycie bezprawnie zatrzymanego, oryginalnego kluczyka do zaboru auta stanowi przełamanie zabezpieczenia. Tym samym za kradzież z włamaniem grozi mu od roku do 10 lat więzienia – poinformowała policja.

Elbląg

We krwi noworodka odkryto narkotyki

Szpital w Elblągu poinformował śledczych, że 33-letnia matka urodziła dziecko, w którego krwi lekarze stwierdzili obecność narkotyków. Prokuratura wyjaśnia, czy matka naraziła dziecko na niebezpieczeństwo. Sąd rodzinny zdecyduje o dalszych losach noworodka.



FOT. ADAM JANKOWSKI

Nie jest w stanie mnie obrazić pan Przemysław Czarnek. Rozumiem jego frustrację, która wynika z tego, że jest jak kamień u szyi dla Prawa i Sprawiedliwości

MIŁOSZ MOTYKA,
minister energii

eprasa.pl c3637c4bd3

KENIA

Przywódca sekty głoszącej koniec świata oskarżony o 191 morderstw

Kazimierz Sikorski

Samozwańczy pastor Paul Mackenzie stanął przed sądem wraz z 29 innymi osobami oskarżonymi o dokonanie masakry w kenijskim lesie, w wyniku której zginęły setki ludzi.

Lider sekty głoszącej koniec świata stanął przed sądem i usłyszał zarzuty zamordowania 191 osób – po tym jak w Kenii odkryto masowe groby.

Paul Mackenzie jest sądzony wraz z 29 innymi osobami oskarżonymi o zmuszanie swoich wyznawców – w większości dzieci – do zagłodzenia się na śmierć, aby mogli „spotkać Jezusa".

Do tych tragicznych wydarzeń dochodziło latami na terenie jego rancza położonego w lesie Shakahola, w głębi lądu od nadmorskiego kurortu Malindi w Kenii.

Śledczy nazwali to zdarzenie „masakrą w lesie Shakahola" i podają, że od 2023 roku odnaleziono tam setki ciał. Na terenie posiadłości odkopano szczątki 191 osób; większość z nich stanowiły dzieci.

Mackenzie pojawił się w sądzie w kajdankach. Samozwańczy pastor nie przyznał się do zarzutów popełnienia 191 morderstw. Krewni ofiar przybyli do sądu, aby śledzić przebieg procesu. Jeden z nich, 62-letni Francis Wanje, przekazał, że w Shakahola stracił ośmioro członków rodziny, w tym córkę i dwoje wnucząt. – Dla mnie to niezwykle ważny dzień – powiedział przed rozpoczęciem rozprawy.

Mackenzie zainicjował i nadzorował praktykę skrajnego postu na terenie posiadłości. Stworzył „hierarchię śmierci", zgodnie z którą w pierwszej kolejności miały umierać dzieci,potem nastolatki, kobiety i mężczyźni. Dzieci zmarły na skutek głodu, uduszenia, ucisku na szyję i urazów głowy.

Obrońcy Mackenziego utrzymują, że jest on niewinny, wskazując na luki w materiale dowodowym i twierdząc, że sprawa opiera się na „poszlakach, relacjach ze słyszenia oraz niejednoznacznych wynikach badań sądowo-medycznych".



FOT. SIMON MAINA/AFP/EAST NEWS

Samozwańczy pastor Paul Mackenzie podczas rozprawy w sądzie w Mombasie

SUDAN

Atak dronów na targowisko. 73 zabitych i wielu rannych

oprac. Anna Nagel

Co najmniej 73 osoby zginęły, a 19 zostało rannych w wyniku ataku dronów na targowisko w spornym regionie Abyei na granicy Sudanu i Sudanu Południowego.

Pełniący obowiązki ministra informacji tego wspólnie administrowanego obszaru, Yohana Akol Ngor, powiadomił, że do ataku doszło w poniedziałek. O przeprowadzenie tego ostrzału oskarżył armię Sudanu, lecz nie przedstawił dowodów na poparcie swoich zarzutów.

Ministerstwo spraw zagranicznych Sudanu Południowego podało w poniedziałek późnym wieczorem, że celem ataku było targowisko położone na północ od miasta Abyei. Resort nie podał bilansu ofiar. Władze w Dżubie wezwały na rozmowę ambasadora Sudanu, wyrażając „stanowczy protest i głębokie zaniepokojenie" skutkami ataku dla bezpieczeństwa ludności cywilnej i stabilności regionu.

Organizacja pomocowa Lekarze bez Granic (MSF) poinformowała, że do pobliskiego szpitala Ameth Bek trafiło ponad 20 rannych, w tym osoby w stanie krytycznym oraz z oparzeniami.

Bogaty w ropę region Abyei pozostaje przedmiotem sporu między Sudanem i Sudanem Południowym. Obszar ten jest wspólnie administrowany przez oba państwa. Regularnie dochodzi tam do aktów przemocy, najczęściej związanych ze starciami między grupami etnicznymi lub ugrupowaniami zbrojnymi. Wojna domowa w Sudanie trwa od kwietnia 2023 r. **PAP**

USA – UKRAINA

Vance: Ukraina nie powinna wstępować do NATO

oprac. Anna Nagel

Wiceprezydent USA J. D. Vance powiedział w rozmowie z kanałem telewizyjnym 2WAY TONIGHT, że Ukraina nie powinna wstępować do NATO – przekazał we wtorek rano portal Ukrainska Prawda.

– O ile wiem, nie mamy oficjalnej umowy sojuszniczej z Ukrainą. (...) Ukraina nie powinna wstępować do NATO – oświadczył amerykański wiceprezydent. Dodał, że w pewnych kwestiach współpraca z Kijowem będzie rozwijana, ale w innych sprawach „stanowiska będą rozbieżne".

Vance powtórzył także wcześniejsze postulaty administracji w Waszyngtonie, że Ukraina „musi wstrzymać ataki na rosyjskie obiekty energetyczne".

Prezydent Ukrainy Wołodymyr Zełenski powiedział w niedzielę Bloombergowi, że – według niego – administracja przywódcy USA Donalda Trumpa podjęła działania, które mają skłonić Ukrainę do kapitulacji. Zaproponował, że Ukraina przestanie atakować rafinerie w Rosji, jeśli otrzyma więcej pocisków do wyrzutni Patriot.

Ograniczenia ze strony USA są niesprawiedliwe

Zełenski udzielił wywiadu włoskiej gazecie „Corriere della Sera" tuż po poniedziałkowej rozmowie telefonicznej z papieżem Leonem XIV.

– Ograniczenia w dzieleniu się informacjami wywiadowczymi oraz zmniejszenie prędkości Starlinka to już nie tylko zwykłe groźby, ale rzeczywistość. To niesprawiedliwe wobec nas. Pozostajemy wdzięczni narodowi amerykańskiemu i drużynie (prezydenta Donalda) Trumpa, jednak między partnerami musi panować uczciwość – oznajmił Zełenski w opublikowanym we wtorek wywiadzie.

– Naród amerykański, administracje i obie partie (Demokraci i Republikanie – PAP) nas wspierały. Jestem za to wdzięczny. Zawsze chcieliśmy relacji opartych na uczciwości, sprawiedliwości i przejrzystości. Nie chcę niczego ukrywać przed amerykańskim prezydentem. Możemy mieć różne opinie i interesy, ale nasze narody mają ze sobą o wiele więcej wspólnego niż Ameryka i Rosja – ocenił ukraiński przywódca.

Rozmówca dziennika podkreślił jednak, że współpraca Ukrainy z USA wciąż jest kontynuowana.

– Otrzymujemy amerykańską broń w ramach programów finansowanych przez Europejczyków. Dziś za tę broń płacimy. Chcemy nadal utrzymywać otwarte, uczciwe i pragmatyczne relacje – zadeklarował Zełenski.

Prezydent zrelacjonował przebieg swoich rozmów z zespołem negocjacyjnym Trumpa. – Powiedziałem, że jesteśmy gotowi. Jeśli chcą rozmawiać o rokowaniach i porozumieniu pokojowym z Putinem, zawsze jesteśmy otwarci; mimo wszystko, ponieważ pokój jest priorytetem – oświadczył ukraiński polityk.



FOT. BRENDAN SMIALOWSKI/AFP/EAST NEWS

Wołodymyr Zełenski podczas wrześniowego spotkania z Donaldem Trumpem na sesji ONZ w Nowym Jorku

Rozmowy w Oslo

We wtorek w Oslo odbyły się rozmowy dotyczące zakończenia wojny. Gospodarzem spotkania był norweski premier Jonas Gahr Stoere. Według agencji Reutera do Norwegii przybył też specjalny wysłannik prezydenta USA Donalda Trumpa Steve Witkoff. W spotkaniu brali też udział przedstawiciele grupy E4, do której należą Polska, UE i NATO. **PAP**

AUSTRALIA

Posłanka staranowana przez auto w stanie krytycznym

oprac. Anna Nagel

Premier Australii Anthony Albanese przekazał, że deputowana Helen Haines jest w stanie krytycznym, ale stabilnym. W poniedziałek została ona celowo staranowana samochodem przed biurem w Wangaratta. Motyw ataku nie został na razie ustalony.

Albanese potwierdził, że podejrzany przebywa w areszcie, a dochodzenie prowadzą australijska policja federalna i policja stanu Wiktoria oraz wywiad.

– Pozwólmy policji przeprowadzić śledztwo. Ważne jest, aby ludzie pozwolili na ten proces, abyśmy opierali się na faktach, a nie na spekulacjach – powiedział we wtorek premier cytowany przez 7News. – Na tym etapie nie jest jasne, jaki był motyw tego ataku – dodał Albanese.

Do ataku na polityczkę doszło w poniedziałek przed biurem poselskim Haines w miejscowości Wangaratta w stanie Wiktoria na południu kraju. Kiedy zaparkowała samochód i pochyliła się nad otwartym bagażnikiem, napastnik dwukrotnie wjechał w nią samochodem, dociskając ją z impetem do jej własnego pojazdu. Następnie lokalny fryzjer wyciągnął mężczyznę z samochodu, obezwładnił go i zatrzymał do czasu przybycia policji. Albanese podziękował mu za odważną postawę.

Policja poinformowała później, że w pojeździe napastnika – zidentyfikowanego przez media jako działacz ekologiczny Brendan Nugent – znaleziono nóż. **PAP**

eprasa.pl c3637c4bd3

STRONA ZDROWIA

• **Za tydzień:** Jak przebiega andropauza u mężczyzn? Objawy, wiek występowania i możliwe wyzwania

CHOROBY

Pierwsze objawy osteoporozy mogą cię zaskoczyć. Cichy wróg kości rozwija się latami

Osteoporoza to choroba, która osłabia kości i zwiększa ryzyko ich złamań, często prowadząc do poważnych powikłań, takich jak niepełnosprawność, a nawet śmierć. Długi czas może przebiegać bezobjawowo

Anna Rokicka-Żuk



FOT. PEOPLECREATIONS/FREEPIK

Objawy osteoporozy mogą nie być odczuwane, jednak istnieją pewne dolegliwości i zmiany, które mogą wskazywać na postępujący proces zrzeszotnienia kości

Osteoporoza jest chorobą kości, w której dochodzi do stopniowego ubytku ich masy. Nazywane też zrzeszotnieniem kości, schorzenie prowadzi do osłabienia ich struktury. Konsekwencją jest zwiększenie podatności na patologiczne złamania, które najczęściej dotyczą trzonów kręgowych, kości udowej i ramiennej, a także dystalnej (końcowej) części przedramienia. Dochodzi do nich pod wpływem mikrourazów, np. przy upadku.

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy.

Złamania osteoporotyczne dotyczą aż 30 proc. kobiet oraz 8 proc. mężczyzn po 50. roku życia. W przypadku osób starszych upadki należą do najpoważniejszych przyczyn utraty sprawności. Znacznie przyspieszają proces starzenia się i zwiększają prawdopodobieństwo śmierci.

– Upadki seniorów, w których dochodzi do urazów, są jedną z głównych przyczyn niepełnosprawności i piątą co do częstotliwości przyczyną zgonów u osób po 75 r.ż. – podkreśla dr hab. prof. nadzw. Marek Żak, specjalista fizjoterapii i autor raportu „Upadki osób starszych – przyczyny i następstwa" Fundacji NEUCA dla Zdrowia.

Pierwsze objawy osteoporozy

● Cofające się dziąsła

Recesja dziąseł może wskazywać na potencjalny ubytek masy kostnej w szczęce. Widoczna staje się wtedy coraz większa część zębów, a ich odsłonięte szyjki stanowią przyczynę nadwrażliwości zębów. Warto zapytać o to dentystę podczas wizyty kontrolnej.

● Zmniejszenie siły chwytu dłoni

Ponieważ proces odwapniania kości zachodzi w całym organizmie, osłabieniu ulega cały układ szkieletowy. Prowadzi to m.in. do zmniejszenia siły uścisku dłoni, co zaobserwowano w badaniach kobiet po menopauzie. To grupa szczególnie narażona na szybki rozwój osteoporozy, gdyż niekorzystnym procesom sprzyjają zmiany hormonalne.

● Osłabienie i kruchość paznokci

Kondycja paznokci wskazuje na stan kości, ponieważ ich ważnym składnikiem jest tak samo wapń. Jeżeli osłabione i kruche stają się paznokcie, które nie są malowane ani narażane na działanie czynników niszczących ich płytkę, stanowi to ważny sygnał do zbadania gęstości kośćca.

● Zmniejszenie wzrostu

Przy postępującej osteoporozie dochodzi do kurczenia się ciała, tj. zmniejszenia się wzrostu. Choć zjawisko to zachodzi naturalnie z wiekiem, znaczne zmiany mogą wskazywać na złamania kompresyjne kręgów. Zwykle towarzyszy im ból w miejscu urazu, choć nie zawsze tak jest, a dolegliwości bólowe często zmniejszają się z czasem.

● Ból pleców lub szyi

Przy rozwiniętej osteoporozie złamania kompresyjne kręgów stają się przyczyną chronicznych dolegliwości u co czwartego pacjenta. Najczęściej to ból pleców lub szyi, który promieniuje od kręgosłupa i może mieć bardzo duże natężenie.

● Zgarbienie sylwetki

Zaawansowana osteoporoza prowadzi do złamań kompresyjnych nawet kilku kręgów naraz, a także kości w obrębie klatki piersiowej, co prowadzi do jej zapadnięcia i często powoduje problemy oddechowe. Widoczne jest zaokrąglenie się pleców i powstanie garba, który sam w sobie wywołuje bóle górnych i dolnych odcinków kręgosłupa.

● Złamania kości

Patologiczne złamanie kości w wyniku upadku to najbardziej oczywisty objaw zaawansowanej osteoporozy. Może do niego dojść także podczas nieznacznych ruchów, np. zejścia z krawężnika, a nawet w wyniku silnego kichnięcia albo kaszlu. Niestety, wiele przypadków dotyczy kości kręgosłupa oraz udowej, co jest przyczyną niepełnosprawności.

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza gęstości kości, nazywana densytometrią

Jak sprawdzić, czy ma się osteoporozę?

Osteoporozę można wykryć na wczesnym etapie rozwoju, co umożliwia jej skuteczniejsze leczenie i profilaktykę groźnych złamań. Służy temu analiza ich gęstości, nazywana densytometrią. Badanie kości jest zalecane dla osób po 40. r.ż., u których osteoporoza występowała rodzinnie, wszystkich kobiet po 50. roku życia i mężczyzn po 55. roku życia.

Przeciwwskazania do wykonania badania densytometrycznego to ciąża, padaczka, okres 2 dni od badania z użyciem środka kontrastowego, np. tomografii komputerowej z kontrastem, wykonanie w ostatnim roku badania RTG lub rezonansu magnetycznego, osłabienie po chorobie, aktywne infekcje oddechowe, w tym ich objawy takie jak gorączka i katar.

Co jeść, by zmniejszyć zagrożenie osteoporozą?

Najbardziej wskazany jest nabiał z uwagi na wysoką zawartość wapnia, ale kościec potrzebuje też zestawu dodatkowych składników.

Według badania prezentowanego w piśmie „Journal of Bone and Mineral Research" u kobiet spożywających największe dawki witaminy C stwierdzono największe wyniki pomiaru gęstości kości w porównaniu z tymi, które przyjmowały z dietą najmniej tego składnika.

Warto sięgać więc po źródła wit. C: brokuły, czerwoną paprykę, natkę, koperek, cytrusy, owoce jagodowe.

W daniach powinny pojawiać się też ciemnozielone warzywa, takie jak: jarmuż, szpinak i wszelkie kapusty. Obfitują w witaminę K, która wspomaga produkcję osteokalcyny, białka umożliwiającego wiązanie wapnia przez tkankę kostną.

Budulcem kości obok wapnia jest magnez – znajduje się tam prawie połowa jego rezerw. Zapewnią go zielone warzywa, pełnoziarniste wypieki zbożowe na zakwasie, kiełki, prażone orzechy i masła orzechowe, a także ryby. Natomiast mleko, jogurty i suplementy diety z wapniem będą służyć kościom tylko wtedy, gdy zapewnisz sobie dość witaminy D, która jest niezbędna do jego przyswajania. Dostarczą ją tylko nieodtłuszczone produkty mleczne (należy do związków rozpuszczalnych w tłuszczu), najlepiej: średnio- i pełnotłuste mleko, sery dojrzewające oraz masło. Innym ważnym źródłem wit. D są tłuste ryby morskie, takie jak: łosoś, makrela, śledź, tuńczyk. Jeśli przyjmujesz witaminę D w suplemencie, wybierz bardziej aktywną formę w postaci witaminy D3.

Zapobieganie osteoporozie to także unikanie produktów, które „kradną" ze spożytego jedzenia i kości nie tylko wapń, ale też magnez i potas, czyli pierwiastki zasadotwórcze. Należą do nich zwłaszcza okryty złą sławą kwas ortofosforowy i fosforany, które jako dodatki do żywności występuję w napojach typu cola, serkach topionych i wędlinach.

eprasa.pl c3637c4bd3

Gazeta WROCŁAWSKA

21 października 2026 r

PUPIL
roku 2026



Puszek, Monika Fedorowicz



Layla, Szymon Błaszczyk, Wrocław



Lenka, Agnieszka Borowska, Wrocław

Są pupile, które wprost uwielbiają być w centrum uwagi. Inne najchętniej ustawiają się w roli obserwatora domowych wydarzeń z parapetu. O jeszcze o innych trudno powiedzieć coś więcej poza tym, że najchętniej śpią całymi dniami na kanapie albo zaglądają z utęsknieniem do miseczki. Są wśród nich urodzeni rozbójnicy, są niepoprawne pieszczochy. Są również dostojni władcy naszych czterech kątów oraz prawdziwi mistrzowie podbijania ludzkich serc jednym spojrzeniem.

Każdy z nich ma własny charakter, swoje małe dziwactwa i kogoś, dla kogo jest... najważniejszym zwierzakiem na świecie!

Właśnie takich bohaterów znajdziecie na kolejnych stronach naszego specjalnego dodatku. Pokazujemy w nim laureatów wojewódzkiego etapu plebiscytu Pupil Roku, organizowanego w całej Polsce, również przez naszą gazetę. To zwierzęta, które zdobyły sympatię i głosy mieszkańców naszego województwa.

Ale pamiętajmy, że plebiscyt Pupil Roku to nie tylko opowieść o zwierzętach. To także doskonała okazja, by docenić - oraz poznać bliżej - tych ludzi, którzy każdego dnia dbają o zdrowie, bezpieczeństwo, dobre samopoczucie oraz urodę naszych milusińskich. Weterynarzy, którzy pomagają im wracać do zdrowia. Groomerów troszczących się o ich pielęgnację. Trenerów i behawiorystów, którzy pomagają nam lepiej rozumieć naszych czworonożnych przyjaciół. A także tych, którzy prowadzą sklepy zoologiczne i pomagają opiekunom wybierać to, czego ich podopieczni potrzebują.

Zarówno ich, jak i właścicieli zwycięskich pupili oraz wielu z nas łączy jedno - zwierzęta zajmują w naszym życiu i sercu szczególne miejsce. Bo kto dzieli dom z psem, kotem czy innym zwierzaczkiem, ten doskonale wie, ile radości potrafi przynieść ich obecność. Merdający ogon, mruczenie albo spojrzenie, które mówi więcej niż tysiąc słów... Znamy? Znamy i uwielbiamy! A kiedy nasz przyjaciel potrzebuje pomocy, wówczas szczególnie doceniamy wiedzę, doświadczenie i zaangażowanie specjalistów, którym powierzamy jego zdrowie i dobrostan. Na kolejnych stronach poznacie więc nie tylko zwierzęcych ulubieńców mieszkańców naszego województwa, ale także ludzi, których praca zasłużyła na uznanie głosujących w tegorocznej edycji plebiscytu.

To nasza tradycyjna akcja, więc kto wie - może w kolejnej edycji to właśnie Twoim pupilem zachwyci się świat?

Zapraszamy do poznania laureatów akcji Pupil Roku 2026 w skali całego naszego województwa. Na tych stronach nie zabraknie zwierzęcego uroku, ludzkiej pasji oraz powodów do uśmiechu.

eprasa.pl c3637c4bd3

WETERYNARZ ROKU MIEJSCE I

Z troską o zwierzęta i ich opiekunów



Daniel Azarowski,
LOVET Przychodnia Weterynaryjna,
Wrocław

Daniel Azarowski studia ukończył na Wydziale Medycyny Weterynaryjnej we Wrocławiu. Dziś w swojej codziennej praktyce zajmuje się przede wszystkim chorobami wewnętrznymi psów i kotów. Szczególne miejsce w kręgu jego zawodowych zainteresowań zajmują dermatologia, nefrologia oraz diagnostyka laboratoryjna. Od początku zależało mu jednak na czymś więcej niż samym leczeniu. Tworząc Przychodnię Weterynaryjną LOVET, chciał stworzyć miejsce, w którym zarówno zwierzęta, jak i ich opiekunowie mogą czuć się bezpiecznie i komfortowo. Przyjazna atmosfera ma znaczenie szczególnie wtedy, gdy wizycie towarzyszą stres, niepewność czy troska o zdrowie pupila. Daniel Azarowski dba również o jej nieustanny rozwój. Stawia na podnoszenie kwalifikacji oraz wdrażanie nowoczesnych metod diagnostyki i leczenia.

MIEJSCE II



Anna Polińska-Frąszczak,
Repti Doctor Przychodnia dla Zwierząt Egzotycznych, Wrocław

MIEJSCE III

Oskar Karpiński,
Vetos,
Wrocław

GROOMER ROKU MIEJSCE I

Coś, co będzie nie tylko pracą, ale też pasją

Żaneta Czesak,
Stylowe Ogony,
Żarów

- Ta praca zmieniła moje spojrzenie na zwierzęta, ale też na ludzi i na samą pracę. Z każdym kolejnym psem uczę się, że nie ma dwóch takich samych historii. Jedne od początku są ufne, inne potrzebują czasu, cierpliwości i poczucia bezpieczeństwa. Dzięki temu nauczyłam się przede wszystkim obserwować i słuchać tego, co zwierzę pokazuje swoim zachowaniem. Każdy pies potrafi mnie czegoś nauczyć. Wiem, że pięknie wykonana fryzura jest ważna, ale jeszcze ważniejsze jest to, żeby zwierzę wyszło ode mnie spokojniejsze, zadbane i z dobrym doświadczeniem -mówi pani Żaneta. Początkowo wybrała zupełnie inną drogę – zawód technika weterynarii. Z czasem jednak poczuła, że chce robić coś, co będzie nie tylko pracą, ale także pasją. Kurs groomerski pozwolił jej połączyć miłość do zwierząt z pracą. Zmieniła kierunek na taki, który daje jej ogromną satysfakcję, możliwość rozwoju i poczucie, że jest tam, gdzie powinna być.

MIEJSCE II

Barbara Turska,
Psia Odnowa - Spa dla Psa,
Lubin

MIEJSCE III

Julia Kubasiewicz,
Royal Groomer - Fryzjer dla psów,
Ścinawa

BEHAWIORYSTA/TRENER ZWIERZĄT ROKU MIEJSCE I

Pomaga lepiej zrozumieć koci świat



Natalia Andrzejczak,
Kącik kota - koci behawiorysta,
Wrocław

- Zaczęło się od wolontariatu w kociej fundacji i adopcji mojego pierwszego kota. To wtedy zaczęłam bardziej interesować się psychologią tych zwierząt. Od dziecka koty były moim zamiłowaniem, więc doszłam do wniosku, że ukończenie kursu kociego behawiorysty jest dla mnie idealnym rozwiązaniem do rozpoczęcia pracy w tym zawodzie - opowiada Natalia Andrzejczak. Największą satysfakcją jest dla niej to, że może pomagać kotom i ich opiekunom w rozwiązywaniu problemów oraz zrozumieniu siebie nawzajem i swoich potrzeb. Pracując w tym zawodzie zaczęła dostrzegać, jak dużo osób interesuje się dobrostanem psychicznym swoich kotów i że ta świadomość jest coraz większa. - To bardzo mnie cieszy. Widać, że zawód kociego behawiorysty zaczyna nabierać znaczenia i takie osoby są coraz bardziej pożądane - podkreśla zwyciężczyni kategorii Behawiorysta/Trener Zwierząt Roku.

MIEJSCE II



Marek Prus,
Schronisko dla Bezdomnych Zwierząt,
Wałbrzych

MIEJSCE III

Krzysztof Biernacki,
Z Gangu Kuby,
Wrocław

SKLEP ZOOLOGICZNY ROKU MIEJSCE I

Miejsce dla psa, kota i... każdego pupila



Sklep dla psa, kota i,
Wrocław,
Piaskowa 17

Od około 30 lat sklep przy ul. Piaskowej 17 we Wrocławiu pomaga opiekunom dobrać odpowiednie produkty dla ich pupili. - Stawiamy na dobrze dobrany asortyment. Oferujemy wysokiej jakości karmy, przysmaki, akcesoria i zabawki, które możemy z czystym sumieniem polecić - zaznacza Małgorzata Dzik. „Sklep dla psa, kota i" to jednak nie tylko miejsce zakupów. Ważną częścią pracy jest fachowe doradztwo dopasowane do indywidualnych potrzeb zwierzęcia. - Najczęściej pomagamy opiekunom psów i kotów; ale również królików i gryzoni. Każdy pupil jest inny, dlatego staramy się zawsze dopasować poradę do jego potrzeb - mówi właścicielka. Przez lata wokół sklepu zbudowała się społeczność stałych klientów. Niektórzy wracają od wielu lat, powierzając obsłudze potrzeby kolejnych swoich pupili. To właśnie ich zaufanie i świadomość, że udzielona rada rzeczywiście się sprawdziła, dają największą satysfakcję.

MIEJSCE II



Pełna Micha - sklep zoologiczny,
Wrocław,
Nowodworska 79A

MIEJSCE III

AnimaleSano Centrum Zdrowego,
Zwierzaka, Wrocław,
Grabiszyńska 238/240

eprasa.pl c3637c4bd3

PUPIL ROKU



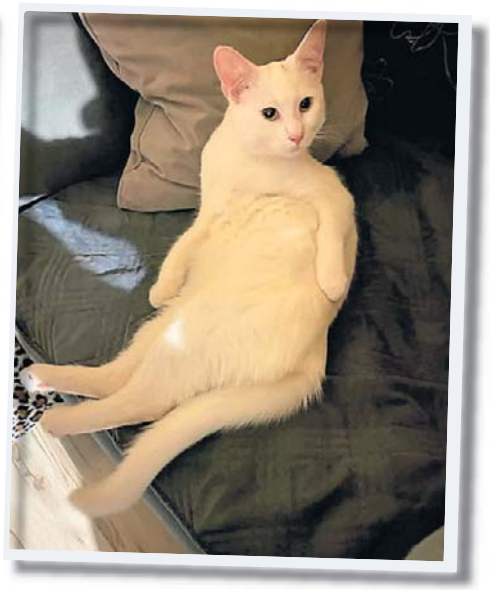
Layla
Właściciel: Szymon Błaszczyk, Wrocław



Monte
Właściciel: Karolina Mazurkiewicz, powiat bolesławiecki



Rysiu, Kajetan, Kiki i Cleo
Właściciel: Gabriela Mazur, Legnica



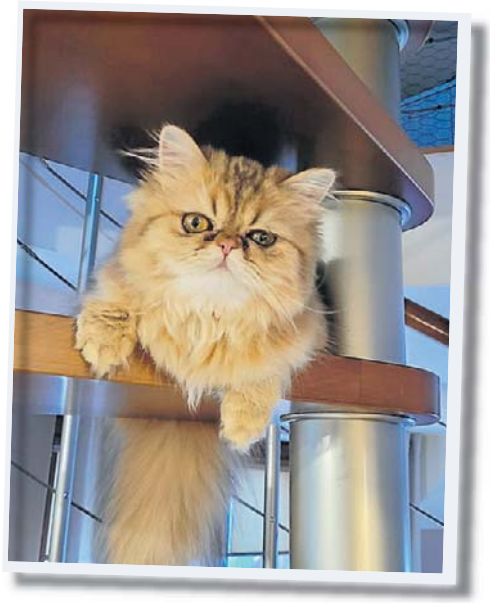
Yuki
Właściciel: Agnieszka Smyk, powiat dzierżoniowski



Celinka
Właściciel: Ela Białka, powiat zgorzelecki



Kruszynek
Właściciel: Mariola Bobowska, powiat jaworski



Misia
Właściciel: Artur Szostak, powiat kłodzki



Zoja
Właściciel: Magda Miodowska, powiat kamiennogórski



Amor
Właściciel: Ewelina Socha, powiat głogowski



Ciri
Właściciel: Agnieszka Muczyn, powiat wrocławski



Pucjan
Właściciel: Magdalena Rymarowicz, powiat oławski



Czawes
Właściciel: Edyta Łagan, powiat wałbrzyski

eprasa.pl c3637c4bd3

PUPIL ROKU



Felek
Właściciel: Ewa Radkowska, powiat złotoryjski



Simba
Właściciel: Marta Zaborowska, Jelenia Góra



Filemon
Właściciel: Wojciech Oracz, powiat ząbkowicki



Kropeczka
Właściciel: Marta Bordon, powiat lubański



Luna
Właściciel: Maria Jakubowska, powiat lwówecki



Jagoda
Właściciel: Justyna Rewers-Pluta, powiat lubiński



Disel
Właściciel: Maja Wiśniewska, powiat polkowicki



Kruszynka
Właściciel: Agnieszka Szachniewicz, powiat świdnicki



Amarok
Właściciel: Magdalena Jakubowska, Wałbrzych



Leo
Właściciel: Oliwia Owczarek, powiat oleśnicki



Ozzy
Właściciel: Paweł Kowalczyk, powiat wołowski



Pusia
Właściciel: Dorota Okonkowska, powiat średzki

eprasa.pl c3637c4bd3

PUPIL ROKU



Burek
Właściciel: Irena Klemczak, powiat górowski



Karmel
Właściciel: Arkadiusz Kilian, powiat karkonoski



Rysiek
Właściciel: Kamila Kasprzyszak, powiat strzeliński



Stefa
Właściciel: Justyna, powiat trzebnicki



Zula
Właściciel: Izabella Świerczok, powiat milicki



Lenka
Właściciel: Agnieszka Borowska, Wrocław



Loki
Właściciel: Paweł Kowalski, powiat oławski



Alex
Właściciel: Marcin Gładysz, powiat dzierżoniowski



Bakuś
Właściciel: Wanda Orpel, powiat zgorzelecki



Mika
Właściciel: Ela Partyka, powiat jaworski



Hexa
Właściciel: Arleta Brzozan-Wysomierska, Wałbrzych



Zołza
Właściciel: Arleta Brzozan-Wysomierska, Wałbrzych

eprasa.pl c3637c4bd3

PUPIL ROKU



Borys
Właściciel: Bartłomiej Maliński, powiat głogowski



Odyn
Właściciel: Julia Warda, powiat kłodzki



Lilly
Właściciel: Sylwia Gromadzińska, powiat górowski



Kuba
Właściciel: Wojciech Rejek, powiat kamiennogórski



Lulu
Właściciel: Justyna Gałecka, Legnica



Dżordż
Właściciel: Nikola Nowak, powiat oleśnicki



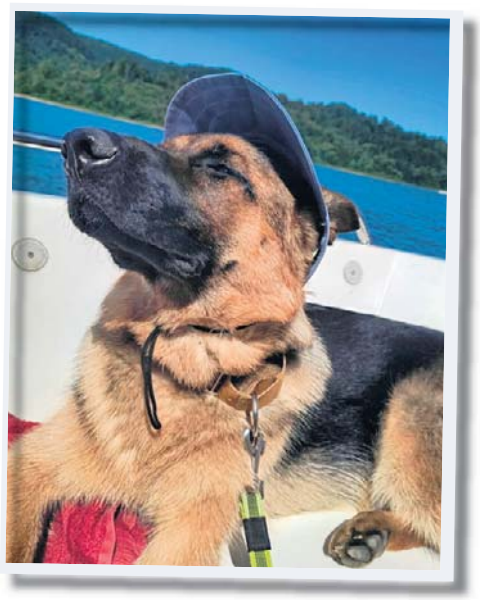
Beza
Właściciel: Sylwia Chopiak, powiat złotoryjski



Łatuś
Właściciel: Marzena Dardzinska, powiat świdnicki



Wikary
Właściciel: Bartosz Ożga, Jelenia Góra



Xena
Właściciel: Urszula Juzenków, powiat bolesławiecki



Reksio
Właściciel: Henryka Pietruszka, powiat wrocławski



Fibi
Właściciel: Karolina Sternal, powiat wołowski

eprasa.pl c3637c4bd3

PUPIL ROKU



Lili
powiat trzebnicki



Maks
Właściciel: Jowita Rękal, powiat średzki



Cika
Właściciel: Sabina Dindorf, powiat lubański



Promil
Właściciel: MARIA Jakubowska 518, powiat lwówecki



Nela
Właściciel: Julia nowak, powiat lubiński



Tofi
Właściciel: Aleksandra Mazur, powiat karkonoski



Merry
Właściciel: Aleksander Kąca, powiat polkowicki



Lamia
Właściciel: Anna Staszczyk, powiat wałbrzyski



Lea
Właściciel: Waldemar Okupnik, powiat wałbrzyski



Shelby
Właściciel: Karolina Wąsińska, powiat strzeliński

eprasa.pl c3637c4bd3

PUPIL ROKU



Lila
Właściciel: Klaudia i Szymon Sorbiccy, powiat milicki



Zoe
Właściciel: Eliza Welke-Koczur, powiat milicki



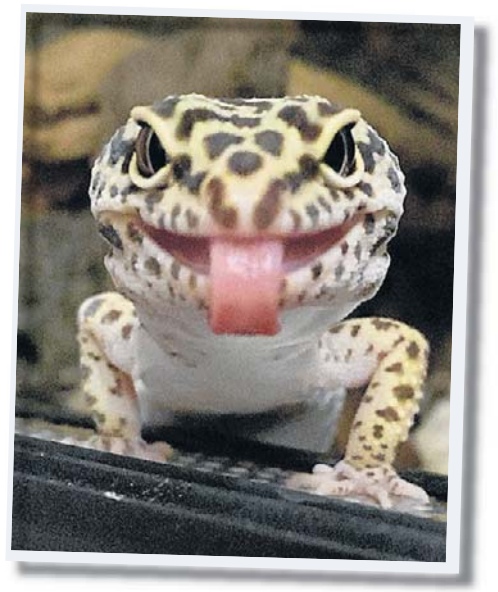
Niko
Właściciel: Michał Gąsior, powiat ząbkowicki



Frotka
Właściciel: Danura Frrenc, powiat legnicki



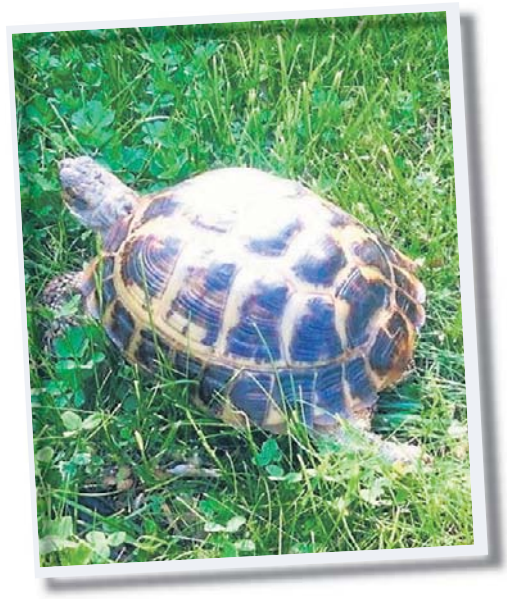
Puszek
Właściciel: Monika Fedorowicz



Stefa
Właściciel: Kornelia Jelonek



Karmelka
Właściciel: Oliwia Grabkowska



Kuba
Właściciel: Wioletta Młynarczyk



Misiek
Właściciel: Michał Adamczak

eprasa.pl c3637c4bd3

PIENIĄDZE

Pobyt w DPS kosztuje fortunę. Kto może złożyć wniosek o zwolnienie z opłat?

Pobyt w domu opieki społecznej może kosztować prawdziwą fortunę. Ale niektórzy mogą zwolnić się z opłat, o ile złożą wniosek

Emil Hoff

Polskie społeczeństwo starzeje się, a zarazem średnia długość życia stale wzrasta. Oznacza to, że coraz więcej z nas dożywa późnej starości, co niestety wiąże się często z utratą samodzielności. W takich przypadkach rodziny często decydują się – lub bywają zmuszone – powierzyć niesamodzielnego członka rodziny do domu pomocy społecznej (DPS). To dobre rozwiązanie w wielu sytuacjach: osoba niesamodzielna, przewlekle chora fizycznie lub psychicznie, niepełnosprawna fizycznie lub intelektualnie (głównie takie trafią do DPS-ów) otrzymuje dobrą opiekę, a rodzina w tym czasie może normalnie funkcjonować.

Problemem są jednak pieniądze.

Ile kosztuje pobyt w domu opieki społecznej?

Koszty pobytu bliskiej osoby w DPS-ie mogą być niebagatelne. Aktualnie wynoszą średnio od 6 do nawet 30 tys. zł za miesiąc, w zależności od standardu, zakresu świadczonej opieki i lokalizacji.

Nic dziwnego, że perspektywa płacenia takich pieniędzy budzi grozę. Kto dokładnie płaci za pobyt w DPS-ie? Reguluje to art. 64 Ustawy o pomocy społecznej. Kolejność płatników jest taka: sam mieszkaniec DPS opłaca koszty do poziomu 70 proc. swojego dochodu dochodu. Następnie w razie potrzeby resztę opłacają małżonek, dzieci, wnuki i rodzice mieszkańca. W ostatniej kolejności dokłada się gmina.

Według danych Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej obecnie aż 85 proc. kosztów pobytu w DPS-ach opłacają właśnie gminy, co oznacza, że koszty te znacząco przekraczają możliwości finansowe większości mieszkańców DPS-ów i ich rodzin.

W planach są dwie istotne zmiany prawa w tym zakresie: po pierwsze, do ustawy ma zostać dodana klauzula wskazująca, że osoby niepełnoletnie nigdy nie są zobowiązane do opłacania kosztów pobytu krewnego w DPS-ie (teraz teoretycznie może dochodzić do takich sytuacji i rzeczywiście zdarzało się, że np. dziecko musiało płacić ze swojej renty za pobyt dziadka w DPS-ie). Po drugie, ma zostać dodana nowa kategoria płatników za DPS. W pierwszej kolejności po samym mieszkańcu do płacenia zobowiązani będą pełnoletni beneficjenci majątku przekazanego przez tego mieszkańca, czyli osoby, które w ciągu ostatnich 10 lat przejęły jego dom lub mieszkanie. Zmiany na razie są jeszcze na etapie konsultacji i nie wiadomo, czy i kiedy mogłyby wejść w życie.



FOT. PEOPLEIMAGES12, 123RF.COM

Niektóre osoby mogą zwolnić się z opłat za opiekę nad krewnym w Domu Pomocy Społecznej

Kto jest zwolniony z płacenia za DPS?

Ustawa przewiduje wyłączenia z obowiązku pokrywania kosztów pobytu krewnego w DPS-ie.

Automatycznie zwolnieni z opłat są ci, których dochód nie przekracza obecnie 3030 zł w przypadku osoby samotnej i 2469 zł w przypadku osoby w rodzinie. Wynika to z zapisu o kryterium dochodowym: jeśli twój dochód po opłaceniu pobytu w DPS nie przekroczyłby 300 proc. tego kryterium, nie musisz płacić za DPS.

Niektóre osoby mogą też zostać zwolnione z opłat na własny wniosek. Dotyczy to:

- członków Korpusu Weteranów Walki o Niepodległość Rzeczypospolitej Polskiej,
- działaczy opozycji antykomunistycznej,
- osób represjonowanych z powodów politycznych.

Także na własny wniosek, ale po dodatkowym wywiadzie środowiskowym, z opłat za DPS mogą zostać zwolnione również:

- osoby w trudnej sytuacji życiowej, borykające się z niepełnosprawnością lub bezrobociem,
- ofiary przemocy w rodzinie – po przedstawieniu dowodów,
- osoby, które już opłacają pobyt w DPS-ie innego członka rodziny,
- kobiety w ciąży lub samotne wychowujące dziecko,
- osoby, które przedstawią wyrok sądu oddalający powództwo o alimenty na rzecz osoby kierowanej do DPS lub jego mieszkańca,
- osoby, które wykażą rażące naruszenia obowiązku alimentacyjnego przez osobę kierowaną do DPS lub jego mieszkańca,
- osoby, które przedstawią prawomocne orzeczenie sądu o pozbawieniu osoby kierowanej do DPS władzy rodzicielskiej nad nimi,
- osoby, które przedstawią prawomocne orzeczenie sądu o skazaniu osoby kierowanej do DPS za umyślne przestępstwo ścigane z oskarżenia publicznego na szkodę ich, ich zstępnych, ich małoletniego rodzeństwa lub ich rodziców. Także zstępni tych osób są zwolnieni z obowiązku płacenia za pobyt w DPS-ie.

ZATRUCIA

Te grzyby są uznane za jadalne, ale zatrucie może wystąpić nawet po latach

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Zatrucia grzybami najczęściej kojarzą się z bólem brzucha, nudnościami czy wymiotami. Niektóre gatunki mogą jednak wywoływać znacznie mniej oczywiste, a przy tym bardzo groźne powikłania. Do czego może doprowadzić spożycie olszówki lub gąski zielonej?

Przez lata gąska zielonka uchodziła za jeden z najbardziej cenionych jesiennych grzybów. W wielu regionach Polski była zbierana masowo, trafiała na stoły w postaci sosów, marynat czy dań obiadowych, a doświadczeni grzybiarze traktowali ją jak pewny i wartościowy łup. Tym większe było zaskoczenie, gdy zaczęły pojawiać się doniesienia o ciężkich zatruciach związanych właśnie z tym gatunkiem.

Nie tak dawno prof. Bożena Muszyńska ujawniła, że przypadki zatruć gąską zielonką odnotowywano w krajach europejskich. Między 1992 a 2000 r. do placówki medycznej we Francji trafiło 12 osób, siedem kobiet i pięciu mężczyzn, którzy wcześniej jedli gąskę zielonkę przez kilka dni z rzędu.

Grzyby, o których mowa, pojawiały się w jadłospisie przynajmniej podczas trzech następujących po sobie posiłków. Około tygodnia później rozwinęła się ciężka rabdomioliza, czyli rozpad włókien mięśniowych.

Wyniki badań były alarmujące. U wszystkich pacjentów stwierdzono bardzo wysokie stężenie kinazy kreatynowej (CK), czyli enzymu, który pojawia się we krwi, gdy dochodzi do uszkodzenia mięśni.

Większość chorych wróciła do zdrowia w ciągu około dwóch tygodni, jednak u trzech osób zatrucie doprowadziło do niewydolności serca zakończonej zgonem.

Podobne przypadki opisano także w Polsce. Głośna była historia matki i syna, którzy przez kilka dni regularnie jedli gąskę zielonkę. W sumie spożyli od 100 do 300 gramów tych grzybów.

Dwa dni po ostatnim posiłku zaczęły pojawiać się niepokojące dolegliwości: silne osłabienie, bóle mięśni, brak apetytu, nudności i obfite poty. Lekarze wykluczyli inne możliwe przyczyny rabdomiolizy, takie jak infekcja, uraz, choroby autoimmunologiczne czy działanie leków.

Jeszcze poważniejsze konsekwencje odnotowano u czterech innych osób. Pacjenci spożywali od 100 do 400 gramów gąski zielonki w kilku kolejnych posiłkach.

U dwóch chorych stan był na tyle ciężki, że konieczne było podłączenie do respiratora. Najtragiczniej zakończył się przypadek 72-letniego mężczyzny, który zmarł już drugiego dnia hospitalizacji. Pozostali pacjenci dochodzili do siebie przez następne dwa do trzech tygodni.

Współczesna medycyna nie ma jednak wątpliwości: olszówka, czyli krowiak podwinięty, jest grzybem trującym.

O tym, jak niebezpieczny może być ten gatunek, świadczy historia niemieckiego mykologa Juliusa Schäffera. Naukowiec przez lata spożywał olszówki bez widocznych konsekwencji.

W 1944 r., po zjedzeniu kolejnego posiłku z tych grzybów, trafił jednak do szpitala i zmarł. Jego przypadek przeszedł do historii toksykologii grzybów i przyczynił się do rozpoznania zjawiska określanego dziś jako zespół Paxillusa.

Największym zagrożeniem nie są wcale nudności czy bóle brzucha. U części osób olszówka może wywołać niebezpieczną reakcję immunologiczną, w której organizm zaczyna niszczyć własne krwinki czerwone.

Dochodzi wtedy do hemolizy, czyli ich rozpadu. Skutkiem mogą być ciężka niedokrwistość, uszkodzenie nerek, a w skrajnych przypadkach niewydolność wielonarządowa.

Najbardziej zdradliwe w przypadku olszówki jest to, że przez lata może nie dawać żadnych powodów do niepokoju. Ktoś zbiera ją, gotuje i je od dawna, nie odczuwając żadnych dolegliwości.

Tymczasem zagrożenie może narastać po cichu. W pewnym momencie kolejny, pozornie niczym nieróżniący się posiłek może uruchomić gwałtowną reakcję organizmu, której skutki bywają dramatyczne.



FOT. JERZY OPIOŁA/WIKIPEDIA

Gąska zielonka wcale nie jest „niewinna"

eprasa.pl c3637c4bd3

PYTANIA I ODPOWIEDZI SPECJALIŚCI ODPOWIADAJĄ NA NURTUJĄCE WAS PYTANIA

Jakie błędy najczęściej popełniamy przy myciu zębów?

Stan naszych zębów ma zaskakująco szerokie przełożenie na cały nasz organizm i samopoczucie. Myślisz, że codzienne szczotkowanie załatwia sprawę? Tylko, jeśli robisz to dobrze. Dwie dentystki wskazują, jakie błędy Polacy popełniają najczęściej przy myciu zębów – i jak ich uniknąć.
– Choć mycie zębów to czynność z pozoru prosta, błędów można popełnić naprawdę wiele – mówi lek. dent. Milena Bartman z Medicover Stomatologia–Prosta.

Źle dobrana szczoteczka

Szczoteczka to nasz główny oręż w walce o czyste i zdrowe zęby. Niestety, źle dobrana może nam raczej zaszkodzić niż pomóc. Dentyści polecają używanie szczoteczek z włosiem średniej twardości. Włosia twardego w ogóle się nie zaleca.
– Natomiast szczoteczki miękkie i ich warianty warto stosować wtedy, gdy zaleci je dentysta lub higienistka, np. w określonych sytuacjach związanych ze stanem dziąseł lub po zabiegach w jamie ustnej – tłumaczy Milena Bartman.
Lek. dent. Anna Zych z enel-med stomatologia podkreśla też, jak ważne jest regularne wymienianie szczoteczki.
– Należy pamiętać o regularnej wymianie szczoteczki lub końcówki, szczególnie gdy włosie jest już zużyte lub odkształcone. Tempo zużywania się włosia jest indywidualne, dlatego poza czasem użytkowania warto zwracać uwagę przede wszystkim na jego stan.

Źle dobrana pasta

Na rynku dostępne są setki, jeśli nie tysiące rodzajów past do zębów o różnym składzie. Łatwo się w tym pogubić. Dentyści podkreślają jednak, że w profilaktyce próchnicy najważniejsze jest, by pasta zawierała fluor, najlepiej w stężeniu dobranym do wieku i naszego indywidualnego ryzyka próchnicy, które określi dla nas specjalista.
– Dobrą alternatywą są pasty z hydroksyapatytem lub fluorohydroksyapatytem – podpowiada Milena Bartman.
Z kolei do past wybielających, tak intensywnie reklamowanych, powinniśmy podchodzić ostrożnie. Ich nadużywanie to kolejny błąd:
– Może to sprzyjać nadwrażliwości, a nawet osłabieniu szkliwa, a z drugiej strony zdarza się nam, że przez długi czas stosujemy pasty przeznaczone dla zębów wrażliwych, zamiast umówić się na wizytę i sprawdzić, co właściwie powoduje dolegliwości – mówi ekspertka Medicover.

Niewłaściwe szczotkowanie

Przede wszystkim zdarza nam się szczotkować zęby za rzadko – lekarze polecają mycie zębów dwa razy dziennie przez dwie minuty. Taki czas pozwala na usunięcie płytki nazębnej. Zbyt krótkie szczotkowanie pozostawia płytkę nazębną, co zwiększa ryzyko wystąpienia zapalenia dziąseł i próchnicy. Zębów nie należy też wcale szczotkować zbyt mocno:
– Błędem jest też przekonanie, że im mocniej szczotkujemy, tym lepiej oczyszczamy zęby – mówi Anna Zych. – Nadmierny nacisk i twarde włosie zwiększają ryzyko mechanicznego urazu dziąseł. Agresywne szczotkowanie jest również wymieniane jako jeden z czynników mogących uczestniczyć w powstawaniu recesji dziąseł i niepróchnicowych ubytków przyszyjkowych.
Milena Bartman dodaje, że czasem niewłaściwie dobieramy też porę szczotkowania. Nie należy myć zębów zaraz po zjedzeniu lub wypiciu czegoś kwaśnego:
– Kwasy mogą przejściowo zmiękczać powierzchnię szkliwa i zwiększać jego podatność na mechaniczne ścieranie – ostrzega Bartman i radzi, by po spożyciu czegoś kwaśnego odczekać ok. 20-30 minut i przepłukać usta wodą, zanim zabierzemy się za szczotkowanie. Jeśli chodzi o techniki szczotkowania, tutaj nie ma jednego złotego środka:


FOT. OKSUN70, M123RF.CO

– Nie ma mocnych dowodów na to, że jedna konkretna technika szczotkowania jest najlepsza dla każdego. Ważniejsze jest dokładne i systematyczne oczyszczanie wszystkich powierzchni – mówi Anna Zych.
Co prowadzi nas do chyba najpoważniejszego błędu przy szczotkowaniu: niedokładności. Dentyści podkreślają, że Polacy często zapominają o dokładnym oczyszczaniu nie tylko zębów, ale też przestrzeni międzyzębowych, dziąseł i języka. Zwłaszcza przestrzenie międzyzębowe bywają trudno dostępne i łatwo je ominąć zwykłą szczoteczką, przez co właśnie tam, przy linii dziąseł i w tzw. kieszonkach międzyzębowych namnażają się bakterie.

Emil Hoff

DIETA

Te pokarmy działają jak magia. Włącz je do diety, jeśli masz powyżej 50 lat, i ciesz się efektami

Superfoody to produkty spożywcze, które nie wymagają przetworzenia, by dostarczyć twojemu organizmowi prawdziwą bombę witamin, składników odżywczych i minerałów, niezbędnych do odbudowy i sprawnego funkcjonowania

Emil Hoff

Jak wiadomo, najlepszym lekarstwem jest odpowiednie jedzenie. Zdrowa, pełnowartościowa dieta utrzymuje nas w dobrej formie, zła dieta z niedoborami naraża nas na osłabienie i choroby.

Odpowiednie odżywianie jest szczególnie ważne u seniorów, których organizmy mają specyficzne potrzeby. Osoby starsze powinny dostarczać swoim organizmom w diecie odpowiednio dużo składników odżywczych, wspierających zwłaszcza serce i mózg, wzmacniających kości i mięśnie, regulujących trawienie.

Brzmi to dość skomplikowanie. Czy utrzymanie zdrowej diety po 50. czy 60. roku życia naprawdę jest trudne? Nie, jeśli włączysz do niej tzw. superfoody. To nieprzetworzone pokarmy zawierające wyjątkowo wiele składników odżywczych, których nasze organizmy – zwłaszcza starsze – najbardziej potrzebują.

Poniżej znajdziesz gotową listę 16 rodzajów superfoodów. Oprzyj na nich swoje posiłki lub używaj ich jako dodatków, a podziękują ci twoje serce, mózg, mięśnie, kości, jelita i układ odpornościowy.


FOT. MSHMELJOV, 123RF.COM

Superpokarmy, które każdy senior powinien uwzględnić w swojej diecie. Sprawią, że poczujesz się lepiej

TOP 16 superpokarmów dla seniorów

- **Liściaste zielone warzywa**
Na przykład szpinak, kapusta warzywna włoska, rukola. Zawierają witaminy A, C, K, a także karotenoidy. Wspierają zdrowie oczu, serca i kości.
- **Warzywa krzyżowe (kapustne)**
Na przykład brokuły, brukselka, kapusta głowiasta. Zawierają szczególnie dużo błonnika i witamin.
- **Rośliny strączkowe**
Na przykład fasola, groch, bób, soczewica. Zawierają mnóstwo białka i błonnika, żelaza, potasu i magnezu. Pomagają obniżać cholesterol.
- **Marchewki**
To bogate źródło beta-karotenu, który wspiera zdrowie oczu i mózgu.
- **Tłuste ryby**
Na przykład łosoś, śledź, tuńczyk, pstrąg, makrela. Pomagają utrzymać zdrowe mięśnie, zawierają dużo kwasów omega-3, ważnych dla zdrowia serca.
- **Jajka**
Zawierają dużo białka, witamin z grupy B i D, selenu i choliny, które wspierają mięśnie i mózg.
- **Orzechy**
Na przykład włoskie, migdały, nerkowce, pekany, fistaszki. Są bogate w białko, błonnik i antyoksydanty chroniące serce i mózg.
- **Masło orzechowe**
Jest nie tylko smaczne, ale też doskonale buduje i wspomaga mięśnie. Wybieraj masło bez dodatku cukru, oleju palmowego czy syropu glukozowego.
- **Pełne ziarna**
Na przykład gryka, brązowy ryż, siemię lniane, kukurydza, jęczmień, żyto, proso, sorgo i oparte na nich produkty, np. mąki, pieczywo, kasze czy makarony.
- **Pestki dyni**
Zawierają witaminę C, beta-karoten i inne składniki wspomagające układ odpornościowy i zmniejszające ryzyko wystąpienia stanów zapalnych.
- **Borówki**
Zawierają dużo antyoksydantów i polifenoli, chroniących przed stanami zapalnymi, wspierających serce i mózg (pamięć i koncentrację).
- **Awokado**
Zawiera wyjątkowo dużo zdrowych tłuszczów, błonnika i antyoksydantów.
- **Jogurt grecki**
Najlepiej niesłodzony. Zawiera dużo wapnia, wspomagającego układ kostny, i probiotyków, usprawniających trawienie. Możesz dodać do niego jagody lub posypać ziarnami.
- **Twaróg**
Doskonałe źródło białka, wapnia i witaminy D, ważnych dla silnych kości.
- **Kurkuma**
Ma właściwości przeciwzapalne i wspomaga zdrowe trawienie. Zaleca się spożywanie jej wraz z tłuszczami i czarnym pieprzem, dla lepszego przyswojenia.
- **Woda**
To nie żart; woda reguluje wszystkie procesy w organizmie. Warto zacząć dzień od wypicia odpowiedniej ilości ciepłej wody na czczo, by rozruszać układ trawienny.

eprasa.pl c3637c4bd3

PLEBISCYT EDUKACYJNY 2026

Każdy nauczyciel ma swoją historię, zainteresowania i pasje

Kim są ci, którzy każdego dnia stają przed tablicą? Co sprawiło, że wybrali taki zawód? Co daje im satysfakcję? Poszukaliśmy odpowiedzi na te pytania, bo chcemy pokazać uczestników plebiscytu edukacyjnego nie tylko jako nauczycieli, ale także jako ludzi z własnymi historiami.

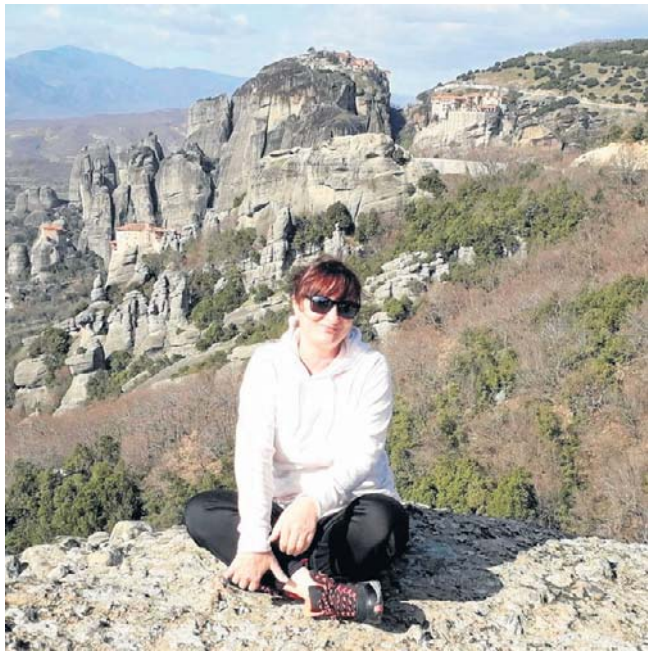
Dzwonek, gwar na korytarzu, ostatnie rozmowy przed wejściem do klasy, a potem lekcja. Nigdy taka sama, bo szkolna codzienność rzadko bywa przewidywalna. Wiedzą o tym doskonale nauczyciele klas IV-VIII. Ich uczniowie nie są już małymi dziećmi, ale do dorosłości mają jeszcze kawał drogi. Coraz częściej mają własne zdanie, zadają trudne pytania, sprawdzają granice... Jednego dnia zaskakują dojrzałością, drugiego potrzebują wsparcia dorosłych. Praca z nimi wymaga nie tylko wiedzy, ale też zrozumienia, cierpliwości, umiejętności słuchania, a często także poczucia humoru. W pracy nauczyciela nie brakuje wyzwań, ale jest ogrom chwil, które zostają w pamięci na lata. Radość ucznia, który wreszcie zrozumiał trudne zagadnienie. Podziękowanie za pomoc i obecność. Sukces kogoś, w kogo od początku się wierzyło. To właśnie również z takich małych, ale dużych wydarzeń składa się nauczycielska codzienność.

Kim są ludzie, którzy każdego dnia stają przed szkolną tablicą? Co sprawiło, że wybrali ten zawód? - Będziemy szukać odpowiedzi na te pytania, bo w naszym plebiscycie edukacyjnym chcemy pokazać uczestników nie tylko jako nauczycieli, ale i jako ludzi z własnymi historiami, zainteresowaniami - mówi dziennikarka Katarzyna Adamczyk. Dziś przedstawiamy uczestników kategorii Nauczyciel klas IV-VIII. To pierwsze historie, które będziemy prezentować na naszych łamach.

Więcej o akcji na: gazetawroclawska.pl/nauczyciel

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

Wychowała kilka pokoleń wspaniałych ludzi



- Jako mała dziewczynka marzyłam o tym, aby zostać nauczycielką. To przekonanie było ze mną od zawsze. Dzielenie się wiedzą z innymi daje mi wiele satysfakcji. Kocham dzieci, uwielbiam ich energię, uśmiech, kreatywność. Lubię odkrywać to, co w nich najpiękniejsze - podkreśla Anna Suchorab (Publiczna Szkoła Podstawowa im. Aleksandra Kamińskiego, Biały Kościół).

Co daje jej największą satysfakcję w pracy nauczyciela? - Patrzenie, jak dzieci rozkwitają i otwierają się na świat, powoduje, że mam motywację do dalszej pracy. Przez 45 lat pracy wychowałam już kilka pokoleń wspaniałych ludzi, których spotykam w życiu codziennym. Mam okazję z nimi porozmawiać, często się uściskać, otrzymuję od niektórych z nich od lat kartki z życzeniami, które są dla mnie bardzo wzruszające - opisuje pani Anna.

W wolnych chwilach kocha spędzać czas ze swoją rodziną. Ma 91-letnią mamę, męża, syna, córkę oraz dwoje wnucząt. Jej pasją są podróże, florystyka, taniec oraz czytanie książek. Nie potrafi stać w miejscu, jest ciekawa ludzi i życia. Lubi odkrywać nowe smaki, zapachy oraz kolekcjonować wspomnienia.

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

Matematykę odczarowały wspaniałe nauczycielki



- Nie zawsze kochałam matematykę. W szkole spotkałam dwie nauczycielki, które pokazały mi zupełnie różne oblicza tego przedmiotu. Jedna sprawiła, że przez rok nie chciałam mieć z matematyką nic wspólnego. Druga pokazała mi, jak fascynująca potrafi być, kiedy naprawdę się ją rozumie. Wtedy przekonałam się, jak wiele może zmienić jeden nauczyciel. Już jako uczennica z przyjemnością tłumaczyłam matematykę koleżankom, ale to właśnie te doświadczenia sprawiły, że zapragnęłam uczyć innych. Chciałam być dla swoich uczniów właśnie tą drugą nauczycielką - opisuje Paula Pilus (Dwujęzyczna Szkoła Podstawowa ATUT Fundacji Edukacji Międzynarodowej, Wrocław). Najbardziej cieszą ją te sukcesy uczniów, których nie da się zapisać w dzienniku. Kiedy dziecko, które wcześniej nie lubiło matematyki, zaczyna przychodzić na lekcje z uśmiechem i nie boi się próbować, nawet jeśli nie wszystko od razu mu wychodzi. Szczególnie wzruszyło ją, gdy dowiedziała się, że uczeń, którego uczyła przez pięć lat, mimo trudności zdecydował się wybrać matematykę na poziomie rozszerzonym. W wolnych chwilach maluje. Jej drugą wielką pasją jest jazda konna.

LIDERZY RANKINGÓW

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

NAUCZYCIEL PRZEDSZKOLA

1. **Klaudia Oleksiak,** Przedszkole Publiczne Planeta Skarbów, Wrocław
2. **Magdalena Parzyńska,** Safari Kids Przedszkole, Bolesławiec
3. **Oksana Kulyas,** Przedszkole Niepubliczne Niebieski Słonik, Wróblowice

NAUCZYCIEL KLAS 0-III

1. **Natalia Bójko-Przybylak,** Szkoła Podstawowa nr 18, Wrocław
2. **Agata Mróz-Fabisiak,** Publiczna Szkoła Podstawowa nr 4 im. Tadeusza Kościuszki, Strzelin
3. **Aleksandra Romanowska,** Szkoła Podstawowa im. Jana Brzechwy, Szklary Górne

NAUCZYCIEL KLAS IV-VIII

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

NAUCZYCIEL SZKOŁY PONADPODSTAWOWEJ

1. **Klaudia Mroczkowska,** Husarz Główna Szkoła Wojskowa, Wrocław
2. **Mateusz Wiżbicki,** Noworudzka Szkoła Techniczna, Nowa Ruda
3. **Monika Matyszczuk-Kizgin,** Zespół Szkół Ogólnokształcących i Technicznych, Jelenia Góra

NAUCZYCIEL AKADEMICKI

1. **dr Paweł Greń,** Uniwersytet DSW Ideis, Wrocław
2. **dr Małgorzata Kozłowska,** Uniwersytet Wrocławski, Wrocław
3. **dr Alicja Bukowska,** Uniwersytet DSW Ideis, Wrocław

DYREKTOR PLACÓWKI EDUKACYJNEJ

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

PSYCHOLOG LUB PEDAGOG SZKOLNY

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

LOGOPEDA ROKU

1. **Edwin Bażański,** Terapia Prywatna Akademia Jąkania, Wrocław
2. **Marta Sankowska,** Integracyjne Przedszkole Fundacji Promyk Słońca, Wrocław
3. **Magdalena Kolska,** Pracownia Mowy Magdalena Kolska, Wrocław

PRZEDSZKOLE ROKU

1. **Przedszkole Sióstr Jadwiżanek,** Wrocław, Piwna 2
2. **Niepubliczne Przedszkole Wesołe Motylki,** Dobrzykowice, Wrocławska 8/10
3. **Przedszkole Gminne Wielka Przygoda,** Dzierżoniów, Zabkowicka 70

SZKOŁA ROKU

1. **Szkoła Podstawowa im. Astrid Lindgren,** Zastruże, Zastruże 19A
2. **Niepubliczna Szkoła Podstawowa Sióstr Salezjanek im. Jana Pawła II,** Wrocław, pl. Franciszkański 1-3
3. **Publiczna Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka,** Jugowice, Główna 34

SZKOŁA JĘZYKOWA ROKU

1. **Centrum Edukacyjne EngMat,** Zgorzelec, Lubańska 10h/26
2. **English Academy for Kids,** Lubin, Sokola 12a
3. **FL Academy Anna Wątor,** Wałbrzych, Mała 3

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

eprasa.pl c3637c4bd3

PROGRAMOWO

G. 20:00

Barwy szczęścia

TVP 2

Hubert próbuje dogadać się z Lucyną, aby wykupić jej udziały w nieruchomości na Zacisznej. Seniorka stawia jednak zaporowe warunki, żądając aż miliona złotych. W tym samym czasie Emil demonstracyjnie okazuje wrogość Adamowi, otwarcie traktując lokatora jak pasożyta. Napiętą atmosferę przełamuje dopiero wspólna nauka matematyki – gdy chłopak pomaga nastolatkowi w lekcjach i szczerze opowiada o bolesnej traumie z dzieciństwa, junior ostatecznie zmienia do niego nastawienie. Karolina po raz kolejny zaskakuje Bruna zdecydowaną deklaracją: skoro mąż zmusił ją do odejścia z hotelu, zamierza jak najszybciej znaleźć nową pracę. Równolegle Małgorzata bezskutecznie próbuje nakłonić Rawiczową, by ta wyjawiła Brodzie prawdę o jego pochodzeniu. Seniorka pozostaje jednak nieugięta, uparcie twierdząc, że milczeniem chroni Cezarego.





G. 18:00

Pierwsza miłość

Polsat

Borys zarzuca Elizę papierkową robotą. Liczy, że taka taktyka wymiernie zaowocuje i dzięki temu wybiegowi Olszewska nie będzie się wtrącała w rządzenie klubem. Cały jego misterny plan obraca się w proch – i to w ekspresowym tempie. Odbiera mu mowę, gdy Eliza szybko ogarnia temat i sama ustala zasady. To jednak dopiero pierwsze koty za płoty. Trener Koczarski krzywi się na paniusię w zarządzie klubu. Kamili także nie podoba się jej obecność, postrzega Elizę jako konkurencję, co uruchamia w niej... zazdrość o Borysa. Natomiast Ewa martwi się o zdrowie Karola, który ostatnio częściej łapie zadyszki i skarży się na bóle w klatce. Gdy Karol, zajęty pracą, odmawia pójścia na badania, Ewa prosi Briana, zeby czuwał nad samopoczuciem szefa. Tymczasem Szymon dostaje od lekarzy niewesołe wieści. Przed Martą udaje, że nie jest źle.

G. 20:15

NA WSPÓLNEJ

TVN

Lekarze próbują ratować życie Julki, która doznała zawału serca po przedawkowaniu narkotyków. Nie wiadomo, czy niedotleniony organ odzyska sprawność – po operacji dziewczyna jest wciąż nieprzytomna. Igor chce chociaż zobaczyć córkę, ale nagle w szpitalu pojawia się Leon. Chłopak chce zmasakrować kolegę Julii, który namówił ją do ucieczki z ośrodka! Nowak uświadamia mu, że czuł dokładnie taką samą wściekłość wobec niego i że nie tego teraz potrzebuje Julka... Iga znajduje w zabezpieczonych przez policję plikach pedofilskich zdjęcia małego synka Leśniewskich. Przybysz pyta zszokowanych rodziców, jak to się mogło stać. Marta i Mikołaj orientują się, że to Stefek ostatnio nieustannie fotografował brata. Tymczasem Bradecka prosi Fabiana o poparcie u szefa. Nowy gwiazdor chętnie pomoże – ale nie za darmo. Zaprasza ją do siebie... Sąsiadka Cieślików odkrywa, że ktoś włamał się do jej piwnicy i ukradł jej coś bardzo cennego. Starsza pani ma pretensje do nowych sąsiadów. Pani Janina zgłasza kradzież z włamaniem, a do Cieślików przyjeżdża aspirant Klusek.



G. 20:30

Felicita

TVP 1

Ewka przyjeżdża do Polignano z misją iście karkołomną. Ma zamiar bowiem pomóc Zośce pogodzić się z córką. Początkowo ani ona, ani Oliwka nie są zbyt skore do współpracy... Równolegle Zośka poznaje prawdę o sytuacji Davide. Wraz z Giulią postanawiają znaleźć dla niego bezpieczne schronienie, gdzie lęk nie będzie mu towarzyszył. Przy okazji po raz pierwszy szczerze rozmawiają o Kamilu. Tymczasem w Polignano zjawia się tajemnicza postać.



G. 20:50

Na dobre i na złe

TVP 2

Zuza – była pacjentka Blanki – nadal ukrywa się z Niną, traktując ją jak córkę i zbierając pieniądze, by uciec za granicę. Mario zostaje porwany przez swoich dawnych „przyjaciół" z mafii. Z kolei Wiki znów chwyta za skalpel, gdy Borys ma w pracy nagły atak bólu. Doktor Jakubek proponuje jej pracę.

G. 21:50

Na sygnale

TVP 2

Oliwia jest z córką w ośrodku dla osób w kryzysie. Anna próbuje nauczyć ją opieki nad małą. Wiktor po dyżurze chce porwać żonę na romantyczną wycieczkę, ale ich plany znów burzy jej podopieczna. Zespół doktor Reiter trafia do ratusza, gdzie zasłabł burmistrz. Alek z Romkiem muszą pomóc starszemu pacjentowi, który ma atak paraliżującego bólu i okłamuje ratowników.

eprasa.pl c3637c4bd3

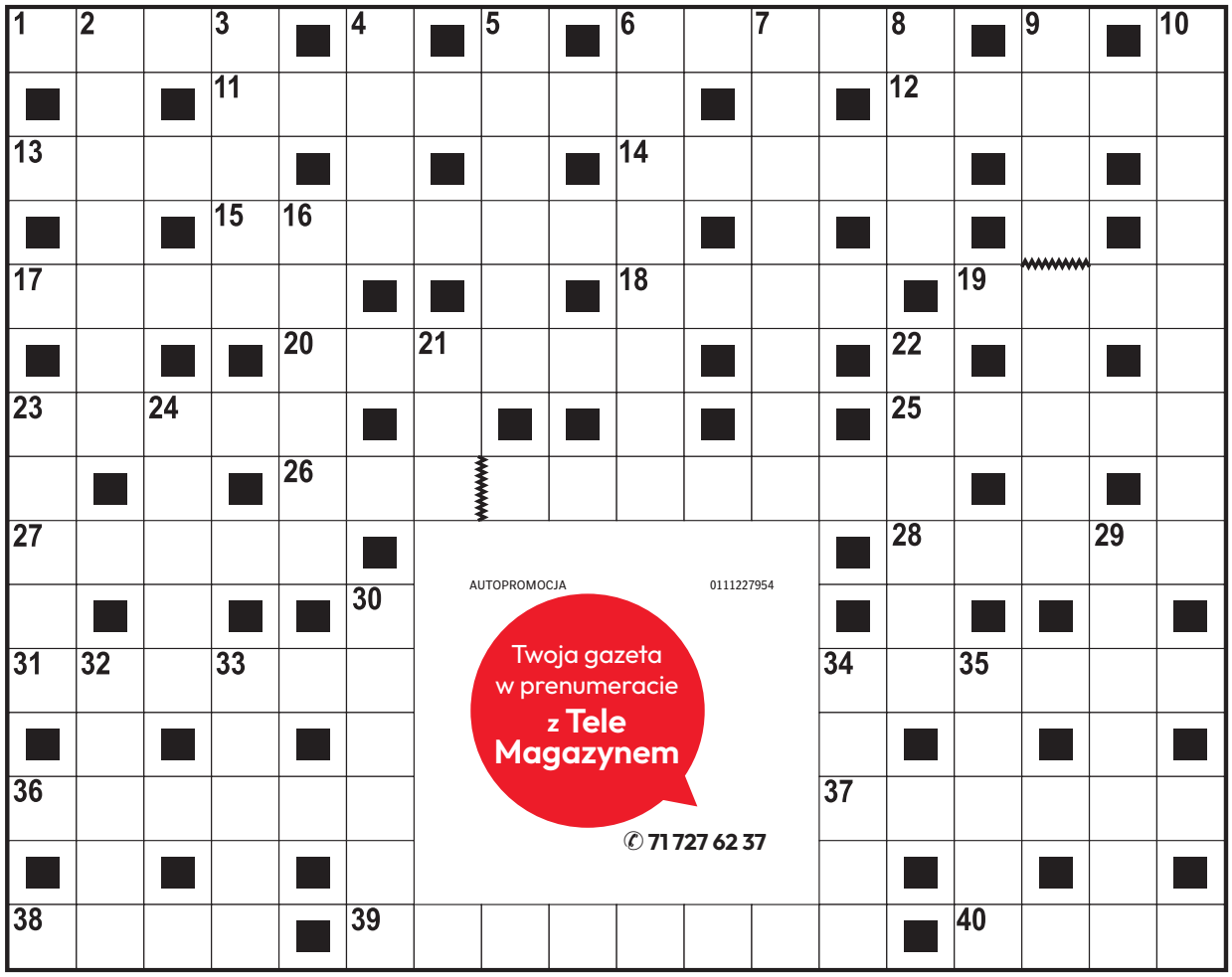
KRZYŻÓWKA NR 163

Poziomo:

1) ciastko z bitą śmietaną,
6) pas skoszonej trawy lub zboża,
11) niewielkie źródło światła,
12) … Skłodowska-Curie, dwukrotna noblistka,
13) rzecz nietykalna, świętość,
14) John, filmowa rola Sylvestra Stallone,
15) murarska lub sportowa,
17) Poncjusz …, rzymski prefekt Judei,
18) karta dań w restauracji,
19) oszklony otwór w ścianie,
20) nowa wersja starego filmu,
23) montażowa w fabryce samochodów,
25) powieść Janusza Meissnera,
26) wiązka suchych gałęzi na podpałkę,
27) antylopa z Afryki, podgatunek oryksa,
28) minerał dla przemysłu szklarskiego,
31) masa serowa z kwaśnego mleka,
34) dawna nazwa naczyń kuchennych,
36) rządy strachu i przemocy,
37) kląskający kuzyn drozda,
38) perkusyjny instrument muzyczny,
39) zamieć śnieżna, kurzawa,
40) poczucie godności osobistej.

Pionowo:

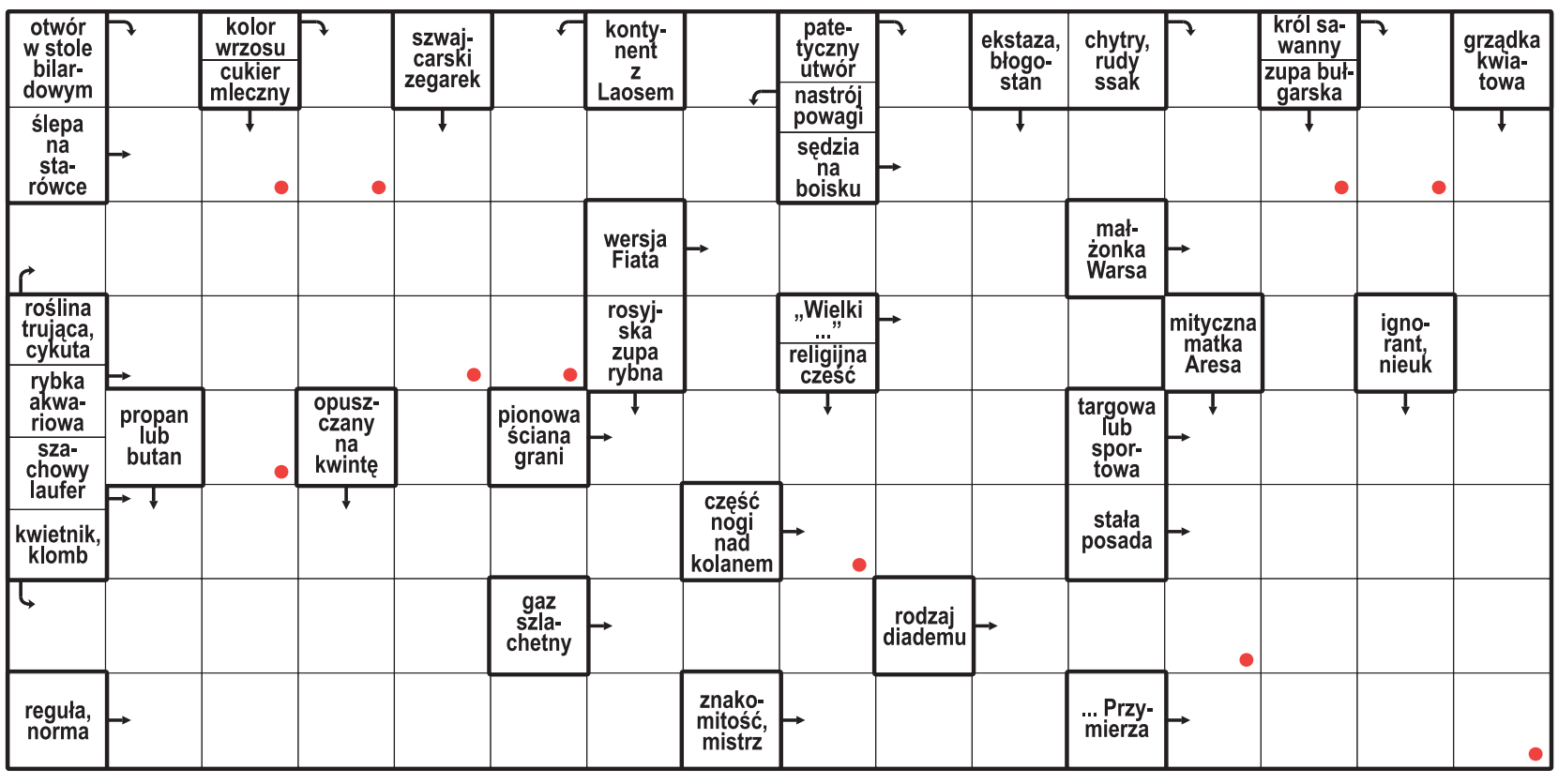
2) sklep z wyrobami tytoniowymi,
3) reguluje przepływ wody w kanale,
4) powolny chód kasztanki,
5) zespół trzech elementów,
6) technologiczna wielkość,
7) żołnierz jednostki specjalnej,
8) trujący opar nad New Delhi,
9) literackie określenie dawnej stolicy Polski,
10) pracownik instytucji udzielającej kredytów,
16) bywa na masce, bywa na witrynie,
21) czerwony kwiat polny,
22) sferyczny - czwarta część powierzchni kuli,
23) kraina historyczna w Azji z Lhasą,
24) towarzyszy władcy, orszak,
29) żałobny utwór muzyczny,
30) warzywo na mizerię,
32) pokrywa skrzyni lub kufra,
33) drapieżny ptak używany do polowań,
34) długotrwały okres bez opadów,
35) „muzyczny” system pracy.



ROZWIĄZANIE NR 162

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

KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA



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

ROZWIĄZANIE: LITERATURA.

HOROSKOP

Wodnik (20.01 - 18.02)
Wsłuchaj się w serce, ale nie ignoruj rozsądku. Horoskop dzienny wróży, że czyjś czuły gest dostarczy Ci radości.

Ryby (19.02 - 20.03)
Kreatywność będzie Twoim znakiem rozpoznawczym. Horoskop na dziś radzi wieczorem postawić na relaks.

Baran (21.03 - 19.04)
Konsekwencja da efekty. Horoskop dzienny na środę sugeruje, by nie zapominać o potrzebach bliskich.

Byk (20.04 - 20.05)
Przed Tobą dzień pełen inspiracji. Horoskop dzienny to wskazówka, by wykorzystać sprzyjającą energię.

Bliźnięta (21.05 - 21.06)
Intuicja pomoże Ci podjąć ważną decyzję. Horoskop na dziś stanowczo podpowiada, by nie bać się zmian.

Rak (22.06 - 22.07)
Harmonia będzie Twoim sprzymierzeńcem. Horoskop dzienny na środę radzi otworzyć się na nowe znajomości.

Lew (23.07 - 22.08)
Dzień sprzyja planowaniu, ale horoskop dzienny podpowiada, by nie analizować wszystkiego przesadnie.

Panna (23.08 - 22.09)
Twoja energia przyciągnie uwagę otoczenia. Horoskop na dziś radzi postawić na szczerość.

Waga (23.09 - 22.10)
Zadbaj o swoje emocje i relacje z otoczeniem. Horoskop dzienny zapowiada, że ktoś bliski okaże Ci wsparcie.

Skorpion (23.10 - 21.11)
Dzień pełen ciekawych rozmów. Horoskop dzienny mówi, że odkryjesz szansę i chętnie z niej skorzystasz.

Strzelec (22.11 - 21.12)
Postaw na spokój i cierpliwość. Horoskop na dziś wróży, że wieczór przyniesie ciepło, bliskość i harmonię.

Koziorożec (22.12 - 19.01)
Odważnie realizuj plany. Horoskop dzienny na środę mówi, że nowa znajomość może przynieść inspirację.

eprasa.pl c3637c4bd3

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

KUPIĘ każde, got. w 24 h, 500-002-486

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

DOMY - KUPIĘ

DOM blisko Wrocławia 500-185-254.

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

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

Zdrowie

POMOC CAŁODOBOWA

NAŁOGI - www.kudzu.pl 451 575 023.

Usługi

AGD RTV FOTO

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

BUDOWLANO-REMONTOWE

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

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

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

MALARZ, gładzie bezpył. 730-325-737

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

INSTALACYJNE

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

Awarie - Hydraulik - 505-087-474.

Elektryk złota rączka 516-932-697

HYDRAULIK 24h, awarie 505-982-689.

Hydraulik natychmiast 500323373

PORZĄDKOWE

ZWALCZANIE pluskwy, 660-811-020.

PRZEPROWADZKI

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

ZABEZPIECZAJĄCE

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

INNE

KUCHNIE junkersy piece 609-528-079.

Różne

DOBRAWRÓŻKA we Wrocławiu - tel. 724-558-986, www.wrozby.pop.pl

FUNDACJA „Dobry Napęd" w likwidacji, Wrocław, KRS 0001042638, zawiadamia o otwarciu likwidacji z dniem 10.09.2026 r. Likwidator: Michał Stencel. Wierzycieli wzywa się do zgłaszania wierzytelności w terminie 3 miesięcy od dnia ukazania się ogłoszenia na adres: Zagłębiowska 37, 52-007 Wrocław lub michal@stencel.net

AUTOREKLAMA

aktualne
z całej Polski
przetargi

nasze komunikaty.pl

REKLAMA 0011598679

TERENY INWESTYCYJNE

Krajowy Ośrodek Wsparcia Rolnictwa

ODDZIAŁ TERENOWY WE WROCŁAWIU
podaje do publicznej wiadomości informację o zamiarze sprzedaży nieruchomości nierolnych, niezabudowanych położonych w obrębie **Mikoszów**, gmina **Strzelin**, powiat **strzeliński,** woj. **dolnośląskie**

Lp.	Nr działek	Pow. w ha	Położenie		Przeznaczenie w MPZP lub w Studium	Cena sprzedaży w zł
			gmina	obręb		
1.	**14/13**	11,2654	Strzelin	Mikoszów	**MPZP: P2 –** tereny przemysłowe.	**12 050 100,00**
2.	**14/15**	18,5509	Strzelin	Mikoszów	**MPZP: P6 –** tereny przemysłowe.	**19 841 000,00**
3.	**14/16**	5,8473	Strzelin	Mikoszów	**MPZP: P6 –** tereny przemysłowe.	**6 256 200,00**

Szczegółowy opis nieruchomości zawiera ogłoszenie **(WRO.WKUZ.GZ.4240.152.2026.AL.73)** wywieszone w miejscach zwyczajowo przyjętych **w dniach 21.10.2026 r. – 5.11.2026 r.** oraz na stronie internetowej www.kowr.gov.pl.

WIĘCEJ INFORMACJI:KRAJOWY OŚRODEK WSPARCIA ROLNICTWA OT WROCŁAW, ul. Mińska 60, 54-610 Wrocław, tel.: 71/ 35-63-919 wew. 733, e-mail: aleksandra.lacka@kowr.gov.pl lub na stronie: www.kowr.gov.pl.

www.kowr.gov.pl

REKLAMA 0011600887

INFORMACJA

**BURMISTRZ
MIASTA I GMINY CHOCIANÓW**

informuje,

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

**informacji o WYKAZACH:
nieruchomości – lokalu mieszkalnego przeznaczonego do sprzedaży w drodze bezprzetargowej,
nieruchomości gruntowych do oddania w najem, dzierżawę oraz nieodpłatne użyczenie.**

REKLAMA 0111562220

FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.



Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

REKLAMA 0011599502

Spółdzielnia Mieszkaniowa „Polne"
w Lubinie ul. Leszczynowa 27 B

ogłasza przetarg nieograniczony

Wykonanie remontu klatek schodowych w budynku mieszkalnym wielorodzinnym przy ul. Modrzewiowej 17-27 w Lubinie.

Zakres prac obejmuje:
malowanie klatek schodowych i piwnic z uzupełnieniem ubytków tynku oraz przygotowaniem powierzchni pod malowanie w technologii GREINFLECK lub podobnej, wymianę uszkodzonych stopnic. Wymiana drzwiczek z ościeżnicami szachtu elektrycznego.

Termin realizacji zamówienia - do 31.05.2027 r.

Termin składania ofert upływa dnia **16.11.2026 r. o godz. 10:00**.

Otwarcie ofert nastąpi dnia 16.11.2026 r. o godz. 10:15 w siedzibie Spółdzielni ul. Leszczynowa 27B, 59-300 Lubin.

Termin związania ofertą 30 dni, licząc od dnia ostatniego składania ofert.

Wniosek o przekazanie specyfikacji istotnych warunków zamówienia należy skierować drogą elektroniczną na adres: sekretariat@smpolne.lubin.pl

Specyfikację wraz z załącznikami zamawiający przekaże w formie elektronicznej na wskazany we wniosku adres.

Osobą upoważnioną do udzielania informacji jest: Robert Papciakowski tel. 76/846-12-30 wew. 14.

Spółdzielnia zastrzega sobie prawo do unieważnienia przetargu w każdym momencie bez podania przyczyn.

Podstawa i tryb postępowania: przetarg nieograniczony zgodnie z „Regulaminem przeprowadzania przetargów na roboty budowlane, remontowo-budowlane i inne świadczone na rzecz Spółdzielni".

REKLAMA 0011600856

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O I PRZETARGU

WÓJT GMINY KUNICE

informuje, że dnia 23 listopada 2026 roku w sali nr 5 Urzędu Gminy w Kunicach odbędzie się PIERWSZY przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż niezabudowanej nieruchomości gruntowej oznaczonej numerem geodezyjnym

Oznaczenie nieruchomości	Powierzchnia	Cena wywoławcza netto/Wadium	Data/Godzina przetargu
966/1 obręb Kunice, gmina Kunice	0,3000 ha	379 000,00 20 000,00	**23.11.2026 godz. 12.00**

Do ceny sprzedaży doliczony zostanie podatek VAT wg stawki obowiązującej na dzień sprzedaży.
Dla nieruchomości w Sądzie Rejonowym w Legnicy VI Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzona jest księga wieczysta LE1L/00041936/5.
Zgodnie z Uchwałą nr IV/33/24 Rady Gminy Kunice z dnia 1.08.2024 roku w sprawie uchwalenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego dla terenu w rejonie ulic Miodowej i Ogrodowej, obręb Kunice (Dz. Urz. Woj. Dolnośląskiego z dnia 8 sierpnia 2024 roku, poz. 4218) **działka oznaczona numerem 966/1** obręb **Kunice**, gmina Kunice, położona jest na obszarze oznaczonym symbolem **2U-INS-ZP – teren usług lub stacji paliw płynnych lub zieleni urządzonej.**
Wpłata wadium na rachunek bankowy Gminy Kunice nr **43 8649 1028 2001 0000 0228 0005** BS Oddział w Legnicy **najpóźniej do dnia 20 listopada 2026 roku.** Przy wpłacie wadium należy podać nr działki oraz dane uczestnika przetargu.
Pełna treść ogłoszenia stanowi załącznik do Zarządzenia nr 114/26 Wójta Gminy Kunice z dnia 13 października 2026 roku.
Ogłoszenie o przetargu wywieszone jest na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy w Kunicach, Sołectwa wsi Kunice, zamieszczone na stronie internetowej www.kunice.pl i w Biuletynie Informacji Publicznej w zakładce Ogłoszenia.
Szczegółowe informacje o przedmiocie przetargu można uzyskać w siedzibie Urzędu Gminy w Kunicach, ul. Gwarna 1, pokój nr 14, tel. 76 85-75-322 wew. 33.

AUTOREKLAMA

SPORTOWY24



Sport to Wy

sportowy24.pl

eprasa.pl c3637c4bd3

TENIS

Polka chce być najlepsza na świecie

– Wierzę, że Maja będzie kiedyś numerem 1 na świecie. A jak to się stanie, to naturalnie będzie też numerem 1 w Polsce – mówi Piotr Szczypka, menedżer triumfatorki turnieju tenisowego WTA 1000 w Wuhan, Mai Chwalińskiej

Zbigniew Czyż



FOT. ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Czasami i Maja Chwalińska nie może uwierzyć, co się dzieje... Właśnie potwierdziła, że jest wielką tenisistką

Maja Chwalińska wygrała pierwszy w karierze turniej rangi WTA 1000 w Wuhan, zaraz potem wycofała się z turnieju w Ningbo. Jakie są tego powody?

To był dla Mai bardzo ciężki turniej, w którym rozegrała aż sześć meczów. Kosztowało ją to wiele wysiłku, pod względem fizycznym musi dojść do siebie. Jest prawie niemożliwe, żeby za dwa dni grać w takim tempie kolejne spotkanie. Lepiej, aby przepracowała najbliższe dni z fizjoterapeutą i w pełni gotowa przystąpiła do turnieju w Tokio.

Kiedy Maja przenosi się do Tokio?

Turniej zaczyna się 26 października. Organizujemy teraz Mai transport do stolicy Japonii. Możliwe, że dotrze tam już w środę.

Co potem?

Po Tokio zakończy sezon. Planujemy spotkanie z Mają 11 grudnia w Gdańsku. Wtedy zagra z Lindą Noskovą w ramach LOTTO Tenis Show. Będzie można sobie zrobić zdjęcie, wziąć autograf, porozmawiać z Mają. Aktualnie nie gra w Polsce, nie ma takich turniejów, w których mogłaby się zaprezentować polskiej publiczności. Teraz chcemy, żeby odpoczęła, zregenerowała się i przygotowała w spokoju do nowego sezonu.

W tym roku Chwalińska zanotowała gigantyczny skok w rankingu WTA. Na początku sezonu pomyślałby pan, że to jest możliwe?

Przed sezonem zakładałem, że Maja awansuje do pierwszej setki zestawienia. Taki zresztą był jej plan. A docelowo, to marzyłem, że będzie kiedyś tak wysoko, jak jest dzisiaj, choć myślałem, że bardziej będą to stopniowe awanse, na 100., potem 50. pozycję i tak dalej. Jak wiadomo, ostatnich sezonów Maja ze względu na kontuzje nie kończyła i nie mogła pokazać swojego całego potencjału, więc z drugiej strony, jej awans byłby możliwy już znacznie wcześniej, ale nie ma co gdybać. Nadrobiła te ostatnie lata z nawiązką. Bardzo się cieszymy, że jest tam, gdzie sobie wymarzyła.

Po zwycięstwie w Wuhan zgłaszają się kolejne firmy, które są zainteresowane współpracą reklamową?

Zainteresowanie Mają jest ogromne, z czego się bardzo cieszymy. Pracujemy też nad tym codziennie. Obecnie ma podpisane umowy z dwoma sponsorami, których logo jest widoczne na jej stroju w trakcie spotkań. Rozmawiamy z innymi firmami, bo na to zasłużyła. Chcemy, aby była zabezpieczona finansowo na dłuższy czas.

Dopływ gotówki spowoduje, że sztab Mai się powiększy?

Maja inwestuje w siebie, dużym plusem jest to, że może zabierać na turnieje swoich fizjoterapeutów, którzy wykonują świetną pracę, pozwalając jej następnego dnia stanąć do rywalizacji. Mecze są długie i wyczerpujące. Poza tym, Maja ma już bardzo duży team, ten, który widać w boksie podczas meczów, ale też ten mniej widoczny. Dopływ gotówki może oczywiście ułatwić nam pracę, której jest bardzo dużo. Od strony sportowej ma wszystko, czego potrzebuje. Od strony pozasportowej, myślę, że jest tak samo.

W półfinale turnieju w Wuhan Maja pokonała Igę Świątek w dwóch setach...

Marzeniem Mai od zawsze było wygrywanie wielkich szlemów i największych turniejów, więc dalej będzie do tego dążyć. Gdy jeszcze niedawno temu mówiłem, że wkrótce znajdzie się w pierwszej setce, to niektórzy ludzie klepali się po głowie. Kariera Mai praktycznie nikogo nie interesowała. Ale nieważne, jak mnie ludzie odbierają. Ja mam swoje wizje, Maja ma swoje. W tym jesteśmy zgodni, ona chce być najlepsza na świecie i będzie robiła wszystko, żeby tak się stało.

Wierzę, że Maja będzie kiedyś numerem jeden na świecie, a jak to się stanie, to naturalnie będzie też numerem jeden w Polsce. Marzeniem Mai jest być numerem 1.

Iga Świątek będzie zatem już wkrótce musiała przełknąć gorzką pigułkę?

Iga jest wielką tenisistką, jest legendą, fantastyczną dziewczyną i to wszystko i tak, jakby nic nie powiedzieć. Wygrała sześć wielkich szlemów, jest inspiracją dla Mai, o czym sama Maja zawsze mówiła. W gorszym czasie Maja zawsze to powtarzała i wierzyła, że może grać tak jak Iga, gdy tylko będzie zdrowa. Znają się, lubią i myślę, że teraz obie będą się mogły tylko pozytywnie nakręcać. Między nimi od zawsze była tylko i wyłącznie zdrowa rywalizacja. ©℗

PIŁKA NOŻNA

Środowe mecze LM: sentymentalny pojedynek Michała Skórasia

Jakub Jabłoński

Środowe mecze 3. kolejki fazy ligowej Ligi Mistrzów również będą ciekawe dla polskiego kibica, którego oczy zostaną zwrócone na Mediolan, gdzie Piotr Zieliński podejmie Szachtar Donieck, a także na Brugię, gdzie do byłego klubu wróci Michał Skóraś.

Największymi hitami będą pojedynki Bayernu Monachium z finalistą poprzedniej edycji rozgrywek Arsenalem oraz Realu Madryt z RB Lipsk. Oba spotkania zaplanowano na godz. 21.00. Pierwsze z nich będzie można śledzić za darmo na antenach TVP 1 oraz TVP Sport. Skomentuje legendarny Dariusz Szpakowski, a obok niego zasiądzie Grzegorz Mielcarski.

W żadnym z tych meczów nie zobaczymy oczywiście polskiego piłkarza ani sędziego. Dzień wcześniej europejska centrala doceniła jednak Szymona Marciniaka, powierzając mu spotkanie Liverpoolu z Villarrealem na Anfield. Nie oznacza to, że w pozostałych meczach zabraknie polskich akcentów. W starciu Interu Mediolan z Szachtarem Donieck powinniśmy zobaczyć Piotra Zielińskiego, który jest jednym z podstawowych wyborów trenera. Polak we włoskiej Serie A tylko raz przesiedział całe spotkanie na ławce, a raz pojawił się dopiero na końcówkę. Transmisja meczu Interu z Szachtarem w telewizji naziemnej (Canal+ 360) i za opłatą w Canal+ Sport 6 od godz. 21.00.

Do sentymentalnego pojedynku przygotowuje się natomiast inny reprezentant Polski – Michał Skóraś. Jego RC Lens wybierze się do Brugii, gdzie skrzydłowy zmierzy się z byłym klubem – Club Brugge, w którym stawiał pierwsze kroki w zagranicznej karierze. Początek meczu od godz. 21.00 wyłącznie na płatnym kanale Canal+Extra 5. Przypomnijmy, że w Belgii 26-latek nie zawsze mógł liczyć na miejsce w składzie, ale mimo to uzbierał aż 90 występów. Sześć razy wpisywał się na listę strzelców i zanotował osiem asyst. Dwa lata później zdecydował się na przeprowadzkę do KAA Gent, a od lata broni barw francuskiego RC Lens, w którym gra regularnie.

Wymagające zadanie czeka Matty'ego Casha, którego Aston Villa podejmie debiutującego Vikinga Stavanger. Norwegowie przed tygodniem zremisowali sensacyjnie u siebie 3:3 z Bayernem. Początek już od godz. 21.00 na płatnym kanale Canal+Extra 3.

eprasa.pl c3637c4bd3

SPORT

Szczypiornista Chrobrego Głogów Paweł Paterek otrzymał powołanie do kadry Polski na mecze z Łotwą (4.11) i Rumunią (8.11)

KOSZYKÓWKA

Śląsk jedzie do Chemnitz. Którą twarz pokaże?

Dawid Foltyniewicz

Po bolesnej porażce w Dąbrowie Górniczej koszykarze Śląska wracają do EuroCupu. Dziś zmierzą się na wyjeździe z Niners Chemnitz. Niemiecki zespół nabiera rozpędu, a Wrocławianie muszą udowodnić, że potrafią grać dobrze częściej niż tylko od czasu do czasu.



FOT. PAP/MACIEJ KULCZYŃSKI

Ewentualne zwycięstwo nad Niners byłoby dla Śląska dużym krokiem w kierunku czołowej czwórki grupy C

Po trzech kolejkach EuroCupu Śląsk ma zwycięstwo i dwie porażki. Wygrał z Trento 94:81, uległ Budućnosti Podgorica 75:99 oraz Napoli 82:86. Chemnitz ma bilans 2–1. Sukces w Niemczech pozwoliłby Wrocławianom zrównać się dorobkiem z najbliższym rywalem. Będzie jednak przede wszystkim testem regularności zespołu Danny'ego Franco.

W niedzielę Śląsk przegrał z MKS-em Dąbrowa Górnicza 80:97, a trener miał pretensje nie tylko o wynik. Wskazywał na brak intensywności i bezradność wobec fizyczności przeciwnika. Jakub Nizioł mówił o niedostatecznej koncentracji od początku spotkania. – Nie ma na to żadnego usprawiedliwienia – stwierdził.

Tym bardziej szkoda ligowej wpadki, że kilka dni wcześniej WKS pokazał lepszą koszykówkę przeciwko Napoli. Z mocnym włoskim zespołem walczył do ostatnich sekund. Devin Robinson zdobył 22 punkty i zebrał osiem piłek, a Śląsk wygrał zbiórki 34:31. O porażce zdecydowały detale, w tym straty w końcówce.

Niemiecka drużyna przystąpi do dzisiejszego meczu w dobrym nastroju. W niedzielę pokonała na wyjeździe Basketball Löwen Braunschweig aż 102:75 i awansowała do ćwierćfinału krajowego pucharu. Podopieczni Rodrigo Pastore rozdali 31 asyst i trafili 15 z 31 prób za trzy punkty. Najskuteczniejszy Ben Burnham uzbierał 24 punkty. To ostrzeżenie przed zespołem, którego atak trudno ograniczyć do jednego nazwiska.

W poprzedniej kolejce EuroCupu Chemnitz zwyciężyło w Trento 88:80. Bohaterem był Cobe Williams: zdobył 30 punktów, trafiając siedem z czternastu rzutów zza łuku. Dla obwodowych Śląska to czytelny sygnał, jak ważne będą obrona przy zasłonach i odbieranie rywalowi dogodnych pozycji. Williams potrafi zamienić kilka chwil swobody w serię, która zmienia przebieg meczu.

Chemnitz wzmocniło też skład Ryanem Mikesellem. Amerykanin w pucharowym debiucie dołożył 11 punktów, osiem asyst i sześć zbiórek w niespełna 20 minut. Śląsk musi więc przygotować się na zawodnika, którego nie było w zespole podczas wcześniejszych kolejek EuroCupu.

Franco po porażce z Napoli podkreślał, że drużyna powinna skupić się na własnych błędach. Dziś przyda się zwłaszcza spokój w rozegraniu i konsekwencja w obronie. WKS ma już europejskie zwycięstwo na obcym parkiecie. Żeby dołożyć następne, musi jednak uniknąć przestojów, które w Dąbrowie kosztowały go tak wiele. Początek spotkania w hali Messe Chemnitz dziś o godz. 19. Transmisja na antenach Polsatu.

4. KOLEJKA BKT EUROCUPU

Dziś: NINERS Chemnitz – **Śląsk Wrocław** (godz. 19:00, Polsat Sport 3, Polsat Sport Extra 4)

Tabela grupy C (kolejno: mecze, zwycięstwa, bilans małych punktów)

1. Napoli Basketball	3	3	+30
2. Tofas Bursa	3	3	+25
3. Niners Chemnitz	3	2	+4
4. Budućnost Podgorica	3	1	+1
5. Neptunas Kłajpeda	3	1	-8
6. Śląsk Wrocław	3	1	-15
7. Dolomiti Energia Trento	3	1	-18
8. JL Bourg-en-Bresse	3	0	-19

PIŁKA NOŻNA

Mecz z Wieczystą może zdecydować o przyszłości Ante Šimundży

Dawid Foltyniewicz

Pięć kolejnych porażek sprawiło, że posada Ante Šimundży jest coraz mniej pewna. Według medialnych doniesień niedzielne spotkanie z Wieczystą Kraków może przesądzić o przyszłości szkoleniowca Śląska. Brak zwycięstwa może oznaczać rozstanie.

Sześć punktów w jedenastu kolejkach, przedostatnie miejsce w tabeli i pięć kolejnych porażek. Tak wygląda bilans Śląska po powrocie do PKO BP Ekstraklasy. Wrocławianie przegrali ostatnio z Jagiellonią, Koroną, Wisłą Kraków, Lechem i Motorem. Coraz trudniej mówić o chwilowym kryzysie i wierzyć, że obecny sztab wyprowadzi zespół ze strefy spadkowej.

Według informacji Piotra Potępy z portalu Wrocławskie Fakty spotkanie z Wieczystą ma rozstrzygnąć przyszłość Ante Šimundży. Nie jest to oficjalnie ogłoszone ultimatum, ale medialne doniesienia wskazują, że cierpliwość wobec szkoleniowca się kończy. Brak zwycięstwa nad drugim beniaminkiem może oznaczać jego pożegnanie z Wrocławiem.

Przegrana w Lublinie tylko zaostrzyła problem. Śląsk dwukrotnie prowadził, a mimo to wrócił bez punktu, tracąc rozstrzygającą bramkę w doliczonym czasie. Wynik 2:3 mógłby sugerować wyrównane spotkanie, lecz obraz gry był dla gości znacznie mniej korzystny. Karol Niemczycki ratował zespół przed kolejnymi stratami, a Motor marnował dogodne okazje.

– Motor był lepszy w każdym aspekcie – przyznał po meczu Šimundża. Wyliczał kłopoty z utrzymaniem piłki, podaniami i pressingiem. Podkreślał, że rywal nie zaskoczył jego drużyny, bo przygotowania uwzględniały właśnie taki sposób gry gospodarzy. To niepokojąca diagnoza: Śląsk wiedział, czego się spodziewać, ale nie umiał temu zaradzić. Trener wziął odpowiedzialność za wynik.



FOT. PAWEŁ RELIKOWSKI

Ante Šimundża wprowadził Śląsk do Ekstraklasy, ale ten argument ma coraz mniejsze znaczenie w obliczu słabych wyników drużyny

Jeszcze przed wyjazdem do Lublina Słoweniec akcentował znaczenie koncentracji. Przekonywał, że piłkarze znają taktykę, muszą jednak pomagać sobie w obu fazach gry. Poprawa nie nastąpiła. Wcześniej punkty uciekały także w końcówkach spotkań z Legią, Koroną i Wisłą Kraków.

Šimundża ma argument, którego nie można pomijać: wywalczony wiosną awans. Przejął Śląsk w grudniu 2024 roku, gdy drużyna zamykała tabelę. Nie zapobiegł spadkowi, ale po jednym sezonie wrócił do elity. W maju jego umowę przedłużono do końca rozgrywek 2027/2028. Dyrektor sportowy Rafał Grodzicki przedstawiał współpracę ze Słoweńcem jako długofalowy projekt.

Wieczysta przyjedzie na Tarczyński Arenę w niedzielę. Początek spotkania 12. kolejki PKO BP Ekstraklasy o godz. 12.15. Dla piłkarzy będzie to szansa na przerwanie serii, dla Šimundży może być sprawdzianem decydującym o dalszej pracy.

eprasa.pl c3637c4bd3